



**UNIVERSIDAD NACIONAL EXPERIMENTAL DE LOS LLANOS
OCCIDENTALES EZEQUIEL ZAMORA
VICERRECTORADO DE PLANIFICACIÓN Y DESARROLLO SOCIAL
COORDINACIÓN ÁREA DE POSTGRADO
MAESTRÍA EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN SUPERIOR
MENCIÓN DOCENCIA UNIVERSITARIA**

**MASAJE DEPORTIVO COMO UNIDAD CURRICULAR
OBLIGATORIA PARA LA RESIGNIFICACIÓN DE LA CARRERA
LICENCIATURA EN EDUCACIÓN, MENCIÓN EDUCACIÓN FÍSICA
DEPORTE Y RECREACIÓN DEL VPDS (2018)**

Barinas, Octubre 2018



**UNIVERSIDAD NACIONAL EXPERIMENTAL DE LOS LLANOS
OCCIDENTALES EZEQUIEL ZAMORA
VICERRECTORADO DE PLANIFICACIÓN Y DESARROLLO SOCIAL
COORDINACIÓN ÁREA DE POSTGRADO
MAESTRÍA EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN SUPERIOR
MENCIÓN DOCENCIA UNIVERSITARIA**

**MASAJE DEPORTIVO COMO UNIDAD CURRICULAR
OBLIGATORIA PARA LA RESIGNIFICACIÓN DE LA CARRERA
LICENCIATURA EN EDUCACIÓN, MENCIÓN EDUCACIÓN FÍSICA
DEPORTE Y RECREACIÓN DEL VPDS (2018).**

**Trabajo Especial de Grado presentado como requisito parcial para optar
por el título de Magister en Docencia Universitaria.**

Autor: Alvarado Gómez Luis
Alberto
C.I 13.501.562
Tutora: Alis Coromoto Toro
C.I 16.713.152

Barinas, Octubre 2018



**UNIVERSIDAD NACIONAL EXPERIMENTAL DE LOS LLANOS
OCCIDENTALES EZEQUIEL ZAMORA
VICERRECTORADO DE PLANIFICACIÓN Y DESARROLLO SOCIAL
COORDINACIÓN ÁREA DE POSTGRADO
MAESTRÍA EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN SUPERIOR
MENCIÓN DOCENCIA UNIVERSITARIA**

ACEPTACIÓN DEL TUTOR

Por la presente hago constar que he leído el proyecto de trabajo de grado (tesis) presentado por el ciudadano **Luis Alberto Alvarado Gómez** titular de la cedula de identidad **13.501.562** para optar al grado de magister en Docencia Universitaria cuyo título tentativo es: **Masaje deportivo como unidad curricular obligatoria para la resignificación de la carrera licenciatura en educación, mención educación física deporte y recreación del VPDS (2018)**, y que acepto asesorar al estudiante, en calidad de tutora, durante la etapa de desarrollo del trabajo (tesis) hasta su presentación y evaluación.

En la ciudad de Barinas a los _____ días del mes de _____ de _____

Tutora: Alis Coromoto Toro
C.I 16.713.152



**UNIVERSIDAD NACIONAL EXPERIMENTAL DE LOS LLANOS
OCCIDENTALES EZEQUIEL ZAMORA
VICERRECTORADO DE PLANIFICACIÓN Y DESARROLLO SOCIAL
COORDINACIÓN ÁREA DE POSTGRADO
MAESTRÍA EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN SUPERIOR
MENCIÓN DOCENCIA UNIVERSITARIA**

APROBACIÓN DEL TUTOR

En mi carácter de tutora del trabajo (de la tesis) presentado por el ciudadano **Luis Alberto Alvarado Gómez** para optar al grado de magister en Planificación Global cuyo título es: **Masaje deportivo como unidad curricular obligatoria para la resignificación de la carrera licenciatura en educación, mención educación física deporte y recreación del VPDS (2018)**, considero que dicho trabajo (tesis) reúne los requisitos y méritos suficientes para ser sometido a la presentación pública y evaluación por parte del jurado examinador que se designe.

En la ciudad de Barinas, a los _____ días del mes de _____ del año 2018

Tutora: Alis Coromoto Toro
C.I 16.713.152



**UNIVERSIDAD NACIONAL EXPERIMENTAL DE LOS LLANOS
OCCIDENTALES EZEQUIEL ZAMORA
VICERRECTORADO DE PLANIFICACIÓN Y DESARROLLO SOCIAL
COORDINACIÓN ÁREA DE POSTGRADO
MAESTRÍA EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN SUPERIOR
MENCIÓN DOCENCIA UNIVERSITARIA**

**MASAJE DEPORTIVO COMO UNIDAD CURRICULAR
OBLIGATORIA PARA LA RESIGNIFICACIÓN DE LA CARRERA
LICENCIATURA EN EDUCACIÓN, MENCIÓN EDUCACIÓN FÍSICA
DEPORTE Y RECREACIÓN DEL VPDS (2018).**

Autor:

Alvarado Gómez Luis Alberto

C.I: 13.501.562

Trabajo Especial de Grado aprobado en nombre de la Universidad Nacional Experimental de los Llanos Occidentales “Ezequiel Zamora” por el siguiente jurado, a los _____ días del mes de _____ de _____.

JURADO (A)

C.I.

JURADO (A)

C.I.

TUTOR (A):

C.I

RECONOCIMIENTO

Los resultados de este trabajo de investigación, están dedicados a todas las personas que, de una u otra manera, son parte de su culminación. Por esto, les doy mis más sinceros reconocimientos a:

Al Doctor Edgar Efraín Gómez Mendoza, por apoyarme en todo momento, orientarme y guiarme hacia el alcance de esta importante meta.

A la Msc. Yune Novoa la cual conozco, me acompañó por este largo camino, y ha sido una excelente profesora, guía y asesora.

A la Msc. Alis Toro, por su aceptación y colaboración como tutora en este trabajo de grado.

A mi madre Sonia de la Paz Gómez Mendoza, por ser incondicional, constante, aconsejarme y motivarme para alcanzar mi meta.

A Nereida Sorena Rubio Barradas por su absoluta confianza, e inquebrantable apoyo.

A la Universidad Nacional Experimental de los Llanos Occidentales Ezequiel Zamora, la cual me dio la oportunidad de estudiar y ser un Magister.

A los profesores de la Maestría en Docencia Universitaria, que me han impartido clase y me ayudaron de una u otra manera a llegar hasta este punto en el tiempo que me correspondía.

A la comisión de trabajo de grado, por su excelentísimo trabajo, seriedad y responsabilidad, además, por darnos la oportunidad de continuar la ejecución de esta tesis de grado.

INDICE DE GENERAL

	Pág.
LISTA DE CUADRO.....	ix
LISTA DE GRAFICOS.....	xi
RESUMEN.....	xii
INTRODUCCIÓN.....	13
CAPÍTULO I EL PROBLEMA	
El problema.....	15
Objetivos.....	18
- Objetivo General	
- Objetivos Específicos	
Justificación.....	19
Alcances y delimitaciones de la investigación.....	20
CAPITULO II MARCO TEÓRICO.....	
Antecedentes de Investigación.....	22
Antecedentes Históricos.....	23
Antecedentes Investigativos.....	24
Bases Teóricas.....	29
Definición de masaje.....	29
Clasificación general del masaje.....	29
Condiciones técnicas e higiénicas del masaje.....	30
Descripción y clasificación de las manipulaciones del masaje.	32
El masaje deportivo.....	32
Clasificación del masaje deportivo.....	33
Importancia del Masaje Deportivo.....	36
Unidad Curricular.....	37
Estructura de una unidad curricular.....	37

Criterios para la selección de contenidos.....	38
Recomendaciones para elaborar los contenidos.....	38
Evaluación.....	39
Propósitos de la evaluación.....	39
Instrumentos de evaluación.....	41
Técnicas.....	41
Recursos.....	42
Bases Legales.....	42
Sistema de Variables.....	46
Operacionalización de las Variables.....	46
Descripción de las Variable.....	47
CAPITULO III MARCO METODOLÓGICO.....	49
Naturaleza de la Investigación.....	49
Tipo de Investigación.....	50
Diseño de la Investigación.....	53
Fase I. Diagnóstico.....	54
Fase II. Factibilidad.....	54
Fase III. Diseño de la Propuesta.....	54
Población.....	55
Muestra.....	55
Técnica e Instrumento de Recolección de la Información.....	56
Validez del Instrumento.....	56
Confiabilidad del Instrumento.....	57
Procedimiento y Análisis de los Datos.....	59
CAPITULO IV ANÁLISIS DE RESULTADO.....	60
Análisis e Interpretación de los Resultados.....	60

CAPITULO V CONCLUSION Y RECOMENDACIONES...	71
Conclusiones.....	71
Recomendaciones.....	72
CAPITULO VI LA PROPUESTA.....	73
Presentación de la Propuesta.....	73
Justificación.....	73
Objetivos de la Propuesta.....	74
Objetivo General.....	74
Objetivos Específicos.....	74
Estructura de la Propuesta.....	74
Factibilidad.....	75
Fase I: Diagnóstico.....	75
Fase II: Factibilidad de la Propuesta.....	75
Factibilidad Técnica.....	75
Factibilidad Legal.....	76
Factibilidad Política.....	77
Fase III: Diseño y Ejecución de la Planificación.....	77
Unidad Ejecutora de la Planificación.....	77
Contenido Programático del Subproyecto Masaje Deportivo...	78
Referencias Bibliografías.....	84
Anexos.....	87

LISTA DE CUADROS

	Pág.
1 Operacionalización de la variable.....	48
2 Rango y magnitud para los criterios de confiabilidad.....	58
3 Las unidades curriculares contienen en el desarrollo de su estructura la introducción.....	61
3 Las unidades curriculares establecen en el desarrollo de su estructura objetivos didácticos.....	61
3 Las unidades curriculares integran en el desarrollo de su estructura objetivos referenciales.....	61
4 Las unidades curriculares disponen en el desarrollo de su estructura prerequisites y contenidos.....	62
4 Las unidades curriculares ajustan en el desarrollo de su estructura técnicas.....	62
5 Las unidades curriculares ubican en el desarrollo de su estructura recursos.....	64
5 Las unidades curriculares contienen en el desarrollo de su estructura evaluación.....	64
6 Cuenta el pensum de estudios con unidades curriculares cuyo contenido estimule la aplicación del masaje deportivo.....	65
6 El objetivo primordial del masaje deportivo es favorecer el logro rápido de la forma deportiva.....	65
7 A través de la aplicación del masaje se conservar la forma deportiva del atleta por tiempo prolongado.....	66
7 Considera que el masaje deportivo tiene como propósito preparar al deportista de manera afectiva con vistas a la competencia.....	66
8 Conoce el método adecuado para la utilización del masaje de entrenamiento.....	68
8 En el pensum de estudio se plantean los elementos técnicos para realizar un masaje preparatorio.....	68

9 Es importante el masaje de recuperación para que el deportista pueda luchar más fácilmente contra la fatiga.....	69
9 Considera usted que se debe enseñar las técnicas y elementos básicos del masaje deportivo en la carrera de educación física y deporte.....	69

LISTA DE GRAFICOS

	Pág.
1 Distribución porcentual de las respuestas aportadas por el personal docente adscrito al Subprograma de Educación física y deporte del VPDS para los ítems 1, 2 y 3	61
2 Distribución porcentual de las respuestas aportadas por el personal docente adscrito al Subprograma de Educación física y deporte del VPDS para los ítems 4 y 5	63
3 Distribución porcentual de las respuestas aportadas por el personal docente adscrito al Subprograma de Educación física y deporte del VPDS para los ítems 6 y 7	64
4 Distribución porcentual de las respuestas aportadas por el personal docente adscrito al Subprograma de Educación física y deporte del VPDS para los ítems 8 y 9	65
5 Distribución porcentual de las respuestas aportadas por el personal docente adscrito al Subprograma de Educación física y deporte del VPDS para los ítems 10 y 11	67
6 Distribución porcentual de las respuestas aportadas por el personal docente adscrito al Subprograma de Educación física y deporte del VPDS para los ítems 12 y 13	68
7 Distribución porcentual de las respuestas aportadas por el personal docente adscrito al Subprograma de Educación física y deporte del VPDS para los ítems 14 y 15	69



**UNIVERSIDAD NACIONAL EXPERIMENTAL DE LOS LLANOS
OCCIDENTALES EZEQUIEL ZAMORA
VICERRECTORADO DE PLANIFICACIÓN Y DESARROLLO SOCIAL
COORDINACIÓN ÁREA DE POSTGRADO
MAESTRÍA EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN SUPERIOR
MENCIÓN DOCENCIA UNIVERSITARIA**

**MASAJE DEPORTIVO COMO UNIDAD CURRICULAR OBLIGATORIA
PARA LA RESIGNIFICACIÓN DE LA CARRERA LICENCIATURA EN
EDUCACIÓN, MENCIÓN EDUCACIÓN FÍSICA DEPORTE Y
RECREACIÓN DEL VPDS (2018).**

Autor: Luis A, Alvarado G.

Tutora: Alis Coromoto Toro

Fecha: Noviembre 2018

RESUMEN

La investigación se orienta hacia el Masaje Deportivo como Unidad Curricular Obligatoria Para la Resignificación de la Carrera Licenciatura en Educación, Mención Educación Física Deporte y Recreación del vpds (2018). El estudio se fundamentó en un enfoque cuantitativo bajo la Modalidad de Proyecto Factible sustentada en una investigación de tipo descriptiva apoyada en un diseño de campo. La población estuvo conformada por veinte (20) sujetos por tener la particularidad de ser un grupo pequeño no fue necesario seleccionar muestra alguna. Por lo que la misma, quedo conformada por veinte sujetos, es decir el 100% del personal docente adscrito al subprograma de Educación física y deporte de la VPDS. Para la recolección de los datos se elaboró un cuestionario con quince (15) ítems, de escalamiento de Likert con las alternativas de respuestas Siempre, Casi siempre, Algunas Veces, Casi Nunca y Nunca; siendo validados a través del juicio de expertos y determinada su confiabilidad por medio del Coeficiente de Alpha de Cronbach; además de utilizar el análisis descriptivo en los resultados, se concluyó, que se diseñará una propuesta curricular, debido a.la necesidad de incorporar la enseñanza de técnicas y elementos básicos del masaje deportivo en la carrera de educación física y deporte.

Descriptor: Educación Física Deporte y Recreación, Masaje Deportivo, Unidad curricular.

INTRODUCCIÓN

El masaje es un excelente medio para devolver a nuestras vidas el relajante poder del tacto que nos estimula y nos gratifica emocionalmente. Debido a la sensibilidad de la piel, el masaje puede mejorar la función de las glándulas órganos y nervios mientras relaja los músculos y proporciona un sentimiento emocionalmente positivo.

En este sentido, Galloway, 2004 indica que el masaje deportivo es utilizado con el fin de preparar la competición y recuperar después de esta, así como realizar tratamientos específicos en la recuperación de lesiones.

Cabe destacar el papel que juega el masaje deportivo dentro de la sociedad actual, se puede afirmar que se trata de un recurso terapéutico profundamente arraigado dentro del cuerpo del conocimiento de la fisioterapia.

En este orden de ideas, se puede resaltar que el masaje es importante para el bienestar psíquico y físico del hombre, está constituido por la aplicación rítmica de movimientos individuales en una secuencia dirigida a un fin concreto.

Por todo lo referido se propone el masaje deportivo como unidad curricular obligatoria para la resignificación de la carrera licenciatura en educación, mención educación física deporte y recreación, donde se estimule la aplicación del masaje deportivo como método terapéutico para el tratamiento de trastornos, enfermedades, lesiones, entre otras y a la vez utilizarlo como habito de relajación. La naturaleza de la investigación es de carácter cuantitativo, y se estructuró en seis capítulos, distribuidos de la siguiente forma:

En el Capítulo I El problema: se selecciona y define el tema de investigación, se plantea la situación problemática y conjuntamente se elaboran los objetivos y justificación de la investigación. Capítulo II Marco Referencial: se revisan los antecedentes que orientan la presente investigación, además de las bases teóricas, definición de términos básicos y operacionalización de las variables. El Capítulo III Metodología: se definirá la metodología a seguir, tomando en cuenta el tipo y diseño

de la investigación, la selección de la muestra, los instrumentos y se consideran los procesos de tabulación y análisis para procesar la información obtenida.

Capítulo IV Análisis y Presentación de resultados, aquí se detallan los resultados del diagnóstico, una vez obtenida la información a través de los instrumentos, se elaboraron las tablas estadísticas que apoyaran el análisis descriptivo del proyecto. Seguidamente el Capítulo V Contempla las conclusiones y las recomendaciones: se presentan las conclusiones y las recomendaciones de la investigación. Finalmente. Capítulo VI, Detalla, la propuesta, justificación, objetivos de la propuesta, factibilidad de la propuesta, desde el punto de vista técnico, legal y político. Se presentan las Referencias Bibliográficas y Anexos referidos a la investigación.

CAPITULO I

EL PROBLEMA

El masaje surge como un método para mitigar el malestar tras las diversas actividades del hombre arcaico por la sobrevivencia y por esta razón es el método más antiguo que permite mantener, recuperar y curar la salud.

En el antiguo Egipto podemos encontrar pinturas y pergaminos con referencias al masaje con fines de relajación y terapéutico. Desde aquí obtenemos la primera cultura de la que se tiene registro que utilizo el masaje como medio de preparación mantención y recuperación de deportistas, partiendo de aquí los griegos fueron los más interesados en la belleza y la educación física, donde todas las clases sociales empleaban el masaje con diversos fines. De allí que **Ibn Sim** quien fue un médico de Asia Central para la década del siglo X platicaba sobre el masaje preparatorio para el ejercicio y masaje de recuperación o relajación realizado después de la práctica deportiva para eliminar toxinas de los músculos y reducir la fatiga.

Posteriormente el masaje juega un importante papel en el deporte soviético. **Sarkisov Serazini (1887 – 1964)** es considerado el fundador del masaje deportivo propiamente dicho. Debido al desarrollo del deporte, a partir de 1922 se realizan investigaciones guiadas por él para optimizar el rendimiento. En la actualidad se extiende la aplicación en el ámbito deportivo, tanto profesional como aficionado y también se emplean en otras actividades.

En la actualidad donde los ciudadanos viven tenazmente sometidos a diferentes actos de índole psicológica debido a las exigencias de un mejor estilo de vida por la búsqueda decidida de una posición socio económico apropiado, la mala alimentación, el mal estado del aire, los accidentes, los hábitos de vida sedentaria, el estrés y la contaminación del medio ambiente, es que el masaje recobra importancia como medio de restauración a través de la relajación que proporcionan las diferentes manipulaciones. La aplicación de las manipulaciones del masaje ha ido penetrando los diferentes espacios del hombre. En el deporte como fenómeno social que mueve masas, se pone de manifiesto de igual forma su aplicación por lo que se hace

necesario que la sociedad reconozca como medio de distracción, prevención e higiene mental y que no escape a las utilidades del masaje.

En este orden de ideas podemos manifestarles que el masaje deportivo es considerado hoy día dentro de la preparación de los deportista una de las actividades más importante al igual que el entrenamiento la nutrición y el descanso.

Y a pesar de tantos estudios científicos sobre el masaje deportivo y su beneficio en el deporte y al ser humano son muy pocas las ofertas de estudio que promuevan la incorporación del masaje en los países de sur América y Venezuela no escapa de esa realidad, y barinas del mismo modo se encuentra inmersa en ese entorno, quienes llenan las características para ejercer dicha práctica los docentes de educación física deporte y recreación, ya que poseen las bases teóricas de algunas unidades curriculares básica como anatomía, fisiología, análisis integral del movimiento, que son las áreas que deben conocerse, faltando solamente los elementos teóricos practico del masaje deportivo, que permitirá mejorar el perfil del egresado de educación física deporte y recreación además de ampliar su accionar en el campo laboral por esta razón surge la necesidad de realizar este proyecto científico titulado: masaje deportivo para la resignificación de la carrera licenciatura en educación mención educación física deporte y recreación del VPDS (2018).

Donde no solo se incorpore el masaje a los deportistas, si no que permita también detectar lesiones, utilizarlo como medio preventivo y en la rehabilitación como método de una vida saludable sana, de allí la necesidad de incluir los contenidos en una unidad curricular de masaje deportivo dentro del componente de formación de los estudiantes de educación física deporte y recreación de la UNELLEZ. De estas reflexiones nacen las siguientes interrogantes:

¿En qué situación se encuentra el masaje deportivo en relación con el perfil profesional de estudiantes y profesores en la carrera de educación física y deporte del VPDS?

¿Qué grado de factibilidad social, técnica-académica y política tiene la incorporación del sub proyecto de masaje deportivo como unidad curricular

obligatoria para la resignificación de la carrera licenciatura en educación, mención educación física deporte y recreación del VPDS (2018)?

¿Cuáles serán los beneficios que traerían a la comunidad universitaria y a su entorno social el sub proyecto de masaje deportivo como unidad curricular obligatoria para la resignificación de la carrera licenciatura en educación, mención educación física deporte y recreación del VDPS (2018)?

¿Cuál sería la propuesta del sub proyecto de masaje deportivo como unidad curricular obligatoria para la resignificación de la carrera licenciatura en educación, mención educación física deporte y recreación del VPDS (2018)?

OBJETIVOS

Objetivo General

Proponer el masaje deportivo como unidad curricular obligatoria para la resignificación de la carrera licenciatura en educación, mención educación física deporte y recreación del VPDS (2018)

.

Objetivos Específicos

.- Identificar la situación del masaje deportivo en relación con el perfil profesional de estudiantes y profesores en la carrera de educación física y deporte del VPDS.

.- Determinar el grado de factibilidad social, técnica-académica y política que tiene la incorporación del sub proyecto de masaje deportivo como unidad curricular obligatoria para la resignificación de la carrera licenciatura en educación, mención educación física deporte y recreación del VPDS (2018).

.-Establecer los beneficios que traerían a la comunidad universitaria y a su entorno social la propuesta del sub proyecto de masaje deportivo como unidad curricular obligatoria para la resignificación de la carrera licenciatura en educación, mención educación física deporte y recreación del VPDS (2018).

.-Diseñar la unidad curricular de masaje deportivo para la resignificación de la carrera licenciatura en educación, mención educación física deporte y recreación del VPDS (2018).

JUSTIFICACIÓN

El estudio de la investigación tiene como propósito fundamental proponer el masaje deportivo como unidad curricular obligatoria para la resignificación de la carrera licenciatura en educación, mención educación física deporte y recreación del vicerrectorado de planificación y desarrollo social de la UNELLEZ. (2018)

En este sentido se puede agregar que las áreas de masaje deportivo terapéutico constituyen hoy día una de las herramientas más importante en la medicina preventiva, que debe utilizarse para mejorar las condiciones físicas y de salud.

Es conveniente señalar que la sociedad en la que coexistimos, es la sociedad de las diligencias y del estrés, de los sufrimientos y de los nerviosismos, nuestro estudiantes no traspasan por alto este tipo de sociedad actual, quizás otros no pasan por esta situación, pero pueden estarlo y para eso estamos nosotros para ayudarles en esta incorporación haciéndoles la vida un poco mejor.

Por consiguiente con la incorporación de la unidad curricular del masaje deportivo se pretende ofrecer a los profesores, obreros, administrativos y estudiantes una manera de brindar las herramientas necesarias para poder “recibir y dar” relajación, de disfrutar con pequeños placeres que estén en sus manos y que puedan ofrecer a los demás, teniendo en cuenta que no podemos olvidar tampoco, que quien da, recibe y que mejor manera de poder compartir esas experiencias.

En este mismo orden de ideas, debemos identificar que el sentido del tacto es uno de los sentidos más trabajados en educación física por; profesores, recreadores, entrenadores y terapeutas, se hace necesario e indispensable que los estudiantes egresados en la carrera de educación física, deporte y recreación conozcan y manipulen los elementos o técnicas básicas del masaje deportivo.

Por lo anteriormente esbozado, esta investigación constituye un aporte muy significativo para el desempeño del estudiante en su vida profesional, además de permitirle al egresado del VPDS de la UNELLEZ, tener la posibilidad de ampliar su campo laboral. De allí que este estudio sirva de beneficio para la formación de los futuros especialistas en el área de educación física deporte y recreación.

La línea de investigación que sigue este trabajo de grado se encuentra enmarcada en el área de educación física deporte y recreación, el cual está encaminado a nuevos conocimientos teóricos y prácticos con aplicación de estrategias, que contribuyan a mejorar la calidad del proceso de enseñanza aprendizaje.

ALCANCES Y DELIMITACIONES DE LA INVESTIGACIÓN

ALCANCES DE LA INVESTIGACIÓN

Los temas relacionados con el masaje deportivo, en el campo deportivo y de salud generan muchas expectativas en relación a la utilización y aplicación como medida de rehabilitación y terapéutica, generando las posibilidades a los profesionales egresados del VPDS poseer otro campo laboral, además con la inserción de una nueva unidad curricular en la carrera de educación física deporte y recreación, permitirá un avance exitoso en relación a la actualización de las nuevas herramientas aplicadas para el desarrollo de los deportistas de alto rendimiento.

Los conocimientos en la actualidad de los profesionales y estudiantes sobre esta temática es extinguida y no le dan la importancia al aprendizaje de esta herramienta que permite mejorar el rendimiento deportivo, además de utilizarse como medicina preventiva, hoy día es una herramienta de la era moderna debido al contexto que vivimos de estrés, angustia, molestias y las preocupaciones del día a día, por esta razones es que nosotros encaminamos nuestra investigación a proponer el masaje deportivo como una unidad curricular obligatoria, que les permitan a los estudiantes del área deportiva obtener aspectos valorativos, de preocupación y participativos con la finalidad de mejorar y renovar el pensum curricular en relación al perfil del nuevo profesional en educación física deporte y recreación.

DELIMITACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN

La temática de nuestro trabajo de investigación está dirigida o determinada como una propuesta de Proponer el masaje deportivo como unidad curricular obligatoria para la resignificación de la carrera licenciatura en educación, mención educación física deporte y recreación del VPDS (2018).

Nosotros ajustaremos nuestro trabajo de investigación a las condiciones o realidades que establezcan las normativas de la Universidad Nacional Experimental de los Llanos Occidentales Ezequiel Zamora en un lapso considerado de tres (03) meses aproximadamente

CAPITULO II

MARCO TEÓRICO

A continuación se presentarán una serie de aspectos históricos e investigativos son analógicos con el trabajo en estudio, así como los vínculos teóricos y legales que sustentan la investigación, para la cual se analizarán dos aspectos, el histórico y el investigativo pueden ser definidos como el compendio de una serie de componentes conceptuales sirven de plataforma a la investigación por realizar. Según **Sabino (2002)**, sostiene “Dar a la investigación un sistema coordinado y coherente de conceptos y proposiciones que permitan abordar el problema” (p. 47).

En razón al estudio, se efectúa el marco teórico el cual tiene como finalidad de hacer referencias a teorías e informaciones relacionadas con el tema de investigación, describir los antecedentes, bases teóricas relacionadas con las variables y otros; con el propósito de darle fundamentación al trabajo a realizar, de allí a saber. Referente al marco teórico, **Arias (2012)**, expresa es el producto de la revisión documental y bibliográfica; el cual consiste en una recopilación de ideas, posturas de autores, conceptos y definiciones, que sirven de base a la investigación documental que fundamenta el estudio” (p. 62).

Por lo antes expuesto, ningún hecho puede abordarse sin una adecuada conceptualización, sobre cada problema se plantean referentes teóricos y conceptuales, ideas e informaciones, por más que éstas tengan todavía una índole difusa y sistémica, para terminar afirmando en el marco teórico se refiere a hacer explícitos los conceptos y supuestos, dan origen a la investigación, lo cual constituye el propósito del marco teórico.

Antecedentes de investigación

Están constituidos por investigaciones efectuadas con anterioridad, que guardan relación con el objeto de estudio, con el fin de sustentar, orientar y ampliar todo lo referente a la presente investigación, estos son definidos por **Hurtado y Toro (2007)**, como “una síntesis conceptual de investigación o trabajos realizados sobre el tema formulado” (p. 66).

Antecedentes Históricos

Las primeras evidencias escritas en correspondencia al masaje surgen en china en un tratado sobre ejercicio físico y masaje denominado Kong-fou (2700 a.c.) en la antigua Grecia, el médico griego Hipócrates (460 – 377 a.C.) Indicaba las frotaciones como tratamientos para la rigidez muscular; más tarde con el imperio Romano, los médicos Celso (25 a.c. y 50 d.c.) y Galeno (199 – 129 a.c.) escribieron extensamente sobre el valor terapéutico del masaje y técnicas utilizadas para su aplicación. Sin embargo, en las culturas occidentales, la asociación entre masaje y medicina fue disminuyendo a partir de la caída del imperio Romano. Aunque la práctica del masaje continuó como una medicina popular durante la Edad Media, la sociedad asocio el masaje a la medicina alternativa y a la curandería. Lo que hizo que el masaje se alejase de la comprensión de la medicina establecida. Esta división continuó durante la primera parte del siglo XX.

Poco después, en la última parte del siglo, el médico Holandés Johann Mezger, conocido como el fundador del masaje científico, reintrodujo exitosamente el masaje en la comunidad científica, presentándolo a sus colegas como un tratamiento médico y codificando algunos de sus elementos con términos que aún hoy están en uso. El interés en el masaje terapéutico ha seguido creciendo entre la comunidad científica y los consumidores de esta modalidad terapéutica. Actualmente en los Estados Unidos, el masaje terapéutico, es uno de los tratamientos de mayor crecimiento de la medicina alternativa y complementaria, esta medicina utiliza prácticas y sistemas no incluidos en la medicina convencional **Anguelo (2000)**. El masaje terapéutico es una industria millonaria en los estados unidos, como así lo atestiguan los 18 millones de personas que reciben masaje anualmente en este país, y aunque aún no son demasiados conocidos sus efectos fisiológicos en el campo de la salud.

En Japón el uso del masaje deportivo y terapéutico está muy extendido y no solo el pueblo japonés sino que también su gobierno aconsejan el masaje para la mejoría de sus síntomas físicos, para conseguir un bienestar, disminuir el estrés y aumentar la relajación, además, el propio gobierno japonés asegura que los masajistas

han pasado tres años de estudio y un examen final práctico a nivel nacional lo que garantiza su formación para poder ejercer esta terapia.

En este mismo orden de ideas, **Beck (2000)**, manifiesta que en la antigua Roma, el masaje ya se utilizaba para curar y rejuvenecer a los heridos de guerra. Durante muchos años, los grandes atletas europeos y soviéticos incluían el masaje en sus intensas rutinas de entrenamiento.

Como hemos visto, el masaje ha sido usado como medida de rehabilitación y de relajación desde hace miles de años, en los últimos años han aumentado los requerimientos del masaje deportivo entre los atletas de alta competencia, para recuperar su capacidad física, así como para realizar tratamientos específicos en la recuperación de las lesiones, **Arroyo Morales (2006)**, si centramos nuestra atención en el papel que juega la masoterapia dentro de la sociedad actual, podemos afirmar que se trata de un recurso terapéutico profundamente arraigado dentro del cuerpo de conocimiento de la fisioterapia. Además se trata de una modalidad que crece en popularidad entre la población en las últimas décadas, precisamente por esta gran popularidad del masaje en atletas, debe prestarse atención a la preparación de especialistas de esta forma de tratamiento, además parece prudente seguir investigando la eficacia de este tratamiento.

Antecedentes Investigativos

Para el desarrollo de la presente investigación se realizó una revisión bibliográfica con respecto a trabajos precedente a la misma, encontrándose estudios que sirvieron de apoyo referencial para el desarrollo de variables y objetivo de la temática estudiada, los cuales se mencionan a continuación:

Sobre el particular, **Basco (2013)**, en su tesis doctoral titulada: “El Masaje Deportivo y su Influencia en el Rendimiento Muscular”. El cual trata de una investigación de carácter cuantitativo, respondiendo a un diseño experimental verdadero, en el que tomaron parte un total de 45 sujetos de los que 23 formaron el grupo experimental (a los que se les aplico un masaje de descarga y pasados 30 días, se les aplico un masaje estimulante) y 22 el grupo de control (a los que se les aplico laser sin efectos terapéutico). De los 45 sujetos 21 eran mujeres y 24 hombres. En los

grupos, distribuidos aleatoriamente, se estudiaron variables relacionadas con el momento de fuerza y el trabajo, en el estiramiento pasivo, en la contracción concéntrica a 180° en la contracción concéntrica a 60° y en la contracción excéntrica a 60° en un dinamómetro isocinético.

También se estudió la percepción del dolor por medio de una escala visual analógica (EVA) al término de cada test. Obteniendo como resultado que con el masaje de descarga se disminuye el trabajo necesario para estirar pasivamente el grupo muscular y con el masaje estimulante se reduce el momento de fuerza necesario para estirar pasivamente el grupo muscular, observándose en ambos casos un mejor comportamiento del grupo femenino. Llegando a la conclusión con los resultados obtenidos que ambos masaje se muestran efectivos en mejorar el rendimiento del grupo muscular al mejorar el momento de fuerza y el trabajo muscular tras su aplicación. Solo con la aplicación del masaje estimulante mejora la percepción del dolor.

Este trabajo constituye un aporte para la investigación propuesta, por cuanto tiene como objetivo, demostrar la influencia del masaje deportivo en el rendimiento muscular, así como la utilización del mismo como medio terapéutico, permitiendo dar a conocer que a través de la aplicación de los elementos técnicos se mejora el trabajo de fuerza, por consiguiente se manifiesta el beneficio que se logra a través de la aplicación del masaje y la importancia que este genera en los planos musculares.

Para **Vladimir (2013)**, en su trabajo titulado; “Aplicación del Masaje Deportivo Pre-Competición para Evitar Contracturas del Músculo Cuádriceps Femoral en Futbolistas de 17 a 25 años del Club Técnico Universitario de Ambato en el Período Enero-Diciembre 2012.” El cual tenía como objetivo Identificar la eficacia de la aplicación del Masaje deportivo pre-competición para evitar las contracturas del músculo cuádriceps femoral en futbolistas de 17 a 25 años del Club Técnico Universitario, para verificar la eficacia de la aplicación del masaje deportivo pre-competición en los futbolistas, fue planteada la siguiente hipótesis: la aplicación correcta del masaje deportivo pre-competición evitara que se produzcan contracturas

en el musculo cuádriceps de los futbolistas del Club Técnico Universitario, que será verificado mediante encuestas al cuerpo técnico, médico y jugador de futbol.

La presente investigación tiene como base en un enfoque crítico propositivo, puesto que estudiaran y diagnosticaran la esencia del problema a investigar, evaluando y analizando el mismo para una mejor comprensión, interpretación y explicación del tema objeto de estudio. Para realizar el trabajo de investigación se utilizó la investigación de campo, bibliográfico, que nos orienta a obtener los datos precisos para cubrir las expectativas de los objetivos planteados. Obteniendo como resultado que “la aplicación correcta del masaje deportivo pre-competitivo evitara que se produzcan contracturas en el músculo cuádriceps de los futbolistas del club técnico universitario”.

Así mismo **Velázquez, H (2012)**, en su trabajo de grado titulado; “Masaje Deportivo y Vendaje Funcional aplicados Profilácticamente, para Evitar Lesiones de Tobillo, Antes de una Actividad Deportiva en Futbolistas entre las Edades de 13 a 17 años del Club Social y Deportivo Xelajú mc”. Para optar al título de fisioterapeuta en el grado académico de licenciado. En este estudio se propuso como objetivo, establecer los beneficios del masaje deportivo y vendaje funcional como método profiláctico para evitar las lesiones de tobillo. Se trabajó con 34 jóvenes que sufrieron lesiones en el torneo anterior, entre las edades de 14 a 17 años.

El tipo investigación es de carácter cuantitativo, Indicando un diseño experimental verdadero, y se obtuvo como resultado la disminución de lesionados la cual llego al culminar el torneo con 4 atletas, se concluyó que las técnicas del masaje deportivo y el vendaje funcional profiláctico, van encaminado a la prevención, corrección y mejoramiento de las lesiones en los jugadores.

Estas investigaciones aportan relevancia para el trabajo en estudio, por cuanto hacen referencia a muchos aspectos relacionados con las actividades que se realizan en una unidad de masaje deportivo y terapéutica entre los que puedo mencionar; aplicación de masaje, demostrar los beneficios del masaje deportivo, aplicación de vendaje funcional profiláctico, mejoramiento de las lesiones en los jugadores a través de la aplicación de técnicas de masaje, que demuestran que la aplicación del mismo se

utiliza como una medida preventiva, manifestando una vez más la importancia que tiene el masaje en el ámbito deportivo y pone en evidencia la necesidad de que los promotores, profesores de educación física, entrenadores y recreadores, deban conocer y manejar los elementos y técnica básica como una medida provisional a que los deportistas sufran lesiones o contrasiones.

Por su parte, **Aurora (2015)** en su trabajo para optar al grado académico de Magíster Desarrollo Curricular, el cual lleva por título: competencias del meso proyecto curricular del Curso de Formación Docente para profesores adscritos a la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad de Carabobo. Se llevó a cabo a través de una investigación curricular fundamentada en una investigación de campo y siguiendo la metodología del enfoque Ecosistémico-Formativo propuesto por Durant y Naveda (2012) para la transformación curricular por competencias de la Universidad de Carabobo. La muestra seleccionada estuvo conformada por los docentes que imparten el curso actual y la coordinadora del programa lo que representa el total de la población. Las técnicas utilizadas fueron las de grupo focal y lluvia de ideas a través de plenarias e ideas generadoras. Se utilizaron instrumentos de recolección diseñados por la Dirección Central de Currículo de la Universidad de Carabobo (2012), adaptados y adecuados, tanto para los procesos de deconstrucción, y de reconstrucción, como para el de validación de las competencias (global y específicas). Se obtuvieron como resultados las competencias globales, específicas y transversales del programa, así como también la malla curricular con 7 períodos y 4 módulos de competencia: Fundamentos en Educación, Investigación y Emprendimiento, Tecnología y Docencia.

Así mismo **Oquendo, J (2012)** En su trabajo especial de grado para optar al título de Especialista en administración deportiva. El cual tenía por objeto, proponer la creación de la unidad de educación física, deporte y recreación en la escuela básica “Juan Antonio Pérez Bonalde” Municipio Cabinas, Estado Zulia. En el marco teórico se abordaron temas relacionados con la educación física, deporte y recreación tomando en consideración autores como Vaca (2005), Huzinga y Callillos (2001), Balázquez (2001), Vera (1999), entre otros. También se presenta la estructura

organizacional de la propuesta. Con relación a la metodología usada, se ubicó la investigación entre los proyectos factibles, apoyado en una investigación descriptiva y documental. La población estuvo constituida por 20 docentes y directivos, 76 padres y representantes. Para el caso de los docentes y directivos se tomó la muestra censal. Para los padres y representantes, se calculó una muestra referencial de acuerdo al criterio de Sierra Bravo (1976). En la recolección de la información, se utilizó un instrumento compuesto por 19 ítems aplicado a docentes, directivos, padres y representantes. La validez del instrumento fue por criterio de contenido, para ello se consultó la opinión de cuatro (4) especialistas. La confiabilidad del instrumento fue de: 80.42% medido de acuerdo al criterio del 50%. Para el análisis estadístico, se aplicó la media permitiendo la categorización de ítems, indicadores, dimensiones así como de la variable en estudio, donde se pudo conocer que dentro de la institución se consideran las necesidades e intereses de la comunidad educativa en cuanto a la educación física, deporte y recreación, por otra parte, las personas tienen la oportunidad de materializar sus derechos primordiales en lo económico, político, social y cultural, lo cual permitió describir el significado para las dimensiones: Necesidades e intereses de la comunidad educativa y Elementos de la educación física, deporte y recreación que contribuyan en la formación de la comunidad educativa. Entre las conclusiones quedó establecida la necesidad de crear la unidad de educación física, deporte y recreación en la E.B. “Juan Antonio Pérez Bonalde” donde el desarrollo humano, se logrará a través de la práctica sistemática en dicha institución. Por tanto, es recomendable el apoyo de los padres y representantes en la planificación de actividades deportivas y recreativas para la comunidad.

En este mismo orden de idea podemos declarar que los trabajos anteriores tienen gran relevancia en nuestro trabajo de investigación ya que los mismos realizan propuestas curriculares encaminadas a mejorar el nivel académicos de dichas instituciones, debido a las diferentes necesidades planteadas por los autores, demostrando de esta forma que es necesario estar en constante actualización y perfeccionamiento en pro de la sociedad.

Bases Teóricas

Definición de masaje:

El término de masaje proviene de la palabra francesa “massage” o del árabe “mase” que significa tocar o palpar. El masaje es un sistema basado en datos científicos y comprobados en la práctica que abarca manipulaciones de influencia mecánica sobre el organismo de pacientes y atletas, pudiendo ser aplicadas con las manos o con aparatos con el objetivo de desarrollar y restablecer funciones del organismo y también influir en la coordinación muscular. También se define como el conjunto de actividades especiales que ejercen una acción dosificada mecánica y refleja en los tejidos y órganos del ser humano. (Biriukov, 1999.).

Clasificación general del masaje:

a) Masaje manual:

Es el que realiza el masajista con sus propias manos pudiendo ser:

Masaje higiénico: Método eficaz para conservar y elevar el estado funcional del organismo aplicado como auto masaje	Masaje estético: Es aquel que se utiliza para mejorar el estado de la piel de la cara, cabeza y cuello, para preservar la piel contra arrugas y envejecimiento, así como para fortalecer el cabello.
---	--

b) Masaje acupuntural:

Es un tipo de masaje manual terapéutico con agujas, proveniente de la medicina tradicional china “Chon Dsiú”, basado en los puntos de influencia distribuidos por todo el organismo, que consiste en taladrar y liberar energía corporal en algunos puntos del cuerpo con una aguja sostenida por los dedos, de esta forma, por vía refleja el sistema nervioso puede alterarse o cambiar funciones de diferentes órganos y sistemas, como el sistema endocrino, digestivo, respiratorio, circulatorio y otros.

Hoy en día este masaje es empleado con eficiencia en diferentes clínicas neurológicas, del dolor y en otras de diferentes especialidades.

c) Masaje con aparatos:

El hombre en su tentativa de perfeccionar y hacer más eficaz el masaje ha tratado de sustituir las manos del masajista por diferentes aparatos, los cuáles además de facilitar su labor permite brindar atención a mayor número de pacientes, aunque estos no pueden sustituir completamente las manos, dirigidas conscientemente y capaces de percibir en la piel y los músculos sus más mínimas reacciones.

d) Masaje vibratorio:

En este masaje se utilizan aparatos eléctricos especiales que producen determinado número de vibraciones por segundos, que pasan a las regiones que se están manipulando, aunque este siempre es conveniente utilizarlo combinado con el masaje manual para lograr un efecto más profundo en el sistema neuromuscular.

e) Masaje ultrasonoro:

Se utiliza ampliamente como medio terapéutico físico, las ondas ultrasónicas son creadas por aparatos especiales eléctricos, donde las frecuencias de oscilación varían de 800 a 2500 Hertz, produciendo un micro masaje a nivel celular.

f) Hidromasaje:

Durante los últimos años ha tenido una amplia difusión terapéutica y deportiva, distinguiéndose varios tipos como son:

- Manual bajo la superficie del agua
- Aplicado bajo la presión de una columna de agua
- Aplicado bajo la presión alta de un chorro de agua (hasta 10 atmósferas) Debemos tener en cuenta en este masaje que el calibre o diámetro del chorro de la columna de agua, según sea el caso, ejerce una función taladradora o superficial.

Condiciones técnicas e higiénicas del masaje

Características del local:

- El local de masajes debe estar bien ventilado y si es necesario utilizar aparatos de extracción de aire, aire acondicionado, grandes ventiladores o grandes ventanales, pero que no sea muy frío, debe existir una temperatura adecuada, alrededor de los 22 0centígrados.
- Debe ser un local seco, donde la humedad relativa no debe sobrepasar el 60 %.
- Con una iluminación adecuada.

- Con duchas para garantizar el baño del deportista antes de la sesión de masaje.

Mobiliario adecuado:

- Mesa para la aplicación del masaje con las siguientes dimensiones, aproximadamente:
175-190 cm de largo, 55 cm de ancho, 70 cm de alto.
- Rodillos o cabeceras ajustables a las mesas.
- Presentar archivo para documentos, sábanas, toallas, jabón y talco, aceites o linimentos.
- Escalera-banco de dos peldaños para el masajista.

Características del masajista:

- La persona que va a llevar a efecto el masaje debe tener conocimientos de anatomía y fisiología y dominar a la perfección las técnicas del masaje, manos limpias y uñas cortas.
- No debe portar prendas que puedan dañar al deportista o paciente.
- Debe llevar un vestuario adecuado para la actividad, preferentemente mangas cortas.
- Economizar la energía, debido a que la actividad requiere de mucho esfuerzo y debe mantener su capacidad de trabajo en toda la jornada.
- Debe planificar su trabajo para realizar las sesiones más largas y difíciles al principio de la jornada, alternándolas con las sesiones más fáciles.
- Se recomienda hacer 2 ó 3 descansos de entre 5 y 10 minutos.
- Debe tener amplios conocimientos de las características específicas del deportista o sujeto a masajear, es decir, su estado funcional, la hora del día que sea más efectiva para el tratamiento, etc.
- Debe conocer las particularidades de cada deporte y determinar en qué grado trabajan los grupos musculares durante el entrenamiento o competencia. Esto se logra mediante un trabajo coordinado con el entrenador y el médico.

Características del deportista o paciente:

- No debe recibir las aplicaciones del masaje con la piel sucia.

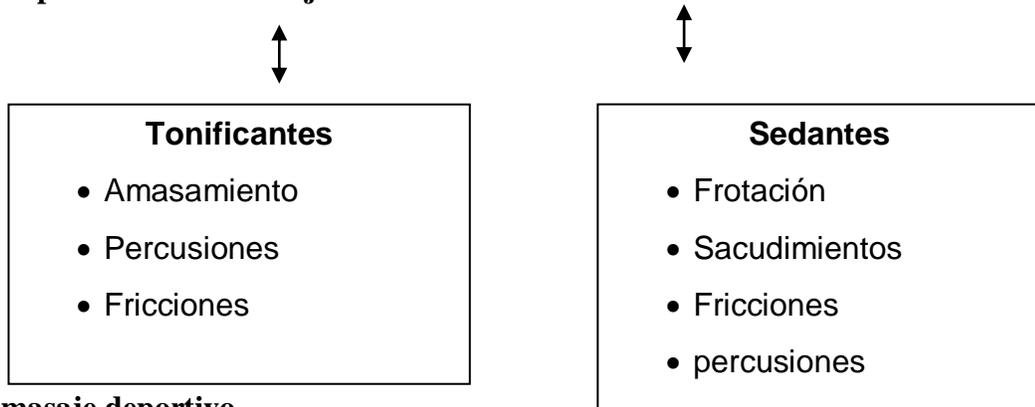
- Para garantizar la efectividad del masaje es de vital importancia no presentar contraindicaciones del médico o entrenador.
- El vestuario debe ser lo más ligero posible, en el caso de los hombres, trusa y las mujeres, blusa abierta atrás y sin mangas.

Descripción y clasificación de las manipulaciones del masaje.

El masaje manual es el que realiza el masajista con sus propias manos a través de las seis manipulaciones fundamentales que son:

- Fricción
- Frotación
- Amasamiento
- Percusión o golpeteo
- Movilizaciones pasivas
- Sacudimiento
- Las manipulaciones del masaje se dividen en tonificantes y relajantes, e inclusive algunas pueden tener ambos efectos sobre el organismo de acuerdo a la velocidad y profundidad con que se lleven a cabo.

Manipulaciones del masaje



El masaje deportivo

Es el que se aplica al deportista activo con el fin de perfeccionar las cualidades físicas, recuperar y elevar la capacidad de trabajo deportivo. **Espasa, (2006)**. Este tipo de masaje forma parte del sistema de entrenamiento deportivo, teniendo como objetivos generales:

- Favorecer el logro rápido de la forma deportiva.

-Conservar la forma deportiva por tiempo prolongado.

-Preparar al deportista de manera afectiva con vistas a la competencia. Contribuir a que el deportista pueda luchar más fácilmente contra la fatiga.

De acuerdo con el momento y los objetivos a lograr con la aplicación del masaje deportivo, este podemos dividirlo en los siguientes tipos.

Clasificación del masaje deportivo:

De acuerdo con los objetivos y tareas del masaje deportivo se puede clasificar en:

1 Masaje de entrenamiento

2 Masaje Preparatorio

3 Masaje de recuperación.

Masa de entrenamiento:

Es el que se aplica en los intervalos de entrenamiento, como método para preparar los deportistas para las sesiones de entrenamiento que siguen, es muy utilizado cuando se realiza más de una sesión de entrenamiento.

Objetivos:

- Mejorar la capacidad de trabajo general del organismo del deportista.
- Aumentar las posibilidades funcionales del organismo.
- Perfeccionar la actividad del sistema nervioso central (regular los procesos de excitación e inhibición).
- Mantener y aumentar el rendimiento deportivo el atleta.

Su aplicación según el propósito:

El masaje de entrenamiento puede ser general y local. Su duración es de 45 a 120 minutos, el local dura de 20 a 40 min, también constituye un método eficaz la combinación del masaje general y local, primero aplicamos un masaje general, menos en la parte que más nos interesa, en la cual aplicamos una sesión local. En este tipo de masaje se emplean todas las manipulaciones, el amasamiento ocupa el 50% del total del tiempo de la sesión, la frotación un 40 % y las demás un 10 %. Se presta una especial atención al amasamiento, frotación, y las movilizaciones pasivas de las articulaciones.

La intensidad y la profundidad de las manipulaciones dependerán de la reacción individual del deportista, de la etapa del entrenamiento y del hábito que tenga del masaje. El masaje de entrenamiento se ejecuta de 5 a 8 horas antes del entrenamiento o mejor aún en los días de descanso. Uno o dos veces semanales se puede aplicar el general al igual que el local.

Masaje Preparatorio:

Es el que se realiza de 10 a 20 minutos antes de la competencia.

Objetivos:

- Activar al máximo la capacidad funcional del organismo.
- Calentar los músculos y articulaciones.
- Mejorar el tono general del organismo o por el contrario disminuirlo en caso de pre arranqué.

Su aplicación según el propósito:

- El tiempo de aplicación de este masaje es de 5 a 15 minutos.
- El masaje preparatorio debe combinarse con el calentamiento al cual debe preceder, aunque también se puede aplicar de acuerdo al estado del deportista, una parte primero y el calentamiento y la otra después.
- De acuerdo a su objetivo el masaje preparatorio puede clasificarse en:
 - ✓ Excitante
 - ✓ Sedante
 - ✓ De calentamiento.

Masaje preparatorio excitatorio:

Se emplea cuando el atleta se encuentra apático antes de la competencia, por esta razón reacciona mal y pobremente en la actividad. En este caso nuestro objetivo es aumentar el tono general del organismo para lo cual empleamos manipulaciones aplicadas rápidas y enérgicas. Para lograr nuestro objetivo utilizamos amasamiento, golpeteos y sacudimientos.

Técnica de aplicación.

Comenzando por el plano posterior se aplican amasamientos rápidos y enérgicos comenzando por las piernas, muslos, y espalda, después retornamos espalda, muslos, y

piernas aplicando percusión para volver a subir realizando sacudimiento local en cada una de las partes, luego pasamos al plano anterior. En esto hacemos más énfasis en los músculos de los muslos y el tórax con la metodología anterior. Si es posible se aplica el sacudimiento general.

Masaje preparatorio sedante:

Es el que se aplica cuando el deportista se encuentra muy excitado antes de la competencia, por tanto su objetivo es disminuir el tono general del organismo. Para lograr esto hay que aprovechar el efecto que producen las fricciones y frotaciones aplicadas en superficies grandes del cuerpo (tórax, espalda, glúteos, muslos y nuca). Al aplicar el masaje a masas musculares grandes se pueden utilizar amasamientos suaves, alternándolos con fricción.

Las frotaciones y fricciones en superficies grandes de nuestro cuerpo causan influencias en el campo receptor, frenando y disminuyendo las reacciones del sistema nervioso.

Masaje preparatorio de calentamiento:

Decimos que es el que se aplica para calentar la musculatura y tejidos blandos en general para ello nos valemos de los efectos que producen las fricciones energéticas. Al aplicarse se produce la vasodilatación periférica, permitiendo la liberación del calor y mejorando las propiedades de los tejidos blandos.

Lo anterior es muy importante dentro del campo de los deportes, pues el mejorar las propiedades de los tejidos blandos, aumenta la temperatura y también la capacidad de trabajo. Además los tejidos se preservan de traumas y lesiones. Para reforzar la acción del masaje a veces se recurre, a diversos compuestos, algunos favorecen el calentamiento rápido de la piel y otros disminuyen el dolor en zonas traumatizadas.

Masaje de restablecimiento:

Es el que se aplica después de la competencias, entrenamientos y en los intervalos entre ellos.

Objetivos:

Contribuir a una recuperación más rápida y eliminar la fatiga en el menor corto plazo.

Aplicación según su propósito:

La duración del masaje de restablecimiento fluctúa entre 20 y 45 minutos. Antes de la sesión del masaje es conveniente una ducha caliente o baño de inmersión durante 8 o 10 minutos. En el masaje de restablecimiento se utilizan: fricción, frotación, amasamiento y movilizaciones pasivas. No se puede emplear golpeteo ni manipulaciones que provoquen dolores musculares ya que los mismos están cansados.

Se presta mucha atención en este tipo de masaje a los puntos de unión entre los músculos y tendones así como también en las articulaciones. Este masaje se realiza después de recibir una carga normal después de dos o tres horas en caso de una fatiga bastante grande, y en caso de sobrecarga después de 1 o 2 días.

En muchos deportes el masaje de restablecimiento o de recuperación de corta duración es indicados en los intervalos de la competencias o eventos (atletismo, lucha, natación etc.), en estos casos el carácter de las manipulaciones que se van aplicar deben corresponder en general al estado del deportista, es decir posee las misma tareas del masaje preparatorio.

Importancia del Masaje Deportivo:

La importancia del masaje dentro del campo del deporte es grande, pues gracias a él, la capacidad de trabajo se restablece más pronto, el cansancio desaparece, el deportista se mantiene en buen estado, etc. Por eso se debe aplicar en todos los casos cuando el deportista realiza un trabajo intenso.

Existen algunos entrenadores que todavía no creen en la eficacia del masaje, ya que no son capaces de analizar que la efectividad depende de la intensidad, duración metodológica y de las reacciones individuales. Además hay que tener en cuenta que no se debe aplicar el masaje por primera vez antes de una competencia, ya que la eficacia también depende de su regularidad, hábito del masaje, conocimientos del masajista, etc. Para aplicar el masaje deportivo, es necesario conocer el grado de participación de los músculos en la actividad. Por ejemplo podemos plantear que en los deportes que exigen mucha fuerza, hay que prestarle mayor atención al masaje de los músculos extensores de la espalda, extremidades superiores e inferiores,

abdominales y pectorales. En los gimnastas y lanzadores tienen gran importancia el masaje de las extremidades superiores.

En los corredores y saltadores se aplica un masaje riguroso en los glúteos, cuádriceps, gemelos y tibiales. En los deportes de resistencia se le presta un gran interés además de los músculos específicos que participan en la actividad, a los músculos respiratorios que también reciben una carga bastante fuerte durante el entrenamiento o eventos prolongados.

En conclusión, para aplicar masaje hay que apreciar y tener siempre presente la carga que recibe el deportista, por eso el masajista debe conocer las características del deporte, sus reglas, así como las características de cada deportista. Además es necesario que el masaje forme parte del plan de entrenamiento, por lo que ha de estar debidamente planificado en dependencia a la etapa de entrenamiento en que se esté. De esa forma las sesiones locales y generales de masajes se programan teniendo en cuenta las particularidades del entrenamiento y su influencia directa en diferentes grupos musculares.

Durante el periodo preparatorio cuando la preparación es general, la metodología del masaje no difiere marcadamente en los diferentes deportes, pero ya cuando se entra en las otras etapas del entrenamiento entonces hay que entrar en las especificidades, variando en dependencias del caso los objetivos.

Unidad Curricular

Es un término polisemántico que se usa indistintamente para referirse a planes de estudio, programas e incluso implementación didáctica. ... Objetivos Referenciales: Desarrollan los Objetivos Didácticos y se referencian a contenidos de un determinado tipo: conceptuales, procedimentales, actitudinales. (Pánszá, M. 2005).

Estructura de una unidad curricular:

Entendida como en último nivel de concreción de la planificación escolar, que ha de servir de guía y de organización de los Contenidos del Aprendizaje. Debe contener:

Introducción: Para situar la unidad curricular en el Conjunto del Planificación de los Contenidos del Aprendizaje, en relación con otras unidades y la temporalización.

Objetivos Didácticos: Determinan los logros que se persiguen en cuanto a aprendizajes, que conectan los Objetivos Generales del Área y de la Etapa con los de Ciclo y Unidad.

Objetivos Referenciales: Desarrollan los Objetivos Didácticos y se referencian a contenidos de un determinado tipo: conceptuales, procedimentales, actitudinales.

Prerrequisitos y Contenidos: Aquí se indican los contenidos conceptuales requeridos en el alumnado, y se concretan los Contenidos propios de la unidad curricular.

Síntesis: Se deben sintetizar en gráficos, mapas conceptuales, esquemas, etc. todos los elementos anteriores.

Criterios para la selección de contenidos

Validez: Se refiere a la congruencia entre el contenido y los objetivos que se pretenden alcanzar. Un contenido es válido cuando posibilita el desarrollo de los logros establecidos en el objetivo.

Adecuación: Debe existir relación entre el contenido seleccionado y las características del individuo que aprende, en función de sus posibilidades reales de recepción y de integración de ese conocimiento.

Significación: Desde el punto de vista científico, un contenido es significativo cuando sirve al propósito de transmitir aquellos pensamientos concernientes a la realidad (exterior o interior) que se consideren necesarios. Desde el punto de vista vital, se considera que un contenido es significativo cuando posibilita el modo de comprender el mundo que nos rodea y que permite actuar sobre él conocimiento suficientemente de causas.

Recomendaciones para elaborar los contenidos:

- Tome como punto de partida los objetivos del curso o evento.
- Hágale corresponder a cada objetivo, el contenido que servirá para obtener el aprendizaje deseado.

- Especifique el contenido de lo concreto a lo abstracto, de lo simple a lo complejo o bien de lo particular a lo general.
- Verifique que el contenido seleccionado de manera global abarca el objetivo general o terminal del curso o evento.

Evaluación

La evaluación constituye el tercer elemento básico del diseño de instrucción y se define como el proceso que permite valorar los diferentes componentes, fases o etapas del proceso. En otras palabras, constituye un conjunto de acciones de observación y de análisis de las evidencias de entrada, de proceso, de efecto y de impacto que se van produciendo en la planificación, en la ejecución y el desarrollo de un programa.

La evaluación reúne una serie de características entre las cuales podemos distinguir dos tipos; esenciales y complementarias.

Entre las características esenciales se especifican las siguientes:

Continua: Debe proveer información inmediata y permanente

Coherente: Debe estar en correspondencia con las expresiones de logro (metas, propósito y objetivos) formuladas.

Integral: Debe estar en función de un todo integrado.

Objetiva: Debe cubrir el mayor número de variables posibles.

Entre las características complementarias se tienen las siguientes:

Veraz: La información obtenida debe representar el objetivo evaluado.

Creíble: El evaluador debe ser honesto y competente en el uso de los métodos para verificar logros.

Justa socialmente: La acción última del proceso busca servir al bien común.

Propósitos de la evaluación

Dentro del proceso de evaluación pueden distinguirse tres propósitos fundamentales:

La evaluación con fines de diagnóstico: Proporciona información sobre los antecedentes necesarios para que cada participante comience su proceso de

instrucción en el punto más adecuado de la secuencia instruccional con el fin de que pueda lograr con éxito los aprendizajes previstos en dicho proceso.

La evaluación con fines formativos: Mediante la misma se recoge información relacionada con el desarrollo del proceso y se analizan los resultados con el fin de introducir modificaciones para hacerlo más efectivo.

La evaluación con fines sumativos: Su propósito es tomar una decisión importante en términos de asignar una calificación, aprobar o reprobado, promover o retener un participante o bien continuar o eliminar un programa.

Fases del proceso de evaluación

En el proceso de evaluación pueden identificarse las siguientes etapas las cuales están en sintonía con la concepción sistémica del proceso, donde se supone una relación: contexto-insumo-proceso-producto--resultado--impacto.

Evaluación diagnóstica:

Se evalúan entre otros aspectos, las necesidades que dan origen al programa de instrucción, así como también su factibilidad (técnica y económica).

Evaluación de proceso:

Se realiza durante el desarrollo del curso y su propósito básico consiste en introducir a tiempo sobre la marcha, las modificaciones y ajustes requeridos. En esta fase se aprecian los logros parciales y las condiciones en que los mismos fueron alcanzados.

Evaluación de producto:

Se relaciona con la evaluación de los productos finales inmediatos del programa de instrucción, desde el punto de vista del participante (aprendizajes logrados, nuevos desempeños, cambios observados), de los productos materiales (materiales, prototipos, proyectos), resultantes del programa, así como de la eficiencia del programa (costos, cobertura, tiempo, nivel de satisfacción de los participantes).

Evaluación de resultados:

Consiste en un proceso de seguimiento que se realiza a partir de la finalización del programa de instrucción, durante un lapso que puede oscilar entre 1 y

3 meses. Esta fase está relacionada con la determinación de la forma en que el participante adiestrado incorpora en la práctica laboral, los aprendizajes logrados en el programa.

Evaluación de impacto:

Incluye un proceso de investigación a largo plazo sobre los cambios que a nivel de organización se producen como resultado de los programas de instrucción (incremento en los índices de productividad, disminución de índices de accidentes de trabajo, movilidad de personal, disminución de índices de ausentismo laboral, rotación entre otros).

Instrumentos de evaluación

Un aspecto de suma importancia dentro del proceso de evaluación lo constituye los instrumentos de evaluación; estos podrían definirse como las herramientas que permiten materializar el proceso de evaluación de acuerdo a una fase definida y su consiguiente técnica.

Técnicas

Las técnicas de facilitación la hemos definido anteriormente como instrumentos metodológicos que utilizan el facilitador o el participante para realizar aprendizaje efectivo y eficiente.

La selección de ella depende de factores que el facilitador debe tomar en cuenta: el tema, los objetivos, el tamaño del grupo, el equipo y tiempo disponible, los conocimientos previos del grupo acerca del tema entre otros.

Adam, distingue tres tipos de técnicas:

- Técnicas para la adquisición de conocimientos
- Técnicas organizativas del conocimiento
- Técnicas específicas de cada área del conocimiento

Por otra parte a continuación se mencionan las técnicas básicas para la ejecución de la instrucción:

- Exposición-disertación
- Exposición interactiva
- Entrenamiento en servicio

- Demostración
- Análisis de casos
- Dramatización
- Tormenta de ideas
- Taller
- Módulos autoinstruccionales

Recursos:

Se consideran recursos dentro del diseño de instrucción, a todos aquellos elementos, objetos y medios, que faciliten el logro del desempeño deseado en los participantes. Para efectos de este artículo se consideran los siguientes: medios audiovisuales, software educativo, equipos e instalaciones físicas.

Medios audiovisuales:

Elementos que apoyan la comunicación entre facilitador y participante, con el objeto de facilitar el logro de aprendizajes predeterminados.

Software educativo:

Material de enseñanza y aprendizaje especialmente diseñado para ser utilizado con el computador y que deliberadamente persigue facilitar el logro de aprendizajes predeterminados.

Equipos:

Aparatos o dispositivos que permiten la emisión de información en cualquiera de sus formas.

Instalaciones físicas:

Espacios o ambientes donde se desarrollan las actividades de enseñanza aprendizaje.

Bases legales

El sustento legal de esta investigación gira a un conjunto de leyes y normas académicas, cuyos articulados guardan relación con el tema objeto de estudio. A continuación se hace referencia a los contenidos más representativos por cada instrumento legal. Comenzando, la Constitución de la República Bolivariana de Venezuela (1999); en el Artículo 103.

Toda persona tiene derecho a una educación integral, de calidad, permanente, en igualdad de condiciones y oportunidades, sin más limitaciones que las derivadas de sus aptitudes, vocación y aspiraciones. La educación es obligatoria en todos sus niveles, desde el maternal hasta el nivel medio diversificado. La impartida en las instituciones del Estado es gratuita hasta el pregrado universitario. A tal fin, el Estado realizará una inversión prioritaria, de conformidad con las recomendaciones de la Organización de las Naciones Unidas. El Estado creará y sostendrá instituciones y servicios suficientemente dotados para asegurar el acceso, permanencia y culminación en el sistema educativo. La ley garantizará igual atención a las personas con necesidades especiales o con discapacidad y a quienes se encuentren privados de su libertad o carezcan de condiciones básicas para su incorporación y permanencia en el sistema educativo.

Las contribuciones de los particulares a proyectos y programas educativos públicos a nivel medio y universitario serán reconocidas como desgravámenes al impuesto sobre la renta según la ley respectiva.

En este mismo orden, en la constitución de la República Bolivariana de Venezuela (1999); en el artículo 111, establece que:

Todas las personas tienen derecho al deporte y a la recreación como actividades que benefician la calidad de vida individual y colectiva. El Estado asumirá el deporte y la recreación como políticas de educación y salud pública, y garantizará los recursos para su promoción. La educación física y el deporte cumplen un papel fundamental en la formación integral de la niñez y la adolescencia. Su enseñanza es obligatoria en todos los niveles de la educación pública y privada hasta el ciclo diversificado, con las excepciones que establezca la ley (p 32).

En tal sentido, se puede decir que en el contexto deportivo y recreativo, prevé la oportunidad de ofrecer mejor calidad de vida a través de estas actividades, Lo antes expuesto queda como apoyo al hecho de considerar que las actividades física para un individuo son determinantes para su desarrollo integral, es fundamental asignar un papel relevante a todas aquellas actividades físicas y deportivas que permitan optimizar el alcance de estas finalidades y la aplicación como medida preventiva es parte fundamental en la práctica del deporte, de igual forma el estado debe garantizar una educación de calidad por lo que es necesario la transformación curricular. Al mismo tiempo, la Ley orgánica de Deporte, actividad física y educación física (2011),

donde se expresan los artículos relacionados con la actividad física y el deporte, Artículo 19. El subsistema de educación universitaria del país, deberá incluir en su planificación líneas de investigaciones científicas y estudios relativos al fenómeno deportivo, desde las perspectivas: sociológica, económica, antropológica, tecnológica, médica, jurídica, política, entre otras.

En este sentido, queda como apoyo al hecho de considerar que las universidades del estado Venezolano apoyaran a todas las actividades científicas para difundir y mejorar el deporte en todo el territorio nacional. Es de resaltar, que todos son parte del proceso educativo, cada una de las organizaciones sociales tienen la responsabilidad de contribuir en la formación de los niños, niñas y adolescentes a través de la promoción del deporte y la recreación a través de la integración escuela-familia y comunidad.

Así mismo, Ley Orgánica para la Protección del Niño y del Adolescente (1998). Según, el artículo 63 establece: “El derecho al descanso, recreación, esparcimiento, deporte y juego. Todos los niños y adolescentes tienen derecho al descanso, recreación, esparcimiento, deporte y juego” (p. 40). Igualmente, en el artículo 64 establece: “El Estado debe garantizar la creación y conservación de espacios e instalaciones públicas dirigidas a la recreación, esparcimiento, deporte, juego y descanso”. (p.40). en el Parágrafo Primero menciona que el acceso y uso de estos espacios e instalaciones públicas es gratuito para los niños y adolescentes. Igualmente en el Parágrafo Segundo expresa, la planificación urbanística debe asegurar la creación de áreas verdes, recreacionales y deportivas destinadas al uso de los niños, adolescentes y sus familias.

En tal sentido, lo expresado en los artículos anteriores que todos tienen derecho al deporte y la recreación por ser fundamental en el desarrollo integral del individuo. Igualmente, el Estado tiene la obligación de crear espacios públicos que garanticen la práctica del deporte y la recreación como herramienta de distracción y relajación, con el fin de brindar de manera gratuita la práctica de estas actividades como medidas preventivas en la salud que son de gran importancia para todos. De este modo, la Ley para las Personas con Discapacidad (2009), con templa en los Artículo 13.

La habilitación y la rehabilitación de las persona con discapacidad son responsabilidad del Estado y serán provistas en instituciones educativas, de formación y capacitación ocupacional; en establecimientos y servicios de salud, en unidades de rehabilitación ambulatorias, de corta y larga estancia, las cuales están apropiadamente dotadas con personal idóneo, presupuesto adecuado y recursos materiales suficientes para un óptimo servicio. Los particulares podrán ofrecer servicios de habilitación y de rehabilitación que funcionarán, siempre bajo la orientación, supervisión y control de los ministerios con competencias en materia de salud, desarrollo social, educación y deportes, para la economía popular y de trabajo, según sea la pertinencia.

Y de igual forma en su artículo 25 establece:

El Estado, a través del ministerio con competencia en materia de educación y deportes, en coordinación con los estados y municipios, formulará políticas públicas, desarrollará programas y acciones para la inclusión e integración de las personas con discapacidad a la práctica deportiva, mediante facilidades administrativas y las ayudas técnicas, humanas y financieras, en sus niveles de desarrollo nacional e internacional” (p. 3).

Lo expresado en los textos anteriores manifiesta la importancia de la inclusión de las personas con discapacidad en las diferentes actividades en competencia deportiva, como la planificación de programas y proyectos que garanticen la participación y rehabilitación, permitiéndoles a través de los diferentes ministerio la participación con personas de su mismas condiciones con el fin de crear oportunidades que los incorporen a la sociedad.

Cabe considerar con respecto a esta exhaustiva revisión realizada a las leyes, normas, decretos y otros que dan basamento legal a la investigación que se pretende realizar, se constata lo significativo que el deporte, la recreación y la rehabilitación son de gran importancia para los miembros de nuestra sociedad venezolana, con el fin de integrar a todos y motivarlos a la participación activa en estas actividades que de una u otra manera ayudan a mejorar la calidad de vida, muchas veces las herramientas están pero la falta de personas disponibilidad y sentido de pertinencia de los representantes deportivos de las comunidades que lleven a cabo actividades que

incentiven y motiven a las diferentes organizaciones sociales a participar con el fin de resolver problemas en materia de organización deportiva comunitaria y salud.

En el Estado Venezolano encontramos diferentes leyes que garantizan a desarrollar políticas deportivas y recreativas, algunas de ellas son: Ley orgánica de Deporte, Actividad Física y Educación Física, Ley de Educación, Ley Orgánica de Protección al niño, niña y adolescente, Constitución de la República Bolivariana de Venezuela, Plan Nacional de Deporte, la Actividad Física y la Educación Física entre otras.

Sistema de variables

En los trabajos de investigación las variables constituyen los elementos claves del estudio y se presentan incorporados en los objetivo para identificarlos según sea la relación que tienen entre sí, siendo estas la expresión del significado, que le confiere el investigador a las mismas y así debe entenderse durante todo el trabajo.

De acuerdo con Sabino (2005), las variables son “elementos de una formula, proposición o algoritmo que puede adquirir o ser sustituido por un valor cualquiera (siempre dentro de su universo)” (p.12). Los valores que una variable es capaz de recibir, pueden estar definidos dentro de un rango, y/o estar limitados por criterios o condiciones de pertenencia, al universo que les corresponde (en estos casos, el universo de la variable pasa a ser un subconjunto de un universo mayor, el que tendría sin las restricciones).

Operacionalización de las Variables

Un aspecto importante a considerar en la investigación es la conceptualización operacional de las variables en estudio, o como algunos autores llaman la Operacionalización de las Variables, la cual Arias (2012) afirma, como la definición conceptual y operacional de las variables de la hipótesis pasando de un nivel abstracto a un nivel concreto y específico a efectos de poder observarla, mediarla o manipularla, con el propósito de contrastar la hipótesis.

En cuanto a dicho proceso, Korn (Citado en Balestrini, 2006), plantea que se deben seguir procedimientos como los que se mencionan a continuación: Definición nominal de la variable a medir, definición real: en la que se listan las dimensiones y la

definición operacional en la que se seleccionan los indicadores. Al respecto, Arias (ob.cit), coincide en que es importante tener en cuenta para realizar la operacionalización de las variables la definición conceptual y operacional de las mismas.

De acuerdo con Balestrini (ob.cit) y Álvarez (20011) señalan que la definición operacional (indicadores) se refiere al conjunto de procedimientos que describirá cómo será “medida” la variable en estudio. Es decir, implica seleccionar los indicadores contenidos, de acuerdo al significado que se le ha otorgado a través de sus dimensiones a la variable de estudio. Este momento del desarrollo operacional de las variables, debe indicar de manera precisa el qué, cuándo y cómo de la variable y las dimensiones que la contienen. Se trata de encontrar los indicadores para cada una de las dimensiones establecidas.

Descripción de las Variable

Una variable Tamayo (2005), comprende “un aspecto o dimensión de un fenómeno que tiene como características la capacidad de asumir distintos valores ya sean cualitativa o cuantitativamente” (p.109). De acuerdo con Sabino (1986), la define es cualquier característica o cualidad de la realidad que es susceptible de asumir diferentes valores, es decir, que puede variar, esta se clasifica, en: Independiente: (estímulo) Es la variable causa. Se manipula para examinar su impacto. Dependiente: (Resultante, efecto de criterio) Es la variable efecto que se detectará por el estímulo de otras variables, indica si el tratamiento o manipulación de la variable independiente tuvo algún efecto. A propósito de esto, Tamayo y Tamayo (2005), la variable es un aspecto o dimensión de un fenómeno que tiene como característica la capacidad de asumir distintos valores, ya sea cualitativa o cuantitativa. Las variables que se trataran en la investigación son las siguientes: Unidad Curricular y Masaje Deportivo.

.-: **Unidad Curricular** Variable dependiente (Y)

.-: **Masaje Deportivo** Variables independiente (X).

Cuadro N° 1:

Operacionalización de variable.

Objetivo general: Proponer masaje deportivo como unidad curricular obligatoria para la resignificación de la carrera licenciatura en educación, mención educación física deporte y recreación del VPDS

VARIABLES	DEFINICIÓN	DIMENSION	INDICADORES	Técnica	ÍTEMS
<p><u>Dependiente:</u> Unidad Curricular</p>	<p>Es un término polisemántico que se usa indistintamente para referirse a planes de estudio, programas e incluso implementación didáctica. ... Objetivos Referenciales: Desarrollan los Objetivos Didácticos y se referencian a contenidos de un determinado tipo: conceptuales, procedimentales, actitudinales. (Pánszá, M. 2005).</p>	<p>Estructura</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Introducción - Objetivos Didácticos - Objetivos Referenciales - Prerrequisitos y Contenidos - Técnicas - Recursos - Evaluación 	<p>Encuesta</p>	<p>1-8</p>
<p><u>Independiente:</u> Masaje Deportivo</p>	<p>El masaje deportivo se aplica al deportista activo con el fin de perfeccionar las cualidades físicas, recuperar y elevar la capacidad de trabajo deportivo. Este tipo de masaje forma parte del sistema de entrenamiento deportivo. (Espasa, 2006).</p>	<p>Objetivos</p> <p>Clasificación</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Favorecer el logro rápido de la forma deportiva. - Conservar la forma deportiva por tiempo prolongado. - Preparar al deportista de manera afectiva con vistas a la competencia. - Contribuir a que el deportista pueda luchar más fácilmente contra la fatiga. <p>1 Masaje de entrenamiento 2 Masaje Preparatorio 3 Masaje de recuperación.</p>		<p>9 - 15</p>

CAPITULO III MARCO METODOLÓGICO

En el marco metodológico se exterioriza la naturaleza, el tipo y diseño de la investigación, población y muestra, técnicas e instrumentos para la recolección de datos, validez y confiabilidad, además de la técnica de análisis de los datos recopilados que serán utilizados. Al respecto, Balestrini (2006) detalla “está referido al momento que alude al conjunto de procedimientos lógicos, tecno-operacionales implícitos en todo proceso de investigación, con el objeto de ponerlos de manifiesto y sistematizarlos” (p.125). Es aquí, en donde el investigador debe prever sus estrategias a seguir para abordar los hechos, es decir, para formular el modelo operativo que le permita acercarse a su objeto de estudio y contrastar así la realidad con sus planteamientos.

Según Hurtado y Toro (2007), agregan el marco metodológico “... constituye la médula de la investigación” (p.39), se refiere al desarrollo propiamente dicho del trabajo investigativo. Por tal razón, el presente estudio tiene como propósito proponer el masaje deportivo como unidad curricular obligatoria para la resignificación de la carrera licenciatura en educación mención educación física deporte y recreación del VPDS (2018).

Naturaleza de la investigación

A juicio de las Normas para la Elaboración y Presentación de los Trabajos de Grado para Especialización, Maestría y Tesis Doctorales de la Universidad Fermín Toro (2001), “la finalidad, los fundamentos, la relación objeto-sujeto, el estilo del investigador y la aproximación a la realidad van a estar explicitadas en el enfoque o paradigma que emplee” (pp.58-59). Barrera (2008) expresa “por lo regular, un paradigma determina lo que se debe dar dentro de un contexto, como también aquello que se va a desconocer, los paradigmas condicionan la lectura de los hechos, orientan las vivencias, precisan interpretaciones sobre conocimientos” (p.127).

De allí, en vista que las variables de estudio: Unidad Curricular Variable dependiente (Y) y Masaje deportivo Variables independiente (X), permiten su

medición en términos numéricos, se justifica la adopción de una metodología cuantitativa para la realización del mismo.

Continuando con sus ideas, Barrera (2008) indica “la naturaleza cuantitativa tiene como finalidad asegurar la precisión y el rigor que requiere la ciencia, enraizado filosóficamente en el positivismo” (p.57). Según Palella y Martins (2010), este enfoque concibe a la ciencia como una descripción de fenómenos que se apoyan en hechos dados, De este modo, con la utilización de las técnicas cuantitativas de investigación, se procura conocer la realidad objetiva y cuantificar sus resultados para dar explicaciones a la problemática estudiada, sin prestar atención a la subjetividad de las personas involucradas ni permitir juicios de valor por parte del investigador.

Tipo de la investigación

La escogencia del tipo de investigación determina los pasos a seguir del estudio, las técnicas y métodos que puede emplear el investigador para el logro de los objetivos planteados. Palella y Martins (ob.cit), acotan “se refiere a la clase de estudio que se va a realizar. Orienta sobre la finalidad general del estudio y sobre la manera de recoger las informaciones o datos necesarios” (p.88). Por consiguiente, determina todo el enfoque de la investigación influyendo en instrumentos, y hasta la manera de cómo se analiza los datos recaudados. Así, el punto de los tipos de investigación en una investigación va a constituir un paso importante en la metodología, pues este va a determinar el enfoque del mismo.

De acuerdo al nivel de investigación, es decir, el grado de profundidad con que se aborda un fenómeno u objeto de estudio, la presente investigación se enmarco de tipo descriptivo. Se asienta fundamentalmente, en interpretar realidades de hechos. Incluye descripción, registro, análisis e interpretación de la naturaleza actual, composición o procesos de los fenómenos (Palella y Martins, ob.cit). Coincidiendo con los señalamientos de los nombrados autores, Arias (2012) afirmar:

La investigación descriptiva consiste en la caracterización de un hecho, fenómeno, individuo o grupo, con el fin de establecer su estructura o comportamiento. Los resultados de este tipo de investigación se ubican en un nivel intermedio en cuanto a la profundidad de los conocimientos se refiere (p.24).

Desde los enfoques anteriores, se deduce que este tipo de investigación se caracteriza por generar datos de primera mano, para realizar después un análisis general, tanto de la fuente primaria, fuente secundaria, así como de los hallazgos teóricos encontrados en la revisión bibliográfica y presentar un panorama del problema o resultados de las indagaciones. Por lo tanto, la investigación exhibida se enmarca de tipo descriptivo, motivado a que se realizó un Diagnostico del masaje deportivo como unidad curricular obligatoria para la resignificación de la carrera licenciatura en educación, mención educación física deporte y recreación del VPDS (2018); donde se tomaron los datos para efectuar el análisis de la investigación.

En este sentido, la Universidad Santa María en las Normas para la Elaboración, presentación y evaluación de los Trabajos de Grado (2002) señala que el nivel o estudio descriptivo consiste “en caracterizar un fenómeno o situación concreta indicando sus rasgos más peculiares o diferenciadores” (p.53). La investigación es un estudio tipo descriptivo, debido que a partir del mismo el autor recopilara, procesara información relacionada a la investigación, mediante el cual establecerá conclusiones y recomendaciones que contribuirán a proponer el masaje deportivo como unidad curricular obligatoria para la resignificación de la carrera de educación física deporte y recreación.

La investigación se enmarca bajo la modalidad de proyecto factible, Según Álvarez (2011) el proyecto factible está compuesto por tres fases: diagnostico, factibilidad y diseño. A su vez la factibilidad está formada por: estudio de mercado, estudio técnico, evaluación financiera y evaluación económica. En la cual tiene por objetivo presentar el masaje deportivo como unidad curricular obligatoria para la resignificación de la carrera licenciatura en educación, mención educación física deporte y recreación del VPDS (2018). Donde como meta se busca brindar de herramientas necesarias a los profesores, entrenadores y a los representantes del deporte en nuestro estado que actualmente se encuentran dentro de esta comunidad.

Respecto a la modalidad de proyecto factible el Manual de Trabajo de Grado de Especialización y Maestría y Tesis Doctorales. U.P.E.L. (2011) establece que: “El Proyecto Factible consiste en la investigación, elaboración y desarrollo de una

propuesta de un modelo operativo viable para solucionar problemas, requerimientos o necesidades de organizaciones o grupos sociales. (p. 21); igualmente puede referirse a la formulación de las políticas, programas, tecnología, métodos o procesos. El proyecto debe tener apoyo en una investigación de tipo documental, de campo o un diseño que incluya ambas modalidades.

La investigación objeto de estudio se enmarca en un diseño de campo, debido a que el proceso de desarrollo permite la recogida de datos en forma directa de la actualidad. En éste caso, la observación y aplicación del instrumento se hará al grupo de profesores del VPDS de la UNELLEZ del Estado Barinas. En cuanto a la investigación de campo la fuente antes citada la define como;

El análisis sistemático de problemas en la realidad, con el propósito bien sea de describirlos, interpretarlos, entender su naturaleza y factores constituyentes, explicar sus causas y efectos, o predecir su ocurrencia, haciendo uso de métodos de cualquiera de los paradigmas o enfoques de investigación conocidos o en desarrollo. Los datos de interés son recogidos en forma directa de la realidad. (p.18)

Del mismo modo, Sabino (2002), expresa que un estudio de campo se refiere a métodos a emplear cuando los datos de interés se recopilan en forma directa de la realidad, mediante el trabajo concreto del investigador y su equipo; se utilizan datos originales, producto de la investigación en curso sin intermediación de ninguna naturaleza, como es el caso de esta investigación. En este tipo de estudio el investigador debe ser capaz de definir qué va a medir y cómo va a lograr la precisión en esa medición.

De acuerdo a los autores la investigación de campo, se refiere al análisis sistemático de problemas en la realidad con el propósito bien sea describirlos, interpretarlos, entender su naturaleza y explicar sus causas, efectos para predecir sus ocurrencias. Los datos de interés serán recogidos de forma directa en la realidad, en este sentido se trata de investigaciones a partir de datos originales o primarios.

De acuerdo con Balestrini (2006), el diseño de campo son “aquellos estudios donde se observan los hechos estudiados tal como se manifiestan en su ambiente natural” (p.143). Por lo cual, los datos de interés son recogidos en forma directa de la

realidad; en este sentido se trata de investigaciones a partir de datos originales o primarios. Por tal razón, debe establecerse un plan que permita dirigir la presente investigación hacia el logro de objetivos. Dentro de este marco, que se abordaron las fases siguientes:

- Búsqueda de información documental; para la presentación de los soportes teóricos y documentales de la investigación. Según Sabino (ob.cit), “es el análisis crítico de toda la información obtenida de los diferentes documentos (no directamente de la realidad): revistas, libros, periódicos, cintas de grabación, encuestas de informes de investigaciones anteriores y otros” (p.47). Por consiguiente, se analizaran las fuentes documentales ya existentes, y luego se realizaran aportes personales por parte del investigador.

- Elaboración y aplicación de los instrumentos de medición (cuestionarios o entrevistas); con el propósito recabar la información que se necesita.

- Análisis de la información recogida; para dar a conocer de manera clara la situación actual del problema planteado.

- Presentación de los resultados de la investigación; y de acuerdo con los mismos se presentaran posibles soluciones.

Diseño de la investigación

El diseño de investigación desglosa las estrategias básicas que el investigador adopta para generar información exacta e interpretable. En tal sentido, Hernández, Fernández y Baptista (2010) refieren que el diseño “señala al investigador lo que debe hacer para alcanzar sus objetivos de estudio, contestar las interrogantes que se han planteado y analizar con certeza las variables o hipótesis formuladas en un contexto particular” (p.118). Esto, servirá de soporte en el proceso de planeación del trabajo que se quiere abordar en la perspectiva del conocimiento científico.

Partiendo de estos preceptos y ubicados en una modalidad de proyecto factible, se asume que el diseño es el propio de esta modalidad, el cual se constituye de cinco fases, tal como se mencionan a continuación; Fase I El Diagnostica, Fase II la Determinación de Factibilidad, Fase III El Diseño de la Propuesta.

Sin embargo para este estudio se tomó la propuesta de la Universidad Pedagógica Experimental “Libertador”, (UPEL, 2011), la cual plantea que los trabajos de Grado de Maestría, en la modalidad de proyecto factible pueden desarrollar las tres primeras fases es decir Diagnóstico, Determinación de Factibilidad y el Diseño de la propuesta. Considerando que la investigación realizada se enmarca en la modalidad de un proyecto factible, las etapas de ejecución serán las siguientes: Diagnóstico, factibilidad y diseño de la propuesta. Con la intención de ser más explícito a continuación se expone el contenido de cada una de estas fases:

Fase I. Diagnóstico

Esta Fase permitirá determinar la situación actual del contexto general existente en lo referente a la necesidad del masaje deportivo como unidad curricular obligatoria en la carrera de educación física deporte y recreación.

De igual manera, se desarrollara un estudio de campo, donde se realizaran observaciones, encuestas y supervisiones, las cuales permitieran establecer firmes criterios sobre la situación actual del profesional de educación física y deporte del VPDS, aspecto que permitirá verificar la necesidad de incorporar el masaje deportivo para mejorar el perfil profesional del egresado en educación física y deporte del VPDS del Estado Barinas.

Fase II. Factibilidad

Una vez finalizada la fase de diagnóstico se procederá a desarrollar el estudio de factibilidad del proyecto, tomando en cuenta los aspectos técnicos, económicos-financieros, legales, sociales y políticos. Al analizar cada uno de estos elementos y factores involucrados en el proyecto se podrá demostrar la viabilidad de la propuesta que se presenta es real y está garantizada en un trabajo técnico que se anexa en la fase operativa de este apartado.

Fase III. Diseño de la Propuesta

Identificada la necesidad, y calculada la fase de factibilidad se procederá a la consolidación de un Subproyecto de masaje deportivo como unidad curricular obligatoria para la resignificación de la carrera de educación física deporte y recreación del VPDS del Estado Barinas, con el propósito de brindar oportunidades

de mejorar el perfil profesional, además de ampliar el campo laboral del egresado, con el fin de mejorar la calidad de vida de los habitantes. Para ello, la investigación abordara las competencias técnicas – administrativas que deben ser consideradas dentro del masaje deportivo que se propone, como medio para solventar la problemática de optimizar la calidad de vida de los deportistas y demás ciudadanos.

Población

El universo o población según Arias (2012), la población es “el conjunto finito de elementos con características comunes, para los cuales serán extensivas las conclusiones de la investigación. Esta queda limitada por el problema y por los objetivos del estudio” (p.81). Para Hernández, Fernández y Baptista (2010), es el “conjunto de todos los casos que concuerdan con determinadas especificaciones” (p.304). Es decir, se recurrirá a un conjunto de personas con características comunes que serán objeto de estudio. La población está conformada por los veinte (20) profesores que integran el personal profesional de la carrera de educación física deporte y recreación del VPDS del Estado Barinas objeto de estudio.

Muestra

Por su parte, Balestrini (ob.cit) define la muestra “como una parte representativa de la población cuyas características deben reproducirse en ella, lo más exactamente posible” (p.142). Por lo antes planteado, y considerando que la población es de tamaño reducida, se tomará esta como muestra el cien por ciento (100%) de la población; determinándose veinte (20) sujetos objeto de estudio. Considerando las premisas de Arias (2000) en cuanto a “cuando la población es pequeña y finita no se aplica criterio muestral” (p. 23), por tal motivo no se seleccionará muestra alguna.

Dentro de estas perspectivas, Hernández (citado en Castro, 2003) expresa que "si la población es menor a cincuenta (50) individuos, la población es igual a la muestra" (p 69). En este caso de estudio, se consideró que el total de sujetos fue de veinte (20) y se tomó toda la población como muestra. Arias (ob.cit) define la muestra como el "subconjunto representativo y finito que se extrae de la población accesible" (p.83). Es decir, representa una parte de la población objeto de estudio. De

allí, es importante asegurarse que los elementos de la muestra sean lo suficientemente representativos de la población que permita hacer generalizaciones.

Técnica e instrumento de recolección de la información

Según Arias (2000), expresa que las técnicas de recolección de datos “son las distintas formas o maneras de obtener la información” (p.53). En este sentido, se busca aplicar una técnica acorde a la investigación, partiendo que la muestra es de veinte (20) sujetos, De allí, que la técnica utilizada en la investigación será la encuesta; la cual según Hurtado y Toro (2007), “consiste en formular preguntas directas a una muestra representativa de sujetos a partir de un cuestionario” (p.87). Por lo tanto, se aplicara al personal objeto del estudio: profesores adscritos al Vicerrectorado de planificación y desarrollo social de la UNELLEZ. Se considera que esta técnica e instrumentos son más acorde en la investigación por su facilidad a la aplicación.

De igual forma, los citados autores establecen que los instrumentos de recolección de datos son “los medios materiales que se emplean para recoger y almacenar la información” (p.53). En consecuencia, el instrumento que se utilizara es un cuestionario con preguntas estructuradas en una escala tipo (Likert), con sus respectivas opciones o categorías a saber: Siempre (S), Casi siempre (CS), Algunas veces (AV), Casi nunca (CN) y Nunca (N).

Validez del instrumento

Para garantizar la validez de esta investigación, el cuestionario se elaborara con preguntas que abordaron la información de lo que se deseaba medir. De acuerdo con Hernández, Fernández y Baptista (2010), “la validez se refiere al grado en que un instrumento refleja un dominio específico de contenido de lo que mide” (p.352). El proceso de validez de contenido se llevó a cabo a través de la relación establecida entre los objetivos, variables e indicadores, de acuerdo con ello se elaboraran los ítems. Para comprobar la validez de los instrumentos que se utilizaran en esta investigación, se tendieron cuatro (4) momentos detallados a continuación:

I. Primer Momento. Se diseñaran los instrumentos y someterán al criterio de la opinión de tres (3) expertos familiarizados con las variables en estudio (Juicio de

Expertos). Los cuales, determinaran que el instrumento realmente reflejaba un dominio específico del contenido que se quería medir.

II. Segundo Momento. Después de haber acopiado las opiniones, observaciones y críticas al respecto, hecho con el apoyo de expertos (teniendo en cuenta la correlación de las preguntas, la cohesión y el grado de pertinencia en la orientación para el logro de los objetivos planteados y el marco referencial que lo sustenta), se elaborara nuevamente el diseño de los instrumentos con las correcciones del caso y se consultara nuevamente a la muestra de expertos.

III. Tercer Momento. Recepcionada la opinión favorable de la mayoría de expertos, ya con las recomendaciones del caso y que los instrumentos cumplan con las características apropiadas para que pudiesen ser aplicados a las muestras respectivas. Se tomaran en cuenta las recomendaciones realizadas por los expertos, se elaborara nuevamente el diseño de los instrumentos y se aplicara a una muestra piloto (conformada por otros sujetos, con características iguales a los sujetos de estudio).

IV. Cuarto Momento. Finalmente, se procederá al diseño definitivo de los instrumentos, los mismos que deberán ser aplicados a las muestras respectivas de estudios.

Confiabilidad del instrumento

Una vez evaluado el cuestionario, se realizaran los ajustes necesarios, y se procederá a aplicar una muestra a voceros deportivos, promotores deportivos y recreativos no pertenecientes a la muestra del estudio (prueba piloto). Para determinar la confiabilidad, Hernández, Fernández y Baptista (ob.cit) afirman que “la confiabilidad de contenido de un instrumento de medición, se refiere al grado en que un instrumento realmente mide la variable que pretende medir” (p.353).

El objetivo de dicha prueba, es refinar el instrumento de investigación antes de su aplicación definitiva. Con éste procedimiento, se verifica la operatividad del instrumento a nivel del grado de comprensión de los sujetos investigados. Asimismo, observar si el instrumento responde a los propósitos establecidos en la investigación. Entre los procedimientos para medir la Confiabilidad de un Instrumento de medición se encuentra el Coeficiente Alfa de Cronbach. Este método, determina la consistencia

interna de una escala analizando la correlación media de una variable con todas las demás que integran dicha escala. Toma valores entre 0 y 1; cuanto más se acerque el coeficiente a la unidad, mayor será la consistencia interna de los indicadores en la escala evaluada.

Según Hernández, Fernández y Baptista (2010), esta fórmula estadística requiere de un sola administración del instrumento de medición y produce valores entre 0 y 1, en donde 0 significa nula confiabilidad y 1 el máximo. Al efecto, por tratarse de instrumentos con opciones de respuestas, policotómicas, se empleará el coeficiente Alfa Cronbach, que según Sabino (2010), puede ser entendido como "el grado de homogeneidad de los ítems del instrumento con relación a las características que permite medir." (p. 44). El mismo, está dado por la siguiente fórmula:

$$\alpha = \frac{N}{(N - 1)} * \left[1 - \frac{\sum s_i^2}{s_x^2} \right]$$

Dónde:

α = Coeficiente de Confiabilidad

N = Número de ítems.

Si = Sumatoria de las Varianzas de cada ítems.

Sx2 = Varianza total del instrumento.

Para evaluar la confiabilidad o la homogeneidad de las preguntas es común emplear el coeficiente alfa de Cronbach; la cual puede tomar valores entre cero (0) y uno (1), donde: 0 significa confiabilidad nula y 1 representa confiabilidad total.

Cuadro N° 2:

Rango y magnitud para los criterios de confiabilidad.

Rangos	Magnitud
0,81 a 1,00	Muy Alta Confiabilidad
0,61 a 0,80	Alta Confiabilidad
0,41 a 0,60	Moderada Confiabilidad
0,21 a 0,40	Baja Confiabilidad
0,01 a 0,20	Muy Baja Confiabilidad

Procedimiento y análisis de los datos

Son las formas a partir de las cuales los datos obtenidos durante al proceso de la investigación el tipo de análisis está directamente determinado en relación al tipo de técnica utilizada para la recolección de la información. El Manual de Trabajo de grado, Especialización y Tesis doctoral de la Universidad Pedagógica Experimental Libertador/UPEL (2011), establece “en el análisis de los datos se describen las técnicas estadísticas o de otro tipo, utilizadas para el procesamiento de los datos y la información recopilada para la investigación” (p.35), es decir que toda la información que se recopile será procesada a través de los procesos propios de la estadística descriptiva.

En esta perspectiva, Lerma (2012) señala “la realización del análisis de los datos implica hacer una revisión detallada sobre las relaciones entre las variables y los posibles resultados; se ajusta una vez obtenida la información y a medida que se interpretan los datos” (p.101).

CAPÍTULO IV

ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS

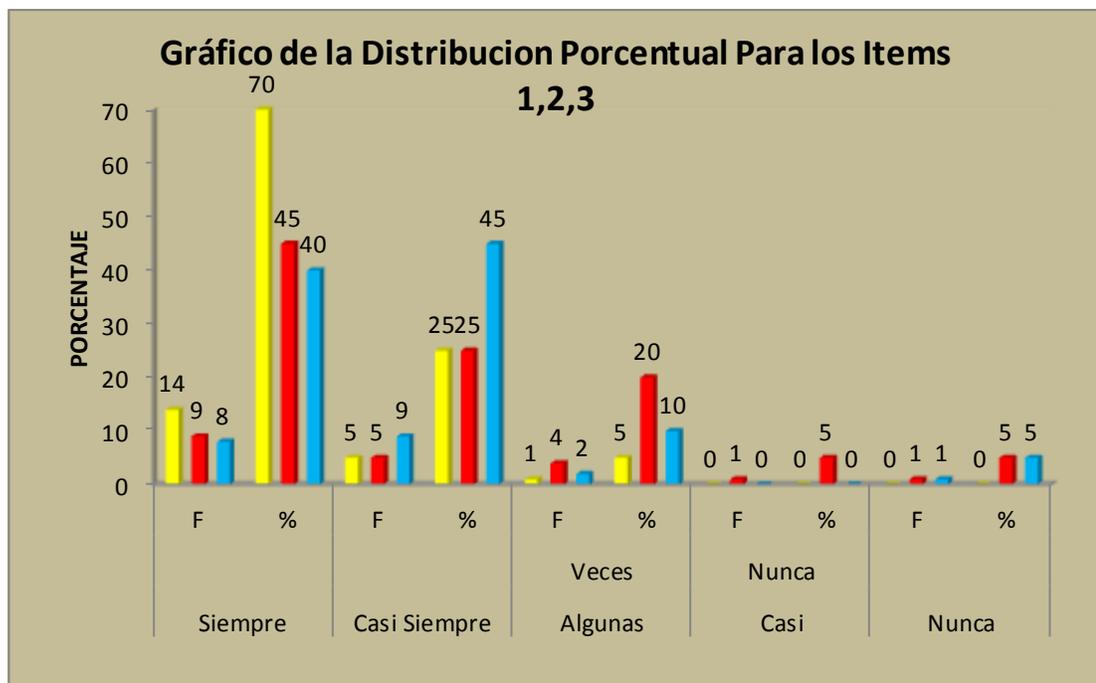
En este apartado, se muestran los procedimientos utilizados para el análisis e interpretación de los resultados obtenidos con la aplicación del instrumento de recolección de datos, tipo cuestionario y con escalamiento tipo Likert, conformado por quince (15) ítems con las alternativas Siempre, Casi Siempre, Algunas Veces, Casi Nunca y Nunca; y se le administró a veinte (20) personas que conforman el personal docente adscrito al subprograma de educación física y deporte.

La información suministrada por los encuestados se procesó a través de cuadros de distribución de frecuencias por variable, dimensión e indicadores; posteriormente se elaboraron gráficos de acuerdo a las opciones de cada ítem y así conformar el análisis respectivo que se complementó con referencias o aportes de autores o investigaciones realizadas sobre el tema objeto de estudio. A continuación se presenta la interpretación y análisis de los datos, que constituyen la descripción de la realidad que dio origen al trabajo.

Cuadro N° 03 Distribución de Frecuencias de la Variable Unidad Curricular para la dimensión Estructura en sus Indicadores: Introducción, Objetivos Didácticos, Objetivos Referenciales

N°	Ítems	Siempre		Casi Siempre		Algunas Veces		Casi Nunca		Nunca	
		F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
1	Las unidades curriculares contienen en el desarrollo de su estructura la introducción.	14	70	5	25	1	5	0	0	0	0
2	Las unidades curriculares establecen en el desarrollo de su estructura objetivos didácticos.	9	45	5	25	4	20	1	5	1	5
3	Las unidades curriculares integran en el desarrollo de su estructura objetivos referenciales.	8	40	9	45	2	10	0	0	1	5

Fuente: Instrumento Aplicado al Personal Docente adscrito al Subprograma de Educación Física y Deportes del VPDS.



Fuente: Cuadro N°03

Considerando las respuestas obtenidas y reflejados en el cuadro 3, grafico 1, en el ítems 1 el setenta por ciento (70%) de la población encuestada señaló que “siempre” el contenido de las unidades curriculares ha contado en su estructura con la introducción. Un (25%) expreso que “casi siempre”, de igual manera el (5%)

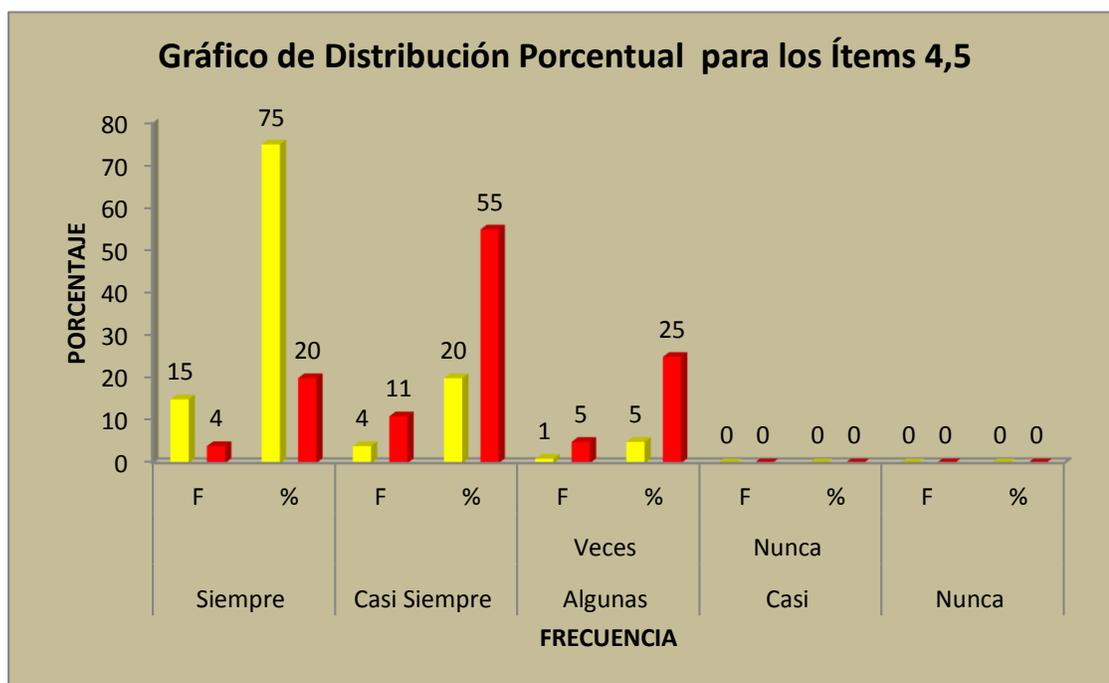
respondido que algunas veces cuenta con la introducción. Con respecto al ítems 2, el cuarenta y cinco por ciento (45%) expresaron que “siempre” las unidades curriculares en su estructura establecen los objetivos didácticos, un veinticinco (25%) “casi siempre” y un veinte por ciento (20%) “algunas veces”. En el ítems 3, el cuarenta por ciento (40%) expresaron que “siempre” dentro del desarrollo de las estructuras curriculares contienen objetivos referenciales, un cuarenta y cinco por ciento (45%) expresaron “casi siempre” y un (10%) expreso “casi nunca”. Según (Pánszá, M. 2005) manifiesta que la introducción: Para situar la unidad curricular en el Conjunto del Planificación de los Contenidos del Aprendizaje, en relación con otras unidades y la temporalización. Objetivos Didácticos: Determinan los logros que se persiguen en cuanto a aprendizajes, que conectan los Objetivos Generales del Área y de la Etapa con los de Ciclo y Unidad. Objetivos Referenciales: Desarrollan los Objetivos Didácticos y se referencian a contenidos de un determinado tipo..

De acuerdo a los resultados obtenidos en el cuadro y gráfico anterior, se puede apreciar que las respuestas nos permite interpretar que los docentes adscrito al subprograma de educación física, deporte y recreación señalan que en las unidades curriculares en el desarrollo de la estructura deben contener contenidos y objetivos que permitan familiarizar al docente con los elementos de la unidad curricular y además plantearse objetivos para alcanzar los logros propuestos en cuanto a el aprendizaje.

Cuadro N° 04 Distribución de Frecuencias de la Variable Unidad Curricular para la dimensión Estructura en sus Indicadores: Prerrequisitos y Contenidos, Técnicas

N°	Ítems	Siempre		Casi Siempre		Algunas Veces		Casi Nunca		Nunca	
		F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
4	Las unidades curriculares disponen en el desarrollo de su estructura prerrequisitos y contenidos.	15	75	4	20	1	5	0	0	0	0
5	Las unidades curriculares ajustan en el desarrollo de su estructura técnicas.	4	20	11	55	5	25	0	0	0	0

Fuente: Instrumento Aplicado al Personal Docente adscrito al Subprograma de Educación Física y Deportes del VPDS.



Fuente: Cuadro N°04

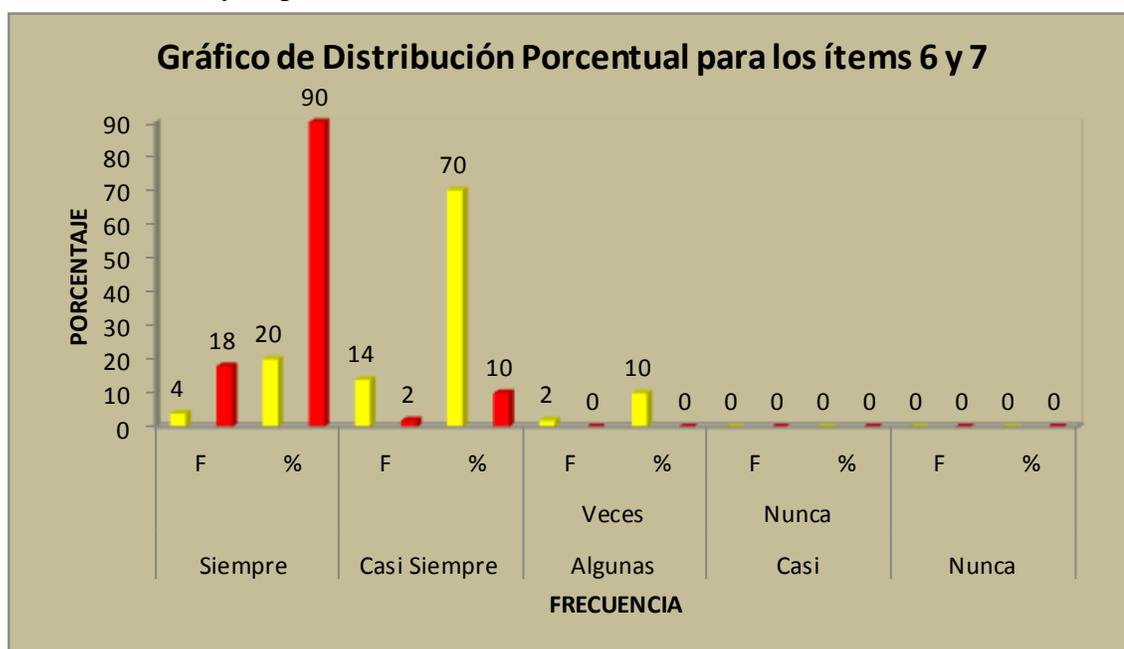
Considerando las respuestas obtenidos y reflejados en el cuadro 4, grafico 2, en el ítems 4 el setenta y cinco por ciento (75%) de la población encuestada señaló que “siempre” las unidades curriculares disponen en su estructura prerrequisito y contenidos; mientras un veinte por ciento (20%) expreso que “casi siempre”, y el cinco por ciento (5%) manifestó “algunas veces”. Con respecto al ítems 5, el veinte por ciento (20%) expresaron que “siempre” las unidades curriculares ajustan en su estructura técnicas, un cincuenta y cinco por ciento (55%) “casi siempre” y un veinticinco por ciento (25%) “casi siempre”. Según (Pánszá, M. 2005) Las técnicas de facilitación la hemos definido anteriormente como instrumentos metodológicos que utilizan el facilitador o el participante para realizar aprendizaje efectivo y eficiente

De acuerdo con los resultados ofrecidos por el cuadro y grafico anterior, se puede apreciar la necesidad de tener que tomar en cuenta a la hora de incorporar una unidad curricular que dentro de su estructura se debe ubicar los prerrequisitos, contenidos y técnicas.

Cuadro N° 05 Distribución de Frecuencias de la Variable Unidad Curricular para la dimensión Estructura en sus Indicadores: Recursos y Evaluación

N°	Ítems	Siempre		Casi Siempre		Algunas Veces		Casi Nunca		Nunca	
		F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
6	Las unidades curriculares ubican en el desarrollo de su estructura recursos.	4	20	14	70	2	10	0	0	0	0
7	Las unidades curriculares contienen en el desarrollo de su estructura evaluación.	18	90	2	10	0	0	0	0	0	0

Fuente: Instrumento Aplicado al Personal Docente adscrito al Subprograma de Educación Física y Deportes del VPDS.



Fuente: Cuadro N°05

De acuerdo a los resultados obtenidos y reflejados en el cuadro 5, gráfico 3, en el ítem 6 expresa, que el veinte por ciento (20%) de los participantes respondió “siempre” debe ubicarse en las unidades curriculares los recursos, mientras que el setenta por ciento (70%) expreso “casi siempre”, un diez por ciento (10%) “algunas veces”.

Con respecto al ítem 7 refleja, que el noventa por ciento (90%) de la población objeto de estudio expreso que “siempre” las unidades curriculares deben contener dentro de su estructura la evaluación, mientras que el diez por ciento (10%) respondió

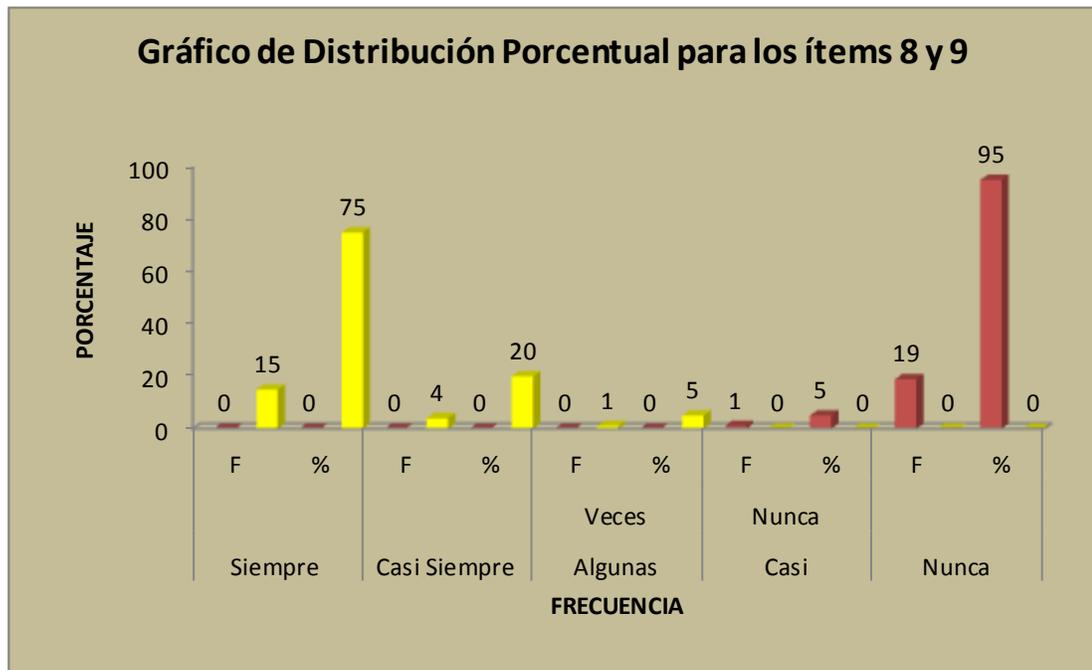
“casi siempre”. Según (Pánszá, M. 2005) Se consideran recursos dentro del diseño de instrucción, a todos aquellos elementos, objetos y medios, que faciliten el logro del desempeño deseado en los participantes.

De acuerdo a los resultados ofrecidos por el cuadro y grafico se puede evidenciar que los recursos y evaluación son indicadores fundamentales dentro de la estructura curricular.

Cuadro N° 06 Distribución de Frecuencias de la Variable Masaje Deportivo para la dimensión Objetivos en sus Indicadores: Favorecer el Logro Rápido de la Forma Deportiva, Conservar la Forma Deportiva por Tiempo Prolongado

N°	Ítems	Siempre		Casi Siempre		Algunas Veces		Casi Nunca		Nunca	
		F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
8	Cuenta el pensum de estudios con unidades curriculares cuyo contenido estimule la aplicación del masaje deportivo.							1	5	19	95
9	El objetivo primordial del masaje deportivo es favorecer el logro rápido de la forma deportiva.	15	75	4	20	1	5				

Fuente: Instrumento Aplicado al Personal Docente adscrito al Subprograma de Educación Física y Deportes del VPDS.



Fuente: Cuadro N°06

Haciendo énfasis al cuadro 6, grafico 4, ítems 8, se constató que las opciones “siempre”, “casi siempre”, y “algunas veces” no obtuvieron respuestas. El noventa y cinco por ciento (95%) de la población encuestada consideran que “nunca”. Se Cuenta en el pensum de estudios con unidades curriculares cuyo contenido estimule la aplicación del masaje, un cinco por ciento (05%) “casi nunca”.

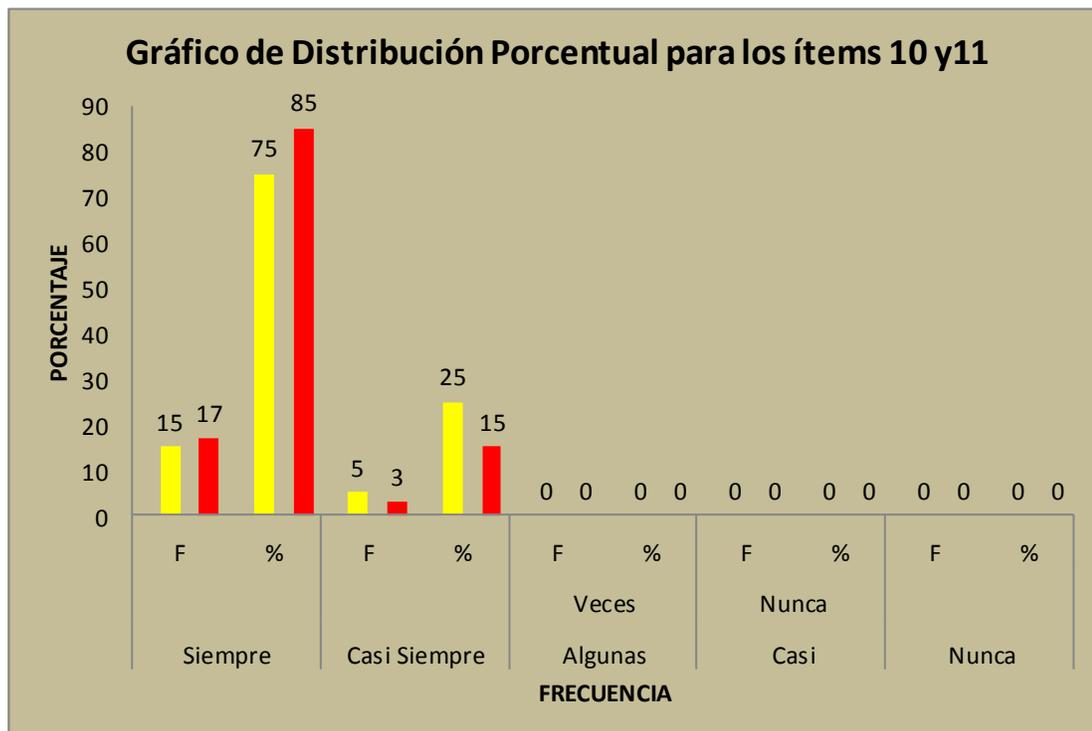
Para el ítems 9, un setenta y cinco por ciento (75%) manifestaron que “siempre” el objetivo fundamental del masaje deportivo radica en favorecer el logro rápido de la forma deportivo, mientras que un veinte por ciento (20%) respondió “casi siempre”, un cinco por ciento (5%) algunas veces. Según (Velázquez 2015) manifiesta que es destacable como se notan resultados positivos no solamente a nivel físico sino también en un plano psico-emocional. Esto queda ejemplificado en la alta cantidad de enfermedades en las que nombramos las mejorías en la depresión, estrés y ansiedad del paciente. El masaje no se remite al cuerpo, lo trasciende.

De acuerdo a los resultados obtenidos en el cuadro y gráfico anterior, se puede evaluar que los pensum de estudios no cuentan con unidades curriculares cuyo contenido estimule la aplicación del masaje deportivo, pero además los mismo encuestados expresan a través de sus respuesta en el ítem 9, que el masaje conserva y favorece el logro rápido de la forma deportiva.

Cuadro N° 07 Distribución de Frecuencias de la Variable Masaje Deportivo para la dimensión Objetivos en sus Indicadores: Preparar al Deportista de Manera Efectiva con Vistas a la Competencia, Contribuir a que el Deportista Pueda Luchar más Fácilmente Contra la Fatiga.

N°	Ítems	Siempre		Casi Siempre		Algunas Veces		Casi Nunca		Nunca	
		F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
10	A través de la aplicación del masaje se conservar la forma deportiva del atleta por tiempo prolongado.	15	75	5	25	0	0	0	0	0	0
11	Considera que el masaje deportivo tiene como propósito preparar al deportista de manera afectiva con vistas a la competencia.	17	85	3	15	0	0	0	0	0	0

Fuente: Instrumento Aplicado al Personal Docente adscrito al Subprograma de Educación Física y Deportes del VPDS.



Fuente: Cuadro N°07

Los resultados obtenidos en el cuadro 7, grafico 5, ítems 10, reflejan el setenta y cinco por ciento (75%) de los encuestados manifestaron “siempre”, la aplicación del masaje conservar la forma deportiva del atleta por tiempo prolongado, y el veinticinco por ciento (25%) “casi siempre”.

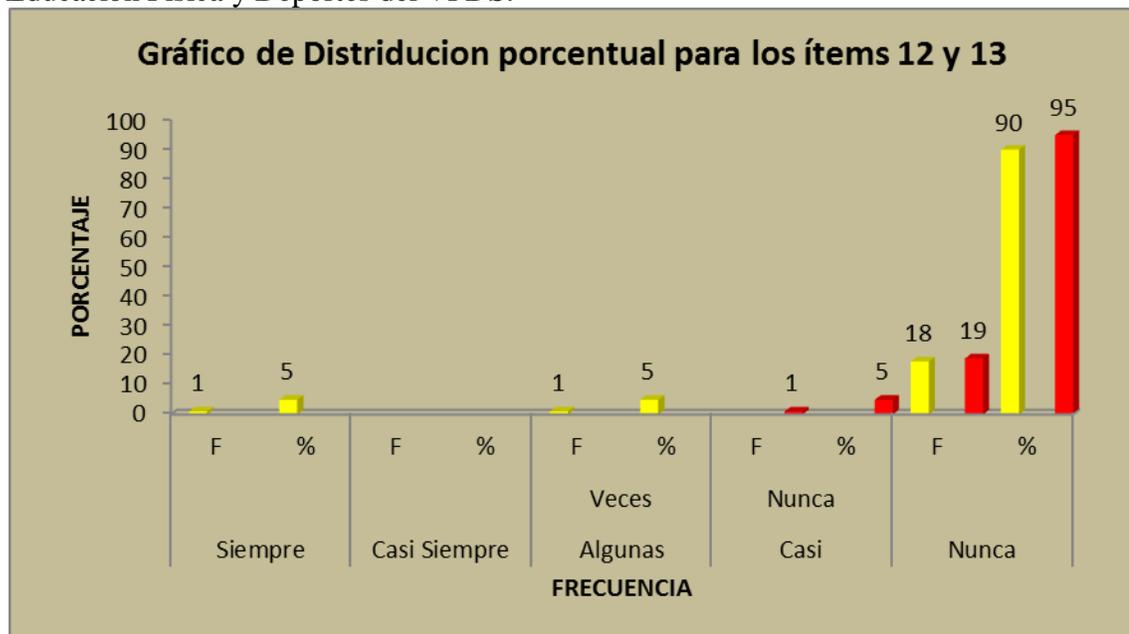
En relación al ítems 11, el ochenta y cinco por ciento (85%) respondió que “siempre” Considera que el masaje deportivo tiene como propósito preparar al deportista de manera afectiva con vistas a la competencia, mientras que el quince por ciento (15%) “casi siempre”. Según Espasa 2006 La importancia del masaje dentro del campo del deporte es grande, pues gracias a él, la capacidad de trabajo se restablece más pronto, el cansancio desaparece, el deportista se mantiene en buen estado.

Según los resultados obtenidos en el cuadro y gráfico anterior, se puede apreciar que los encuestados reconocen el papel y la importancia que tiene la aplicación del masaje deportivo en el ámbito competitivo para obtener óptimos resultados.

Cuadro N° 08 Distribución de Frecuencias de la Variable Masaje Deportivo para la dimensión Clasificación en sus Indicadores: Masaje de Entrenamiento, Masaje Preparatorio.

N°	Ítems	Siempre		Casi Siempre		Algunas Veces		Casi Nunca		Nunca	
		F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
12	Conoce el método adecuado para la utilización del masaje de entrenamiento.	1	5			1	5			18	90
13	En el pensum de estudio se plantean los elementos técnicos para realizar un masaje preparatorio.							1	5	19	95

Fuente: Instrumento Aplicado al Personal Docente adscrito al Subprograma de Educación Física y Deportes del VPDS.



Fuente: Cuadro N°08

De acuerdo a los resultados obtenidos y reflejados en el cuadro 8, grafico 6, en el ítems 12 expresa, que el noventa por ciento (90%) de los participantes respondió “nunca” han conocido el método adecuado para la utilización del masaje de entrenamiento, mientras que el cinco por ciento (5%) expreso “algunas veces”, de igual forma un cinco por ciento (5%) “siempre”. Con respecto al ítems 13 refleja, que el noventa y cinco por ciento (95%) de la población objeto de estudio expreso que “nunca” en el pensum de estudio se plantean los elementos técnicos para realizar un

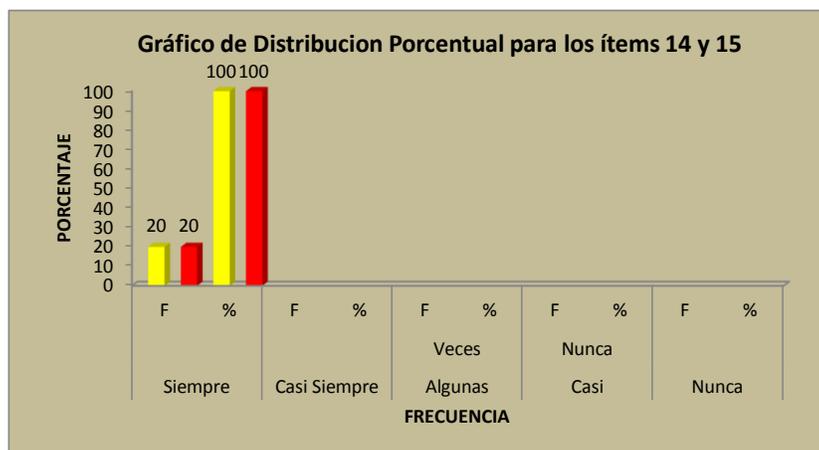
masaje preparatorio, el cinco por ciento (5%) de los participantes respondió “casi nunca”. Espasa, (2006). masaje deportivo es el que se aplica al deportista activo con el fin de perfeccionar las cualidades físicas, recuperar y elevar la capacidad de trabajo deportivo. Este tipo de masaje forma parte del sistema de entrenamiento deportivo

De acuerdo a los resultados obtenidos en el cuadro y gráfico anterior, se puede valuar que en los pensum de estudios, no se plantean los elementos técnicos para realizar un masaje preparatorio, pero además los mismos encuestados expresan a través de sus respuestas en el ítem 12, que desconocen el método adecuado del masaje de entrenamiento.

Cuadro N° 09 Distribución de Frecuencias de la Variable Masaje Deportivo para la dimensión Clasificación en sus Indicadores: Masaje de Recuperación.

N°	Ítems	Siempre		Casi Siempre		Algunas Veces		Casi Nunca		Nunca	
		F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
14	Es importante el masaje de recuperación para que el deportista pueda combatir más fácilmente contra la fatiga.	20	100								
15	Considera usted que se debe enseñar las técnicas y elementos básicos del masaje deportivo en la carrera de educación física y deporte.	20	100								

Fuente: Instrumento Aplicado al Personal Docente adscrito al Subprograma de Educación Física y Deportes del VPDS.



Fuente: Cuadro N°09

Haciendo énfasis al cuadro 9, grafico 7, en los ítems 14, 15, se constató que la opción “siempre”, es la única respuestas, es decir el cien por ciento (100%) de la población encuestada consideran la importancia de aplicar un masaje de recuperación en atletas, pero además consideran que es necesario la enseñanza de las técnicas y elementos básicos del masaje deportivo en la carrera de educación física, deporte y recreación.

CAPITULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Conclusiones

Los hallazgos derivados de éste estudio han orientado al investigador en primer lugar Proponer el masaje deportivo como unidad curricular obligatoria para la resignificación de la carrera licenciatura en educación, mención educación física deporte y recreación en busca de mejorar el perfil profesional y ampliar el campo laboral de los egresados en dicha mención.

El objetivo identificar la situación del masaje deportivo en relación con el perfil profesional de estudiantes y profesores en la carrera de educación física y deporte del VPDS. El mismo fue obtenido a través de la aplicación de un cuestionario determinando lo siguiente:

El pensum de estudios en la carrera de educación mención educación física, deporte y recreación no cuenta con unidades curriculares cuyo contenido estimule la aplicación del masaje deportivo.

El personal docente adscrito al subprograma de educación física deporte y recreación reconoce que el objetivo primordial del masaje deportivo es favorecer el logro rápido de la forma deportiva.

Se reconoce que a través de la aplicación del masaje deportivo, se conservar la forma deportiva de los atletas por tiempo prolongado, colocando en evidencia la necesidad de enseñar en la carrera de educación física, deporte y recreación dichos elementos.

Se manifiesta la importante del masaje de recuperación para que el deportista pueda combatir más fácilmente contra la fatiga.

El personal docente no conoce los métodos adecuados para la utilización del masaje de entrenamiento, a pesar que este cumple funciones favorable en el rendimiento deportivo, además de utilizarse como medio preventivo.

Se evidencia la necesidad de incorporar la enseñanza las técnicas y elementos básicos del masaje deportivo en la carrera de educación física y deporte.

El presente estudio de investigación es factible, ya que mediante el mismo se buscara alternativas de solución a una necesidad de un grupo determinado, como lo es el caso del discernimiento por parte de los egresados en relación a la aplicación del masaje deportivo en los atletas y personas dentro de una comunidad para ayudar a mejorar la calidad de vida.

En este sentido, se diseñará una propuesta curricular que mejorara el perfil del egresado en educación física deporte y recreación; además de ampliar su campo laboral.

Recomendaciones

En este orden de ideas, y a partir del estudio de investigación realizado se hacen las siguientes recomendaciones:.

- Integrar una comisión curricular multidisciplinaria para presentar la propuesta ante las instancias pertinentes para su aprobación.
- Fomentar el masaje deportivo a través del subprograma y asignar recursos para la organización de actividades recreativas para la comunidad universitaria.
- Buscar la integración y cooperación entre todos los representantes deportivos de la comunidad a través del comité de recreación y deporte, para la organización de actividades deportivas terapéuticas de manera que garanticen la participación de los habitantes de la comunidad.
- Habilitar un espacio para la atención terapéutica a través de la aplicación de masajes deportivos a toda la comunidad universitaria.
- Manejar de manera organizada la función gerencial dentro de la comunidad, para identificar una gerencia en el ámbito deportivo, establecer lazos de integración interinstitucional para las organizaciones de masajes deportivas y terapéuticas dentro de la comunidad.
- La práctica del masaje como método terapéutico para el tratamiento de trastorno, enfermedades y lesiones ya que favorece el riego sanguíneo, mejora la nutrición tisular y ayuda a aumentar la secreción glandular.

CAPITULO VI

LA PROPUESTA

Presentación de la propuesta

Propuesta curricular obligatoria bajo la denominación de masaje deportivo para el fortalecimiento del perfil profesional en el egresado en educación física deporte y recreación de la UNELLEZ sede.

Justificación

La situación presentada en la Universidad Nacional Experimental de los Llanos Occidentales Ezequiel Zamora, la propuesta se justifica teniendo en cuenta que no existen personal en el área de educación física deporte y recreación que apliquen las diferentes manipulaciones del masaje terapéutico en áreas deportivas, por lo que mediante esta propuesta podrá lograrse la participación de los estudiantes en la comunidad universitaria en las diferentes actividades que por ende ayudaran a mejorar la calidad de vida de los mismos mientras se ejercitan.

En este mismo orden de ideas, se pudo determinar que existe la necesidad de implementar actividades pedagógicas orientadas al estímulo de la aplicación del masaje deportivo como medio preventivo, con la implementación y puesta en marcha de esta propuesta se pretende contribuir a mejorar la calidad de vida de los ciudadanos. Se considera que la misma es relevante, porque va a permitir el logro de la información actualizada requerida para elevar la calidad del profesor, entrenador o promotor deportivo en el área deportiva. Cabe destacar que, esta propuesta va dirigida hacia el fortalecimiento del perfil del egresado en educación física deporte y recreación, para que se desarrolle como un ser activo, constructivo y seguro del desarrollo y sobre todo capaz de lograr metas y cuidar su salud.

La aplicación del masaje deportivo es un elemento básico más para la formación integral del individuo, ejerce una relevante influencia en todos los aspectos y dimensiones que componen al ser humano. Utiliza sus medios y estrategias, actuando sobre el ente corporal, pero no atendiendo al desarrollo biológico solamente, sino que centra su finalidad en el humano total, como ser viviente integral. El movimiento

corporal implica un proceso de actuación completa del individuo. No existe separación entre los aspectos físicos y psíquicos, ella constituye una sola unidad funcional, así como funcional es el desarrollo.

En consecuencia, el personal directivo de la UNELLEZ deberá centrar su estrategia acorde con las necesidades y oportunidades que brinda la institución, puesto que es él quien está involucrado de manera determinante en este proceso. El mismo construye progresivamente al conocimiento, gracias a su esquema, a las experiencias y a la interacción social que tiene en el entorno en que se desenvuelven. Por lo tanto, es importante que el profesor, entrenador o promotor deportivo le pueda brindar la posibilidad a los atletas y comunidad en general de contar con la posibilidad de que a través de la aplicación del masaje podamos contribuir a un desarrollo integral.

Objetivos de la propuesta

Objetivo General

Proponer el Subproyecto de Masaje deportivo para el fortalecimiento del perfil profesional, en los egresados en Educación Física Deporte y recreación de la UNELLEZ sede.

Objetivos Específicos

- Identificar la necesidad de los profesionales de educación física deporte y recreación de estar al tanto de las manipulaciones del masaje deportivo.
- Caracterizar los contenidos del masaje deportivo que deben manejar los profesionales de educación física y deporte.
- Determinar las diferentes manipulaciones del masaje deportivo que deben aplicar los profesionales de educación física deporte y recreación.
- Diseñar la estructura curricular del masaje deportivo para el fortalecimiento del perfil profesional del egresado en educación física deporte y recreación.

Estructura de la propuesta

Para cumplir con los objetivos previstos y expuestos anteriormente, la propuesta se estructurara en tres fases: Fase I Diagnostico, Fase II Factibilidad de la Propuesta, Fase III Diseño de la Propuesta.

Factibilidad

Fase I: Diagnóstico.

Producto del análisis de los resultados que se obtengan en la recolección de la información, se evidenciara la necesidad de Proponer el Subproyecto de Masaje deportivo para el fortalecimiento del perfil profesional, en los egresados en Educación Física Deporte y recreación de la UNELLEZ sede. Lo cual va a incidir positivamente en mejorar la calidad académica de los egresados en educación física deporte y recreación.

En otro sentido, esta propuesta de masaje deportivo no se considera un elemento terminado, el mismo está sujeto a ser enriquecido con la recopilación de otras estrategias producto de la construcción de otros actores involucrados con la actividad física, el deporte y la recreación, puede aplicarse a cualquier escenario comunitario con características similares a la comunidad sujeto de estudio, o haciendo las adaptaciones pertinentes acordes a sus particularidades.

Fase II: Factibilidad de la Propuesta

El presente estudio es factible, ya que mediante el mismo se buscara alternativas de solución a una necesidad de un grupo determinado, como lo es el caso del conocimiento de los profesores de la aplicación del masaje deportivo en los atletas y personas dentro de una comunidad.

En este sentido, se diseñará y se ejecutará una propuesta curricular que mejorara el perfil del egresado en educación física deporte y recreación; además de ampliar su campo laboral, la instrumentación del masaje deportivo es viable considerando los siguientes criterios:

Factibilidad Técnica:

Hace referencia a la disponibilidad de recursos físicos, humanos y materiales. En cuanto a los recursos físicos se sugiere un cubículo, salón, mesas, o cualquier otro espacio disponible dentro de la institución. En lo que a materiales se refiere, se dispondrá mesas, de toallas, talco, cronometro, objetos diversos entre otros. En relación a los recursos humanos, ejecutores del proyecto, docentes de educación

física, estudiantes de educación física, entrenadores y comunidad en general de la institución UNELLEZ sede.

Factibilidad Legal:

En el Estado Venezolano encontramos diferentes leyes que garantizan a desarrollar políticas deportivas y recreativas, algunas de ellas son: Ley orgánica de Deporte, Actividad Física y Educación Física, Ley del Trabajo, Ley de Educación, Ley Orgánica de Protección al niño, niña y adolescente, Constitución de la República Bolivariana de Venezuela, Plan Nacional de Deporte, la Actividad Física y la Educación Física entre otras. De acuerdo a lo antes expuesto se menciona la disposición pautada en el artículo de la Constitución de la República Bolivariana de Venezuela (1999); en el artículo 111, establece que:

Todas las personas tienen derecho al deporte y a la recreación como actividades que benefician la calidad de vida individual y colectiva. El Estado asumirá el deporte y la recreación como políticas de educación y salud pública, y garantizará los recursos para su promoción. La educación física y el deporte cumplen un papel fundamental en la formación integral de la niñez y la adolescencia. Su enseñanza es obligatoria en todos los niveles de la educación pública y privada hasta el ciclo diversificado, con las excepciones que establezca la ley (p 32).

Así mismo, la Ley orgánica de Deporte, actividad física y educación física (2011), donde se expresan los artículos relacionados con la actividad física y el deporte, los cuales plantean lo siguiente artículo 33, señala que:

La difusión del deporte y la actividad física, con el interés de exaltar su práctica como expresiones culturales que por su carácter transformador de la sociedad enaltecen y enriquecen la vida del pueblo, exaltan el patriotismo, el gentilicio y la honra nacional, difunden valores humanistas de progreso social y el buen vivir, (p. 22).

Igualmente, Ley Orgánica para la Protección del Niño y del Adolescente (1998). Según, el artículo 63 establece: “El derecho al descanso, recreación, esparcimiento, deporte y juego. Todos los niños y adolescentes tienen derecho al descanso, recreación, esparcimiento, deporte y juego” (p. 40). Así mismo, el artículo 64 establece: “El Estado debe garantizar la creación y conservación de espacios e instalaciones públicas dirigidas a la recreación, esparcimiento, deporte, juego y

descanso”. (p. 40), Parágrafo Primero: El acceso y uso de estos espacios e instalaciones públicas es gratuito para los niños y adolescentes que carezcan de medios económicos. Parágrafo Segundo: La planificación urbanística debe asegurar la creación de áreas verdes, recreacionales y deportivas destinadas al uso de los niños, adolescentes y sus familias (p. 40).

Factibilidad Política:

Se refiere a la adecuación de la planificación política del Estado Nacional. En tal sentido, la propuesta se considera viable en vista a que responde a los lineamientos emanados por el gobierno Nacional, el cual ha puesto en marcha El Programa Deporte Para Todos (2006), Ley orgánica de Deporte, actividad física y educación física (2011) y el Plan Nacional de Deporte, la Actividad Física y la Educación Física (2013 – 2025)

Fase III: Diseño y Ejecución de la Planificación

El diseño y ejecución de la propuesta del Subproyecto masaje deportivo, se desarrollará con la finalidad de mejorar la calidad académica del egresado en educación física deporte y recreación, así como generar las posibilidades de empleo no dependientes de ningún ministerio, ayudando de igual manera a contribuir a una mejor calidad vida de los habitantes de las comunidades. Para hacer efectivo la aplicación del masaje deportivo en la institución de la UNELLEZ sede, se requiere de la colaboración y participación de los docentes, entrenadores deportivos y miembros de la comunidad educativa.

Unidad Ejecutora de la Planificación

La aplicación del Subproyecto de masaje deportivo se llevará a cabo a través del personal docente de educación física deporte y recreación de la UNELLEZ sede, de forma cooperativa, el cual se fundamentara en el manejo de estrategias por parte del personal en el área deportiva durante la ejecución de actividades en el área de actividad física, deporte y recreación para contribuir en la formación integral de los y de las estudiantes. El subprograma de educación física deporte y recreación será el encargado de ejecutar, controlar, guiar, supervisar y evaluar los resultados de la aplicación del masaje deportivo.

**CONTENIDO PROGRAMATICO DEL SUBPROYECTO
MASAJE DEPORTIVO**

VICERRECTORADO: Planificación y desarrollo social

PROGRAMA: Ciencias de la Educación

SUBPROGRAMA: Educación Física Deporte y Recreación

CARRERA: Educación Física Deporte y Recreación

SUBPROYECTO: Masaje Deportivo

PRELACIÓN: Anatomía / Fisiología

HORAS SEMANALES: 06 Horas. 2 teóricas y 04 practicas

UNIDADES DE CRÉDITOS: 03

SEMESTRE: IV y/o V

CONDICIÓN: Obligatoria

MODALIDAD DE APRENDIZAJE: Presencial

DISEÑADO POR: Prof. Luis Alberto Alvarado Gómez

JUSTIFICACIÓN

Empezaremos manifestando que en todos los períodos y en cualquier parte del universo el masaje es tan viejo como la humanidad, que tan solos con las manos hábiles y cálidas podemos transmitir un estado de bienestar a través del masaje, comprende un conjunto de maniobras que se ejecutan de forma metódica sobre una zona del organismo, realizando estiramientos y compresiones rítmicas de los tejidos, con el fin de producir en ellos los estímulos mecánicos necesarios para conseguir modificarlos de la forma adecuada en cada caso.

Es una terapia distante, en la que atletas y enfermos se dejan tocar mientras permanecen en relajación. Sus fines serán principalmente terapéuticos o preventivos, aunque no podemos olvidar lo deportivo y los que preparan para el esfuerzo físico, así como los que tienen un objetivo puramente estético. En ocasiones, el día a día se vuelve estresante, la presión del trabajo, crisis en la familia o en la relación, son solo algunos desencadenantes personales que angustian el cuerpo y el alma. En estos momentos es cuando se hace necesario brindarse unos segundos al placer sensorial y al alivio corporal.

Actualmente el masaje ha adquirido una notable importancia en el deporte, en la medicina preventiva y en la rehabilitación. Aunque para algunos su desarrollo no haya ido paralelo a sus aplicaciones, es un recurso terapéutico con efectos beneficiosos científicamente reconocidos y demostrado el valor en multitud de situaciones, de allí la necesidad de incluir estos contenidos en el Subproyecto de masaje deportivo dentro del componente de formación de los estudiantes de educación física deporte y recreación de la UNELLEZ.

OBJETIVO GENERAL

Al concluir el Subproyecto, los estudiantes están en condiciones de escoger, estimar y jerarquizar la aplicación de un masaje deportivo, donde se enfatiza en la aplicación del masaje de entrenamiento como medio sedante, preparatorio, preventivo, considerando la cuantificación de las variables que determinan la duración, frecuencia e intensidad de las manipulaciones.

MODULO I

GENERALIDADES DEL MASAJE

Duración: 3 semanas

Valor: 20%

OBJETIVO GENERAL:

Al culminar el modulo los estudiantes están en condiciones de DESCRIBIR las nociones generales del masaje deportivo relacionado con las lesiones deportiva y la prevención de enfermedades.

CONTENIDO:

- Concepto
- Reseña Histórica
- Importancia del masaje.
- Tipos de masaje.
- Condiciones para efectuar un masaje.

ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS:

- Exposición del tema por el docente.
- Lectura y debate del material bibliográfico aportado por el docente.
- Lluvias de ideas.
- Rompecabezas para la revisión de conocimientos previos.
- Discusión dirigida.
- Redactar en parejas una aproximación al concepto e importancia del masaje.
- Mapas mentales

RECURSOS: Humanos; Alumnos, Profesor

Materiales; material bibliográfico, bibliografía recomendadas, aula virtual, marcador y pizarra acrílica, mesa para la aplicación del masaje.

ACTIVIDADES DE EVALUACION DE COMPETENCIAS:

EVALUACIÓN	INSTRUMENTO	PORCENTAJE	VALOR
Teórica	Trabajo escrito (taller, ensayo)	5%	0,25
Teórica	Exposición (galería)	5%	0,25
Teórica	Prueba objetiva	10%	0,50

MODULO II

FACULTAD FISIOLÓGICA DEL MASAJE SOBRE EL ORGANISMO

Duración: 4 semanas

Valor: 25%

OBJETIVO GENERAL:

Al finalizar el modulo los estudiantes están en condiciones de **DISTINGUIR** los diferentes efectos que ocasionan la aplicación de las manipulaciones del masaje sobre el organismo.

CONTENIDO:

Efecto del masaje sobre el organismo a nivel:

- Del sistema muscular, De la piel, Del sistema nervioso, Del sistema vascular, De los órganos internos y a nivel psicológico.
- Instrucciones para el que recibe el masaje.

ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS:

- Exposición del tema por el docente.
- Lectura y debate del material bibliográfico aportado por el docente.
- Elaboración de una galería de mapas mentales, líneas de tiempo, gráficos.
- Discusión dirigida.
- Aplicación en parejas de las técnicas del masaje.
- Redactar en grupo un cuadro sinóptico acerca de la influencia fisiológica del masaje.

RECURSOS: Humanos; Alumnos, Profesor

Materiales; material bibliográfico, bibliografía recomendadas, aula virtual, marcador y pizarra acrílica, mesa para la aplicación del masaje.

ACTIVIDADES DE EVALUACION DE COMPETENCIAS:

EVALUACIÓN	INSTRUMENTO	PORCENTAJE	VALOR
Teórica	Trabajo escrito con defensa	6%	0,30
Teórica	Exposiciones	9%	0,45
Teórica	Prueba de desarrollo	10%	0,50

MODULO III
MANIPULACIONES ESENCIALES DEL MASAJE SUS TECNICAS Y
EFFECTOS FISIOLÓGICOS

Duración: 5 semanas

Valor: 30%

OBJETIVO GENERAL:

Al culminar el modulo los estudiantes están en condiciones de APLICAR las diferentes manipulaciones del masaje deportivo enfatizando en la correcta utilización de las técnicas en correspondencia con el objetivo propuesto.

CONTENIDO:

Aplicación de las manipulaciones del masaje

- Clasificación, Descripción e influencias fisiológicas de las manipulaciones del masaje.
- Secuencias básicas para la aplicación de las sesiones de masajes.
- Tipos de masaje deportivo.

ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS:

- Exposición del tema por el docente.
- Lectura y debate del material bibliográfico aportado por el docente.
- Ejercicios en parejas de las diferentes manipulaciones.
- Aplicación en parejas de las técnicas del masaje.
- Lluvia de ideas para la revisión de conocimientos previos.
- Discusión dirigida.

RECURSOS: Humanos; Alumnos, Profesor

Materiales; material bibliográfico, bibliografía recomendadas, mesa para la aplicación del masaje, talco, toalla, equipo de sonido.

ACTIVIDADES DE EVALUACION DE COMPETENCIAS:

EVALUACIÓN	INSTRUMENTO	PORCENTAJE	VALOR
Teórica	Técnica del pensamiento veloz	5%	0,25
Práctico	Registro de participación (práctico)	25%	1,25

MODULO IV
MANIPULACIONES FUNDAMENTALES DEL MASAJE SUS TECNICAS Y
ACCIÓN FISIOLÓGICA

Duración: 4 semanas

Valor: 25%

OBJETIVO GENERAL:

Al culminar el modulo los estudiantes están en condiciones de VALORAR las diferentes manipulaciones del masaje deportivo en los diferentes deportes enfatizando en la correcta utilización de las técnicas y los efectos en dependencia del gasto energético.

CONTENIDO:

- Atribución e importancia del masaje deportivo.
- Peculiaridades generales del masaje en los deportes: Atletismo, gimnasia, natación, boxeo, ciclismo, lucha, juegos con pelotas.
- Generalidades del masaje terapéutico.

ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS:

- Exposición del tema por el docente.
- Lectura y debate del material bibliográfico aportado por el docente.
- Discusión dirigida.
- Elaborar en grupos de cuatro un cuadro sinóptico acerca de los efectos del masaje terapéutico en un deporte.
- Visitas a centros de rehabilitación.
- Aplicación de las técnicas.

RECURSOS: Humanos; Alumnos, Profesor

Materiales; material bibliográfico, bibliografía recomendadas, aula virtual, marcador y pizarra acrílica, mesa para la aplicación del masaje.

ACTIVIDADES DE EVALUACION DE COMPETENCIAS:

EVALUACIÓN	INSTRUMENTO	PORCENTAJE	VALOR
Teórica	Trabajo escrito o debate	5%	0,25
Teórica	Trabajo escrito con defensa	5%	0,25
Práctico	Registro de participación (exposición)	10%	0,50

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Álvarez, W. (2011), La naturaleza de la investigación. Caracas/Venezuela: Editorial BIOSFERA
- Andreewicz B. (2001) Masaje Deportivo. Editorial paidotribo 3era edición.
- Carta Europea del Deporte. (1992). Unisport.
- Anguelo Binaburo, Rafael (2000), El dolor de cabeza. Medicina Naturista; 2:79-82
- Arias, F. (2000). Metodología de la Investigación. (4a ed). Caracas/Venezuela: Editorial Espíteme. 130
- Arias, F. (2012). El Proyecto de investigación. Introducción a la metodología científica. (6ta ed.) Caracas/Venezuela: Editorial Espíteme.
- Balestrini, M. (2006). Cómo se Elabora el Proyecto de Investigación. (6a. ed). Caracas: editorial BL Consultores Asociados.
- Barrera, M. (2008). Modelos Epistémicos en Investigación y Educación. (5ta, ed). Caracas/Venezuela: Editorial Quirón.
- Beck, M. F. (Ed.). (2000). Masaje Terapéutico. Teoría y Práctica.(1ª ed.).
- Blázquez, D. (2010) La iniciación deportiva y el deporte escolar. Barcelona, Editorial Inde. Madrid: Paraninfo
- Castro F (2008) Revista Digital Buenos Aires Año 13 N° 122 Julio.
- Castro, M. (2003). El proyecto de investigación y su esquema de elaboración. (2ª,ed). Caracas/Venezuela: Editorial Uyapal.
- Caldwell, G. (1982). Deporte internacional e identidad nacional.Revista Internacional De Ciencias Sociales (UNESCO) XXXIV (2).
- Clare Maxwell-Hudson (1988) el libro del masaje manual de las técnicas de oriente y de occidente ediciones folio.
- Constitución de la República Bolivariana de Venezuela de (1999). Gaceta Oficial de La República Bolivariana de Venezuela N°5453, (Extraordinaria) Marzo Caracas, Venezuela.
- Ferrándiz J. Sagrera (1995) Quiromasaje: técnica y sensibilidad Editado por: Alia Ediciones S.L. para Interalia S.A.

- Fritz, s. (2001) Fundamentos del Masaje Terapéutico Editorial Paidotribo.
- Fullera, P. (2006). "Por qué jugar... es cosa de juego. La Habana: INDER.
- George Downing (1973) El libro del masaje Editorial Pomaire, S. A
- Gómez, A. (2001). Deporte y Moral: Valores Educativos del Deporte Escolar. [Documento en línea]. En: <http://www.efdeportes.com/>.
- Gutiérrez, M. (1996). ¿Por qué no utilizar la actividad física como transmisor de valores sociales y personales? Revista Española de Educación Física y Deportes
- Hernández, Fernández y Baptista. (2010). Metodología de la Investigación. McGraw Hill. Quinta Edición. Perú.
- Hurtado, I y Toro, J. (2007). Paradigmas y Métodos de Investigación en Tiempos de Cambios. Caracas/Venezuela. Libros de "El Nacional". Editorial CEC, SA.
- Infante, A. (1991). La Recreación y su Planificación. Venezuela: Editorial universidad de los Andes.
- Jaramillo, D. (2013). Creación del deporte. [Documento en línea]. En: <http://creaciondeldeporte.blogspot.com/2013/04/el-deporte.html>.
- Ley del Deporte de Chile (2001). N° 19.712; del 30 de Enero de 2001. Chile.
- Ley Orgánica de Deporte, Actividad Física y Educación Física. (2011). (Gaceta Oficial N° 39.741; 23 de agosto 2011). Caracas/Venezuela.
- Ley Orgánica de Educación. (2009). (Gaceta Oficial N° 5.929; Extraordinaria 15 de Agosto de 2009). Caracas/Venezuela.
- Ley Orgánica para las Personas con Discapacidad. (2009). (Gaceta Oficial N° 38.598; 05 de Enero 2009). Caracas/Venezuela.
- Ley Orgánica para la Protección del niño y del adolescente. LOPNA. (1998). (Gaceta Oficial N° 5.266; Extraordinario 02 de octubre 1998). Caracas/Venezuela.
- Lerma, H. (2012). Metodología de la investigación. Propuesta, anteproyecto y proyecto. (4ta, ed.). Bogotá/Colombia: ECOE Ediciones.
- Lüschen, G. (1982). Deporte internacional e identidad nacional. Revista Internacional de Ciencias Sociales (UNESCO) XXXIV (2).
- Mark, F. (2000) Masaje Terapéutico Teoría y Práctica Editorial Ediciones Paraninfo.

- Colectivo de autores – Masaje Deportivo. ISCF Manuel Fajardo 1990.
- Maxwell, C. (1989) El Libro del Masaje. Manual de las Técnicas de Oriente y Occidente. Ediciones folios. Barcelona.
- Morales Arroyo (2006): Dolor y Estrés en Fisioterapia. Madrid s/n 18071 Granada.
- Palella, S y Martins, F. (2010). Metodología de la investigación cuantitativa. (3era, ed). Caracas/Venezuela: FEDUPEL.
- Pérez, A. (2003). Recreación. En Universalización de “La Cultura” Física. La Habana/Cuba: Editorial ISCF “Manuel Fajardo”.
- Pansza, M. (2005). Pedagogía y Currículo. México, D.F.: Gernika
- Plasencia, J. J. (2001): El Nuevo Libro del Masaje para el Cuerpo y las Emociones.
- Ramos, F. (1986). Fundamentos de la recreación. Venezuela. Imprenta Instituto Pedagógico de Caracas.
- Sabino, C. (2002). El proceso de la investigación. Caracas – Venezuela: Editorial Panapo.
- Universidad Fermín Toro. (2001). Normas para la Elaboración y Presentación de los Trabajos de Grado para Especialización, Maestría y Tesis Doctorales. Cabudare estado Lara/Venezuela: Autor.
- Universidad Santa María. (2002). Normas para la Elaboración, presentación y evaluación de los Trabajos de Grado.
- Universidad Pedagógica Experimental Libertador. UPEL (2011). Manual de trabajo de grado, especialización y tesis doctoral. Caracas/Venezuela. FEDUPEL.
- Vázquez Gallego, J. (2004). El Masaje Terapéutico y Deportivo (7ª ed.). Madrid: Mandala Ediciones.
- Vázquez Gallego, J. (1991) El masaje terapéutico y deportivo, 7ª ed. Madrid, Mándala.

ANEXOS

ANEXO “A”
**Modelo del Instrumento de Recolección
de Datos**



**UNIVERSIDAD NACIONAL EXPERIMENTAL DE LOS LLANOS
 OCCIDENTALES EZEQUIEL ZAMORA
 VICERRECTORADO DE PLANIFICACIÓN Y DESARROLLO SOCIAL
 PROGRAMA DE ESTUDIOS AVANZADOS
 MAESTRÍA EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN SUPERIOR
 MENCIÓN DOCENCIA UNIVERSITARIA**

Instrumento aplicado a Los docentes adscritos al subprograma de Educación física y deporte de la UNELLEZ. VPDS

Legenda: S: Siempre, CS: Casi Siempre, AV: Algunas Veces, CN: Casi Nunca, N: Nunca.

Nº	Ítems	S	CS	AV	CN	N
1	Las unidades curriculares contienen en el desarrollo de su estructura la introducción					
2	Las unidades curriculares establecen en el desarrollo de su estructura objetivos didácticos					
3	Las unidades curriculares integran en el desarrollo de su estructura objetivos referenciales					
4	Las unidades curriculares disponen en el desarrollo de su estructura prerrequisitos y contenidos					
5	Las unidades curriculares ajustan en el desarrollo de su estructura técnicas					
6	Las unidades curriculares ubican en el desarrollo de su estructura recursos					
7	Las unidades curriculares contienen en el desarrollo de su estructura evaluación					
8	Cuenta el pensum de estudios con unidades curriculares cuyo contenido estimule la aplicación del masaje deportivo					
9	El objetivo primordial del masaje deportivo es favorecer el logro rápido de la forma deportiva					
10	A través de la aplicación del masaje se conservar la forma deportiva del atleta por tiempo prolongado					
11	Considera que el masaje deportivo tiene como propósito preparar al deportista de manera afectiva con vistas a la competencia					
12	Conoce el método adecuado para la utilización del masaje de entrenamiento					
13	En el pensum de estudio se plantean los elementos técnicos para realizar un masaje preparatorio					
14	Es importante el masaje de recuperación para que el deportista pueda luchar más fácilmente contra la fatiga					
15	Considera usted que se debe enseñar las técnicas y elementos básicos del masaje deportivo en la carrera de educación física y deporte					

ANEXO “B”
Formatos de Validación del Instrumento



**UNIVERSIDAD NACIONAL EXPERIMENTAL DE LOS LLANOS
OCCIDENTALES EZEQUIEL ZAMORA
VICERRECTORADO DE PLANIFICACIÓN Y DESARROLLO SOCIAL
PROGRAMA DE ESTUDIOS AVANZADOS
MAESTRÍA EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN SUPERIOR
MENCIÓN DOCENCIA UNIVERSITARIA**

COMUNICACIÓN PARA LOS EXPERTOS

Barinas, Octubre de 2018

Ciudadano

Presente

La presente tiene como propósito solicitar su valiosa colaboración en la revisión del instrumento de recolección de datos del proyecto de investigación denominado: “Masaje deportivo como unidad curricular obligatoria para la resignificación de la carrera licenciatura en educación, mención educación física deporte y recreación del VPDS (2018)”. Usted ha sido seleccionado para la validación de dicho instrumento, por considerar sus méritos académicos y profesionales, que le permitirán cumplir con los objetivos para los cuales fue seleccionado y a través de sus recomendaciones y observaciones para lograr una información más objetiva del mismo.

El instrumento elaborado se aplicará a los docentes adscritos al subprograma de educación física y deporte del vicerrectorado de planificación y desarrollo social de la UNELLEZ, el cual ha sido estructurado en función de los objetivos, variables, dimensiones e indicadores contenidos en la operacionalización de las variables.

Sin otro particular a que hacer referencia queda de UD.

Luis Alvarado



**UNIVERSIDAD NACIONAL EXPERIMENTAL DE LOS LLANOS
OCCIDENTALES EZEQUIEL ZAMORA
VICERRECTORADO DE PLANIFICACIÓN Y DESARROLLO SOCIAL
PROGRAMA DE ESTUDIOS AVANZADOS
MAESTRÍA EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN SUPERIOR
MENCIÓN DOCENCIA UNIVERSITARIA**

Formato para la revisión y validación del instrumento diseñado.

APELLIDOS Y NOMBRES:

_____ LUGAR

DE TRABAJO:

_____ CARGO

QUE DESEMPEÑA:

_____ TITULO

OBTENIDO: Magister o Doctorado Scientiarum en

Mención: _____

INSTRUCCIONES:

- 1- Indique con precisión en el instrumento anexo si es pertinente a las variables de estudio.
- 2- Lea detenidamente los ítems de acuerdo a cada indicador.
- 3- Emita su criterio marcando, en el espacio señalado: (A) Dejar, (B) Modificar, (C) Eliminar, (D) Incluir otra pregunta.



UNIVERSIDAD NACIONAL EXPERIMENTAL DE LOS LLANOS
OCCIDENTALES EZEQUIEL ZAMORA
VICERRECTORADO DE PLANIFICACIÓN Y DESARROLLO SOCIAL
COORDINACIÓN ÁREA DE POSTGRADO
MAESTRÍA EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN SUPERIOR
MENCION DOCENCIA UNIVERSITARIA

Hoja de registro para la validación del instrumento dirigido a los expertos.

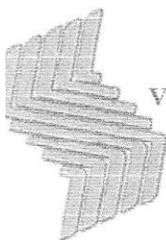
N ^o	A	B	C	D
ITEMS	DEJAR	MODIFICAR	ELIMINAR	INCLUIR
1	/			
2	/			
3	/			
4	/			
5	/			
6	/			
7	/			
8	/			
9	/			
10	/			
11	/			
12	/			
13	/			
14	/			
15	/			

OBSERVACIONES:

FIRMA:

C.I.Nº:

9985519.



UNIVERSIDAD NACIONAL EXPERIMENTAL DE LOS LLANOS
OCCIDENTALES EZEQUIEL ZAMORA
VICERRECTORADO DE PLANIFICACIÓN Y DESARROLLO SOCIAL
COORDINACIÓN ÁREA DE POSTGRADO
MAESTRÍA EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN SUPERIOR
MENCIÓN DOCENCIA UNIVERSITARIA

ACTA DE VALIDACIÓN

Yo, Jimmy Rondón, titular de la cedula de identidad V-
9985519 por medio de la presenta certifico que he leído y revisado
el instrumento diseñado por Luis Alberto Alvarado Gómez. Portador de la cedula de
identidad V- 13.501.562 el cual utilizara para la recolección de datos de información
en su trabajo de investigación titulado: "MASAJE DEPORTIVO COMO UNIDAD
CURRICULAR OBLIGATORIA PARA LA RESIGNIFICACIÓN DE LA
CARRERA LICENCIATURA EN EDUCACIÓN, MENCIÓN EDUCACIÓN FÍSICA
DEPORTE Y RECREACIÓN DEL VPDS (2018)".

El cual considero ADECUADO para el propósito de la
investigación.

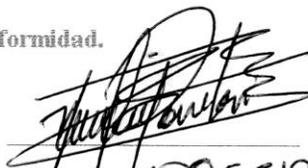
OBSERVACIONES:

En Barinas a los 23 días del mes de Octubre del año
2018

De conformidad.

Firma:

Cedula:


9985519



UNIVERSIDAD NACIONAL EXPERIMENTAL DE LOS LLANOS
OCCIDENTALES EZEQUIEL ZAMORA
VICERRECTORADO DE PLANIFICACIÓN Y DESARROLLO SOCIAL
COORDINACIÓN ÁREA DE POSTGRADO
MAESTRÍA EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN SUPERIOR
MENCION DOCENCIA UNIVERSITARIA

Hoja de registro para la validación del instrumento dirigido a los expertos.

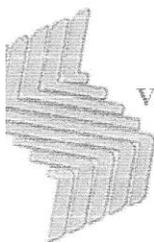
Nº	A	B	C	D
ITEMS	DEJAR	MODIFICAR	ELIMINAR	INCLUIR
1	✓			
2	✓			
3	✓			
4	✓			
5	✓			
6	✓			
7	✓			
8	✓			
9	✓			
10	✓			
11	✓			
12	✓			
13	✓			
14	✓			
15	✓			

OBSERVACIONES:

FIRMA:

C.L.Nº:

9988032



UNIVERSIDAD NACIONAL EXPERIMENTAL DE LOS LLANOS
OCCIDENTALES EZEQUIEL ZAMORA
VICERRECTORADO DE PLANIFICACIÓN Y DESARROLLO SOCIAL
COORDINACIÓN ÁREA DE POSTGRADO
MAESTRÍA EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN SUPERIOR
MENCIÓN DOCENCIA UNIVERSITARIA

ACTA DE VALIDACIÓN

Yo, JOSÉ RAMÍREZ, titular de la cedula de identidad V-
9988032 por medio de la presenta certifico que he leído y revisado
el instrumento diseñado por Luis Alberto Alvarado Gómez. Portador de la cedula de
identidad V- 13.501.562 el cual utilizara para la recolección de datos de información
en su trabajo de investigación titulado: "MASAJE DEPORTIVO COMO UNIDAD
CURRICULAR OBLIGATORIA PARA LA RESIGNIFICACIÓN DE LA
CARRERA LICENCIATURA EN EDUCACIÓN, MENCIÓN EDUCACIÓN FÍSICA
DEPORTE Y RECREACIÓN DEL VPDS (2018)".

El cual considero Partintude para el propósito de la
investigación.

OBSERVACIONES:

En Barinas a los 22 días del mes de Octubre del año
2018

De conformidad

Firma: 

Cedula: 9988032



UNIVERSIDAD NACIONAL EXPERIMENTAL DE LOS LLANOS
OCCIDENTALES EZEQUIEL ZAMORA
VICERRECTORADO DE PLANIFICACIÓN Y DESARROLLO SOCIAL
COORDINACIÓN ÁREA DE POSTGRADO
MAESTRÍA EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN SUPERIOR
MENCION DOCENCIA UNIVERSITARIA

Hoja de registro para la validación del instrumento dirigido a los expertos.

N ^a	A	B	C	D
ITEMS	DEJAR	MODIFICAR	ELIMINAR	INCLUIR
1	X			
2	X			
3	X			
4	X			
5	X			
6	X			
7	X			
8	X			
9	X			
10	X			
11	X			
12	X			
13	X			
14	X			
15	X			

OBSERVACIONES:

FIRMA:

C.I.Nº:

18.072.571



UNIVERSIDAD NACIONAL EXPERIMENTAL DE LOS LLANOS
OCCIDENTALES EZEQUIEL ZAMORA
VICERRECTORADO DE PLANIFICACIÓN Y DESARROLLO SOCIAL
COORDINACIÓN ÁREA DE POSTGRADO
MAESTRÍA EN CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN SUPERIOR
MENCIÓN DOCENCIA UNIVERSITARIA

ACTA DE VALIDACIÓN

Yo, Irwing A. Acevedo B., titular de la cedula de identidad V-
18.072.571 por medio de la presenta certifico que he leído y revisado
el instrumento diseñado por Luis Alberto Alvarado Gómez. Portador de la cedula de
identidad V- 13.501.562 el cual utilizara para la recolección de datos de información
en su trabajo de investigación titulado: "MASAJE DEPORTIVO COMO UNIDAD
CURRICULAR OBLIGATORIA PARA LA RESIGNIFICACIÓN DE LA
CARRERA LICENCIATURA EN EDUCACIÓN, MENCIÓN EDUCACIÓN FÍSICA
DEPORTE Y RECREACIÓN DEL VPDS (2018)".

El cual considero pertinente para el propósito de la
investigación.

OBSERVACIONES:

En Barinas a los 23 días del mes de octubre del año
2018

De conformidad.

Firma:

Cedula:

18.072.571.

ANEXO “C”
Calculo de la Confiabilidad

SUJETOS	PREGUNTAS DE LA ENCUESTA															Total
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
1	1	2	1	1	1	1	1	5	1	1	2	5	5	1	1	29
2	1	1	2	1	1	1	1	5	2	1	1	5	5	1	1	29
3	1	2	1	2	2	2	1	5	1	2	1	5	5	1	1	32
4	1	2	2	2	2	2	1	5	1	1	1	5	5	1	1	32
5	1	1	2	1	2	2	1	5	1	1	1	5	5	1	1	30
6	1	1	1	1	2	2	1	5	2	2	1	5	5	1	1	31
7	1	2	2	2	2	2	2	5	1	2	2	5	5	1	1	35
8	1	2	1	1	1	2	1	5	1	1	1	5	5	1	1	29
9	1	1	1	1	1	1	1	5	1	1	1	5	2	1	1	24
10	1	1	2	1	1	1	1	5	1	1	1	5	5	1	1	28
11	2	2	2	1	1	2	1	5	1	1	2	5	5	1	1	32
12	1	1	2	1	2	2	1	5	2	1	1	5	5	1	1	31
13	1	1	1	1	1	1	1	4	2	2	1	1	4	1	1	23
14	1	1	1	1	2	1	1	5	1	1	1	5	5	1	1	28
15	2	2	2	1	1	1	1	5	1	1	1	5	5	1	1	30
16	2	2	1	1	1	1	1	5	1	1	1	3	5	1	1	27
17	1	1	1	2	1	1	1	5	1	1	1	5	5	1	1	28
18	1	2	1	1	2	1	2	5	1	1	1	5	5	1	1	30
19	2	2	2	1	1	1	1	5	1	1	1	5	5	1	1	30
20	1	2	1	2	1	1	1	5	1	2	1	5	4	1	1	29
Suma	24	31	29	25	28	28	22	99	24	25	23	94	95	20	20	587
Media	1,2	1,6	1,45	1,25	1,4	1,4	1,1	4,95	1,2	1,25	1,15	4,7	4,75	1	1	29,35
Varianza	0,2	0,3	0,3	0,2	0,3	0,3	0,1	0,1	0,2	0,2	0,1	1,0	0,5	0,0	0,0	7,4

$$\alpha = \frac{N}{(N-1)} * \left[1 - \frac{\sum s_i^2}{s_x^2} \right] \quad \alpha = 0,99$$

El coeficiente Alfa de Cronbach obtenido es un indicativo de una magnitud MUY ALTA

