



**UNIVERSIDAD NACIONAL EXPERIMENTAL
DE LOS LLANOS OCCIDENTALES
"EZEQUIEL ZAMORA"
UNELLEZ-APURE**

La Universidad que Siembra

**Coordinación de Postgrado
Maestría en Planificación y Administración del
Deporte**

**PLAN ESTRATÉGICO PARA EL DESARROLLO DEL ENTRENAMIENTO
FÍSICO-DEPORTIVO DE LOS DISCENTES DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL
DE LA SEGURIDAD UNES-CEFO APURE.**

Trabajo de grado presentado como requisito para al título de Magister Scientiarum
en Ciencias de la Educación Superior.
Mención: Planificación y Administración del deporte.

Autor: Licdo. Andrés Solórzano

Tutora: Msc. Cristal Valera

San Fernando, Noviembre de 2017.

APROBACIÓN DE LA TUTORA

Yo, **CRISTAL VALERA**, titular de la **C.I.15.682.093**, he leído y aprobado el Trabajo Especial de Grado Titulado: **PLAN ESTRATÉGICO PARA EL DESARROLLO DEL ENTRENAMIENTO FÍSICO-DEPORTIVO DE LOS DISCENTES DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE LA SEGURIDAD UNES-CEFO**, presentado por el ciudadano: **ANDRES SOLORZANO, TITULAR DE LA C.I. N° 17374690**, para optar al título de Grado de Magister Scientiarum en Ciencias de la Educación Superior. Mención: Planificación y Administración del deporte Magíster en Ciencias de la Educación Superior Mención: Docencia Universitaria, presentado para optar al título de Magister Scientiarum en Ciencias de la Educación Superior: Mención Docencia Universitaria, considero que el mismo cumple con los requisitos para su presentación oral ante el jurado evaluador, el cual pido que se designe para tal efecto.

MSC. CRISTAL VALERA
C.I. 15682093

Lugar y Fecha: San Fernando de Apure 24/11/17.

INDICE GENERAL

	Pág.
INDICE DE CUADROS	v
INDICE DE GRAFICOS	vi
RESUMEN	viii
INTRODUCCIÒN	1
 CAPITULO I	
EL PROBLEMA	3
Planteamiento del Problema	3
Objetivos de la Investigación	10
Objetivos Generales.....	10
Objetivos Específicos	10
Justificación de la Investigación.....	11
 CAPITULO II	
MARCO TEÒRICO	13
Antecedentes de la Investigación	13
Bases Teóricas	16
Teorías de apoyo a la investigación.....	18
Bases Legales	21
Operacionalizaciòn de Variables.....	23
 CAPITULO III	
MARCO METODOLOGICO	24
Nivel de la investigación.....	24
Diseño de la Investigación.....	25
Modalidad de la Investigación	25
Población y Muestra	26
Técnicas e Instrumentos de Recolección de Datos	27

Validez y Confiabilidad	27
Técnicas de análisis.....	28
CAPITULO IV	
ANALISIS DE LOS RESULTADOS.....	29
CAPITULO V	
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	52
Conclusiones.....	52
Recomendaciones.....	54
CAPITULO VI	
LA PROPUESTA.....	55
Presentación de la propuesta.....	55
Justificación de la propuesta.....	56
Objetivos.....	57
Factibilidad	57
Plan Estratégico	58
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	57
ANEXOS.....	59

INDICE DE CUADROS

	Pag.
Cuadro N° . 1 Operacionalizacion de variables.....	23
Cuadro N°. 2 Ítems N° 1.....	30
Cuadro N°. 3 Ítems N° 2.....	31
Cuadro N°. 4 Ítems N° 3.....	32
Cuadro N°. 5 Ítems N° 4.....	33
Cuadro N°. 6 Ítems N° 5.....	34
Cuadro N°. 7 Ítems N° 6.....	35
Cuadro N°. 8 Ítems N° 7.....	36
Cuadro N°. 9 Ítems N° 8.....	37
Cuadro N°. 10 Ítems N° 9.....	38
Cuadro N°. 11 Ítems N° 10.....	39
Cuadro N°. 12 Ítems N° 11.....	40
Cuadro N°. 13 Ítems N° 12.....	41
Cuadro N°. 14 Ítems N° 13.....	42
Cuadro N°. 15 Ítems N° 14.....	43
Cuadro N°. 16 Ítems N° 15.....	44
Cuadro N°. 17 Ítems N° 16.....	45
Cuadro N°. 18 Ítems N° 17.....	46
Cuadro N°. 19 Ítems N° 18.....	47
Cuadro N°. 20 Ítems N° 19.....	48
Cuadro N°. 21 Ítems N° 20.....	49
Cuadro N°. 22 Ítems N° 21.....	50
Cuadro N°. 23 Ítems N° 22.....	51
Cuadro N°. 24 Plan de Acción	58

INDICE DE GRÀFICOS

	Pag.
Gráfico Nº. 1 Ítems Nº 1.....	30
Gráfico Nº. 2 Ítems Nº 2.....	31
Gráfico Nº. 3 Ítems Nº 3.....	32
Gráfico Nº. 4 Ítems Nº 4.....	33
Gráfico Nº. 5 Ítems Nº 5.....	34
Gráfico Nº. 6 Ítems Nº 6.....	35
Gráfico Nº. 7 Ítems Nº 7.....	36
Gráfico Nº. 8 Ítems Nº 8.....	37
Gráfico Nº. 9 Ítems Nº 9.....	38
Gráfico Nº. 10 Ítems Nº 10.....	39
Gráfico Nº. 11 Ítems Nº 11.....	40
Gráfico Nº. 12 Ítems Nº 12.....	41
Gráfico Nº. 13 Ítems Nº 13.....	42
Gráfico Nº. 14 Ítems Nº 14.....	43
Gráfico Nº. 15 Ítems Nº 15.....	44
Gráfico Nº. 16 Ítems Nº 16.....	45
Gráfico Nº. 17 Ítems Nº 17.....	46
Gráfico Nº. 18 Ítems Nº 18.....	47
Gráfico Nº. 19 Ítems Nº 19.....	48
Gráfico Nº. 20 Ítems Nº 20.....	49
Gráfico Nº. 21 Ítems Nº 21.....	50
Gráfico Nº. 22 Ítems Nº 22.....	51



**UNIVERSIDAD NACIONAL EXPERIMENTAL
DE LOS LLANOS OCCIDENTALES
"EZEQUIEL ZAMORA"
UNELLEZ-APURE**

La Universidad que Siembra

**Coordinación de Postgrado
Maestría en Planificación y Administración del
Deporte**

**PLAN ESTRATÉGICO PARA EL DESARROLLO DEL ENTRENAMIENTO
FÍSICO-DEPORTIVO DE LOS DISCENTES DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL
DE LA SEGURIDAD UNES-CEFO APURE.**

**Autor: Licdo. Andrés Solórzano
Tutora: Msc. Cristal Valera
Año: 2017**

Resumen

La siguiente investigación tuvo como objetivo general Proponer un plan estratégico para el desarrollo del entrenamiento físico-deportivo de los discentes de la Universidad Nacional de la Seguridad UNES-CEFO Apure. En cuanto a la metodología, presenta nivel descriptivo, diseño de campo y modalidad de proyecto factible. En referencia a la población de estudio, estuvo conformada por cuarenta y cinco (45) estudiantes de la UNES-CEFO Apure, la información fue recolectada mediante la técnica de la encuesta y como instrumento se utilizó el cuestionario, la técnica de validación de la información fue juicio de expertos y se implemento el Coeficiente de Alpha de Crombach para determinar la confiabilidad. Los datos se procesaron de manera manual, mediante la estadística descriptiva y organizada en cuadros porcentuales y gráficos de barra. Se concluye que existen otras actividades físicas y deportivas que no se desarrollan en la UNES-CEFO Apure, como entrenamientos constantes, bailoterapias, actividades de rehabilitación de la salud, maratones, programas de formación permanente en actividades físicas y competencias entre programas de formación de grado e instituciones universitarias. Se recomienda la implementación de la propuesta derivada del presente estudio.

Descriptores: plan estratégico, desarrollo, entrenamiento físico-deportivo. actividades físicas, deportivas y recreativas, convivencia.

INTRODUCCIÓN

La práctica de actividades físicas y deportivas, requieren una preparación y adiestramiento previo, con el fin de lograr los objetivos trazados, de allí que hablar de entrenamiento es hacer mención que esto consiste en ese proceso de enseñanza organizada que busca propiciar el aumento de la capacidad de rendimiento físico, psíquico, intelectual o técnico motor de la persona que se ejercita o practica determinada actividad deportiva. El deporte y la actividad física constituyen aspectos que deben difundirse en las generaciones en formación como alternativa para garantizar su autodesarrollo.

En tal sentido, las universidades como centros formativos están llamadas a asumir tal desarrollo de los estudiantes en aras de consolidar sus potencialidades, habilidades y destrezas en materia deportiva, además de que con la practica física se favorece el fomento de la convivencia, se adquieren hábitos y disciplina física y deportiva, aunado al sano disfrute y aprovechamiento del tiempo libre, así como de los espacios que se disponen para ello en las instituciones educativas. En la actualidad la educación universitaria debe favorecer el desarrollo de estas actividades.

Sin embargo la realidad es que muchas universidades no esta fomentando el desarrollo y valoración de las actividades físicas y deportivas, lo cual motivo al investigador a desarrollar un estudio que se rige por el objetivo de Proponer un plan estratégico para el desarrollo del entrenamiento físico-deportivo de los discentes de la Universidad Nacional de la Seguridad UNES-CEFO Apure, la cual estructuralmente está conformada por seis caitulos, los cuales se especifican a continuacion:

En el Capítulo I, se plantea el problema de investigación, indicando los objetivos del estudio, el general y los objetivos específicos, además se incluye la justificación de la investigación.

El Capítulo II, denominado el Marco Teórico Referencial, abarca los antecedentes de la investigación, las teorías de apoyo al estudio, las bases conceptuales, las bases teóricas y la operacionalización de las variables de estudio.

El Capítulo III, denominado marco metodológico, comprende, el nivel, diseño y la modalidad de la Investigación, la población y muestra, las técnicas e instrumentos de Recolección de Datos, la validez y confiabilidad del instrumento y las técnicas de análisis de resultados.

En el Capítulo IV, se hace la presentación, análisis e interpretación de los resultados, mediante una estadística descriptiva con cuadros de frecuencias y gráficos de barra que fueron elaborados para la comprensión de la información suministrada por los docentes encuestados.

En el Capítulo V, se plantean las conclusiones y recomendaciones del estudio realizado, considerando los objetivos trazados y las variables del estudio que se desprenden de esas variables.

En el Capítulo VI, se presenta la propuesta derivada de los resultados obtenidos, comprende la presentación, justificación, los objetivos, la factibilidad y el plan estratégico que fue desarrollado como producto final investigativo.

Finalmente se presentan las referencias bibliográficas y los anexos del estudio.

CAPITULO I

EL PROBLEMA

Planteamiento del problema

El desarrollo de la actividad física constituye uno de los elementos esenciales para lograr la formación integral del ser humano, es por ello, que desde las instituciones educativas se debe propiciar el desarrollo de acciones que se perfilen a lograr condiciones físicas favorables estimulando la salud no solo física sino mental, esto supone lo importante que es dejar el sedentarismo e impulsar una vida activa con el entrenamiento físico-motor del individuo.

En tal sentido, las universidades deben impulsar una adecuada planificación del ejercicio físico y motor buscando que los estudiantes se desarrollen de manera cónsona con el perfil del egresado de este subsistema, potenciando el deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre o de ocio para la práctica de la actividad física. Lo cual adquiere mayor relevancia cuando se trata de carreras o programas nacionales de formación (PNF) que se orientan hacia la agilidad, el constante uso de la fuerza, del cuerpo y movimientos que demandan del ejercicio cardiovascular, tales como la formación del nuevos modelo de seguridad que se impulsa desde la recién creada Universidad Nacional Experimental de la Seguridad (UNES), que impulsa programas para formar: policías nacionales, custodios penitenciarios, investigadores penales y bomberos.

De allí, que los discentes de la UNES, deben formarse activamente para actividades con uso progresivo de la fuerza, la represión, el control, correr, saltar obstáculos, enfrentar barreras, subir o bajar escaleras entre otros, actividades que suponen mantener un adecuado entrenamiento físico, que favorezca de manera satisfactoria el logro de estas actividades complejas, por ende, desde los ambientes de aprendizaje debe estimularse

continuamente el desarrollo de actividades para potenciar el entrenamiento físico y motor de los discentes, buscando resultados óptimos y favorables que contribuyan con su formación integral.

La actividad física es de beneficio para la salud del ser humano, en referencia a estas ideas, Aspajo y Otros (2014), hacen los siguientes planteamientos:

En el contexto de las ciencias del movimiento humano, las bondades de la actividad física han sido ampliamente documentadas. Desde el punto de vista de los correlatos orgánicos, se sabe que la actividad física practicada con el volumen, la frecuencia e intensidad adecuada favorecen el consumo máximo de oxígeno, reduce la frecuencia cardíaca a un consumo de oxígeno dado, promueve una mayor eficacia del músculo cardíaco, mejora la vascularización del miocardio, contrarresta la obesidad, mejora la capacidad de utilización de los ácidos grasos libres durante el ejercicio, entre otras más... (p.10).

Estas ideas reconocen que la actividad física es fundamental para el desarrollo cardiovascular, aportando una serie de beneficios que van a contribuir con la buena salud del individuo, estimulando estilos de vida saludable, alejándole de la vida sedentaria. El ser humano tiene un nivel de vida marcado por el ajetreo, el estrés, la presión social, además de los diferentes problemas y adversidades que se le suscitan, es por ello, que en la actualidad se hace necesario la práctica de actividades físicas y deportivas tendientes a optimizar su calidad de vida de manera integral, de allí que desde las universidades sea necesario el fomento de las mismas para crear esa cultura física y deportiva en los estudiantes.

En este mismo orden discursivo, se presentan las ideas expuestas por Pavón y Moreno (2008): “Teniendo en cuenta que el deporte es percibido como la actividad de ocio que aporta mayores beneficios” (p. 24). Estos autores reafirman expresamente las bondades del deporte como esa actividad humana que no solo permite aprovechar el tiempo libre y/o de ocio, sino que favorece el desarrollo de la actividad física, hábitos, disciplina,

entrenamiento, cultura física y deportiva que son aspectos benéficos para el desarrollo integral que se aspira lograr en los estudiantes, aportando una formación que contribuye con ese perfil del egresado que se pretende formar, con resistencia, fuerza, capacidad para correr, trotar y superar obstáculos que se enmarcan en el nuevo modelo de seguridad que se pretende alcanzar en la UNES.

De igual manera, al hablar de la práctica deportiva es comprender otros beneficios que se derivan de tal ejercitación, de allí que se presentan las ideas de Labraña (2009):

La práctica deportiva, mejora la calidad de vida, reduce las posibilidades de contraer enfermedades tan comunes como el estrés, depresión y obesidad, por lo tanto es una herramienta concreta y efectiva para prevenir y mejorar los síntomas causados por una modernización acelerada de la humanidad (p.5).

El desarrollo del deporte favorece la salud del ser humano, permitiéndole realizar una actividad complementaria que repercute en su nivel de vida, contribuyendo con la prevención de enfermedades y fortaleciendo la convivencia, la interacción social. Asimismo el practicar deportes en los contextos universitarios es fundamental para bajar los patrones de estrés, depresión y ansiedad que se presentan en los estudiantes ante las diferentes actividades evaluativas, que por sí solas son generadoras de tales sensaciones que en muchos casos llegan a ser negativas para la formación integral que se pretende alcanzar, es por ello, que conociendo estas bondades que emergen de la práctica del deporte se reconoce que las universidades están llamadas a promocionar el fomento de tales actividades físicas y deportivas.

De allí, que se requiere de un proceso de planificación por parte de las casas de estudio, con oferta deportiva para los estudiantes, tal como lo

plantean las ideas de Descals (2016), definiendo a la planificación de actividades físicas y deportivas como:

Diversos tipos de entrenamiento que son enfatizados en las fases apropiadas del año de entrenamiento y en la carrera del deportista, en base a que el desarrollo de algunas capacidades son prerequisites para el desarrollo de otros y que las funciones neuromusculares, cardiorrespiratorias, anatómicas, bioquímicas, fisiológicas, psicológicas y otras se logran progresivamente durante un periodo largo de tiempo (p.5).

Se requiere la disposición de tiempo y prever la calidad de tiempo utilizado para estimular el entrenamiento físico deportivo con el objetivo de que los estudiantes que desarrollen las actividades físicas y deportivas se puedan ejercitar de mejor manera, considerando que intervienen no solo la parte física sino mental, el estado anímico y psicológico del individuo son esenciales para garantizar el óptimo desarrollo de su proceso de entrenamiento, de allí la importancia de que desde las universidades se potencie el entrenamiento físico y deportivo de los estudiantes, además de sus relaciones de reciprocidad con el resto del grupo.

En función de ello, se presentan las ideas de Jiménez y Otros (2015), que refiriéndose al desarrollo de actividades físicas y deportivas sostiene que con ellas: “el ser humano se relaciona con otros, reacciona a las demandas del ambiente, aprende nuevos conceptos, satisface sus necesidades, logrando así una mejor calidad de vida... siendo este de gran importancia y parte fundamental del desarrollo integral”(p.12). Es evidente, lo trascendental del deporte en los procesos de integración social, aportándole al individuo que practica el entrenamiento no solo beneficios físicos y psicológicos, sino sociales, culturales y afectivos, lo que hace que se reconozca esas múltiples bondades que subyacen en el hecho de hacer una práctica física y deportiva efectiva en el contexto universitario.

No obstante, la realidad de las instituciones universitarias en la práctica deportiva es distinta, existen una serie de elementos y situaciones

que inciden en el logro de los objetivos institucionales en materia de formación de los estudiantes, al respecto Pavón y Otros (2015) sostienen lo siguiente: “el problema de fondo actual ya no radica en convencer a la población de los beneficios de la actividad física, sino en diseñar estrategias que ayuden a los individuos a permanecer en un programa de actividad física” (p. 6). Desde estos planteamientos se vislumbra la realidad que rodea a los individuos que deciden iniciar la práctica física y deportiva, quienes inician con ánimo, entusiasmo y hasta pasión, sin embargo con el transcurrir del tiempo esa fuerza y vigor se va perdiendo, no es igual y en muchos casos se pierde el avance hasta llegar a la deserción física-deportiva.

Esta es la realidad de muchos estudiantes universitarios, que se inscriben en los deportes practicados en la universidad y se retiran de los mismo, se evidencia como no existe preocupación por mantener activos a los estudiantes y fortalecer dichos programa, mediante reclutamiento y diversas estrategias de fomento, tal como lo refieren las ideas de Cecchini y González (2008), que destaca que en las universidades, las coordinaciones o departamentos de deportes:

Son los órganos encargados de promover, organizar y desarrollar las actividades deportivas dentro de su órgano de competencias. Son unidades de gestión caracterizadas como servicios de asistencia a la comunidad universitaria en el ámbito específico de la actividad física y del deporte (p. 1).

Una de las tareas primordiales que tiene la universidad como ente formador no solo de nuevos profesionales, sino de ciudadanos y ciudadanas aptos para vivir en sociedad, es propiciar la práctica deportiva y el desarrollo de actividades físicas que contribuyan con la buena salud, con el desarrollo de estilos de vida saludable y con el fomento de valores y principios éticos y morales de convivencia social, es por ello que el deporte constituye una de las actividades que hoy día deben fomentarse porque está siendo relegada y los resultados observados no son los más favorables.

En este mismo orden de ideas, al hablar de las causas que han incidido en el desarrollo de actividades físicas y deportivas en los estudiantes universitarios, Macarro y otros (2010) refieren las siguientes afirmaciones:

Cuando se debaten los motivos de abandono, suelen aparecer diversas opiniones de los estudiantes acerca de la falta de tiempo, que es el motivo fundamental que se pone de manifiesto para abandonar la práctica físico-deportiva según los datos que hemos obtenido en el cuestionario. En el caso de las chicas, suelen expresar que este motivo se debe “a tener que estudiar” (p. 509).

Estos planteamientos dejan ver la necesidad de articular las actividades académicas de los estudiantes con el desarrollo de las actividades deportivas buscando fomentar estas últimas, de manera que se reduzca el abandono físico-deportivo por el factor tiempo, esto supone diseñar acciones que permitan el entrenamiento físico deportivo de manera organizada, trabajando para estimular y fomentar que se sumen estudiantes a conformar grupos deportivos o a participar en las actividades deportivas.

Asimismo Macarro Y otros (Ob. cit), refieren lo siguiente: “Además de la falta de tiempo, los motivos para abandonar la práctica de actividad físico-deportiva son preferir hacer otras cosas en el tiempo libre y la pereza y la desgana” (p. 514). Estos autores dejan ver otras de las causas que inciden en el abandono de la práctica física-deportiva por parte de los estudiantes universitarios, donde no solo les afecta la disponibilidad de tiempo sino también la pereza y el desgano, lo cual debe combatirse desde tales prácticas evitando la deserción de los estudiantes que practican tales actividades, buscando desarrollar una actitud física y deportiva que favorezca el logro de los objetivos trazados.

Por consiguiente sobre estos planteamientos, Hernández (2013), destaca lo siguiente:

El rendimiento deportivo depende de varios componentes técnicas (capacidades coordinativas), capacidades psíquicas, tácticas (capacidades censo cognitivas), condiciones marginales (aptitudes, constitución, estrés), condiciones externas (entorno, profesión), condición física (capacidades de la condición física)... (p. 57).

Son diversos los elementos que inciden en el rendimiento deportivo, lo cual involucra cuerpo, mente y espíritu, lo que supone que para que los estudiantes desarrollen ese entrenamiento deseado deben propiciarse situaciones favorables que estimulen el ejercicio físico y la práctica deportiva articulada con sus actividades académicas.

Sin embargo, la realidad de las universidades es otra, tal es el caso de la Universidad Nacional Experimental de la Seguridad, Centro de Formación Apure (UNES-CEFO-Apure), donde el investigador mediante entrevistas informales ha podido evidenciar que existe un precario fomento de las actividades física-deportivas en los estudiantes, pese a ser una institución que debe procurar mantener atletas en forma, por el contrario las mismas, surgen como especie de obligación, generando recelo y poco fomento de los estudiantes, otros que simplemente las realizan por cumplir con un requisito de tipo evaluativo, es por ello que se genera poco fomento de las mismas, además de que existe precario nivel en la formación de clubes y equipos deportivos que sean sustentables, involucrando a estudiantes, personal activo y egresados.

Todo ello, visualiza una problemática susceptible de ser investigada referida a la precaria formación de los discentes en actividades Física-deportivas y a la falta de planes y programas que permitan fortalecer ese desarrollo físico y motor de los discentes, por lo cual surge la iniciativa de desarrollar un estudio que permita Proponer un plan estratégico para el desarrollo del entrenamiento físico-deportivo de los discentes de la Universidad Nacional de la Seguridad UNES-CEFO Apure, como una alternativa a nivel de la planificación del deporte desarrollado en esta casa de

estudio para optimizar el funcionamiento de la misma, es por ello que para guiar el estudio se plantean las siguientes interrogantes:

¿Qué actividades Física-deportivas realizan los discentes de los diferentes PNF de la UNES-CEFO Apure?

¿Cuáles son los elementos de la planificación desarrollados por los facilitadores de educación física, deporte y recreación para el cumplimiento de las actividades Física-deportivas?

¿Cuál es la factibilidad de un plan estratégico para el desarrollo del entrenamiento físico-deportivo de los discentes de la Universidad Nacional de la Seguridad UNES-CEFO Apure?.

¿Cómo diseñar un plan estratégico para el desarrollo del entrenamiento físico-deportivo de los discentes de la Universidad Nacional de la Seguridad UNES-CEFO Apure?.

Objetivos de la Investigación

Objetivo General

Proponer un plan estratégico para el desarrollo del entrenamiento físico-deportivo de los discentes de la Universidad Nacional de la Seguridad UNES-CEFO Apure.

Objetivos Específicos

Describir las actividades Física-deportivas que realizan los discentes de los diferentes PNF de la UNES-CEFO Apure.

Caracterizar los elementos de la planificación desarrollados por los facilitadores de educación física, deporte y recreación para el cumplimiento de las actividades Física-deportivas.

Determinar la factibilidad de un plan estratégico para el desarrollo del entrenamiento físico-deportivo de los discentes de la Universidad Nacional de la Seguridad UNES-CEFO Apure.

Diseñar un plan estratégico para el desarrollo del entrenamiento físico-deportivo de los discentes de la Universidad Nacional de la Seguridad UNES-CEFO Apure.

Justificación de la Investigación

Las universidades representan instituciones promotoras de la formación integral de los estudiantes, es allí, donde el desarrollo de actividades físicas y deportivas recobra especial reconocimiento, pues se trata de contribuir con su formación pero también se busca generar salud, bienestar físico, psicológico y social. Es por ello que se plantea el presente estudio buscando el desarrollo del entrenamiento físico-deportivo de los discentes de la Universidad Nacional de la Seguridad UNES-CEFO Apure, que corresponde al área de conocimiento de ciencias de la educación y a la línea de investigación de educación física, deporte y recreación.

Entre las razones que hacen relevante el presente estudio, se enuncian las siguientes:

En lo pedagógico, la relevancia de ésta investigación se traduce en el propósito fundamental, incorporar, de manera efectiva a los discentes de la Universidad Nacional de la Seguridad UNES-CEFO Apure, en actividades para estimular el desarrollo del entrenamiento físico-deportivo, con prioridad en lo recreativo, para lograr, así, el conocimiento de las capacidades y potencialidades del cuerpo, y por consiguiente que se eleve la autoestima y el autoconocimiento de los individuos que se están formando para ser funcionarios de los órganos de seguridad del país. Este estudio viene a servir de complemento al área de formación física de los estudiantes buscando su preparación integral.

En lo institucional, el desarrollo del entrenamiento físico-deportivo de los discentes de la Universidad Nacional de la Seguridad UNES-CEFO Apure, es una estrategia que se perfila a buscar la integración de los estudiantes, lo cual puede ser de mucho beneficio para la proyección deportiva de la UNES, la conformación de equipos deportivos se traduce en logros a nivel de la gerencia desarrollada en el Centro de Formación Apure, además de hacerle proyección como una institución que promueve y estimula el desarrollo físico y deportivo.

En lo social, el desarrollar actividades físicas y deportivas viene a ser una contribución con el desarrollo de la personalidad de los estudiantes, ¿pues esto es favorable para todo el cuerpo no solo desde el punto de vista físico, sino desde lo emocional, creando hábitos de estudio articulados con una práctica razonada y equilibrada del deporte o de la ejercitación física, que repercute en buena salud, formación de estilos de vida saludable, alejados de la vida sedentaria, así como se busca la eliminación de vicios que afecten el desempeño de los estudiantes en el contexto del desarrollo de sus potencialidades físicas y deportivas.

En lo metodológico, el estudio es muy importante por cuanto se proyecta como una investigación cuantitativa, de nivel descriptiva, donde se busca generar una propuesta operativa para el desarrollo del entrenamiento físico-deportivo de los discentes de la Universidad Nacional de la Seguridad UNES-CEFO Apure, que se convierte en un aporte a la comunidad científica y un antecedente referencial para el área de conocimiento y la línea de investigación donde se inserta el trabajo, buscando que futuras investigaciones consideren los hallazgos que se derivan de la realidad estudiada en el mismo.

CAPITULO II

MARCO TEORICO

Antecedentes de la Investigación

Entre los referentes teóricos que fueron consultados para el desarrollo del presente estudio, se enuncian las siguientes investigaciones referenciales:

Reverter y Otros (2012), realizaron un estudio denominado: “Análisis de la planificación del entrenamiento en los deportes de equipo”, trabajo realizado por el grupo de investigación Movimiento Humano de la Universidad de Lleida, Portugal. El objetivo del estudio fue realizar una una aproximación a los modelos de planificación deportiva en deportes de equipo. Este estudio consistió metodológicamente en una investigación cuantitativa, realizada bajo el diseño documental. Entre las conclusiones que presentan los investigadores destaca:

Los modelos de entrenamiento son como su propio nombre indica modelos, por lo tanto, la correcta realización de una buena planificación no reside en el concepto teórico (es hipotética) sino en la movilización de la misma, ya que solo se detectara si es válida o no al ser puesta de manifiesto (P.96).

De estas idas se comprende que los modelos de planificación son variados atendiendo a las fortalezas de los equipos que buscan desarrollar determinados deportes, lo cual hace que sea relevante tomar en consideración esos elementos que subyacen en la práctica deportiva para prever el logro de los objetivos trazados. Este estudio se toma como referente por cuanto ambos comparten la idea que se requiere planificar el entrenamiento deportivo con el propósito de lograr resultados favorables en el desarrollo de la práctica física y deportiva buscando espacios de

interacción, convivencia e intercambio de los sujetos involucrados en estas prácticas.

De igual manera, Ramírez (2013), realizó un estudio denominado: “El deporte como medio de formación integral en la universidad: Del altruismo a la contradicción”, trabajo de grado presentado para optar al título de maestría en sociología en la Universidad del Valle, Santiago de Cali, Colombia. El objetivo general del estudio consistió identificar las percepciones convencionales de los estudiantes sobre el deporte y el papel que tiene en la formación universitaria. La metodología del estudio fue cuantitativa, de carácter descriptivo, con un diseño de campo, donde se aplicó un muestreo aleatorio simple a la población objeto de estudio.

Entre las conclusiones que se derivan del presente estudio, se enuncian las siguientes:

Llama la atención la percepción de deporte asociada a la distracción, diversión y pasatiempo, no se presenta como principal de toda la población, pero los universitarios si la incorporan a su construcción de deporte desde el reconocimiento del deporte como generador de valores y configurador de relaciones sociales (p. 101).

En referencia a estos planteamientos se comprende el valor que los estudiantes le atribuyen a las prácticas deportivas en los contextos universitarios, resaltando que este favorece las relaciones sociales de convivencia y hermandad. Este estudio se relaciona con la investigación en curso sobre el entrenamiento físico-deportivo en el contexto de la UNES-CEFO-Apure, por cuanto ambos están direccionados a revalorizar la práctica deportiva en el ambiente universitario, dejando ver la necesidad de los estudiantes por consolidar espacios para la socialización, el intercambio, la recreación y el esparcimiento que se requieren para poder alcanzar su formación integral, buscando el desarrollo de sus potencialidades como

atletas y permitiéndole conformar equipos deportivos que proyectan a la institución desde la práctica física y deportiva.

Por último, se enuncia la investigación desarrollada por Villegas y Otros (2012), denominado: “El deporte desde una visión transcompleja”, presentado en la Universidad Deportiva del Sur, San Carlos, estado Cojedes. El artículo presenta algunas reflexiones sobre el deporte desde una perspectiva transcompleja, producto de la revisión documental y de la experiencia de un colectivo de profesionales reunidos en un taller de investigación transcompleja, en la Universidad Deportiva del Sur. La metodología del estudio fue documental, de donde se desprenden las siguientes conclusiones:

Esta visión del deporte plantea que la actividad deportiva contribuye a la realización integral del individuo, mejorando la calidad de vida y el nivel de satisfacción de las necesidades biológicas, generando las condiciones y relaciones sociales que permiten estimular, promover y perfeccionar las aspiraciones y potencialidades creadoras de las personas (p. 14).

De estas ideas se comprenden las bondades que presenta el deporte en el contexto universitario, generando múltiples beneficios para el desarrollo integral de los estudiantes. Este antecedente investigativo de carácter nacional se relaciona con el estudio por cuanto se concibe el deporte como una actividad valiosa en el escenario universitario.

En síntesis, cada una de las investigaciones enunciadas anteriormente aportan elementos importantes para comprender los diversos factores que intervienen en el entrenamiento físico y deportivo de los estudiantes universitarios, además de que en sus respectivos marco teóricos se revisan criterios y puntos de vista, desde diversos enfoques, que son tomados en cuenta como referentes teóricos para sustentar los indicadores y variables que orientan el desarrollo de la investigación, aspectos que son reforzados con criterios personales del investigador.

Bases Teóricas

Entrenamiento

La práctica de actividades físicas y deportivas, requieren una preparación y adiestramiento previo, con el fin de lograr los objetivos trazados, de allí que hablar de entrenamiento es hacer mención que esto consiste en ese proceso de enseñanza organizada que busca propiciar el aumento de la capacidad de rendimiento físico, psíquico, intelectual o técnico motor de la persona que se ejercita o practica determinada actividad deportiva, el entrenamiento constituye la base para lograr el éxito en esa actividad, por lo cual se supone que no es fácil lograr resultados favorables, requiere de tiempo, constancia, dedicación y voluntad. En referencia al entrenamiento Jurado y Moreno (2011), sostienen que: “El entrenamiento es cualquier carga física que provoca una adaptación y transformación funcional o morfológica del organismo, y por tanto, un aumento y mejora del rendimiento” (p. 23).

Estas ideas reconocen que el entrenamiento favorece la adaptación del cuerpo para desarrollar diversas funciones físicas, lo prepara y acondiciona para enfrentar resistencia, cansancio y agotamiento, proporcionándole agilidad para realizar con éxito tal actividad física o deportiva.

Actividad Física

El ser humano desarrolla ciertas actividades que demandan una exigencia física corporal mayor que las que tradicionalmente en su rol cotidiano ejecuta, de allí que en términos de entrenamiento y deporte, se comprenda que la actividad física la constituyen los diversos movimientos del cuerpo que se originan debido a la contracción del músculo esquelético lo que trae como consecuencia que aumente el gasto de energía utilizado

siendo mayor a lo que comúnmente se requiere. Considerando estas ideas, se plantean lo expuesto por Flores (2009) que refiere: "las actividades físicas pueden ser consideradas como parte del acervo cultural de la humanidad desde las más cotidianas, como el andar y pasear hasta otras menos habituales como la práctica de cualquier deporte (p. 32). De estas ideas se comprende lo importante que es que el ser humano utilice la actividad física como parte habitual, alejándose de prácticas improductivas, monótonas o sedentarias.

Entrenamiento Deportivo

El desarrollo del deporte requiere de un proceso de entrenamiento que se orienta a la programación de actividades rutinarias, de ejercitación y complementarias que se perfilan a optimizar los resultados del atleta buscando obtener lo mejor de ellos en la práctica deportiva. En tal sentido, Jurado y Moreno (2011), definen el entrenamiento deportivo, como:

Fenómeno pedagógico, es el proceso especializado de la educación física orientado directamente al logro de elevados resultados deportivos. Es decir, se trata del proceso de la educación física "a través del deporte", por medio del deporte." El deporte en este concepto es visto como un medio de educación, mejoramiento de la salud y preparación para la vida (p.23).

Las ideas planteadas por estos autores hacen comprender lo importante que es el entrenamiento deportivo como una actividad que es formativa, que va a crear condiciones de aprendizaje en el individuo que desarrolla determinada actividad deportiva. Asimismo hay que referir que el deporte se convierte en un medio educativo que permite direccionar al estudiante hacia el aprovechamiento de su tiempo de ocio o libre, para realizar este tipo de actividades que son de provecho no solo en lo físico, sino para crear hábitos y estilos de vida saludable.

Planificación y Entrenamiento físico-deportivo

En referencia al entrenamiento físico-deportivo, desde los contextos universitario se requiere de acciones que permitan planificar el desarrollo de estas actividades, de allí que Harre (1987) dice que el entrenamiento representa la acción que se utiliza para brindar significado a esa instrucción organizada que busca aumentar rápidamente la capacidad de rendimiento físico, psicológico, intelectual o técnico-motor en contextos específicos de prácticas deportivas, generando mejores resultados.

De igual manera Jiménez (2011), sobre la planificación del entrenamiento hace los siguientes planteamientos: “Planificación del entrenamiento deportivo se orienta hacia los procesos que ocurren en la preparación deportiva de los atletas, que incluyen la evaluación, programación, ejecución y control de las capacidades y habilidades de los deportistas y sus diferentes manifestaciones” (p.8). Resulta valioso significar que la planificación del entrenamiento físico deportivo, debe prever articular acciones que engloben todos los aspectos que se requieren para que los atletas obtengan mejores resultados. De allí que el deportista debe tener desarrolladas todas las capacidades para cristalizar a un grado óptimo en la ejecución de la actividad física o deportiva.

Teorías que fundamentan la investigación

Teoría Constructivista de Carretero (2004)

El individuo es un ser social por naturaleza, se encuentra inserto en una realidad circundante que le rodea, le condiciona, le hace actuar. Allí convergen sus necesidades, intereses, metas y aspiraciones de vida, se requiere en los procesos educativos coadyuvar con el direccionamiento de su aprendizaje, pero es él en esencia quien tiene la cuota de elección de la manera cómo va a

procesar esos aspectos que serán asimilados por su coeficiente para convertirse en aprendizaje, tomando los elementos que el medio le proporciona, se trata de construir su significado, su valor. Bajo este enfoque se comprende, que el constructivismo representa la manera como el ser humano va construyendo nuevos conocimiento sobre la base de los ya adquiridos.

En consideración a estos planteamientos, se presentan las ideas expuestas por Carretero (2004) que destaca:

Básicamente puede decirse que es la idea que mantiene que el individuo —,tanto en los aspectos cognitivos y sociales del comportamiento como en los afectivos— no es un mero producto del ambiente ni un simple resultado de sus disposiciones internas, sino una construcción propia que se va produciendo día a día como resultado de la interacción entre esos dos factores. En consecuencia, según la posición constructivista, el conocimiento no es una copia de la realidad, sino una *construcción* del ser humano (p.3)

Estas ideas reconocen que el proceso de aprendizaje no depende de lo externo que incide y condiciona el desarrollo del mismo, sino de la manera como el sujeto que aprende es capaz de ir hilando los sucesos y otorgándoles el valor que le corresponde. Asimismo, Carretero (Ob. cit). señala: “El conocimiento que se transmite en cualquier situación de aprendizaje debe estar estructurado no sólo en sí mismo, sino con respecto al conocimiento que ya posee el alumno” (p.7). Estas ideas hacen reconocer que el aprendizaje que se posee representa la base para construir el nuevo conocimiento, se requiere de buenos basamentos epistémicos para dar origen a ese nuevo conocimiento.

Esta teoría se toma como referencia para el presente estudio por cuanto desde la práctica física y deportiva se requiere de ir formando aprendizajes constructivista en los discentes de la UNES, para que las adopten como parte de su preparación para realizar de la mejor manera estas prácticas, de igual manera es una forma de complementar su proceso de aprendizaje teórico con una práctica efectiva que les acerca hacia el logro de resultados favorables en su proceso de entrenamiento.

Teoría del entrenamiento deportivo de Bruggemann, Grosser y Zintl (1989)

El entrenamiento físico-deportivo corresponde a las diversas actividades que son planificadas, desarrolladas y evaluadas con la intencionalidad de lograr resultados beneficiosos en la ejecución de ciertas acciones que demandan el uso del cuerpo y de la fuerza, es por ello que debe darse bajo condiciones que favorezcan ese proceso de aprehensión de la técnica para asimilar la información y procesarla, generando resultados positivos en el entrenamiento.

Al respecto Bruggemann, Grosser y Zintl (1989), citados por Jurado y Moreno (2011), hacen los siguientes planteamientos: “entrenamiento significa, desde el punto de vista medico-biológico, una adaptación o bien un cambio detectable a nivel de condición física (resistencia, fuerza, velocidad) en sentido metabólico y morfológico (células musculares, capilares, etc.)” (p.23). Estas ideas, reconocen que el entrenamiento físico es una condición que debe estar presente al momento de realizar una actividad física y deportiva, para orientarla al logro de buenos resultados y optimizar el desarrollo de las mismas.

Esta teoría se tomó como referencia al estudio en curso sobre la realización de una propuesta de un plan estratégico para el desarrollo del entrenamiento físico-deportivo de los discentes de la Universidad Nacional de la Seguridad UNES-CEFO Apure, por cuanto se pretende fortalecer la capacidad de cooperación y la responsabilidad social, que incrementa el interés por el aprendizaje y por ser mejores ciudadanos, por cumplir las reglas, por esforzarse al máximo y por mejorar la salud y las habilidades propias del deporte y de la actividad física. Por otra parte, buscando que los sujetos investigados a quien va orientada la propuesta perciban que el deporte debe ayudar a adquirir mayor reconocimiento y estatus social, aumentar la popularidad, conseguir riqueza económica y enseñar a los sujetos a desenvolverse en el complejo mundo social.

Bases Legales

Los aspectos legales que fundamentan esta investigación están contemplados en la Constitución de la República Bolivariana de Venezuela (1999), Ley Orgánica de Educación (2009) y Ley Orgánica de Deporte, Actividad Física y Educación Física (2011).

La Constitución de la República Bolivariana de Venezuela, señala algunos principios generales relacionados con la educación, que apoya en cuanto al deber ser de la educación, al plantear en su artículo 102 lo siguiente:

La educación es un derecho humano y un deber social fundamental, es democrática, gratuita y obligatoria, con la finalidad de desarrollar el potencial creativo de cada ser humano y el pleno ejercicio de su personalidad en una sociedad democrática basada en la valoración ética del trabajo y en la participación activa, consciente y solidaria en los procesos de transformación social consustanciada con los valores de la identidad nacional y con una visión latinoamericana y universal. (Art.102.)

El artículo antes referido citado hace énfasis en la formación integral de los estudiantes, es decir, tomando en cuenta todos los aspectos que conforman su preparación para convivir en un espacio de tolerancia, justicia, solidaridad; para ello, es significativo considerar que la educación tiene este propósito para el cual además del conocimiento facilitado a través de los aprendizajes, hay que ofrecer a los estudiantes conocimientos, habilidades y destrezas para fortalecer los valores de higiene personal como una necesidad esencial en toda persona.

En el mismo dictamen de doctrinas, es significativo señalar un orden de artículos establecidos en la Ley Orgánica de Educación (2009), establece en su artículo 16: “El Estado atiende, estimula e impulsa el desarrollo de la educación física, el deporte y la recreación en el Sistema Educativo, en concordancia con lo previsto en las legislaciones especiales que sobre la materia se dicten”. De estas ideas se comprende esa función que tiene el

estado en materia de promoción de la educación física y el deporte desde los subsistemas educativos, buscando desarrollar las potencialidades que tienen los estudiantes.

De igual manera el artículo 32, de la LOE (2009), refiere: “La educación universitaria profundiza el proceso de formación integral y permanente de ciudadanos críticos y ciudadanas críticas, reflexivos o reflexivas, sensibles y comprometidos o comprometidas, social y éticamente con el desarrollo del país, iniciado en los niveles educativos precedentes”. De lo planteado en este instrumento jurídico se deduce la intencionalidad formadora del subsistema de educación universitaria, donde se busca formar a estudiantes de manera integral, es allí donde la actividad física y el deporte adquieren relevancia para esa integralidad buscando desarrollar sus habilidades, destrezas y potencialidades.

En lo que respecta a la Ley Orgánica de Deporte, Actividad Física y Educación Física (2011), el Artículo 8 reza:

Todas las personas tienen derecho a la educación física, a la práctica de actividades físicas y a desarrollarse en el deporte de su preferencia, sin más limitaciones que las derivadas de sus aptitudes deportivas y capacidades físicas, sin menoscabo del debido resguardo de la moral y el orden público.

El Estado protege y garantiza indeclinablemente este derecho como medio para la cohesión de la identidad nacional, la lealtad a la patria y sus símbolos, el enaltecimiento cultural y social de los ciudadanos y ciudadanas, que posibilita el desarrollo pleno de su personalidad, como herramienta para promover, mejorar y resguardar la salud de la población y la ética, favoreciendo su pleno desarrollo físico y mental como instrumento de combate contra el sedentarismo, la deserción escolar, el ausentismo laboral, los accidentes en el trabajo, el consumismo, el alcoholismo, el tabaquismo, el consumo ilícito de las drogas, la violencia social y la delincuencia.

Operacionalización de Variables

Cuadro n° 1

OBJETIVOS ESPECÍFICOS	VARIABLE	INDICADORES	ITEM	INSTR/ POBLACION
Describir las actividades Física-deportivas que realizan los discentes de los diferentes PNF de la UNES-CEFO Apure.	Actividades Física-deportivas	Entrenamiento	1	
		Trote	2	
		Rehabilitación de la salud.	3	
		Juegos amistosos	4	
		Rutinas	5	
		Bailoteraias	6	
		De higiene postural	7	
		Maratones	8	
		Programas de formación	9	
		Competición	10	
Caracterizar los elementos de la planificación desarrollados por los facilitadores de educación física, deporte y recreación para el cumplimiento de las actividades Física-deportivas.	Elementos de la planificación	Diagnósticos	11	Cuestionario aplicado a docentes de educación física, deporte y recreación
		Objetivos	12	
		Formación teórica	13	
		Actividades a corto plazo	14	
		Actividades a mediano plazo	15	
		Actividades a largo plazo	16	
		Articulación interinstitucional	17	
		Metas Institucionales	18	
Determinar la factibilidad de un plan estratégico para el desarrollo del entrenamiento físico-deportivo de los discentes de la Universidad Nacional de la Seguridad UNES-CEFO Apure.	Factibilidad	Operativa	19	
		Deportiva	20	
		Institucional	21	
		Económica/financiera	22	

Fuente: Solórzano (2017).

CAPITULO III

MARCO METODOLOGICO

A continuación, se muestran aspectos relacionados en cuanto a cómo se procedió en la búsqueda de las respuestas a la problemática planteada, En este orden de ideas Arias (2011), señala que la metodología del proyecto incluye el tipo de investigación, las técnicas y los instrumentos que serán utilizados para llevar a cabo la indagación (p.110). En este sentido, están estrechamente conectados los hechos investigados y las evidencias encontradas en el estudio, de esta manera, se hace imperioso concretar los procedimientos metodológicos, ellos son los siguientes: el fundamento epistemológico, tipo de estudio, su diseño de investigación, la población, la muestra, las técnicas e instrumentos que se utilizaran para recoger los datos y el análisis e interpretación de los datos.

Nivel de la Investigación

Esta investigación por su profundidad adquiere un nivel descriptivo. En referencia a las investigaciones con nivel descriptivo, Hernández, Fernández y Batista (2008), señalan los siguientes aportes: “El proceso de investigación descriptiva no solo se basa en la recogida y tabulación de datos, lo que supone un elemento interpretativo de significado e importancia de lo que se haya combinado muchas veces con la comparación y contraste suponiendo mensuración, clasificación e interpretación...”(p.17). Este nivel investigativo busca dar significado e importancia desde la caracterización del fenómeno estudiado. En el presente estudio se buscó la descripción de las variables de estudio, por lo cual los datos que se obtengan serán manejados desde el nivel descriptivo.

Diseño de la Investigación

El estudio en curso presenta un diseño investigativo de campo, sobre el cual Sabino (2002), señala: “El diseño de campo, son los que se refieren a los métodos a emplear. Cuando los datos de interés se recogen en forma directa de la realidad, mediante el trabajo concreto del investigador y su equipo. Son llamados primarios. Por cuanto son datos de primera mano originales...”(p. 89). Por lo tanto, a efectos de este estudio, se utilizará este tipo de investigación ya que, a través de técnicas de trabajos de campo, se logrará recoger los datos directamente de la realidad, lo que permitió al investigador, asegurarse y tener mayor precisión de los datos a obtener.

Modalidad de la Investigación

En cuanto al tipo de investigación, el enfoque metodológico se circunscribió a la perspectiva de proyecto factible, la cual consiste en elaborar una propuesta de un modelo operativo viable, o una solución factible a un problema de tipo práctico, En este sentido, la Universidad Pedagógica Experimental Libertador (2014), expresa 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 puede referirse a la formulación de políticas, programas, tecnologías, métodos o procesos”. (p. 16).

. En relación a lo antes expuesto, se justifica la modalidad de proyecto factible por tratarse de la investigación, elaboración y desarrollo de una propuesta de un modelo operativo viable, para solucionar, donde puedan referirse: la formulación de políticas, programas, tecnologías, métodos y procesos ejecutables. Es por ello, que este estudio busco como producto final la propuesta operativa de un plan estratégico para el desarrollo del entrenamiento físico-

deportivo de los discentes de la Universidad Nacional de la Seguridad UNES-CEFO Apure.

Población y Muestra

Población

Los estudios de campo se caracterizan por recoger información de manera directa de la población objeto de estudio. Según, Hernández y otros (2006) señalan que la población: “es el conjunto de todos los casos que concuerdan con una serie de especificaciones. (p 204). De estas ideas se comprende que la población no es más que el conjunto de unidades con características comunes que serán utilizadas para obtener información relevante para el estudio. En la presente investigación la población objeto de estudio estuvo conformada por diez (10) profesores de educación física, deportes y recreación de la UNES-CEFO-Apure.

Muestra

En algunos estudios la población es infinita y requiere de un procedimiento muestral para obtener una parte representativa de la misma que sea fácil de manejar o accesible al investigador, sin embargo plantea Hurtado (2006): “en las poblaciones pequeñas o finitas no se selecciona muestra alguna para no afectar la validez de los resultados”. (p.77). De estas ideas, se deduce que en el presente estudio debido a lo finito de la población no se implementó procedimiento muestral, la misma fue estudiada en su totalidad.

Técnicas e Instrumento de Recolección de Datos

Para la recolección de la información en la población objeto de estudio se hace necesario la utilización de una técnica y un cuestionario. Como técnica en el presente estudio se empleará la técnica de la encuesta, la cual es definida por Hernández, Fernández y Baptista (2008), destacando que: “es un formato redactado en forma de interrogatorio donde se obtiene la información acerca de las variables que se van investigar” (p. 36). La encuesta se convierte en una de las técnicas cuantitativas de mayor alcance investigativo permitiendo la interacción directa con los sujetos investigados.

En lo que respecta al instrumento se utilizará un cuestionario. Según Arias (2012), el cuestionario “consiste en un conjunto de ítems presentados en forma de afirmaciones o juicios ante los cuales se pide la reacción de los sujetos a quienes se administran.” (p.165). Como se evidencia en estas ideas, el cuestionario corresponde a un conjunto de preguntas referidas a la variable de estudio. En este estudio se utilizó un cuestionario con escala tipo Likert con alternativas: Siempre, Con frecuencia, Algunas Veces y Nunca.

Validez y Confiabilidad

Elaborado el cuestionario, se debe determinar la validez y la confiabilidad del instrumento de recolección de datos. La validez es determinar hasta donde el instrumento es representativo del universo de contenido que se desea medir; es decir, la habilidad que tiene el instrumento para medir lo que se ha propuesto. Hurtado (2004), define la validez como: “el grado en que a través del instrumento se mide lo que realmente se quiere medir”. (p.414). Así pues, para la validación del instrumento que se aplicará, se recurrirá al juicio de tres (3) expertos uno en metodología, uno en planificación y administración del deporte y uno en Educación Física, Deportes y Recreación, quienes harán sus recomendaciones y su posterior aprobación y aceptación firmando su validez. Una vez obtenido el

permiso correspondiente, se procedió a la aplicación del instrumento para la medición de la variable.

La confiabilidad es la que determina que tan consistente, exacto, preciso y congruente es el instrumento de recolección de datos. La confiabilidad a juicio de Hernández y Otros (2006): “ Se refiere al grado en que su aplicación repetida al mismo sujeto u objeto, procede iguales resultados”(P. 241). En la presente investigación se utilizó el coeficiente Alpha de Crombach, para determinar la confiabilidad del instrumento, que matemáticamente es:

$$r = \frac{st^2 - \frac{\sum si^2}{n}}{n-1} *$$

Donde sus valores viene dados por:

r, es el coeficiente de confiabilidad.

n, es el número de ítems que contiene el instrumento.

st², es la varianza total de la prueba.

$\sum si^2$, es la sumatoria de la varianza individual de los ítems.

El resultado de la prueba piloto aplicada fue de 0,93 lo que hace ver que el instrumento aplicado era confiable.

Técnicas de Análisis de Datos

En lo referente al análisis de los datos o procesamiento de la información, señala Arias (2011), “en este punto se describen las siguientes operaciones a las que serán sometidos los datos que se obtengan: clasificación, registro, tabulación y codificación si fuere el caso”. (p.111). En este contexto, el análisis de los datos, se aplicó la técnica de la estadística descriptiva, con el fin de construir con claridad, la distribución de frecuencias absolutas y relativas, pues la estadística descriptiva se dedica a analizar y representar los datos. Para ser mostrados en cuadros y gráficos, con el propósito de proporcionar efectivamente su interpretación

CAPITULO IV

ANALISIS Y PRESENTACION DE LOS RESULTADOS

En esta parte de la investigación se presentan de manera organizada la información proveniente de los instrumentos que fueron aplicados a la población objeto de estudio, con el propósito de conocer lo referente a las variables estudiadas, considerando los objetivos trazados como guía del proceso investigativo. En tal sentido, el investigador detalla las variables de estudio y de allí va presentando en cada uno de los ítems los indicadores que se desprenden de estas variables, para que se comprenda la naturaleza del hecho fenoménico estudiado.

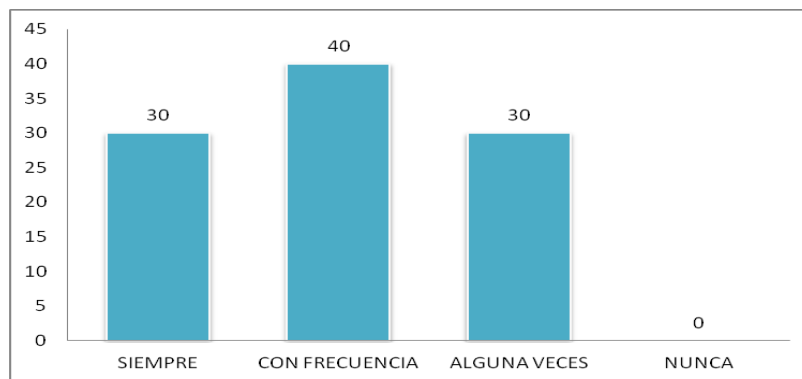
La información se presenta en gráficos porcentuales dejando ver las frecuencias de las respuestas emitidas por los encuestados tabulados desde lo referido en la estadística descriptiva. De igual manera, es preciso referir que la información fue presentada en gráficos de barras que dejan ver los porcentajes de las alternativas de respuesta y finalmente el investigador hace un análisis integral de cada uno de los indicadores partiendo de la información suministrada por los encuestados.

Resultados obtenidos por las respuestas suministradas por docentes de educación física, deporte y recreación de la UNES CEFO-Apure, para la variable: Actividades Física-deportivas, donde se realizó la interrogante: ¿Qué actividades físicas y deportivas se realizan en la UNES?, arrojándose lo siguiente:

Cuadro n° 2

Ítem	ALTERNATIVAS							
	Siempre		Con Frecuencia		Algunas veces		Nunca	
	F	%	F	%	F	%	F	%
1. Ejercitación	03	30	04	40	03	30	00	00

GRAFICO n° 1



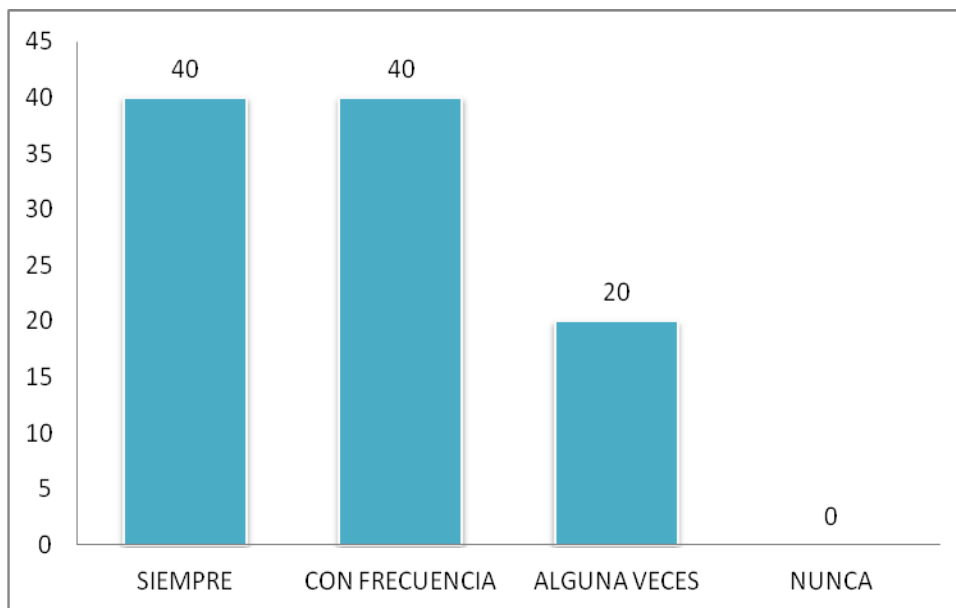
Fuente: Solórzano (2017).

En el ítem n° 1, Ejercitación se obtuvieron los siguientes resultados, el 30 % respondió Siempre, el 40% respondió Con Frecuencia y el 30 % Alguna Veces; no hubo respuesta para la alternativa Nunca. De estas respuesta se concluye que los encuestados si desarrollan actividades deportivas y recreativas como la ejercitación.

Cuadro n° 3

Ítem	ALTERNATIVAS							
	Siempre		Con Frecuencia		Algunas veces		Nunca	
	F	%	F	%	F	%	F	%
2. Trote	04	40	04	40	02	20	00	00

GRAFICO n° 2



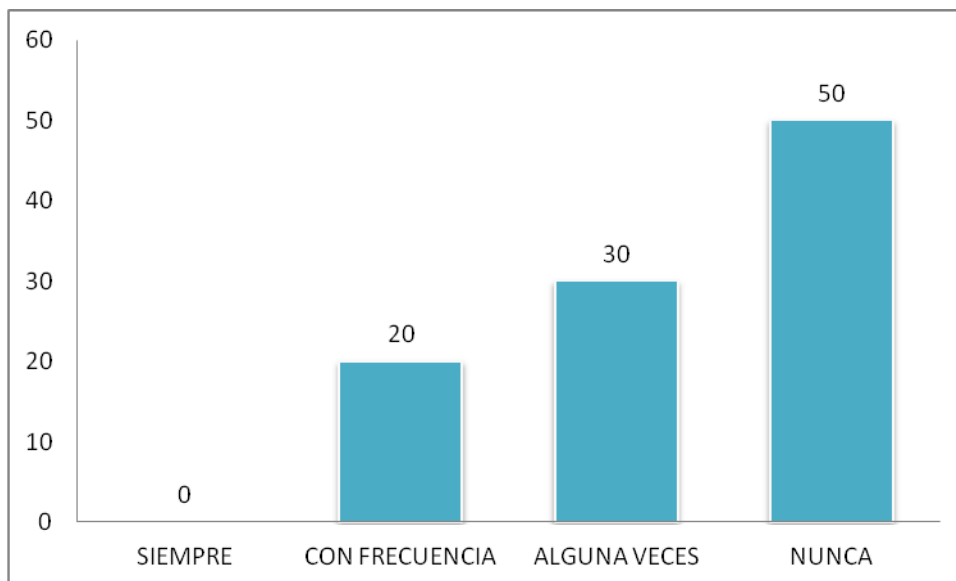
Fuente: Solórzano (2017).

En el ítem n° 2, Trote, se obtuvieron los siguientes resultados, el 40 % respondió Siempre, el 40% respondió Con Frecuencia y el 20 % Alguna Veces; no hubo respuesta para la alternativa Nunca. Las respuestas emitidas por los docentes que fueron encuestados dejan ver que si aplican actividades que favorecen el desarrollo de los discentes de los programas de formación de grado.

Cuadro n° 3

Ítem	ALTERNATIVAS							
	Siempre		Con Frecuencia		Algunas veces		Nunca	
	F	%	F	%	F	%	F	%
3. Rehabilitación de la salud.	00	00	02	20	03	30	05	50

GRAFICO n° 3



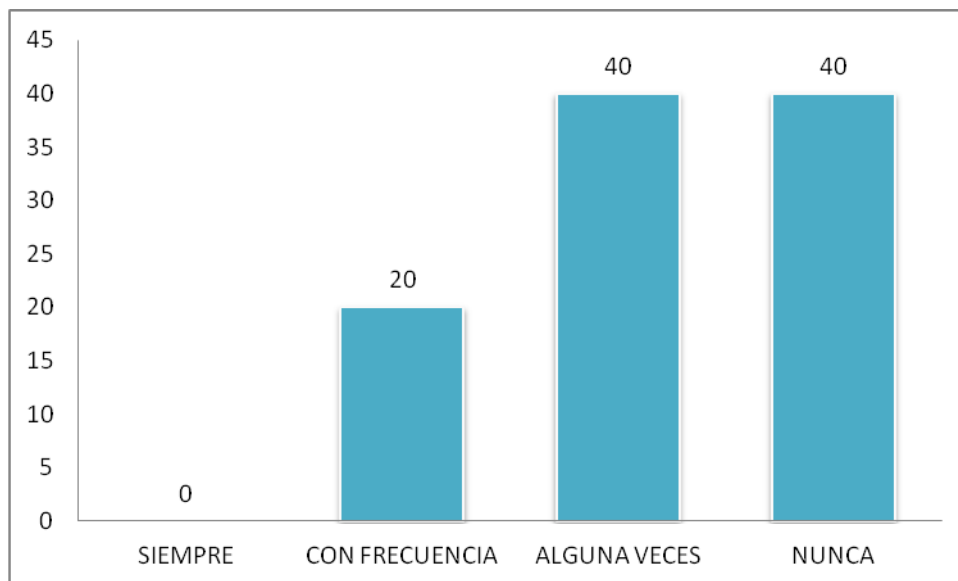
Fuente: Solórzano (2017).

En el ítem n° 3, Rehabilitación de la salud, se obtuvieron los siguientes resultados, el 20 % respondió Con Frecuencia, el 30 % Alguna Veces y el 50 % Nunca; no hubo respuesta para la alternativa Siempre. Las respuestas emitidas por los docentes que fueron encuestados dejan ver que si aplican actividades orientadas a la rehabilitación de la salud de los estudiantes, lo cual viene a favorecer el desarrollo de los discentes de los programas de formación de grado.

Cuadro n° 4

Ítem	ALTERNATIVAS							
	Siempre		Con Frecuencia		Algunas veces		Nunca	
	F	%	F	%	F	%	F	%
4. Juegos amistosos.	00	00	02	20	04	40	04	40

GRAFICO n° 4



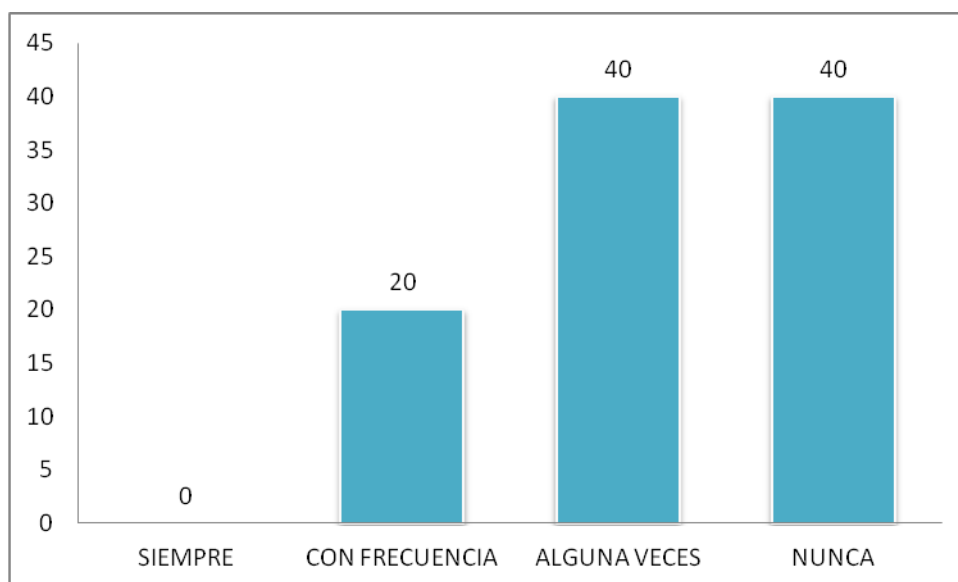
Fuente: Solórzano (2017).

En el ítem n° 4, Juegos amistosos, se obtuvieron los siguientes resultados, el 20 % respondió Con Frecuencia, el 40 % Alguna Veces y el 40 % Nunca; no hubo respuesta para la alternativa Siempre. En referencia a los resultados arrojados en este instrumento se llega a la conclusión que e las actividades deportivas de la UNES CEFO-Apure se desarrollan juegos amistosos entre los discentes.

Cuadro n° 6

Ítem	ALTERNATIVAS							
	Siempre		Con Frecuencia		Algunas veces		Nunca	
	F	%	F	%	F	%	F	%
5. Rutinas de ejercicios, calentamiento, flexibilidad.	00	00	02	20	03	30	05	50

GRAFICO n° 5



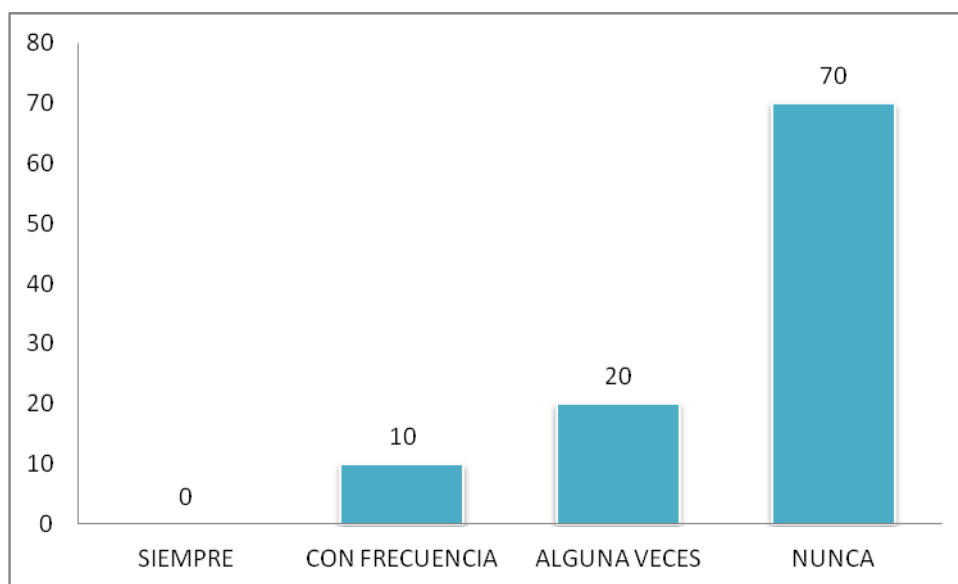
Fuente: Solórzano (2017).

En el ítem n° 5, Rutinas de ejercicios, calentamiento, flexibilidad, se obtuvieron los siguientes resultados, el 20 % respondió Con Frecuencia, el 40 % Alguna Veces y el 40 % Nunca; no hubo respuesta para la alternativa Siempre. Las respuestas emitidas por los encuestados permiten el reconocimiento de que en la institución no se fomenta la práctica de rutinas de ejercicios, calentamiento, flexibilidad.

Cuadro n° 7

Ítem	ALTERNATIVAS							
	Siempre		Con Frecuencia		Algunas veces		Nunca	
	F	%	F	%	F	%	F	%
6. Bailoterapias	00	00	01	10	02	20	07	70

GRAFICO n° 6



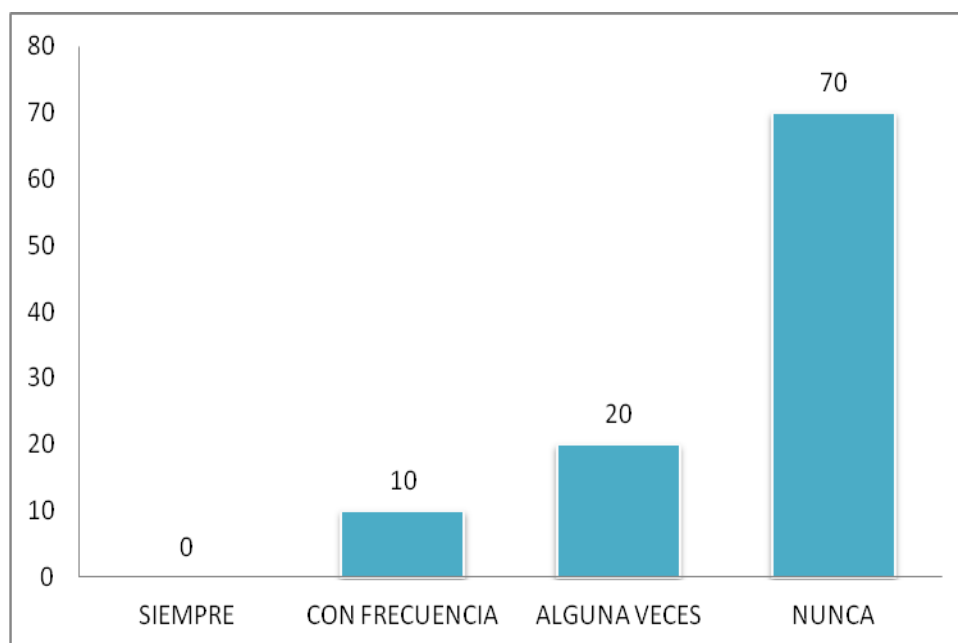
Fuente: Solórzano (2017).

En el ítem n° 6, Bailoterapias, se obtuvieron los siguientes resultados, el 10 % respondió Con Frecuencia, el 20 % Alguna Veces y el 70 % Nunca; no hubo respuesta para la alternativa Siempre. Las respuestas emitidas por los encuestados permiten el reconocimiento de que en la institución no se fomenta la práctica de bailoterapias como actividades que estimulan el desarrollo físico de los discentes de lo diferentes programas de formación de grado.

Cuadro n° 8

Ítem	ALTERNATIVAS							
	Siempre		Con Frecuencia		Algunas veces		Nunca	
	F	%	F	%	F	%	F	%
7. De higiene postural	00	00	01	10	02	30	07	70

GRAFICO n° 7



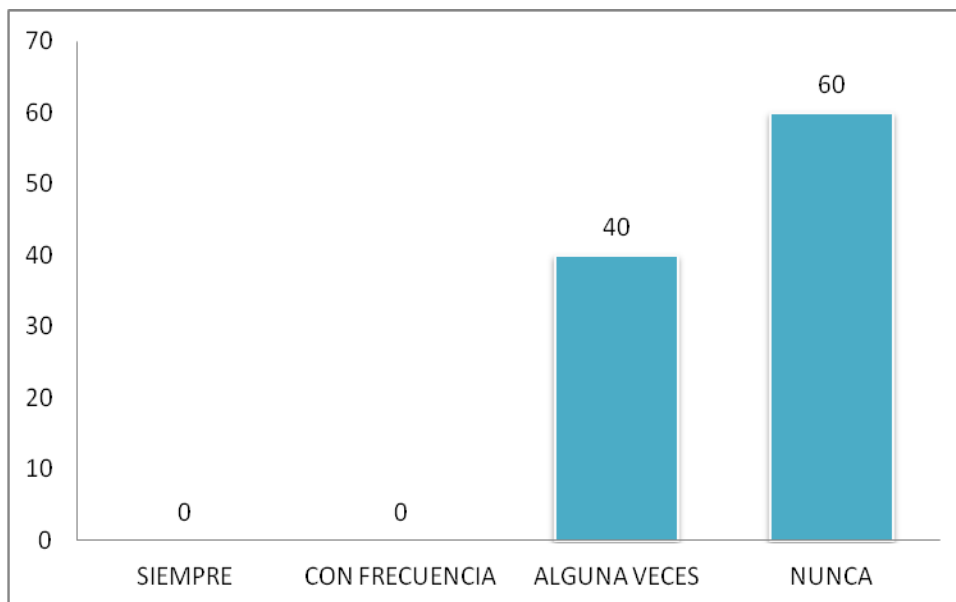
Fuente: Solórzano (2017).

En el ítem n° 7, Higiene Postural, se obtuvieron los siguientes resultados, el 10 % respondió Con Frecuencia, el 20 % Alguna Veces y el 70 % Nunca; no hubo respuestas para la alternativa Siempre. Considerando los resultados obtenidos en este indicador se concluye que los encuestados no desarrolla actividades de higiene postural en la UNES CEFO-Apure.

Cuadro n° 9

Ítem	ALTERNATIVAS							
	Siempre		Con Frecuencia		Algunas veces		Nunca	
	F	%	F	%	F	%	F	%
8.Maratonés	00	00	00	00	04	40	06	60

GRAFICO n° 8



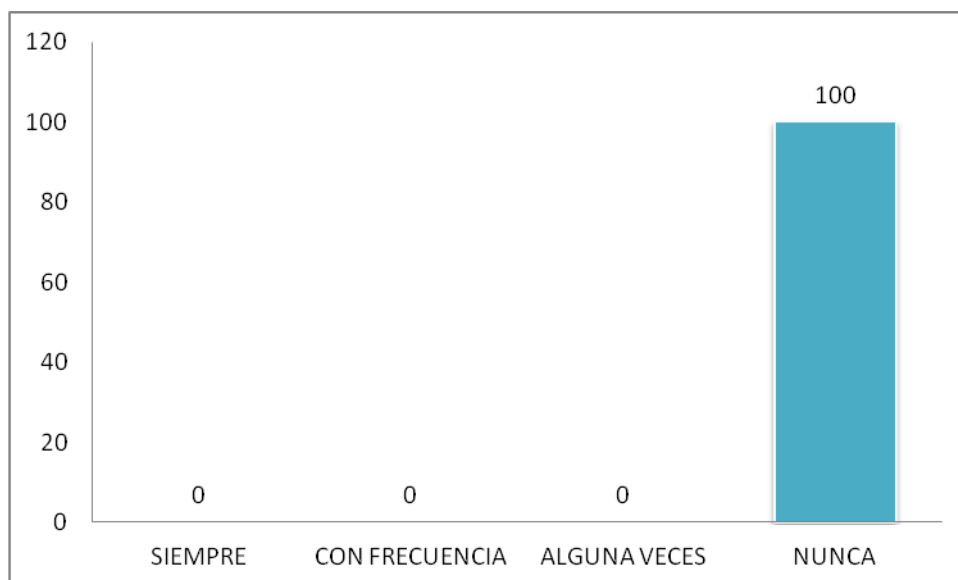
Fuente: Solórzano (2017).

En el ítem n° 8, Maratonés, se obtuvieron los siguientes resultados, el 40 % respondió Alguna Veces y el 60 % Nunca; no hubo respuesta para las alternativas Siempre y Con Frecuencia. Haciendo un análisis a las respuestas emitidas en este ítem se deduce que los profesores de educación física, deportes y recreación no utilizan el maratón deportivo como actividad que favorece el desarrollo físico y deportivo de los estudiantes.

Cuadro n° 10

Ítem	ALTERNATIVAS							
	Siempre		Con Frecuencia		Algunas veces		Nunca	
	F	%	F	%	F	%	F	%
8. Programas de formación permanente en actividades físicas.	00	00	00	00	00	00	10	100

GRAFICO n° 9



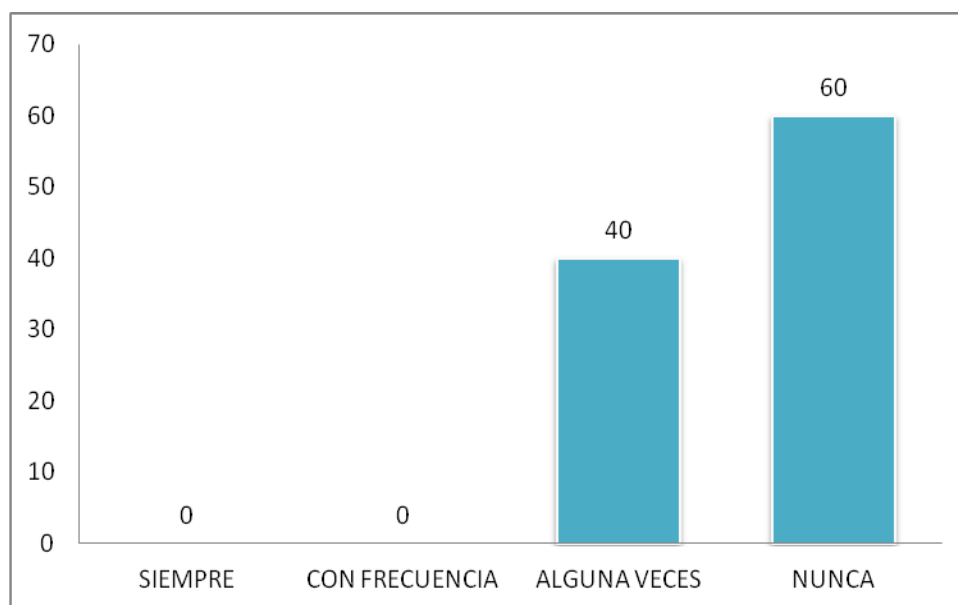
Fuente: Solórzano (2017).

En el ítem n° 9, Programas de formación permanente en actividades físicas, se obtuvieron los siguientes resultados, el 100 % respondió Nunca; no hubo respuesta para las alternativas Siempre, Con Frecuencia y Alguna Veces. En función de las respuestas que se obtuvieron en este ítem se llega a la conclusión que en esta institución universitaria no se desarrollan programas de formación permanente en actividades físicas para la atención de los discentes.

Cuadro n° 11

Ítem	ALTERNATIVAS							
	Siempre		Con Frecuencia		Algunas veces		Nunca	
	F	%	F	%	F	%	F	%
10. Competencias	00	00	00	00	04	40	06	60

GRAFICO n° 10



Fuente: Solórzano (2017).

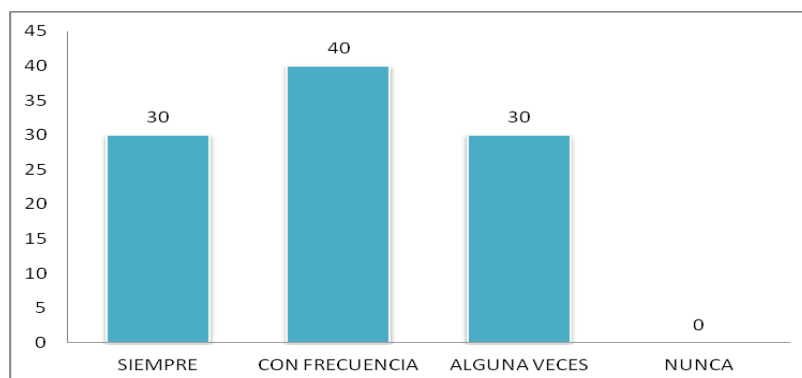
En el ítem n° 10, Competencias, se obtuvieron los siguientes resultados, el 40 % respondió Alguna Veces y el 60 % Nunca; no hubo respuesta para las alternativas Siempre y Con Frecuencia, el 20 %. Haciendo un análisis a las respuestas emitidas en este ítem se deduce que los profesores de educación física, deportes y recreación no utilizan la competencia entre disciplinas deportivas como actividad que favorece el desarrollo físico y deportivo de los estudiantes.

Resultados obtenidos por las respuestas suministradas por docentes de educación física, deporte y recreación de la UNES CEFO-Apure, para la variable: Elementos de la planificación ¿En su proceso de planificación de actividades físicas y deportivas considera los siguientes elementos?, arrojándose lo siguiente:

Cuadro n° 12

Ítem	ALTERNATIVAS							
	Siempre		Con Frecuencia		Algunas veces		Nunca	
	F	%	F	%	F	%	F	%
11. Diagnosticos	03	30	04	40	03	30	00	00

GRAFICO n° 11



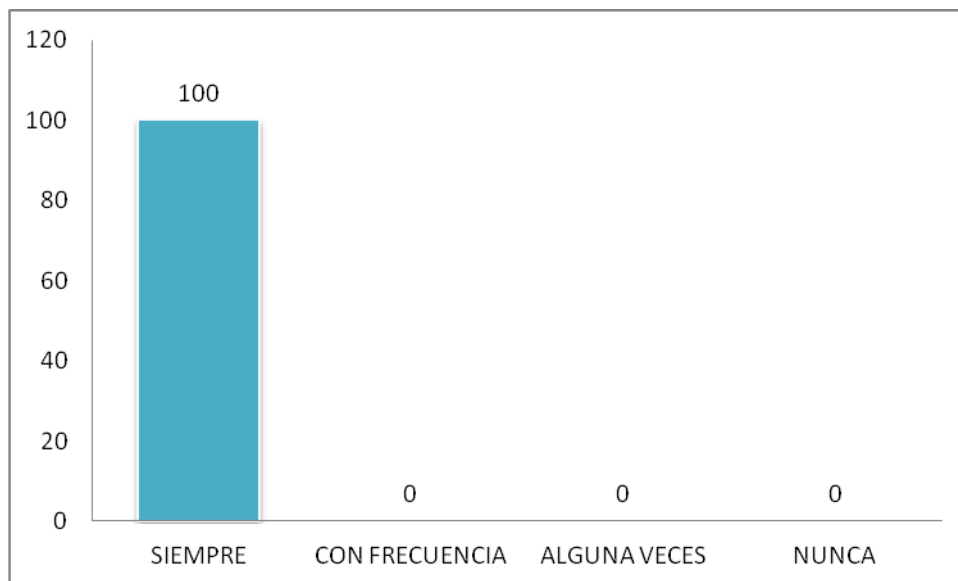
Fuente: Solórzano (2017).

En el ítem n° 11, Diagnósticos, se obtuvieron los siguientes resultados, el 30 % respondió Siempre, el 40% respondió Con Frecuencia y el 30 % Alguna Veces; no hubo respuesta para la alternativa Nunca. De estas respuesta se concluye que los encuestados si desarrollan diagnosticos como parte de los elementos de la planificación de actividades físicas y deportivas.

Cuadro n° 13

Ítem	ALTERNATIVAS							
	Siempre		Con Frecuencia		Algunas veces		Nunca	
	F	%	F	%	F	%	F	%
12. Objetivos	03	30	04	40	03	30	00	00

GRAFICO n° 12

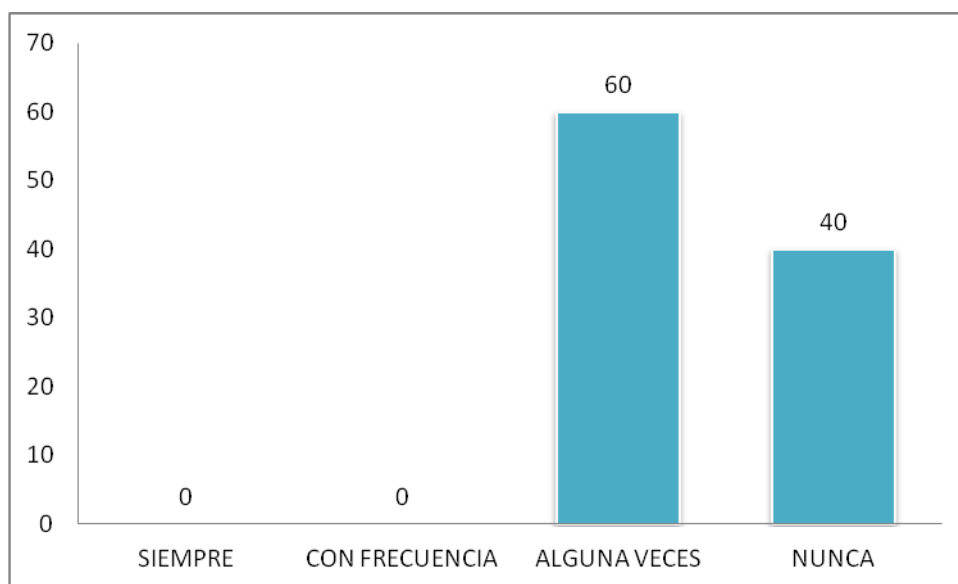


Fuente: Solórzano (2017).

En el ítem n° 12, Objetivos, se obtuvieron los siguientes resultados, el 100 % respondió Siempre.; no hubo respuesta para las alternativas Con Frecuencia, Alguna Veces y Nunca. De estas respuesta se concluye que los encuestados si planifican considerando los objetivos a lograr como parte de los elementos de la planificación de actividades físicas y deportivas de la UNES CEFO-Apure.

Cuadro n° 14

Ítem	ALTERNATIVAS							
	Siempre		Con Frecuencia		Algunas veces		Nunca	
	F	%	F	%	F	%	F	%
13, Formación teórica	00	00	00	00	06	60	04	40

GRAFICO n° 13

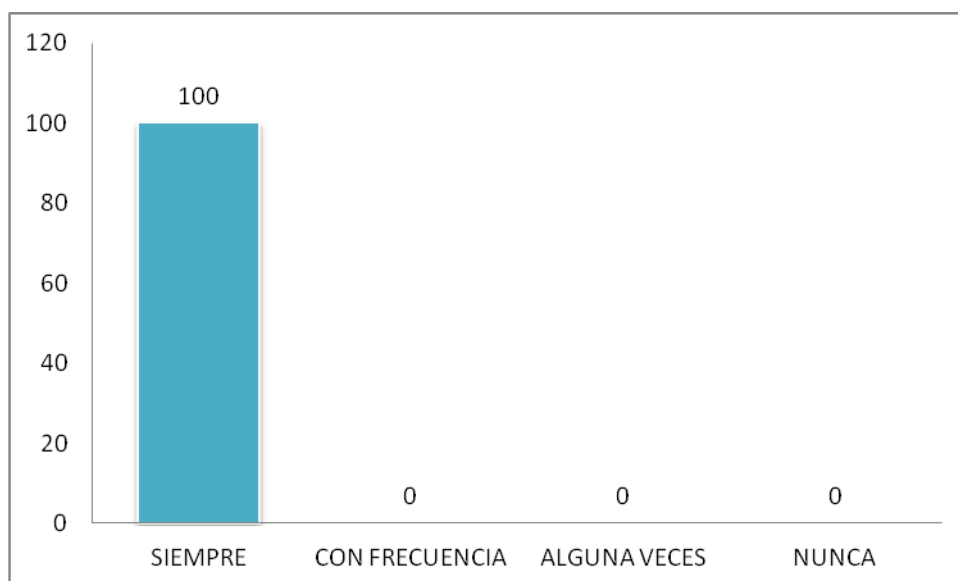
Fuente: Solórzano (2017).

En el ítem n° 14, Actividades a corto plazo, se obtuvieron los siguientes resultados, el 60 % respondió Alguna Veces y el 40% respondió Nunca; no hubo respuesta para las alternativas Siempre y Con Frecuencia. De las respuestas emitidas por los docentes de la UNES CEFO-Apure, se concluye que no consideran la formación teórica al momento de desarrollar sus planificaciones, lo cual es un aspecto que debe revisarse en materia de planificación y administración del deporte.

Cuadro n° 15

Ítem	ALTERNATIVAS							
	Siempre		Con Frecuencia		Algunas veces		Nunca	
	F	%	F	%	F	%	F	%
14. Actividades a corto plazo	03	30	04	40	03	30	00	00

GRAFICO n° 13



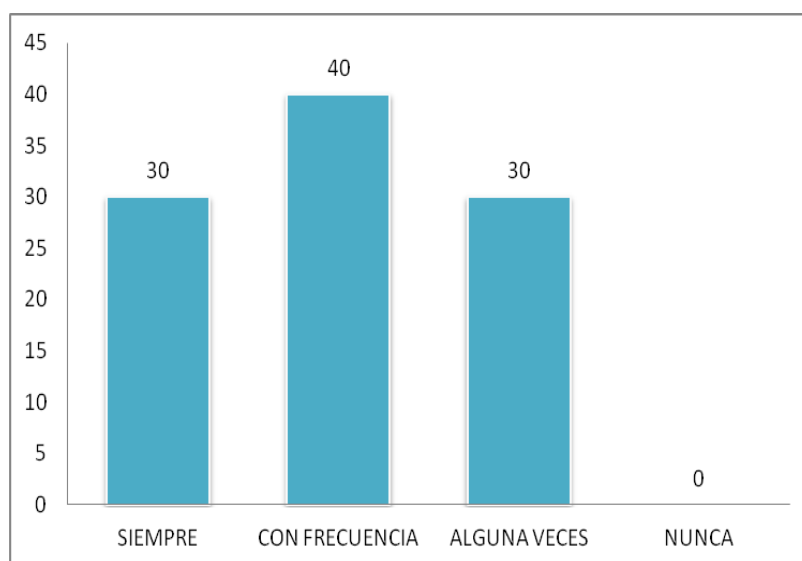
Fuente: Solórzano (2017).

En el ítem n° 14, Actividades a corto plazo, se obtuvieron los siguientes resultados, el 100 % respondió Siempre.; no hubo respuesta para las alternativas Con Frecuencia, Alguna Veces y Nunca. De estas respuesta se concluye que los encuestados planifican y desarrollan actividades a corto plazo como forma de promocionar y fomentar las potencialidades físicas y deportivas de los discentes de la UNES CEFO-Apure.

Cuadro n° 16

Ítem	ALTERNATIVAS							
	Siempre		Con Frecuencia		Algunas veces		Nunca	
	F	%	F	%	F	%	F	%
15. Actividades a mediano plazo	03	30	04	40	03	30	00	00

GRAFICO n° 15



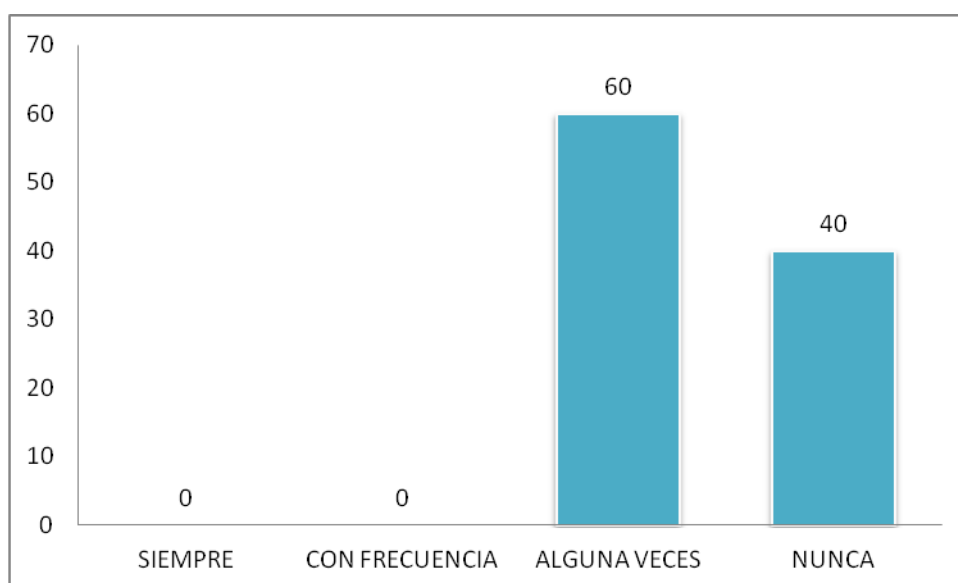
Fuente: Solórzano (2017).

En el ítem n° 15, Actividades a mediano plazo, se obtuvieron los siguientes resultados, el 30 % respondió Siempre, el 40% respondió Con Frecuencia y el 30 % Alguna Veces; no hubo respuesta para la alternativa Nunca. De estas respuesta se concluye que los encuestados desarrollan actividades físicas y deportivas a mediano plazo, no es común como las de corto plazo pero si se planifican en menor escala.

Cuadro n° 17

Ítem	ALTERNATIVAS							
	Siempre		Con Frecuencia		Algunas veces		Nunca	
	F	%	F	%	F	%	F	%
16. Actividades a largo plazo	00	00	00	00	06	60	04	40

GRAFICO n° 16



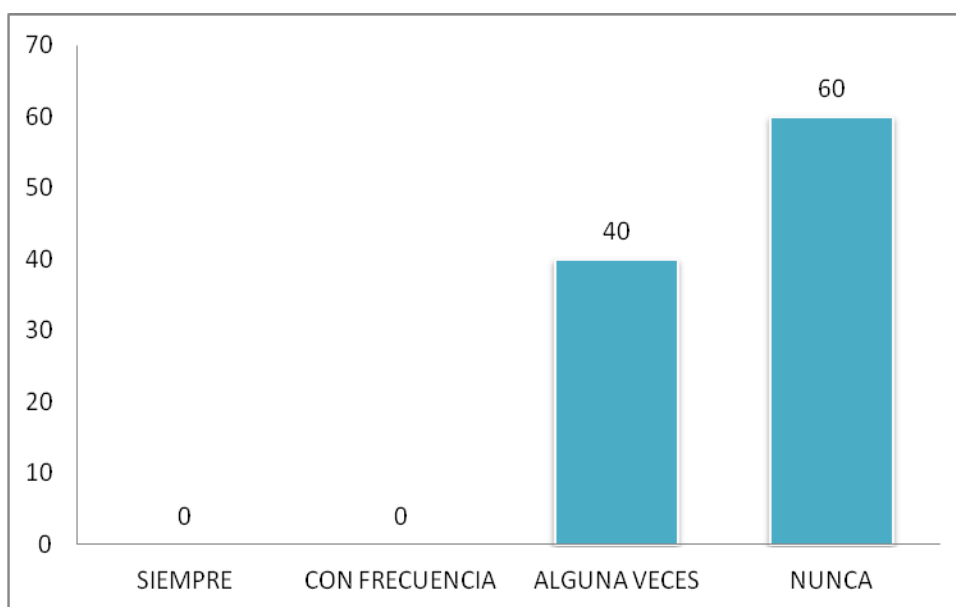
Fuente: Solórzano (2017).

En el ítem n° 16, Actividades a largo plazo, se obtuvieron los siguientes resultados, el 60 % respondió Alguna Veces y el 40% respondió Nunca; no hubo respuesta para las alternativas Siempre y Con Frecuencia. De las respuestas emitidas por los docentes de la UNES CEFO-Apure, se concluye que no consideran la realización de actividades a largo plazo al momento de desarrollar sus planificaciones, lo cual es un aspecto que debe revisarse en materia de planificación y administración del deporte.

Cuadro n° 18

Ítem	ALTERNATIVAS							
	Siempre		Con Frecuencia		Algunas veces		Nunca	
	F	%	F	%	F	%	F	%
17. Articulación interinstitucional	00	00	00	00	04	40	06	60

GRAFICO n° 17



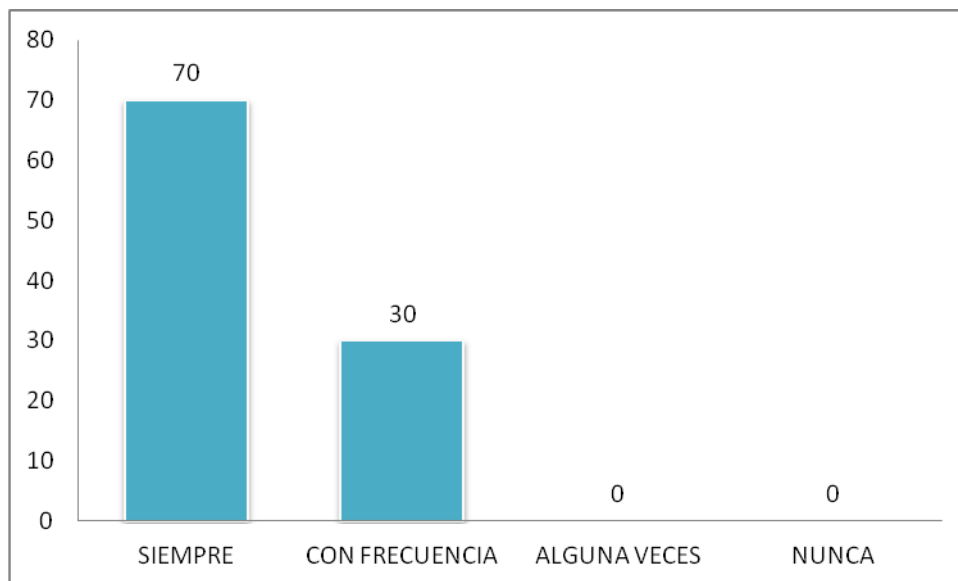
Fuente: Solórzano (2017).

En el ítem n° 17, Articulación interinstitucional, se obtuvieron los siguientes resultados, el 40 % respondió Alguna Veces y el 60 % Nunca; no hubo respuesta para las alternativas Siempre y Con Frecuencia, el 20 %. Haciendo un análisis a las respuestas emitidas en este ítem se deduce que los profesores de educación física, deportes y recreación no utilizan la articulación interinstitucional como actividad que favorece el desarrollo físico y deportivo de los estudiantes.

Cuadro n° 19

Ítem	ALTERNATIVAS							
	Siempre		Con Frecuencia		Algunas veces		Nunca	
	F	%	F	%	F	%	F	%
18. Metas Institucionales	07	70	03	30	00	00	00	00

GRAFICO n° 18



Fuente: Solórzano (2017).

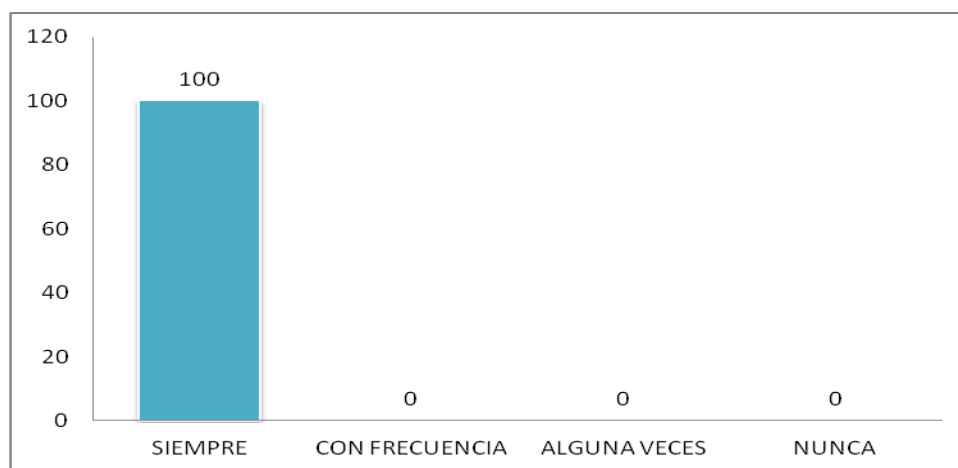
En el ítem n° 18, Metas institucionales, se obtuvieron los siguientes resultados, el 70 % respondió Siempre, el 30% respondió Con Frecuencia; no hubo respuesta para las alternativas Alguna Veces y Nunca. De estas respuesta se concluye que los encuestados consideran las metas institucionales como indicador que rige el proceso de planificación de actividades físicas y deportivas en la UNES CEFO-Apure.

Resultados obtenidos por las respuestas suministradas por docentes de educación física, deporte y recreación de la UNES CEFO-Apure, para la variable: Factibilidad de un plan estratégico para el desarrollo del entrenamiento físico-deportivo, donde se realizó la pregunta: ¿Consideras que un plan estratégico para el desarrollo del entrenamiento físico-deportivo, tendría factibilidad? arrojándose lo siguiente:

Cuadro n° 20

Ítem	ALTERNATIVAS					
	TIENE MUCHA		TIENE POCA		NO TIENE	
	F	%	F	%	F	%
1. Operativa	10	100	00	00	00	00

GRAFICO n° 19



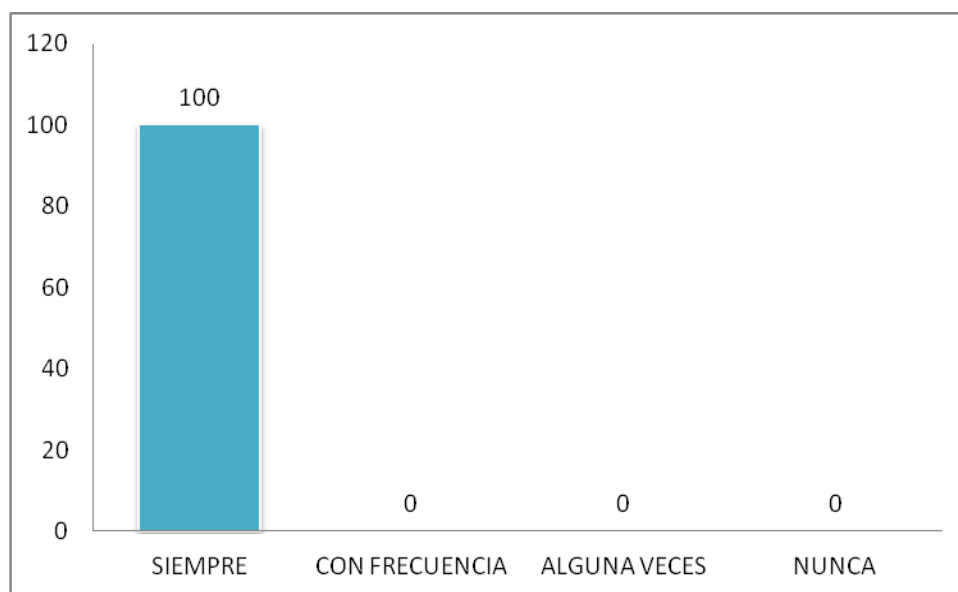
Fuente: Solórzano (2017).

En el ítem n° 19, Operativa, se obtuvieron los siguientes resultados, el 100 % respondió Tiene Mucha; no hubo respuesta para las alternativas Tiene Poco y No tiene. De estos resultados se concluye que un plan estratégico para el desarrollo del entrenamiento físico-deportivo, tiene factibilidad operativa.

Cuadro n° 21

Ítem	ALTERNATIVAS					
	TIENE MUCHA		TIENE POCA		NO TIENE	
	F	%	F	%	F	%
20. Deportiva	10	100	00	00	00	00

GRAFICO n° 20



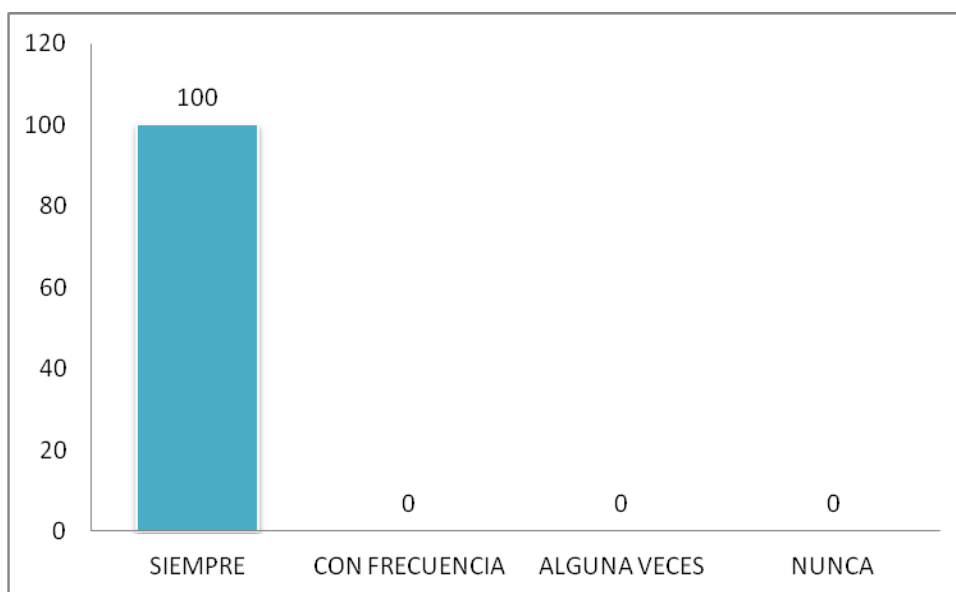
Fuente: Solórzano (2017).

En el ítem n° 20, Deportiva, se obtuvieron los siguientes resultados, el 100 % respondió Tiene Mucha; no hubo respuesta para las alternativas Tiene Poco y No tiene. De estos resultados se concluye que un plan estratégico para el desarrollo del entrenamiento físico-deportivo, tiene factibilidad deportiva.

Cuadro n° 22

Ítem	ALTERNATIVAS					
	TIENE MUCHA		TIENE POCA		NO TIENE	
	F	%	F	%	F	%
21. Institucional	10	100	00	00	00	00

GRAFICO n° 21



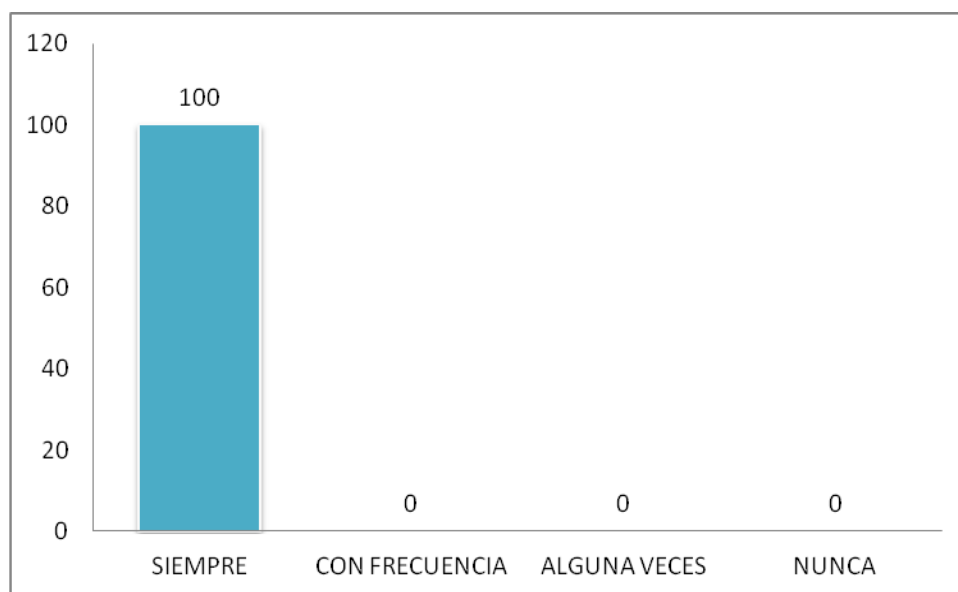
Fuente: Solórzano (2017).

En el ítem n° 21, Institucional, se obtuvieron los siguientes resultados, el 100 % respondió Tiene Mucha; no hubo respuesta para las alternativas Tiene Poco y No tiene. De estos resultados se concluye que un plan estratégico para el desarrollo del entrenamiento físico-deportivo, tiene factibilidad Institucional.

Cuadro n° 23

Ítem	ALTERNATIVAS					
	TIENE MUCHA		TIENE POCA		NO TIENE	
	F	%	F	%	F	%
22. Económica/financiera	10	100	00	00	00	00

GRAFICO n° 22



Fuente: Solórzano (2017).

En el ítem n° 22, Económica/financiera, se obtuvieron los siguientes resultados, el 100 % respondió Tiene Mucha; no hubo respuesta para las alternativas Tiene Poco y No tiene. De estos resultados se concluye que un plan estratégico económica/financiera.

CAPITULO V

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Conclusiones

En atención a los resultados obtenidos con la aplicación del instrumento a la población objeto de estudio y de los objetivos trazados, se presentan las siguientes conclusiones:

En cuanto a la variable: Actividades Física-deportivas, se concluye que los encuestados dejan que en la Universidad Nacional Experimental de la Seguridad, en su Centro de Formación Apure, desarrollan algunas actividades para fomentar la cultura física y deportiva de los discentes de los diferentes programas de formación de grado, entre los cuales destacan: trote, juegos amistosos entre secciones, rutinas de ejercicios, calentamiento y flexibilidad, que resultan de provecho y beneficio para el desarrollo del talento deportivo, de la ocupación del tiempo libre y para el fomento de hábitos culturales. Cada dentro de formación atendiendo a las potencialidades y fortalezas promociona el desarrollo de diversas actividades físicas y deportivas.

De igual manera en esta variable se pudo comprender que existen otras actividades físicas y deportivas que no se desarrollan en la UNES-CEFO Apure, como entrenamientos constantes, bailoterapias, actividades de rehabilitación de la salud, maratones, programas de formación permanente en actividades físicas y competencias entre programas de formación de grado e instituciones universitarias. En los actuales momentos de vertiginosos cambios se requiere que las instituciones de educación universitaria promuevan el deporte como alternativa para coadyuvar con la formación integral de los estudiantes, es allí donde los docentes de esta area

y los departamentos de las universidades deben desarrollar e innovar en la aplicación de tales estrategias y/o actividades.

En cuanto a la variable: Elementos de la planificación, se obtuvieron los siguientes hallazgos conclusivos, los encuestados dejan ver que el proceso de planificación de actividades físicas y deportivas se da mediado por el desarrollo de algunos elementos propios como la elaboración de diagnósticos de la realidad circundante de los discentes y condiciones institucionales, tomando en cuenta el desarrollo de objetivos viables, mientras que se pudo conocer que estas actividades se desarrollan en su mayoría a corto plazo y en algunas ocasiones se planifican para desarrollarse a mediano plazo, sin embargo el éxito de las mismas se ve condicionado por varios elementos como la motivación de los estudiantes en referencia a las mismas.

Asimismo en referencia a esta variable hay que destacar que el proceso de planificación se desarrolla sin tomar en consideración la formación teórica, es decir, se realiza lo práctico y se dejan aspectos que son importantes para la preparación de los estudiantes; otra debilidad diagnosticada en la UNES CEFO-Apure está relacionada con la planificación de actividades a mediano y largo plazo, así como se deja ver la necesidad de articular interinstitucionalmente el desarrollo de competencias y actividades físicas y deportivas que estimulen el fomento y la salud de los discentes en formación.

En cuanto a la variable: Factibilidad de un plan estratégico para el desarrollo del entrenamiento físico-deportivo, se pudo conocer que las mismas, resultan de provecho para Universidad Nacional Experimental de la Seguridad, en su Centro de Formación Apure, teniendo factibilidad operativa, económica y financiera, deportiva e institucional, es decir, es una interesante alternativa para la promoción del deporte y la recreación.

Recomendaciones

Entre las recomendaciones que se desprenden del presente estudio están las siguientes:

A la Universidad Nacional Experimental de la Seguridad, en su Centro de Formación Apure:

Desarrollar actividades y estrategias que favorezcan la promoción del deporte y la recreación en los discentes de los diferentes programas de formación de grado.

Articular actividades de docencia, investigación y extensión que se orienten a la planificación y administración del deporte.

Establecer acuerdos de cooperación interinstitucional para la promoción y difusión del deporte.

A los docentes de educación física, deportes y recreación de la UNES CEFO-Apure:

Diversificar las estrategias desarrolladas con los estudiantes para la promoción de la cultura física y el desarrollo deportivo.

Incentivar la práctica física y deportiva desde las acciones docentes en aras de potenciar el talento deportivo.

Aplicar la propuesta derivada del presente estudio.

CAPITULO VI

LA PROPUESTA

Titulo

PLAN ESTRATÉGICO PARA EL DESARROLLO DEL ENTRENAMIENTO FÍSICO-DEPORTIVO DE LOS DISCENTES DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE LA SEGURIDAD UNES-CEFO APURE.

Presentación

Las actividades físicas y deportivas son transcendentales en los seres humano, por cuanto le aportaran diversos beneficios para el desarrollo de su vida, los cuales van desde un adecuado aprovechamiento del tiempo, hábitos alimenticios, desarrollo de potencialidades y habilidades deportivas y la motivación por la práctica de deportes. Todo ello incide de manera directa en la consolidación de esos estilos de vida saludable, que emergen de la cotidianidad y del fomento adecuado por parte del escenario donde se hallan inmersos. La promoción de estas actividades debe permitir que los individuos se identifiquen con tales actividades, se incentiven por la práctica y propicien ese intercambio.

De igual manera se debe comprender que el fomento de actividades físicas y deportivas contribuye con la aprehensión de hábitos y prácticas sociales de vital importancia para el individuo, favoreciendo la socialización con sus compañeros, el trabajo en equipo, la convivencia y una serie de valores que derivan de las mismas. Es por ello, que las universidades como instituciones promotoras de los saberes deben ser pioneras en estimular las prácticas físicas y deportivas como alternativas que propicien la promoción de estos estilos de vida en los estudiantes, por lo cual surgió la iniciativa investigativa de realizar una propuesta investigativa que contempla un plan estratégico

para el desarrollo del entrenamiento físico-deportivo de los discentes de la Universidad Nacional de la Seguridad UNES-CEFO APURE.

Justificación de la Propuesta

La práctica de actividades físicas y deportivas en el tiempo actual se hace más latente como forma para contrarrestar el sedentarismo, lo rutinario, el poco aprovechamiento del tiempo libre, precario fomento de prácticas sociales, falta de compañerismo e interacción entre otros, la presente propuesta se justifica al considerar las siguientes razones:

En lo deportivo, por la promoción y fomento de actividades que estimulan la cultura física y el afianzamiento del deporte en el contexto universitario para la adecuada formación de los profesionales de la seguridad del país, tal como lo visualiza la Universidad de la Seguridad en todas sus áreas de desarrollo.

En lo educativo, por cuanto esta formación viene a coadyuvar con la aprehensión de habilidades, destrezas y potencialidades que le serán útiles a los discentes en el desarrollo de sus vidas, favoreciendo la interacción social con su entorno. A la vez que esto promueve el compañerismo, la convivencia y otras prácticas sociales que son necesarias en los contextos de intercambio social, para que el individuo comprenda el rol que desempeña en la sociedad y aprenda a valorar a sus congéneres.

En lo institucional, por cuanto la Universidad Nacional Experimental de la Seguridad, en su Centro de Formación Apure, es una institución relativamente nueva en comparación con otras instituciones de educación universitaria y todas estas propuestas que se generen para favorecer su funcionamiento representan una alternativa favorable que acerca el conocimiento a lo cotidiano, a lo que tiene y representa valor en los discentes de los diferentes programas de formación.

Objetivos de la Propuesta

Objetivo General

Fomentar la práctica de actividades físicas y deportivas como alternativas de desarrollo y formación integral en los discentes de la Universidad Nacional Experimental de la Seguridad, en su Centro de Formación Apure.

Objetivos Específicos

Facilitar habilidades y destrezas teórico-prácticas para la promoción de la cultura física en los estudiantes de la UNES-CEFO Apure.

Propiciar el desarrollo de deportes en el contexto universitario en consonancia con las orientaciones y políticas nacionales.

Estimular el aprovechamiento del tiempo libre de los discentes mediante la práctica física y deportiva.

Reducir el sedentarismo y el tiempo de ocio de los discentes en formación de la UNES-CEFO Apure.

Potenciar las prácticas sociales, el compañerismo y la convivencia en el contexto educativo universitario.

Factibilidad de la Propuesta

Las propuestas derivadas de las investigaciones bajo la modalidad de proyecto factible deben tener unos elementos que permitan precisar la factibilidad de que la misma pueda ser desarrollada en la situación temporo espacial para la cual ha sido concebida, dejando ver que no tiene limitaciones para el logro de los objetivos trazados, desde los patrones de efectividad y eficacia. La presente propuesta es factible de ejecutar al

considerar las dimensiones económica, institucional y operativa, las cuales se precisan a continuación:

Factibilidad económica:

La propuesta de un plan estratégico para el desarrollo del entrenamiento físico-deportivo de los discentes de la Universidad Nacional de la Seguridad UNES-CEFO APURE, es viable de desarrollar en materia económica por cuanto no genera gastos al presupuesto de la universidad.

Factibilidad institucional:

Para la Universidad Nacional de la Seguridad UNES-CEFO APURE, esta propuesta representa una estrategia que favorece su rol y compromiso institucional, factible de llevarse a cabo en las instalaciones de la misma y con el talento humano del cual dispone. Además que viene a favorecer su compromiso en la formación de profesionales de la seguridad.

Factibilidad operativa:

El plan estratégico para el desarrollo del entrenamiento físico-deportivo de los discentes de la Universidad Nacional de la Seguridad UNES-CEFO APURE, desde lo operativo es factible de realizar en cuanto a recursos, tiempo y espacio.

PLAN ESTRATÉGICO PARA EL DESARROLLO DEL ENTRENAMIENTO FÍSICO-DEPORTIVO DE LOS DISCENTES DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE LA SEGURIDAD UNES-CEFO APURE.

Cuadro n 24

OBJETIVOS ESPECIFICO	ESTRATEGIA	ACTIVIDADES	RECURSOS	INVOLUCRADOS	LAPSOS DE EJECUCION
Favorecer la formación teórico practica sobre nociones físicas y deportivas para la formación integral de los discentes	Taller teórico-practico	Convocatoria Dinámica de inicio Desarrollo de la temática Contenidos. Actividad física Beneficios Ejercitación Calentamiento Flexibilidad Mecánica del movimientos Ejecuciones practicas Video reflexivo	Humanos: Docentes de educación física, deporte y recreación Discentes. Materiales: Materia teórico Video beam Computadora Ropa deportiva Toallas Hidratación	Docentes de educación física, deporte y recreación Discentes. Investigador	Sesiones de dos horas académicas de 45 minutos

Cont. Cuadro n 24

OBJETIVOS ESPECIFICO	ESTRATEGIA	ACTIVIDADES	RECURSOS	INVOLUCRADOS	LAPSOS DE EJECUCION
<p>Coordinar un plan de entrenamiento físico con frecuencias semanales</p>	<p>Entrenamiento físico</p>	<p>Invitar a la inscripción Establecer los horarios Conformar los grupo Actividad física Beneficios Ejercitación Calentamiento Flexibilidad Mecánica del movimientos</p>	<p>Humanos: Docentes de educación física, deporte y recreación Discentes.</p> <p>Materiales: Ropa deportiva Toallas Implementos deportivos Hidratación</p>	<p>Docentes de educación física, deporte y recreación Discentes. Investigador</p>	<p>Se sugiere: Sesiones de 60 minutos al día, por ciclos semanales o días intermedios.</p>

Cont. Cuadro n 24

OBJETIVOS ESPECIFICO	ESTRATEGIA	ACTIVIDADES	RECURSOS	INVOLUCRADOS	LAPSOS DE EJECUCION
Desarrollar las potencialidades físicas de los discentes con la ejecución de actividades de bailoterapia.	Bailoterapia	Coordinar con Barrio adentro deportivo para la facilitación del entrenadora (a) Convocar a la comunidad estudiantil Desarrollar la bailoterapia Hacer un compartir l final de la actividad para evaluar la experiencia	Humanos: Docentes de educación física, deporte y recreación Discentes. Materiales: Materia teórico Video beam Computadora Ropa deportiva Toallas Hidratación	Docentes de educación física, deporte y recreación Discentes. Investigador Entrenador (Barrio adentro deportivo)	Cada 15 dias seleccionar un dia para esta actividad. Con duración de 90 0 120 minutos.

Cont. Cuadro n 24

OBJETIVOS ESPECIFICO	ESTRATEGIA	ACTIVIDADES	RECURSOS	INVOLUCRADOS	LAPSOS DE EJECUCION
Desarrollar la caminata deportiva UNES-CEFO Apure, con discentes y personal de la institución.	"UNES Camina"	Coordinación de la ruta a recorrer Solicitud de permisos institucionales Convocatoria a los docentes y personal UNES CEFO-Apure Desarrollo de la caminata Compartir de cierre	Humanos: Docentes de educación física, deporte y recreación Discentes. Personal UNES CEFO-Apure Materiales: Ropa deportiva Toallas Hidratación	Docentes de educación física, deporte y recreación Discentes. Investigador	Depende del recorrido de la caminata, debe preverse el tiempo aproximado a tardarse.

Cont. Cuadro n 24

OBJETIVOS ESPECIFICO	ESTRATEGIA	ACTIVIDADES	RECURSOS	INVOLUCRADOS	LAPSOS DE EJECUCION
<p>Desarrollar una jornada de conformación de equipos por disciplinas deportivas para la realización de eventos competitivos.</p>	<p>Conformación de equipos deportivos</p>	<p>Invitación a la comunidad estudiantil Llenado de inscripciones Disciplinas; Futbol sala Basquetbaal Kickigball Voleibol</p>	<p>Humanos: Docentes de educación física, deporte y recreación Discentes.</p> <p>Materiales: Ropa deportiva Toallas Hidratación</p>	<p>Docentes de educación física, deporte y recreación Discentes. Investigador Entrenadores</p>	<p>Los entrenamientos y prácticas estarán condicionados por los horarios de los discentes.</p>

Cont. Cuadro n 24

OBJETIVOS ESPECIFICO	ESTRATEGIA	ACTIVIDADES	RECURSOS	INVOLUCRADOS	LAPSOS DE EJECUCION
Fomentar el deporte y la convivencia de los discentes con diversos equipos deportivos de la región.	Campeonato deportivo UNES-CEFO Apure	Invitación a los equipos Llenado de inscripciones Disciplinas; Futbol sala Basquebaal Kickigball Voleibol	Humanos: Docentes de educación física, deporte y recreación Discentes Materiales: Ropa deportiva Toallas Hidratación	Docentes de educación física, deporte y recreación Discentes. Investigador Entrenadores Equipos Institucionales	Depende de las disciplinas, se sugiere desarrollar de manera simultánea.

Referencias Bibliográficas

- Arias (2012). El proyecto de investigación. Introducción a la Metodología Científica. 6ta Edición. APA-UPEL.
- Aspajo y otros (2014). Actividad física y vida saludable en estudiantes de Educación inicial, 4° nivel FCEH-UNAP, primer semestre, 2014. Universidad Nacional de la Amazonía Peruana. Perú.
- Balestrini M. (2006). Como se elabora el Proyecto de Investigación. Editorial Consultores Asociados.
- Bruggemann, Peter. Grosser, Manfred. Zintl, Fritz. Alto rendimiento deportivo. Ediciones Martínez Roca. Barcelona. 1989.
- Carretero (2004). ¿Qué es el constructivismo?. Documento en línea. Disponible en: http://www.uls.edu.mx/~estrategias/constructivismo_educacion.doc.
- Cechini y Gutiérrez (2008). Motivos Por Los Que Los Estudiantes Universitarios No Practican Deporte. Revista Fuentes. Volumen 8, 2008
- Constitución de la República Bolivariana de Venezuela (1999). Gaceta Oficial del jueves 30 de diciembre de 1999, N° 36.860.
- Descals y otros (2016). Entrenamiento y planificación para carreras por montaña. Universidad de Alicante.
- Flores (2009). Actividad físico-deportiva del alumnado de la Universidad de Guadalajara (México). Correlatos biológicos y cognitivos asociados. Universidad de Murcia.
- Harre, Dietrich. (1987). Teoría del entrenamiento deportivo. Editorial Stadium. Argentina.
- Hernández (2013). Estado nutricional y rendimiento en deportistas adolescentes cubanos. Universidad de Granada. España.
- Hernández y Otros (2006) Metodología de Investigación. Editorial Mc. Graw Will Interamericana. Editores México.
- Hurtado, J (2004). Metodología de la Investigación Holística. Caracas Sygal.

- Jiménez (2011). Planificación del entrenamiento deportivo. Universidad de Antioquia. Medellín, Colombia.
- Jurado y Moreno (2011). Diseño metodológico de un programa de entrenamiento deportivo para la categoría infantil de las escuelas de natación de comfandi. Universidad del Valle. Cali, Colombia.
- Ley Orgánica de Educación (2009). Gaceta Oficial 5.929. (Extraordinario), Agosto 15 2009.
- Ley Orgánica de Deporte, Actividad Física y Educación Física (2011). Gaceta Oficial 39.741 (Extraordinario), Agosto 23 2011.
- Macarro y otros (2010). Motivos de abandono de la práctica de actividad físico-deportiva en los estudiantes de Bachillerato de la provincia de Granada. Revista de Educación, 353. Septiembre-Diciembre 2010, pp. 495-519.
- Pavón y otros (2015). La Práctica Físico-Deportiva En La Universidad. Documento en línea. Disponible en: www.rpd-online.com/article/viewFile/175/175.
- Reverter y Otros (2012). Análisis de la planificación del entrenamiento en los deportes de equipo. Grupo de investigación Movimiento Humano de la Universidad de Lleida, Portugal.
- Ramírez (2013). El deporte como medio de formación integral en la universidad: Del altruismo a la contradicción. Trabajo de maestría en sociología en la Universidad del Valle, Santiago de Cali, Colombia.
- Sabino, C. (2002). Como hacer una tesis. Ed. Gráficos Unidos. Caracas.
- UPEL (2014). Manual de Trabajo de Grado de Especialización y Maestría y Tesis de Doctorado. Caracas-Venezuela.
- Villegas y Otros (2012). El deporte desde una visión transcompleja. Revista Dimensión Deportiva. Año 2012. Universidad Deportiva del Sur. San Carlos, estado Cojedes.

ANEXOS



**UNIVERSIDAD NACIONAL EXPERIMENTAL
DE LOS LLANOS OCCIDENTALES
"EZEQUIEL ZAMORA"
UNELLEZ-APURE**

La Universidad que Siembra

**Coordinación de Postgrado
Maestría en Planificación y Administración del
Deporte**

APRECIADO DISCENTE

Por medio de la presente me dirijo a usted en la oportunidad de enviarle un saludo afectivo y solicitar su colaboración con la realización de la investigación denominada: **PLAN ESTRATÉGICO PARA EL DESARROLLO DEL ENTRENAMIENTO FÍSICO-DEPORTIVO DE LOS DISCENTES DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE LA SEGURIDAD UNES-CEFO APURE**, presentado como requisito para al título de Magister Scientiarum en Ciencias de la Educación Superior. Mención: Planificación y Administración del deporte. Agradeciendo de antemano su colaboración y receptividad.

Se Suscribe

Atentamente

Licdo. Andrés Solórzano

INSTRUMENTO

Lea cuidadosamente y marque con (X) la alternativa de respuesta según su criterio.

Variable: Actividades Física-deportivas ¿Qué actividades físicas y deportivas se realizan en la UNES?	ALTERNATIVAS			
	Siempre	Con Frecuencia	Algunas veces	Nunca
1. Entrenamiento		X		
2. Trote	X	X		
3. Rehabilitación de la salud.		X		
4. Juegos amistosos	X			
5. Rutinas de ejercicios, calentamiento, flexibilidad.	X			
6. Bailoterapias		X		
7. De higiene postural		X		
8. Maratones		X		
9. Programas de formación permanente en actividades físicas		X		
10. Competición		X		

Variable: Elementos de la planificación ¿En su proceso de planificación de actividades físicas y deportivas considera los siguientes elementos?	ALTERNATIVAS			
	Siempre	Con Frecuencia	Algunas veces	Nunca
11. Diagnósticos	X			
12. Objetivos	X			
13. Formación teórica		X		
14. Actividades a corto plazo	X			
15. Actividades a mediano plazo	X			
16. Actividades a largo plazo		X		
17. Articulación interinstitucional		X		
18. Metas Institucionales	X			

Variable: Factibilidad de un plan estratégico para el desarrollo del entrenamiento físico-deportivo. ¿Consideras que un plan estratégico para el desarrollo del entrenamiento físico-deportivo, tendría factibilidad?	ALTERNATIVAS		
	TIENE MUCHA	TIENE POCA	NO TIENE
19. Operativa			
20. Deportiva			
21. Institucional			
22. Económica/financiera			