

Ensayo

LA PREPARACIÓN INTELECTUAL DEL DEPORTISTA

Elkin Alberto Arias A. elkinarias@edufisica.udea.edu.co

Especialista en Entrenamiento Deportivo

Profesor del Instituto Universitario de Educación Física de la Universidad de Antioquia
Medellín – Colombia. Mayo de 2005

Publicación avalada por el profesor Gustavo Ramón Suarez. Doctor en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte.

La actividad deportiva exige facultades intelectuales específicas, en particular capacidades cognitivas que permitan la resolución adecuada de los problemas presentes en situaciones de competencia, esto es el denominado “pensamiento operativo táctico” (Matveev, 1980).

Además, el entrenamiento deportivo debe posibilitar la adquisición de conocimientos relacionados directamente con la actividad deportiva. Esto tiene relación con los objetivos de formación integral, con la participación racional del deportista en el proceso y con el seguimiento del principio de participación consciente, lo cual redundará en un aumento del rendimiento y en un aporte mucho más estructurado del proceso de preparación a la actividad competitiva y a la vida del deportista.

Así mismo López y Moreno (2002) afirman: *“la materialización de un enfoque integral físico-educativo ejercido a través del movimiento, va dirigido a la unidad y totalidad de la persona y se concibe como un medio de formación cultural y de superación permanente del hombre ante un mundo cambiante que exige capacidad de adaptación y creatividad”*.

Según Matveev (1980), *“en el conjunto de conocimientos que componen el contenido de la formación intelectual del deportista, los principales son:*

- a) *Conocimientos relativos a la concepción del mundo, la motivación y la ética deportiva, o sea, conocimientos que ayudan a formar la manera correcta de ver el mundo en general, que permiten comprender la esencia general de la actividad deportiva, su significado social y personal para el deportista y formar bases racionales de motivos y principios estables de conducta.*
- b) *Conocimientos que conforman la base científica general de la preparación del deportista (principios generales de la preparación deportiva, bases científico-naturales y psicológicas de la actividad deportiva, etc.).*
- c) *Conocimientos deportivos aplicados, que incluyen información concreta sobre las reglas de las competiciones, de la técnica y táctica de la modalidad elegida del deporte, los criterios de la eficacia de los mismos y las vías de asimilación, los medios*

y métodos de la preparación física, volitiva y síquica especial, las reglas de organización correcta del entrenamiento, las exigencias en la organización del régimen general de vida que emanan de los requisitos de la actividad deportiva, así como sus reglas de autocontrol, condiciones materiales y técnicas, etc.”.

El abordaje de la preparación teórica de los deportistas, de acuerdo con López (2002), se debería fundamentar en dos principios esenciales:

- La vinculación de la teoría con la práctica: *“el momento más significativo en el curso del desarrollo intelectual –que da nacimiento a las formas humanas más puras de la inteligencia abstracta y práctica- ocurre cuando el discurso y la actividad práctica –dos líneas de desarrollo completamente independientes convergen”* (Vygotsky, 1982, en López, 2002).
- Todo nuevo conocimiento generalizado se transforma en concepto mediante la secuencia percepción-representación-concepto. *“El movimiento que lleva de la percepción al concepto equivale al tránsito desde lo concreto y sensorial hasta lo abstracto e imaginable”* (Daydov, 1982, en López, 2002).

Desde este punto de vista el aprendizaje de conceptos (conocimientos teóricos) parte de los hechos. Los hechos son acontecimientos, situaciones reales que se producen constantemente en la vida de los seres humanos. En la actividad deportiva estos hechos se relacionan con la práctica del deporte y se manifiesta a través de dicha práctica en forma de vivencias y experiencias individuales y colectivas. Siguiendo al mismo autor (López, 2002), los hechos se pueden clasificar en tres grupos : cotidianos, físico-motrices e histórico-sociales.

Cotidianos. En los cotidianos se agrupan un conjunto de hechos de la vida diaria que guardan una relación con la actividad física cotidiana de las personas.

Físico-motrices. Todos aquellos hechos que se asocian a la disciplina específica y su práctica regular.

Histórico-sociales. Todos aquellos acontecimientos deportivos que se desarrollan a nivel local y mundial que tienen una gran significancia para los deportistas activos y para el público en general.

LOS CONCEPTOS

Los conceptos constituyen la forma fundamental con la cual opera el pensamiento y reflejan la esencia de los fenómenos y los procesos, generalizando sus propiedades e indicios. Los conceptos son la base estructural del conocimiento racional, con la ayuda de los cuales se conocen los objetos y fenómenos, al generalizar y abstraer sus rasgos más significativos. Toda ciencia tiene en su base un sistema de conceptos históricamente formados.

Los conceptos en la Educación Física y los deportes se estructuran en tres grupos fundamentales (López y Moreno, 2002): conceptos elementales físico-deportivos (nivel

verbal, gráfico y gestual), que derivan de los hechos cotidianos; conceptos teóricos (físico-deportivos y de ciencias afines), que derivan de los hechos físico-motrices y conceptos de Cultura Física, que derivan de los hechos histórico-sociales.

Los conceptos elementales físico-deportivos:

Constituyen tipos particulares de conceptos vinculados a las acciones motrices. En el caso de los conceptos elementales, más que el nivel de abstracción encerrado en el concepto, lo fundamental es todo lo relacionado con hechos y procedimientos asociados a la ejecución de las acciones motrices dirigidas al desarrollo de habilidades y destrezas. Se estructuran en tres niveles: verbal, gráfico y gestual.

Nivel verbal:

Tiene que ver con un conjunto de términos relacionados con diferentes acciones motrices referidos a:

- Denominación de las acciones motrices.
- Elementos que condicionan la ejecución de las acciones motrices (reglas de juego, espacio, tiempo, medios, etc).
- Elementos técnico-tácticos del deporte.
- Nociones de arbitraje y anotación.

Nivel gráfico:

Implica el reconocimiento de la simbología que se emplea en la disciplina deportiva para ilustrar determinadas acciones técnico-tácticas de los jugadores (por ejemplo los símbolos dibujados en la tabla del entrenador). En cada una de estas representaciones y símbolos están presentes los conceptos.

Nivel gestual:

Comprende el conocimiento del código de comunicación gestual que utilizan los árbitros para señalar determinada violación o falta y que expresa conceptos, así como, la comunicación práctica que por convenio establecen los integrantes de un equipo para evitar que el contrario anticipe sus acciones tácticas, entre otras.

Estos tres niveles constituyen las vías para el aprendizaje de conceptos elementales.

Los conceptos teóricos:

Constituyen “una generalización teórica adecuada al nivel del pensamiento científico” (Daydov, 1982, citado por López y Moreno, 2002). Entre ellos se encuentran los conceptos físico-deportivos y los de ciencias afines.

Conceptos físico-deportivos:

Agrupan los conceptos teóricos que revelan los postulados más importantes que constituyen la base científico-teórica del deporte que se practica.

Conceptos de ciencias afines:

Agrupan aquellos elementos del conocimiento que pertenecen a las ciencias que sustentan el bagaje teórico del deporte, esto es: psicología, fisiología del ejercicio, biomecánica, biología, química, histología, etc.

Directamente vinculados a los conceptos teóricos se encuentran los principios, como es el caso por ejemplo de los principios del entrenamiento deportivo.

Conceptos de la cultura física:

Se componen de dos tipos de conceptos: los socio históricos, culturales y de actualidad que brindan información general sobre la actividad deportiva en el mundo y se actualizan a través de medios de comunicación y textos dedicados a ello (por ejemplo: historia del deporte, juegos olímpicos, campeones y marcas actuales en las diferentes disciplinas, figuras relevantes, instituciones que regulan el deporte, etc).

LAS HABILIDADES INTELLECTUALES Y PRÁCTICAS OPERACIONALES

Son elementos esenciales para abordar metodológicamente el aprendizaje de conceptos. Son acciones de carácter intelectual con las cuales opera el pensamiento, o procedimientos prácticos operacionales que tienen un sentido utilitario en la actividad física.

Las habilidades intelectuales son de caracteres generales y comunes a todo tipo de conocimiento. Ellas van a permitir al deportista, apropiarse de los conceptos y transcurrir por diferentes niveles de adquisición de éstos en la medida que logran dominar la estructura de la acción mental necesaria para cada uno de éstos niveles. Por ejemplo: observar, describir, comparar, argumentar, explicar, reflexionar y proponer son pasos consecutivos y jerárquicos con los cuales se logra demostrar la intensidad de apropiación del concepto.

Las habilidades prácticas operacionales son las que favorecen una mayor independencia cognoscitiva para el estudiante en la medida en que el deportista ejecuta acciones que requieren de un proceso mental el cual se basa en conceptos adquiridos previamente, estas acciones le permiten ejercer el autocontrol y ser un elemento activo y autorregulador dentro de su propio proceso de aprendizaje; por ejemplo: la toma del pulso, la medición y cálculo de sus propios resultados en los tests de condición física, el manejo de cronómetros, la medición de distancia por diferentes métodos, arbitraje y anotación básica.

Las habilidades prácticas operacionales como la toma del pulso, unido al conocimiento adquirido sobre los principios del entrenamiento y el sobre el sistema cardiovascular, le permiten argumentar (dar razones científicas) y explicar (poner el por qué de forma clara y

comprensible) como determinadas relaciones causa-efecto se están produciendo en su organismo o en el de un compañero.

SISTEMAS CONCEPTUALES

Los sistemas conceptuales constituyen una integración estructural y lógica de hechos y conceptos alrededor de una temática determinada.

En los sistemas conceptuales, los hechos y los conceptos elementales son la base sobre la cual se inicia la formación de conceptos. Estos permiten la introducción paulatina y la aplicación de los conceptos teóricos físico-deportivos. Mientras los conceptos de ciencias afines brindan la fundamentación científico-teórica necesaria para explicar los nexos causales y los de la Cultura Física, los elementos socio-históricos, culturales y de de actitud, relacionados con el deporte. En la siguiente figura se muestra un sistema conceptual relacionado con la temática “carrera de resistencia”.

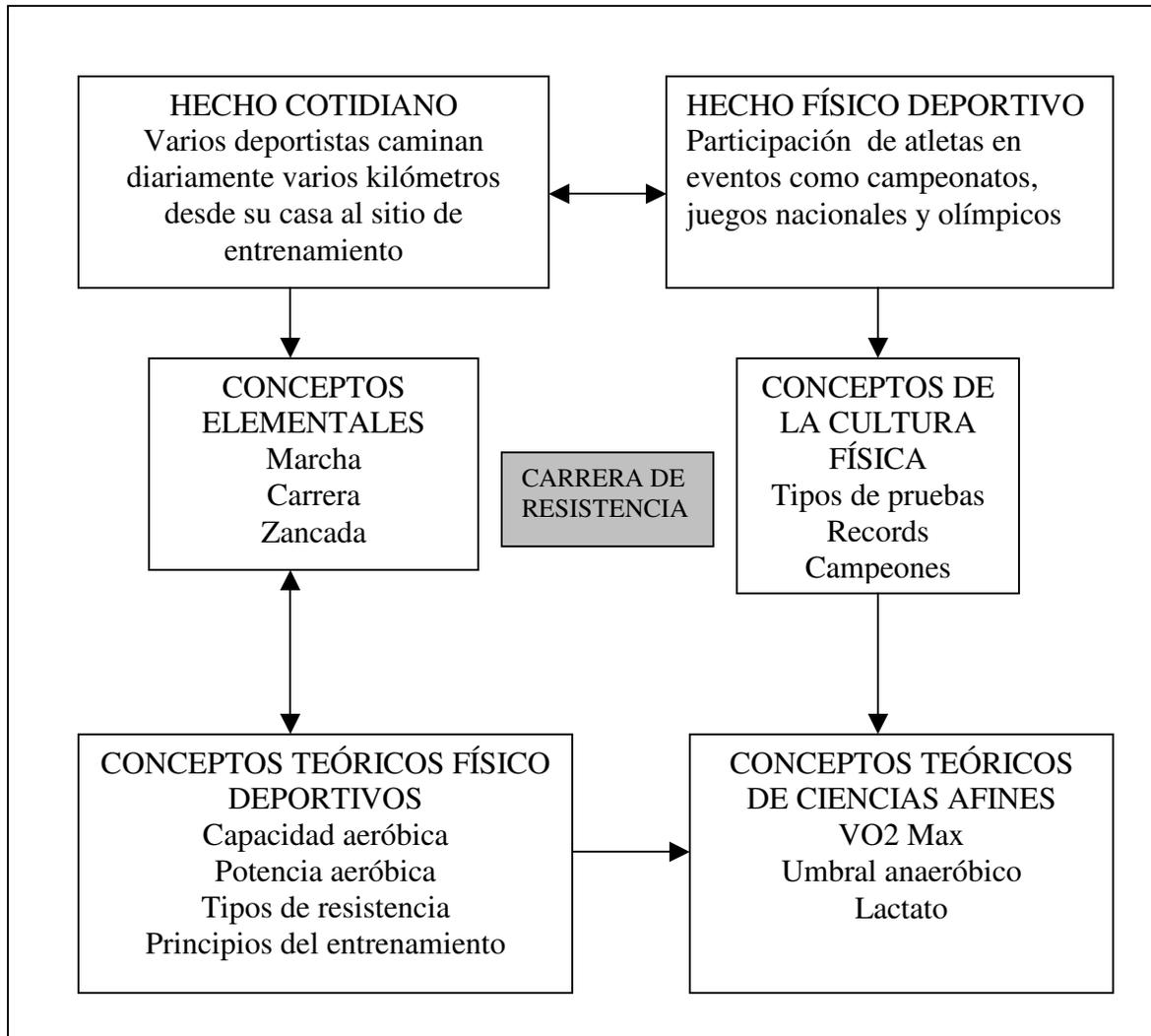


Figura 1. Sistema conceptual de resistencia.

El docente o entrenador puede utilizar los mapas conceptuales y el método de matrices para definir con claridad el contenido teórico que va ser objeto de enseñanza en los entrenamientos.

Mapas conceptuales

Los mapas conceptuales son ideales para reflejar en sistemas conceptuales el conjunto de conceptos asociados a cada temática teórica a desarrollar.

Método de matrices

El método de matrices permite visualizar y definir con claridad las interrelaciones entre los elementos del conocimiento de cada temática y las habilidades intelectuales a través de las cuales los alumnos se van a apropiarse del conocimiento. En la tabla 1 se presenta un ejemplo de matriz.

	Ejecución en otros equipos	Utilizados por el propio equipo	Equipos ganadores y vencedores	Cuales son mas apropiados	Como se ejecuta el elegido	Por que se eligió	Que sucede en diferentes situaciones	Variación
Observar	***							
Describir		***						
Comparar			***					
Explicar				***	***	***		
Argumentar						***		
Reflexionar							***	
Proponer								***

Tabla 1. Matriz con la temática, métodos de juego.

Una vez elaboradas las matrices de conceptos es muy fácil determinar y formular objetivos didácticos para las sesiones. En dichos objetivos se manifiestan los conceptos, así como las habilidades intelectuales que le permiten al alumno operar y apropiarse de ese conocimiento. Al determinar los objetivos didácticos, se logra la derivación y la formulación en propósitos concretos que deben lograr los deportistas.

EL APRENDIZAJE DE HECHOS Y CONCEPTOS EN LAS SESIONES DE ENTRENAMIENTO

Es necesario programar los sistemas conceptuales en correspondencia con los objetivos y contenidos teóricos como paso previo a su desarrollo en las sesiones de entrenamiento.

A partir de este punto, el entrenador debe elaborar el “sistema de tareas cognitivo-motrices”. Dicho sistema debe integrar a los sistemas conceptuales y las habilidades intelectuales y prácticas operacionales.

Para explicar dicho sistema de tareas se presenta como ejemplo “el calentamiento” en la tabla 2.

SISTEMA DE TAREAS	EL CALENTAMIENTO
De observación y registro	Los deportistas deben observar el calentamiento que realizan otros grupos de deportistas y anotar cada paso y

	ejercicio.
De reflexión	Por qué se llama calentamiento ?
De comparación	El calentamiento realizado por otros grupos y el propio grupo. Semejanzas y diferencias.
De información	Búsqueda independiente de información sobre ejercicios de movilidad articular, ejercicios de estiramiento, ejercicios que eleven la F.C.
De elaboración	Elaborar en equipos un calentamiento en base a formas jugadas y con utilización del material.
De ejecución	Dirigir el calentamiento por subgrupos y de forma rotativa cada día.
De evaluación	Coevaluación entre parejas y subgrupos.

Tabla 2. Sistema de tareas cognitivo-motrices.

En la sesión de entrenamiento la preparación intelectual podrá ser abordada en cual quiera de las partes en que se divide esta, buscando siempre el mejor momento, para garantizar la necesaria vinculación de los conocimientos a la actividad práctica. En los primeros 3-5 minutos de la parte inicial, dentro del desarrollo de la parte principal y en los minutos finales de la sesión, el entrenador encuentra, por lo general, momentos propicios para motivar e introducir, ejercitar y consolidar determinados conocimientos, a la vez que orienta hacia los objetivos de la actividad a realizar.

Unido al sistema de tareas, el empleo de medios de enseñanza tales como láminas, dibujos, fotografías, pequeñas informaciones impresas, pasatiempos, etc. contribuye a consolidar el aprendizaje.

LA EVALUACIÓN DEL CONTENIDO CONCEPTUAL

De acuerdo con López y Moreno (2002), la evaluación del contenido conceptual debe sustentarse en los siguientes preceptos básicos:

- La evaluación debe tener un carácter eminentemente diagnóstico y formativo.
- Debe evaluarse de manera integrada con las otras esferas de la conducta motriz, en correspondencia con los objetivos del entrenamiento.
- Evaluar la comprensión lograda por el deportista del hecho o fenómeno y no la simple reproducción mecánica del conocimiento.
- La evaluación del contenido conceptual debe ser esencialmente interactiva de manera tal, que los deportistas a través del diálogo, las preguntas orales, el planteamiento de situaciones problémicas, el desempeño de diferentes roles y la observación sistemática, muestren sus conocimientos en estrecho vínculo con la actividad práctica.

En palabras de López y Moreno (2002), *“de esta forma se preserva al deporte y a la Educación Física de tendencias intelectualistas que podrían tratar de establecer exámenes escritos y exigencias similares a otras ciencias. Ello no significa que no puedan emplearse procedimientos de investigación como encuestas, composiciones, “test”, mapas conceptuales, etc., para constatar los progresos obtenidos por los deportistas entre sus niveles reales y potenciales de aprendizaje y desarrollo”*.

CONCLUSIÓN

La preparación intelectual del deportista no debe dejarse al azar, se requiere de una adecuada programación y su tratamiento debe regirse por las leyes del aprendizaje. Sí se aborda esta preparación de forma sistémica y organizada se logrará obtener los resultados esperados de esta esfera que, también constituye un componente importante de la preparación integral del deportista.

BIBLIOGRAFÍA

- BLÁZQUEZ, D. Evaluar en Educación Física. Barcelona: Inde, 1992.
- LÓPEZ R., A.; MORENO M., J.A. Aprendizaje de hechos y conceptos en Educación Física. Una propuesta metodológica. Apuntes: Educación Física y Deportes (69) (18-26), 2002.
- LÓPEZ R., A.; MORENO M., J.A. Integralidad, variabilidad y diversidad en Educación Física. Revista digital Lecturas: Educación Física y Deportes, 19, (2000), www.efdeportes.com.
- MATVEEV, L. Fundamentos del entrenamiento deportivo. Moscú: Raduga. 1980.
- PIERON, M. Didáctica de las actividades físicas y deportivas. Madrid: Gymnos, 1988.
- SANCHEZ BAÑUELOS, F. Bases para una didáctica de la Educación Física y el Deporte. Madrid: Gymnos, 1984.

Nombre de archivo: 003 La preparación intelectual del deportista
Directorio: C:\Documents and Settings\biblioteca IUEF\Mis documentos\Fernando Acevedo\VIREF\Documentos para VIREF
Plantilla: C:\Documents and Settings\biblioteca IUEF\Datos de programa\Microsoft\Plantillas\Normal.dot
Título: LA PREPARACIÓN INTELECTUAL DEL DEPORTISTA
Asunto:
Autor: Profesor
Palabras clave:
Comentarios:
Fecha de creación: 23/06/2005 12:27
Cambio número: 11
Guardado el: 08/03/2006 04:41
Guardado por: Universidad de Antioquia Univ
Tiempo de edición: 83 minutos
Impreso el: 08/03/2006 04:46
Última impresión completa
Número de páginas: 9
Número de palabras: 2,470 (aprox.)
Número de caracteres: 14,080 (aprox.)