

Galileo
UNIVERSIDAD
La Revolución en la Educación

FACULTAD DE CIENCIA Y TECNOLOGIA DEL DEPORTE
FACTEDE

“GESTION DE LA PREPARACIÓN DEPORTIVA EN EL
FUTBOL FEMENINO EN LA CIUDAD DE GUATEMALA
EN LAS EDADES DE 9 A 11 AÑOS”

Por:

Augusto Cesar Calderón Bolaños

Carne: 12002896

Asesor:

Lic. Bethzy Marilú Burgos Elías

Tesis presentada como uno de
Los requisitos para obtener
El título de Licenciado en
Gestión Deportiva

Ciudad de la Nueva Guatemala de la Asunción, Julio de 2016



Galileo
UNIVERSIDAD
La Revolución en la Educación

FACULTAD DE CIENCIA Y
TECNOLOGIA DEL DEPORTE

FACTEDE



La Nueva Guatemala de la Asunción,
6 de enero 2016

Licenciado

Sergio Arnaldo Camargo Muralles

Decano de la Facultad de Ciencia y Tecnología del Deporte
Universidad Galileo.

Estimado Licenciado Camargo Muralles:

Me permito solicitarle su autorización para la aprobación del tema de investigación, el cual lleva por nombre **GESTIÓN DE LA PREPARACIÓN DEPORTIVA EN EL FÚTBOL FEMENINO EN LA CIUDAD DE GUATEMALA EN LAS EDADES DE 9 A 11 AÑOS**, que será desarrollado en la modalidad de tesis de graduación para cumplir el requisito previo a optar al grado académico de la Licenciatura en Gestión de Entidades Deportivas. Asimismo, solicitar aprobación para aceptar como asesora del trabajo de investigación a la Licda. Bethzy Marilú Burgos Elías, Colegiado No. 16,341.

Atentamente,

AUGUSTO CÉSAR CALDERÓN BOLAÑOS
Carné: 12002896 - LGED



Galileo
UNIVERSIDAD
La Revolución en la Educación

FACULTAD DE CIENCIA Y
TECNOLOGIA DEL DEPORTE

FACTEDE



La Nueva Guatemala de la Asunción,
7 de enero 2016

Señor
Augusto César Calderón Bolaños
Estudiante de la Facultad de Ciencia y Tecnología del Deporte
Presente

Estimado Señor Calderón Bolaños:

Me permito informarle que respecto de su solicitud de fecha 06 de enero del año en curso, ha sido autorizado su tema de investigación: **GESTIÓN DE LA PREPARACIÓN DEPORTIVA EN EL FÚTBOL FEMENINO EN LA CIUDAD DE GUATEMALA EN LAS EDADES DE 9 A 11 AÑOS**, que será desarrollado en la modalidad de tesis de graduación para cumplir el requisito previo a optar al grado académico de la Licenciatura en Gestión de Entidades Deportivas. Asimismo, ha sido aceptado como asesor del trabajo de investigación la Licda. Bethzy Marilú Burgos Elías, Colegiada No. 16,341.

Atentamente,

*Sergio Arnoldo Camargo Muralles, MSC
General y Licenciado
Decano*

Facultad de Ciencia y Tecnología del Deporte



Galileo
UNIVERSIDAD
La Revolución en la Educación

FACULTAD DE CIENCIA Y
TECNOLOGIA DEL DEPORTE

FACTEDE

La Nueva Guatemala de la Asunción,
17 de mayo 2016

Licenciado
Sergio Arnoldo Camargo Muralles
Decano de la Facultad de Ciencia y Tecnología del Deporte
Universidad Galileo.

Distinguido Licenciado Camargo Muralles:

De manera respetuosa me dirijo a usted para informarle que la tesis con el tema: "**GESTIÓN DE LA PREPARACIÓN DEPORTIVA EN EL FÚTBOL FEMENINO EN LA CIUDAD DE GUATEMALA EN LAS EDADES DE 9 A 11 AÑOS**" que corresponde al estudiante **Augusto César Calderón Bolaños** con número de carné **12002896**, presentado previo a optar el grado académico de **Licenciado en Gestión de Entidades Deportivas**, ha sido objeto de revisión del trabajo de graduación, elaborado por el estudiante, por lo que puede continuar con el trámite de graduación.

Atentamente,

Licda. Bethzy Marlú Burgos Elías
~~Abogada y Notaria~~
Asesora

Colegiado No. 16,341



Galileo
UNIVERSIDAD
La Revolución en la Educación

FACULTAD DE CIENCIA Y
TECNOLOGIA DEL DEPORTE

FACTEDE



La Nueva Guatemala de la Asunción,
20 de julio 2016

Licenciado

Sergio Arnoldo Camargo Muralles

Decano de la Facultad de Ciencia y Tecnología del Deporte
Universidad Galileo.

Distinguido Licenciado Camargo Muralles:

De manera respetuosa me dirijo a usted para informarle que la tesis: **GESTIÓN DE LA PREPARACIÓN DEPORTIVA EN EL FÚTBOL FEMENINO EN LA CIUDAD DE GUATEMALA EN LAS EDADES DE 9 A 11 AÑOS**, del estudiante **Augusto César Calderón Bolaños** con número de carné 12002896, presentado previo a optar el grado académico de **Licenciado en Gestión de Entidades Deportivas**, conjuntamente con la Licda. Bethzy Marilú Burgos Elías, Colegiado No. 16,341 y mi persona, después de revisarlo detenidamente y hacer las correcciones pertinentes, en mi calidad de revisor de redacción, estilo y ortografía, le informo que el trabajo de graduación ha cumplido con todos los requerimientos que exige la Universidad, por lo que está concluida a nuestra entera satisfacción y debe continuar con el trámite de graduación.

Agradezco la atención a la presente y me despido con mis muestras de deferencia y respeto.

Lic. Rodolfo Roberto Corzo de León
Asesor Lingüístico
Colegiado No. 5,579



Galileo
UNIVERSIDAD
La Revolución en la Educación

FACULTAD DE CIENCIA Y
TECNOLOGIA DEL DEPORTE

FACTEDE



La Nueva Guatemala de la Asunción,
31 de julio 2016

Señor
Augusto César Calderón Bolaños
Estudiante de la Facultad de Ciencia y Tecnología del Deporte
Presente

Estimado Señor Calderón Bolaños:

Me complace informarle que, después de haber leído y estudiado la tesis: **GESTIÓN DE LA PREPARACIÓN DEPORTIVA EN EL FÚTBOL FEMENINO EN LA CIUDAD DE GUATEMALA EN LAS EDADES DE 9 A 11 AÑOS**, investigación efectuada previa a optar al título de Licenciado en Gestión de Entidades Deportivas, esta Decanatura manifiesta su autorización para la publicación de la misma, para que continúe con los trámites de graduación.

Atentamente,

*Sergio Arnoldo Camargo Muralles, MSC
General y Licenciado*

Decano

Facultad de Ciencia y Tecnología del Deporte

INDICE

INTRODUCCIÓN.....	I
RESUMEN.....	II
CAPITULO I.....	3
1. MARCO CONCEPTUAL.....	3
1.1. ANTECEDENTES DEL PROBLEMA.....	3
1.2. IMPORTANCIA DE LA INVESTIGACION.....	3
1.3. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	4
1.4. ALCANCES Y LÍMITES DE LA INVESTIGACIÓN.....	4
1.4.1. ALCANCES.....	4
1.4.2. LÍMITES.....	5
CAPITULO II.....	5
2. MARCO TEÓRICO.....	5
2.1. LA GESTIÓN.....	5
2.2. GESTIÓN CLÁSICA.....	6
2.3. GESTIÓN CONDUCTUAL.....	7
2.4. GESTIÓN CIENTÍFICA.....	7
2.5. GESTIÓN SISTEMÁTICA.....	8
2.6. GESTIÓN DEPORTIVA.....	9
2.7. PROCESOS DE LA GESTIÓN DEPORTIVA.....	9
2.7.1. PLANEACIÓN.....	9
2.7.2. PRINCIPIOS DE LA PLANEACIÓN.....	10
2.7.3. ELEMENTOS DE LA PLANEACIÓN.....	10
2.8. ORGANIZACIÓN.....	
2.8.1. FORMAS DE ORGANIZACIÓN.....	12
2.8.1.2. ESTRUCTURA ORGANICA.....	10
2.8.1.3. INTEGRACIÓN.....	13
2.8.1.4. DIRECCIÓN.....	13

2.8.2.	IMPORTANCIA DE LA DIRECCIÓN.....	14
2.8.3.	PRINCIPIO DE LA DIRECCIÓN.....	14
2.9.	CONTROL.....	14
2.10.	PREPARACIÓN DEPORTIVA.....	15
2.11.	PREPARACIÓN FÍSICA.....	16
2.11.1.	PREPARACIÓN FÍSICA GENERAL.....	16
2.11.2.	PREPARACIÓN FÍSICA ESPECIAL.....	17
2.12.	PREPARACIÓN TÉCNICA.....	18
2.13.	PREPARACIÓN TÁCTICA.....	19
2.14.	PREPARACIÓN TEÓRICA.....	20
2.15.	PREPARACIÓN PSICOLÓGICA.....	21
2.16.	LOS PRINCIPIOS DEL ENTRENAMIENTO DEPORTIVO.....	22
2.17.	PERIODIZACIÓN.....	26
2.18.	MACROCICLO.....	26
2.19.	MESOCICLO.....	26
2.20.	MICROCICLO.....	27
2.21.	UNIDAD DE ENTRENAMIENTO.....	28
2.22.	PERIODO PREPARATORIO.....	28
2.23.	METODOLOGÍA.....	29
2.24.	MARCO LEGAL.....	39
CAPITULO III.....		
3.	MARCO METODOLÓGICO.....	47
3.1.	OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN.....	47
3.1.1.	GENERAL.....	47
3.1.2.	ESPECÍFICOS.....	47
3.2.	VARIABLES.....	48
3.2.1.	DEFINICIÓN CONCEPTUAL.....	48
3.3.	POBLACIÓN UNIVERSO.....	48
3.4.	LA MUESTRA.....	48

3.5.	LOS INSTRUMENTOS.....	49
3.6.	PRESENTACIÓN DE DATOS.....	50
3.6.1.	GRAFICAS DE LA ENCUESTA Y GUIA DE OBSERVACIÓN.....	50
4.	CONCLUSIONES.....	60
5.	RECOMENDACIONES.....	61
6.	Capitulo IV.....	62
6.1.	ANALISIS ESTADISTICO.....	62
7.	BIBLIOGRAFÍA.....	65
8.	ANEXOS.....	68
	ANEXO 1.....	68
	ANEXO 2.....	72
	ANEXO 3.....	77
	ANEXO 4.....	81
	ANEXO 5.....	85
	ANEXO 6.....	86
	ANEXO 7.....	87
	ANEXO 8.....	88
	ANEXO 9.....	89
	ANEXO 10.....	90
	ANEXO 11.....	92

INTRODUCCIÓN

El presente trabajo de investigación pretende establecer que la Liga Nacional de Fútbol Femenino no cuenta con una gestión de la preparación deportiva, que le permita desarrollar el deporte de una manera eficaz y que le brinde la oportunidad de generar nueva administración de las instalaciones deportivas, actividades deportivas, recursos humanos, mercadeo, para el cumplimiento de sus objetivos.

La Liga Nacional de Fútbol Femenino carece de las herramientas administrativas que le brinden nuevas oportunidades económicas y deportivas, es por ello que dentro de los fines de la presente investigación se pretende generar nuevas herramientas y procesos en la gestión de la preparación deportiva que permita el cumplimiento y fortalecimiento de los valores en el fútbol.

La conformación de la Liga Nacional de Fútbol Femenino se dio específicamente para promover los nuevos talentos femeninos que se fueran promoviendo y desarrollando en dicho deporte.

Para concluir esta investigación se administrará una estructura de la planificación de un macrociclo, mesociclo, microciclo, unidad de entrenamiento que nos llevara al cumplimiento del objetivo primordial del programa de desarrollo que tiene la Liga de Fútbol Femenino.

RESUMEN

Se pudo verificar que en la Liga Nacional de Fútbol Femenino de la Ciudad de Guatemala no se ha podido realizar una gestión de la preparación deportiva por falta de organización, administración, control, evaluación, por parte de los dirigentes deportivos ya que en dicha disciplina no pueden alcanzar las bases, los procesos, la metodología, que mantenga el nivel de excelencia deportiva en el fútbol femenino.

La falta de conocimientos sobre qué beneficios y razones tiene una estructura de la gestión en la preparación deportiva es la razón primordial para no lograr un óptimo desarrollo deportivo y competitivo que pretenda alcanzar a su vez oportunidades con grandes expectativas al promover la superación del Fútbol Femenino Nacional e Internacional en su categoría de 9 a 11 años, a través de la técnica y la práctica del juego limpio en la cancha deportiva para lograr un desarrollo de carácter profesional en sus dirigentes, entrenadores y atletas.

Por último se propone una estructura de planificación donde se cuentan con los requisitos mínimos que debe cumplir un entrenador de la Liga Nacional de Fútbol Femenino.

CAPITULO I

1 MARCO CONCEPTUAL

1.1 ANTECEDENTES DEL PROBLEMA

Se realizó una revisión en los tesarios de las diferentes Universidades: pública y privadas, se comprobó que no existen estudios de la investigación relacionados al tema del presente estudio.

La Liga Nacional de Fútbol Femenino se creó con torneos en las diferentes ligas de las zonas y en los diecisiete municipios de la Ciudad de Guatemala, para responder a la posibilidad de promover y desarrollar el fútbol femenino y sus talentos. El desarrollo de la conformación de la liga se gestionó en 1997 por: Ramiro Landelino Guerra Pedroza, Brenda Ileana Caballeros Pachecho, Igor González, Floridalma Riso Salguero, y Norma Patricia Loyo de Con, quienes hicieron los trámites respectivos para su aprobación.

El desarrollo de la Liga se considera que ha sido limitado por: La Falta de Gestión para La Preparación Deportiva de las Atletas en sus diferentes categorías especialmente en la de nueve a once años.

Como en toda entidad Deportiva se manifiesta la gestión del personal, lo financiero y lo técnico.

Con la presente investigación se pretende evidenciar la ausencia de Gestión en el Programa de Desarrollo de Las “Peques”, para la Preparación Deportiva.

1.2. IMPORTANCIA DE LA INVESTIGACIÓN

Durante el desarrollo Histórico de la Liga Nacional de Fútbol Femenino de la Ciudad de Guatemala, se resalta como fenómeno social el desarrollo de la Mujer y su importancia sigue creciendo en lo deportivo y social.

Con los resultados de la investigación se espera que las autoridades del Deporte Confederado, Federado, La Liga Nacional de Fútbol y el Deporte Olímpico promuevan el desarrollo de la Mujer, particularmente el Fútbol Femenino.

1.3. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Es importante destacar que la falta de una debida Gestión Deportiva es un problema que incide directamente en el desarrollo de la disciplina deportiva, específicamente en las áreas: administrativa, legal, y deportiva.

Por lo anterior descrito nos lleva a la formulación del siguiente cuestionamiento:

¿ESTÁ SIENDO GESTIONADA LA PREPARACIÓN DEPORTIVA DE LAS ATLETAS DE FÚTBOL FEMENINO EN LA CATEGORÍA DE 9 A 11 AÑOS?

1.4. ALCANCES Y LÍMITES DE LA INVESTIGACIÓN

1.4.1. ALCANCES

El Problema de esta investigación está dirigido a explorar la Preparación Deportiva de las Atletas de Fútbol Femenino, especificando la Gestión del Entrenador y la Liga por la Preparación Deportiva de las Atletas.

Se espera con los resultados de la investigación, despertar el interés de los Dirigentes de las Entidades Deportivas responsables del Fútbol Femenino, por la formación de los Entrenadores y Personal Administrativo para enfrentar las exigencias de una Gestión de calidad con el propósito de facilitar y administrar La Gestión del Entrenador para evidenciar la evolución de la forma deportiva de cada una de las atletas.

1.4.2. LÍMITES

El desarrollo de la presente investigación se realizó en la Liga Nacional de Fútbol Femenino de la Ciudad de Guatemala, siendo la máxima autoridad de dicho deporte La Federación Deportiva Nacional de Fútbol de Guatemala.

Para el efecto se encuestó a diez Entrenadores, veinte Atletas, cuatro Dirigentes cuarenta padres de familia, y dos miembros del personal Administrativo.

CAPITULO II

2. MARCO TEÓRICO

2.1. LA GESTION

De acuerdo a el Diccionario de la Real Academia Española la palabra “gestión” tiene dos significados: 1) acción y efecto de gestionar, y 2) acción y efecto de administrar.

Pero ¿qué es realmente la acción y efecto de gestionar? Para eso es interesante indagar en la etimología de la palabra gestión y conocer qué otros aspectos considera este término de uso tan común en nuestros días en empresas, organizaciones públicas y privadas, instituciones educativas y hasta en la calle misma.

Investigando encontramos que Huergo (2009) en el documento “Los Procesos de Gestión nos dice que “gestión”...” proviene de gestus, palabra latina que significa actitud, gesto, movimiento del cuerpo pero, a su vez, gestus se deriva de otra palabra latina que es gerere, que tiene varios significados: llevar adelante o llevar a cabo; cargar una cosa”. (p.5).

Así tenemos que, según este autor, la palabra gestión proviene directamente de gestio-onis: acción de llevar a cabo.

Entonces ¿qué implica gestión para nosotros? Significa actividad, ejecución, realizar algo.

Las tareas directivas están orientadas fundamentalmente hacia la planificación, la organización, la coordinación y el control. Un buen dirigente de deportes necesita estas competencias y debe demostrar rendimiento en su trabajo personal, así como habilidades para tomar decisiones.

Los conceptos tradicionales de gestión han sido clasificados según su enfoque, a saber, clásico, conductual, científico, sistemático, coyuntural y deportivo. Cada uno de estos enfoques ayuda a entender el modus operandi de los dirigentes. Bien es cierto que, la personalidad y el comportamiento particular de cada dirigente influyen siempre en un estilo de gestión personal.

2.2. GESTIÓN CLÁSICA

Según el autor Acosta, R (2005) La Gestión Clásica... “está basada fundamentalmente en la creencia según la cual cada dirigente debe tener un perfecto dominio de las destrezas y habilidades necesarias para planear, organizar, coordinar y controlar en el marco de las relaciones laborales, no sólo a los empleados y colaboradores, sino también a las unidades locales y regionales de toda la organización, los miembros afiliados, los clubes, las ligas y otras organizaciones afiliadas”. (p.215)

Este concepto está íntimamente relacionado con las definiciones siguientes:

La planificación: es la definición de metas, objetivos y estrategias.

La organización: es la selección y combinación de acciones adecuadas para llevar a cabo las estrategias de la organización y el diseño de estructuras adecuadas para contribuir al logro de las metas y objetivos de la organización.

La coordinación: significa establecer relaciones entre la gente y los departamentos con el fin de asegurar que cada unidad funcione como un conjunto y garantice la conformidad de sus actividades con las metas y los objetivos de la organización.

El control: es la supervisión necesaria para asegurarse de que las acciones sigan su curso, los planes se lleven a cabo y los errores se corrijan.

2.3. GESTIÓN CONDUCTUAL

Según el autor Acosta R, (2005) La Gestión Conductual... “está basada en el principio de motivación de la gente, el cual va más allá de la planificación, la organización, la coordinación y el control. La productividad individual mejora cuando la persona está motivada por sus propios deseos, necesidades y tendencias”. (p. 215)

Un trato humano que combine dignidad y consideración individual contribuye a que la gente se identifique con la organización y la induce a alcanzar las metas que adoptó por voluntad propia.

2.4. GESTIÓN CIENTÍFICA

Según el autor Acosta R, (2005) La Gestión Científica... “recurre a la precisión de las estadísticas, las matemáticas y la alta tecnología para lograr una gestión más eficaz”. (p. 215)

Este concepto es también válido para las federaciones nacionales debidas a la creciente necesidad de proporcionar información demográfica a los patrocinadores, estadísticas técnicas a los medios de comunicación y las aún más sofisticadas estadísticas en línea que requieren las teledifusoras. Para satisfacer esta necesidad, la FIVB, por ejemplo, ha preparado su propio sistema de información VIS (Volleyball Information System) y está desarrollando su base de datos: “Demografía del voleibol”. Este sistema proporcionará

instantáneamente valiosa información a los patrocinadores y contendrá datos sobre la participación en eventos de voleibol y voleibol playa en todos los ámbitos, así como también información sobre las condiciones económicas y sociales de los participantes. Las federaciones de fútbol, hockey sobre hielo y otras federaciones internacionales han realizado estudios similares.

Este estilo de gestión es efectivo para llevar a cabo actividades operativas, como son la planificación de eventos deportivos, el control de bienes y servicios, la evaluación de la satisfacción de los empleados y la realización de inventarios. Esta última no sólo está relacionada con el material deportivo y el equipamiento, sino también con el calendario de los eventos tradicionales en los que participan los equipos o deportistas nacionales, tanto en su país como en el extranjero, que consideran que la alta calidad de estos eventos los convierte en productos comercializables.

2.5. GESTIÓN SISTÉMICA

Según el autor Acosta R, (2005) La Gestión Sistemática... “está basado en la coordinación de todos los aspectos planificación, organización y control, tanto del comportamiento como de las actividades de los empleados de manera que todo junto funcione como un sistema integrado”. (p. 215).

Cuanto mejor coordinadas estén las funciones generales, más exitosa será la gestión.

La Preparación es la consecución de gestar algo (disponerlo con un cierto fin, elaborarlo).

La noción física, por su parte, puede tener varias acepciones: en este caso nos interesa su utilización con referencia al cuerpo y organismo.

2.6. GESTIÓN DEPORTIVA

La definición que realiza el Comité Olímpico Nacional Italiano (CONI), que concibe La Gestión Deportiva, como... “aquel conjunto de actividades y medios necesarios para una correcta utilización de los espacios del deporte, con la meta de permitir a los usuarios el desarrollo de sus actividades en las mejores condiciones posibles, adoptando las medidas recomendables con criterios de economía, entendiendo ésta última palabra en el sentido más complejo del término. Es decir, empleo racional de los recursos disponibles para obtener los máximos resultados”. (p. 215)

Finalmente, una enunciación de autoría propia como complemento a la anterior definición, es concibiendo La Gestión Deportiva como: “El proceso de acciones y tareas realizadas con personas y recursos, para alcanzar las metas establecidas por cada una de las organizaciones que conforman la estructura del Sistema Deportivo”.

Esta última concepción se fundamenta en que la gestión deportiva está vinculada, ineludiblemente, a la entidad donde se realiza, por lo que un análisis riguroso debe hacerse en relación con las distintas organizaciones e instituciones de carácter deportivo en las que se aplica.

2.7. PROCESOS DE LA GESTION DEPORTIVA

2.7.1. PLANEACIÓN

Planear consiste en la definición de objetivos, la ordenación de recursos materiales y humanos, la determinación de métodos y las formas de organización, el establecimiento de medidas de tiempo, cantidad y calidad, la localización especial de las actividades y otras especificaciones necesarias para encausar racionalmente la conducta de la persona o grupo.

La planeación es trazar un curso concreto de acción para alcanzar un objetivo.

Planear es diseñar un método para lograr una meta definida. Planear es decidir de antemano que hacer, como hacerlo, cuando y quien deberá llevarlo a cabo.

2.7.2. PRINCIPIOS DE LA PLANEACIÓN

a) Racionalidad: La acción ordenada con fines específicos

b) Previsión: La planeación es previsión del futuro

c) Universalidad: La planeación y la programación deben abarcar las diferentes etapas del proceso económico, social y administrativo y prever las consecuencias que producirá su aplicación.

d) Unidad: Que los planes y programas tengan unidad, que estén integrados entre si y formen un todo organizado y compatible.

e) Continuidad: La planeación y la programación son un proceso de duración permanente.

f) Inherencia: La planeación y programación son necesarias en cualquier actividad humana y son inherentes a la administración.

2.7.3. ELEMENTOS DE LA PLANEACIÓN

a) Diagnóstico: Investigar los problemas que se presentan y que obstaculizan el logro de los objetivos de la organización.

b) Objetivos: Son los fines o metas que se pretenden alcanzar ya sea con la realización de una sola operación de una actividad concreta, de un

procedimiento de una función completa o de todo el funcionamiento de la institución.

c) Políticas: Son líneas generales de acción que guían a los miembros de una empresa.

d) Planes: Entendemos como plan, un curso determinado de acción que se considera el más recomendable para el logro de un objetivo, así mismo, es necesario que cada una de las funciones de una organización tenga sus propios objetivos y de igual forma sus planes.

e) Programas: Un programa está destinado a cumplir las funciones de una determinada entidad, por lo que se establecen objetivos o metas cuantificables que se cumplan a través de la integración de un conjunto de esfuerzos, con recursos humanos, materiales y financieros a él asignados, con un costo global y unitario determinado y cuya ejecución en principio queda a cargo de una unidad administrativa de alto nivel.

f) Presupuesto: El presupuesto consiste en planear numéricamente los resultados de una organización e incluye tres elementos principales.

1. Se refiera a hechos futuros, lo que estimula a pensar en planes concretos, valorando costos y beneficios.

2. Tiene fechas de desarrollo o de terminación que están relacionados con el costo.

3. Se mide en unidades económicas, proporcionando estándares contra los cuales se puede comparar.

2.8. ORGANIZACION

Organización es el arreglo de funciones necesarias para lograr un objetivo con indicación de la autoridad y la responsabilidad asignada a los puestos que tienen a su cargo las ejecuciones de las funciones respectivas.

Organización es el orden que guardan los diferentes órganos que constituyen un grupo humano en cuanto a relaciones, de responsabilidad, interdependencia jerárquica, comunicación y división del trabajo necesario.

2.8.1. FORMAS DE ORGANIZACIÓN

a) Organización Formal: Es la oficial, la teórica y se apega a las normas materializadas en organigramas, contratos colectivos o individuales, reglamentos, manuales, políticas y procedimientos.

b) Organización Informal: Es la extra oficial, representa lo que realmente está sucediendo, es la resultante de las reacciones individuales y colectivas entre la organización formal en busca de satisfacción a necesidades y deseos de pertenencia, reconocimiento o amistad.

2.8.1. ESTRUCTURA ORGÁNICA

Es la forma en que están ordenadas las unidades administrativas de un organismo y la relación que guardan entre sí. Debido a la necesidad de la división del trabajo y de los requerimientos de especialización, nace la división en donde determinan la forma en que van a integrarse los diversos órganos o dependencias de una institución, relaciones de mando, niveles Jerárquicos, proceso a su cargo, tramos de control, equipos naturales de administración y ámbito de aplicación.

2.8.1.2. MANUALES

Son las herramientas administrativas para transmitir conocimientos y experiencias para documentar la tecnología acumulada sobre un tema específico. Contienen información e instrucciones sobre la organización, políticas y procedimientos de una empresa, que se consideran necesarios para la mejor ejecución de un trabajo.

Se clasifican en:

- a) Manuales de Operaciones
- b) Manuales de Organización
- c) Manuales de Procedimientos

2.8.1.3. INTEGRACION

En el proceso administrativo, se distingue una parte que se refiere a la estructuración y otra que es la actuación en sí, en la primera tenemos la planeación y la organización, en la segunda, la integración, la dirección y el control.

La integración es el punto de contacto entre la parte estática y la parte dinámica del proceso administrativo.

Integración es obtener y articular los elementos materiales y humanos que la planeación y la organización señalan como necesarios para el adecuado funcionamiento de una organización.

2.8.1.4. DIRECCION

La eficiencia con la cual puede ser operada cualquier organización dependerá, en gran medida, de la forma en que se utilice y administre a sus trabajadores.

Es el elemento más dinámico del proceso administrativo, que implica la responsabilidad que tiene todo jefe de dirigir, conducir, motivar, ordenar e impulsar al personal subordinado a la mejor realización de sus funciones, con el máximo de eficiencia y colaboración.

2.8.2. IMPORTANCIA DE LA DIRECCIÓN

Algunos autores consideran que es el elemento más importante y complejo de la administración, puesto que se ponen en juego aspectos relacionados con el comportamiento individual y de grupo.

En la dirección se ejerce el mando, se delega la autoridad, se toman decisiones, se coordinan y supervisan las actividades y todo ello a través de un proceso de comunicación que ya de por sí es complejo.

2.8.3. PRINCIPIOS DE LA DIRECCION

- a) Coordinación:** Lograr coordinar los intereses individuales y grupales.
- b) Impersonalidad del Mando:** Cuanto más se impersonalice la orden, será mejor obedecida.
- c) Respeto a la Línea Jerárquica:** Al transmitirse una orden deben asegurarse los conductos previamente establecidos y jamás saltarlos sin razón.
- d) Resolución de Conflictos:** Debe procurarse que los conflictos se resuelvan lo más pronto posible de modo que, sin lesionar la disciplina, puedan producir mayor tranquilidad a los implicados en el.

2.9. CONTROL

La etapa de control no existiría si la planeación y organización se ajustaran impecablemente a la integración y a la fase directiva, sin embargo, aún en

planeaciones cuidadosas, surgen algunas necesidades de ajuste, correcciones o modificaciones a lo programado.

Control es un conjunto de disposiciones incluidas en las estructuras y en las normas de trabajo de una empresa, para que en el desarrollo de las actividades se produzca una comprobación, previniendo errores y fallas, para proporcionar información segura, proteger los bienes de la empresa, promover la eficiencia en la operación y la adhesión a las políticas administrativas.

La preparación deportiva planteada por Arbesú Santiago, dentro del deporte en general, se hilvana con otros factores a efecto de conseguir los resultados deportivos esperados, es por eso que se resulta imprescindible detallar la importancia de la misma y específicamente, los componentes o aspectos fundamentales de la misma, siendo estos los siguientes:

2.10. PREPARACIÓN DEPORTIVA

Al preparar a un deportista para que alcance sus logros deportivos, nos debemos de encargar de no solo prepararlo físicamente, en la preparación del deportista existen diferentes factores que influyen directamente en su rendimiento.

Según el autor Arbesú, Santiago (1994) define la Preparación del Deportista como... “el conjunto de medios, métodos condiciones que aseguran el logro y la evaluación de la predisposición deportiva para la obtención de un óptimo rendimiento deportivo”. (p. 4)

Según la Clínica Artes Weebly (1994) define la Preparación Deportiva como...” el conjunto de medios y métodos que se dan para asegurar el éxito en la obtención de un resultado deportivo óptimo. Este conjunto de métodos y condiciones lo constituye: la preparación física, técnica, táctica, teórica y psicológica”. (p. 12)

2.11. PREPARACIÓN FÍSICA

Según el autor Maillo, Juan Pedro (2011) en el Programa de Entrenamiento Deportivo define la Preparación Física como... “el proceso orientado al fortalecimiento de los órganos y sistemas, a una elevación de sus posibilidades funcionales al desarrollo de las cualidades motoras, fuerza, velocidad, resistencia y flexibilidad”. (p. 1)

Es el desarrollo de las cualidades y capacidades físicas necesarias en la actividad deportiva. Al tener una orientación deportiva aplicada, la preparación física está ligada íntimamente, con el desarrollo físico general, se divide en preparación física general y especial.

2.11.1. PREPARACIÓN FÍSICA GENERAL

Consiste en el desarrollo de las capacidades físicas que no son específicas del deporte dado, pero cuyo desarrollo influye directa o indirectamente en los éxitos de la actividad deportiva.

En cualquier deporte, el éxito depende no sólo de las capacidades especiales, específicas de ese deporte, sino también del nivel general de las posibilidades funcionales del organismo.

Según el autor Maillo, Juan Pedro (2011) en el Programa Entrenamiento Deportivo define la Preparación Física General como... “Destinada a la adquisición de un desarrollo físico multilateral, generalizado por la gran mayoría de deportes y se caracteriza por orientarse al desarrollo de una gran fuerza, resistencia, flexibilidad y rapidez, y una buena capacidad de trabajo de todos los órganos y sistemas y la armonía de sus funciones y movimientos”. (p. 3)

La preparación física general se encarga de crear la base para la especial, ya que asegura el desarrollo múltiple de las capacidades condicionales y coordinativas

2.11.2. PREPARACIÓN FÍSICA ESPECIAL

La preparación física especial está dada en concreto, por el proceso de desarrollo de las capacidades físicas que corresponden a las necesidades específicas del deporte elegido.

Según el autor Maillo, Juan Pedro (2011) en el Programa Entrenamiento Deportivo define la Preparación Física Especial como... “esta va dirigida fundamentalmente al fortalecimiento de los órganos y sistemas, elevación de sus posibilidades funcionales al desarrollo de las cualidades motoras en relación con las exigencias de deporte que se practique. Persigue elementos más puntuales y específicos de cada deporte, ya sean elementos técnicos, tácticos o ambos, así como también estimular y desarrollar las particularidades de una actividad competitiva determinada”. (p. 3).

Cada deporte plantea exigencias especiales a las capacidades físicas y requiere la combinación y manifestación especial de las diversas cualidades físicas.

Este tipo de preparación es indispensable tener en cuenta que en una gran cantidad de disciplinas deportivas el atleta debe ser capaz de manifestar todas las capacidades (rapidez, fuerza, flexibilidad, resistencia y coordinación) tanto inmediatamente después del calentamiento como durante las condiciones de fatiga progresiva. Por tanto durante la misma, es necesario que durante el entrenamiento se tome en cuenta la mayor cantidad posible de condiciones de trabajo, incluyendo condiciones similares a las de competencia (elementos de variación de clima, diferentes oponentes, cambio de terreno, presión psicológica, diversidad de implementos de trabajo, etc.).

2.12. PREPARACIÓN TÉCNICA

Según el autor Pérez Cuervo, Carlos (2007) en el Programa de Preparación del Deportista define La Preparación Técnica como... “es el proceso de

formación de conocimientos, habilidades y hábitos que conforman las acciones básicas en la especialidad deportiva”. (p.7)

Se denomina preparación técnica a la enseñanza que se le imparte de los movimientos y acciones que constituyen el medio para librar cualquier disciplina deportiva o para efectuar los entrenamientos.

Así mismo debe mencionarse que la preparación técnica puede dividirse en general y especial, para el caso de la preparación técnica general, es la que está orientada preferentemente a la asimilación de conocimientos y la formación de la destreza y hábitos cuya posesión contribuye al perfeccionamiento técnico en el deporte elegido.

La preparación técnica se divide en dos etapas:

a) aprendizaje

b) perfeccionamiento

La etapa de aprendizaje, está dada por el dominio en la ejecución del movimiento técnico.

En tanto que, en la etapa de perfeccionamiento se deben desarrollar todas las variantes posibles del movimiento técnico en dependencia de las posibles condiciones a presentarse en la competencia.

Cada movimiento técnico requiere de un aprendizaje que llegue hasta el perfeccionamiento del hábito deportivo. La preparación técnica debe garantizar la solución más eficaz en la realización de un movimiento técnico en correspondencia con las leyes mecánicas, biológicas y la reglamentación.

La preparación técnica especial, en ella se asimila la técnica del deporte dado, aprende las leyes biomecánicas de los movimientos y acciones relativas al

objeto de la especialización deportiva y asimila prácticamente los correspondientes hábitos motores, buscando con ello, elevarlos al más alto nivel de perfeccionamiento posible.

2.13. PREPARACIÓN TÁCTICA

Según el autor Quezada, Roberto (2005) en el documento La Preparación Técnico-Táctica en el Entrenamiento define La Preparación Táctica como... “no es más que, es el empleo racional de los elementos técnicos, que a su vez dependen de las condiciones propias del atleta, de su contrario y del medio donde se desarrolla la competencia”. (p.2)

Según el autor Weineck, (1988) define La Preparación Táctica como...” al comportamiento racional, regulado sobre la propia capacidad de rendimiento del deportista y sobre la del adversario, así como sobre las condiciones exteriores, en un encuentro deportivo individual o en equipo”. (p.3)

La preparación táctica, se lleva a cabo en estrecha relación con la preparación técnica. En tanto que la preparación técnica proporciona los medios, la preparación táctica asegura el buen empleo de los mismos.

En el proceso de preparación táctica, se debe prever: La asimilación de los fundamentos teóricos de la táctica deportiva, es decir, la adquisición de conocimientos pertenecientes al arsenal de recursos tácticos y acerca de cómo y en qué condiciones deben ser aplicados.

El estudio de las posibilidades de los contrarios, así como de las condiciones reales que se desarrollarán las competencias por celebrar.

La asimilación de los recursos tácticos, de sus combinaciones y variantes, hasta llegar al dominio de la destreza y hábitos tácticos perfectos.

Primordialmente, se debe potenciar el desarrollo del razonamiento táctico, ya que este comprende una serie de operaciones mentales necesarias para confeccionar y cumplir el plan; a su vez, este razonamiento táctico se basa en el mayor y mejor aprovechamiento de los conocimientos y la experiencia correspondiente, en la capacidad de observar detenidamente, de captar y apreciar rápidamente la situación y adoptar oportunamente la decisión correcta apoyándose para esto en la percepción, memoria e imaginación creativa.

2.14. PREPARACIÓN TEÓRICA

Según el autor López y Moreno, (2002) define que la Preparación Teórica es... “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”. (p.1)

Según el autor Matveev, (1980), en el Ensayo de la Preparación Intelectual del Deportista define la Preparación Teórica como... “Es 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.” (p.2)

2.15. PREPARACIÓN PSICOLÓGICA

Según el autor Mariné Ocaña, Marta (2012) define la Preparación Psicológica como... “También llamada entrenamiento psicológico o entrenamiento mental es el complemento del entrenamiento físico para aquellos deportistas que participen en competición y/o quieran optimizar su rendimiento. (p.1)

Consiste en un programa estructurado de sesiones en que se trabajan las principales habilidades psicológicas que requiere un deporte determinado, con un enfoque preventivo y potenciador. Se lleva a cabo a lo largo de la temporada y paralelamente a la preparación física. Puede realizarse a nivel individual o en equipo.

El objetivo es ejercitar las habilidades psicológicas de los deportistas y aprender nuevas, para favorecer su rendimiento y adaptarse satisfactoriamente a las diferentes situaciones de la práctica deportiva, especialmente la competición.

Esta predisposición se logra cuando en el proceso de preparación del atleta se desarrolla las siguientes tareas:

Desarrollo de la personalidad del atleta relacionada con el rendimiento deportivo: La formación de la personalidad del atleta se logra a través del desarrollo de la conciencia, la moral y la voluntad. El desarrollo de la moral del atleta contribuye a fortalecer las responsabilidades, honestidad, relaciones con

sus compañeros; todo esto sobre la base de un tratamiento adecuado durante el proceso de entrenamiento.

El desarrollo de la voluntad se basa en la capacidad de regular efectivamente, la dirección, intensidad y la aptitud de la voluntad según la necesidad del rendimiento deportivo.

2.16. LOS PRINCIPIOS DEL ENTRENAMIENTO DEPORTIVO

Se entiende por Entrenamiento Deportivo como un proceso pedagógico orientado hacia el logro de elevados resultados deportivos en donde está como premisa fundamental el desarrollo de la forma deportiva.

Según los autores Forteza y Ranzola, (1988) definen el Entrenamiento Deportivo como... “Es un proceso pedagógico encaminado al desarrollo y perfeccionamiento de las distintas capacidades motrices, técnicas, tácticas, morales y volitivas de los distintos atletas, lo que nos obliga a que, al organizar el entrenamiento, se encuentren en él los principios generales de acuerdo a las peculiaridades del proceso”. (p.1)

Es importante la comprensión clara de todos los principios del entrenamiento, además es fundamental para el trabajo del entrenador, ya que la vulneración de los mismos, lleva a errores graves en el proceso de preparación del atleta. Por tanto, se debe tener en cuenta que este proceso se rige para su desarrollo por varios principios fundamentales, definidos por Forteza y Ranzola, como Principios del Entrenamiento Deportivo, siendo estos los siguientes:

2.16.1. Principio del nivel de dirección con vistas a logros deportivos superiores.

2.16.2. Principio del aumento progresivo y máximo de las cargas.

2.16.3. Principio de la continuidad del proceso de entrenamiento deportivo.

2.16.4. Principio del cambio ondulatorio de las cargas de entrenamiento.

2.16.5. Principio del carácter cíclico del proceso de entrenamiento.

2.16.6. Principio de la unidad de la preparación general y especial.

2.16.1. PRINCIPIO DEL NIVEL DE DIRECCION CON VISTAS A LOGROS DEPORTIVOS SUPERIORES

El deporte presupone siempre una orientación hacia el logro de elevados resultados deportivos y a su constante mejoramiento; a la actividad deportiva competitiva le es inherente la orientación tendiente hacia el máximo resultado; por supuesto este máximo resultado es distinto para los diversos deportes que tienen la aspiración común, cada uno, de recorrer el camino más largo posible de perfeccionamiento deportivo. Los resultados deportivos son importantes no sólo por lo que representan en sí, sino como índices concretos del desarrollo de las capacidades y del rendimiento.

2.16.2. PRINCIPIO DEL AUMENTO PROGRESIVO Y MÁXIMO DE LAS CARGAS

Debemos saber que el proceso de dirección del desarrollo del hombre surge lógicamente de la necesidad de aumentar de manera gradual las cargas funcionales. Esto es justo en gran medida para el entrenamiento deportivo, ya que el nivel de los logros deportivos es proporcional al nivel de exigencias del entrenamiento. En este proceso crecen gradualmente las cargas como las exigencias en cuanto a la preparación física, técnica, táctica y psicológica.

2.16.3. PRINCIPIO DE LA CONTINUIDAD DEL PROCESO DE ENTRENAMIENTO DEPORTIVO

La esencia de este principio se explica cómo proceso de entrenamiento ininterrumpido. Este proceso sólo se interrumpe al dar paso al descanso, o sea,

que este principio es la combinación de la actividad física con el descanso, siempre que este corresponda a la recuperación de la capacidad de trabajo del organismo. Sus características fundamentales están dadas por los siguientes aspectos. El proceso de entrenamiento transcurre a lo largo del año y durante muchos años seguidos, mantiene la orientación al perfeccionamiento en el deporte elegido.

La influencia de cada ciclo de entrenamiento ulterior se materializa sobre la base de las huellas del anterior. El intervalo de descanso entre los entrenamientos se mantiene en los límites que garantizan el restablecimiento y el incremento de la capacidad de trabajo, con la particularidad de que se permite periódicamente la realización de entrenamientos con deuda parcial de restablecimiento.

2.16.4. PRINCIPIO DEL CAMBIO ONDULATORIO DE LAS CARGAS DE ENTRENAMIENTO

La esencia de este principio demanda que cuando se aplica una carga grande, después es necesario aplicar y bajar el nivel de la carga siguiente. Esto se fundamenta fisiológicamente, en que mientras mayor sea la carga, mayores serán los cambios funcionales que se produzcan y mayor el tiempo de recuperación de la capacidad de trabajo y de adaptación a dicha carga. En relación con este principio existen tres tipos de ondas que caracterizan la tendencia general de la dinámica de las cargas de los diferentes entrenamientos (Pequeñas, Medias y Grandes).

2.16.5. PRINCIPIOS DEL CARÁCTER CÍCLICO DEL PROCESO DE ENTRENAMIENTO

El carácter cíclico es la serie relativamente terminada de ciertos entrenamientos, etapas o tendencias y períodos que son característicos de toda estructura de entrenamiento:

El carácter cíclico se expresa por dos situaciones básicas:

El contenido del entrenamiento deportivo es necesario cambiarlo de forma tal que contribuya al desarrollo de la capacidad de trabajo del atleta. Esto se logra por los cambios periódicos de todos los elementos durante el proceso de entrenamiento en los límites de un tiempo determinado.

Todos los cambios se deben efectuar en los límites de ciertos tiempos, planificados con anticipación, que abarcan la preparación del practicante, los cuales se definen de la siguiente forma: Macro ciclo, Mesociclo, Microciclo y Unidades de Entrenamiento.

2.16.6. PRINCIPIO DE LA UNIDAD DE LA PREPARACIÓN GENERAL Y ESPECIAL

El máximo progreso en el deporte esta dado a base del incremento general de las posibilidades funcionales del organismo y del desarrollo múltiple de las posibilidades físicas y psicológicas; por tanto la orientación del entrenamiento debe estar encaminada tanto a la dirección especial como a la multilateral, para que no se contraponga una a la otra.

La capacidad de trabajo especial, está dirigida al desarrollo de las capacidades que caracterizan específicamente a un deporte determinado.

La capacidad de trabajo general, está dirigida al perfeccionamiento multilateral de las capacidades, que no son específicas para cierto tipo de deporte, pero que el desarrollo de las mismas influye en los éxitos de la actividad deportiva competitiva, directa o indirectamente.

2.17. PERIODIZACION

Es la forma de estructurar el entrenamiento deportivo en un tiempo determinado a través de períodos lógicos. Busca la obtención de la forma deportiva.

Según el autor Dick, (1988) y Farlane Mc, (1986) definen La periodización del entrenamiento deportivo: ...“Puede ser entendida como una división organizada del entrenamiento anual o semestral de los atletas, en la búsqueda de prepararlos para alcanzar ciertos objetivos establecidos previamente y obtener un gran resultado competitivo en determinado punto culminante de la temporada deportiva”. (p.3)

2.18. MACROCICLO

Es un plan anual que se fundamenta en el principio de una organización cíclica, un proceso por medio del cual el año es dividido en períodos y etapas con objetivos precisos y metas de desempeño. Por su duración los macrociclos pueden ser cuatrimestrales, semestrales, anuales, esto en función del deporte en cuestión, nivel de rendimiento del atleta, número de competencias a realizar, etc.

2.19. MESOCICLO

Según el autor Solé, (2006) define: ... “Los mesociclos son estructuras temporales intermedias de entrenamiento que tienen como finalidad lograr objetivos parciales del proceso global de entrenamiento”. (p.2)

Representan etapas relativamente homogéneas, cuya duración es de 3 a 6 semanas.

Los mesociclos son los plazos de tiempo fijados por el entrenador para el desarrollo de las diferentes cualidades o capacidades psicomotoras tales como hábitos o destrezas.

2.20. MICROCICLO

La palabra Microciclo proviene del griego, micros que significa pequeño y kilos que quiere decir círculo. Esto es, círculo o ciclo pequeño.

Según el autor Matveyev, Pavlovich (1962) define Los Microciclos como... “son estructuras de organización del entrenamiento deportivo y están constituidos por un conjunto de sesiones de entrenamiento organizadas de manera coherente en función del tipo de Microciclo de que se trate. Dentro de los ciclos de entrenamiento los microciclos son la parte más variante del entrenamiento desde el punto de vista organizativo”. (p.5)

Corresponden a un período de preparación que puede tener una temporalidad de dos hasta siete días de entrenamiento; cabe señalar que durante este tiempo el trabajo es más consolidado

Para su determinación se clasifican en:

- a) De preparación general
- b) De preparación especial
- c) Ordinarios o corrientes
- d) De choque
- e) Modelaje competitivo
- f) Aproximación
- g) Competitivo
- h) Recuperador
- i) Variable

2.21. UNIDAD DE ENTRENAMIENTO

La unidad de entrenamiento no es más que la clase que se imparte por el entrenador en un día en la mañana, tarde, o noche. El cual se divide en tres aspectos principales:

- a) Parte inicial
- b) Parte principal
- c) Parte final

2.22. PERIODO PREPARATORIO

En este período se crearán las premisas y condiciones necesarias para la adquisición de la forma deportiva y se desarrollará la capacidad para perfeccionar en lo sucesivo la actividad motora para planificación del entrenamiento en la lucha deportiva.

Este período va encaminado esencialmente al desarrollo de las capacidades motrices, por medio de la preparación física general y especial del atleta, sin obviar como es lógico el estudio de los principales movimientos técnico-tácticos (los fundamentales) y el desarrollo de las cualidades volitivas, o sea que durante este período se crea el fundamento general y especial de la preparación (morfológico, fisiológico, psicológico, físico y técnico-táctico), muy necesario para la actividad del próximo período de competencia.

Se subdividirá a su vez en 3 etapas.

- a) Preparación Física General.
- b) Preparación Física Especial Variada.
- c) Preparación Física Especial.

2.22.1. PERIODO COMPETITIVO

Este período constituye la segunda fase de la preparación durante el desarrollo de un mismo Macro ciclo y se subdivide en dos etapas, dadas por:

- a) Obtención de la forma deportiva
- b) Mantenimiento de la forma deportiva

En este período está comprendida la competencia fundamental, en la cual deberán participar los atletas comprendidos en el proceso de preparación.

2.22.2. PERIODO DE TRANSITO O TRANSICIÓN

Constituye la última etapa de la preparación en el Macro ciclo, consta de dos etapas, dadas por:

- a) Etapa de recuperación
- b) Etapa de restablecimiento.

Las funciones de este período en su etapa de recuperación consisten en permitir que el organismo del atleta retorne a sus condiciones normales, después del desgaste sufrido por el evento.

En tanto que en la etapa de Restablecimiento, a través del descanso activo, se propicia su posibilidad a recuperar parte de sus capacidades de trabajo para el próximo macro ciclo.

2.23. METODOLOGÍA

De todos debe ser conocido que el entrenamiento deportivo es una actividad que está dirigida a actuar de forma directa e inmediata sobre el organismo del deportista, con lo cual, se provocan cambios en su estructura muscular, su aparato neurovegetativo, bioquímico, etc., contándose con objetivos claros en cuanto a lograr mayores potencialidades en el desarrollo de sus capacidades condicionales y coordinativas, es decir fuerza, velocidad, resistencia, para las primeras, así como ritmo, orientación, diferenciación (entre otras) para las segundas. Lo que no se debe dejar de tomar en consideración por razones obvias, está dado porque uno de los aspectos más importantes para alcanzar lo anteriormente expresado, de forma sistemática, lo constituyen los Métodos de Entrenamiento Deportivo.

La buena selección y dosificación del método indicado para alcanzar el objetivo o los objetivos propuestos, es definitivamente fundamental para el desarrollo de nuestras actividades. Entendiendo el entrenamiento deportivo como un proceso pedagógico (enseñanza-aprendizaje), se debe hacer una diferenciación en cuanto a los métodos y sus variantes utilizados en la experiencia docente con la comunidad, razón por la que podemos decir que, para la actividad precitada, se utilizaron dos tipos de métodos, dados por los Didácticos y los de Entrenamiento.

2.23.1. MÉTODOS DIDÁCTICOS

Permiten al entrenador o especialista deportivo, una mejor organización de la clase y mayores posibilidades al proceso de enseñanza-aprendizaje. Se utilizan en las clases de Educación Física, o bien, en la parte de la Unidad de Entrenamiento (sesión de entrenamiento) dedicada a la enseñanza de la técnica y la táctica. Cuando el entrenador o especialista deportivo, hace uso de los métodos auditivos, visuales, propioceptivos, orales expositivos, fragmentarios, globales, de formación (círculos, hileras, etc.), está empleando métodos didácticos o de aprendizaje.

Como una breve explicación de lo anterior, tenemos:

2.23.1.1. Métodos auditivos: Se utilizan en la enseñanza y perfeccionamiento de movimientos que requieren un determinado ritmo, de igual forma, para generar acciones sin que necesariamente el deportista este observando directamente al entrenador o especialista deportivo.

2.23.1.2. Método visual: Es la demostración del movimiento mismo de diferentes formas. Esta demostración puede realizarla el entrenador o especialista deportivo, otro deportista o a través de videos o películas.

2.23.1.3. Método propioceptivo: Cuando se enseña el movimiento utilizando las sensaciones corporales del atleta.

2.23.1.4. Método Oral Expositivo: Es el método más utilizado por los entrenadores y especialistas deportivos y se refiere a la utilización de la palabra por parte de estos para explicar, por ejem, el movimiento técnico o la acción táctica.

2.23.1.5. Método fragmentario: Este se puede utilizar cuando se puede dividir el movimiento en elementos relativamente autónomos.

2.23.1.6. Método global: Se emplea en los casos que no se pueden dividir los movimientos porque varía la estructura del mismo.

2.23.1.7. Métodos de entrenamiento: Actúan de forma directa sobre el proceso de preparación del deportista, con el objetivo de alcanzar la forma deportiva necesaria. Estos métodos están integrados por el método del ejercicio, con la determinación de sus variantes adecuadas para lograr alcanzar los objetivos planteados.

En forma general, los métodos del entrenamiento se dividen en dos grandes grupos, dados por Métodos del Ejercicio Standard y Métodos del Ejercicio Variable.

2.23.1.8. Métodos del Ejercicio Standard: Los movimientos no presentan variación alguna durante sus repeticiones, ni en su estructura, ni en su carga externa, son más apropiados para las actividades cíclicas.

Estos métodos se subdividen en Métodos del ejercicio Standard Normal, Continuo, En Cadena y A Intervalo. Para su mejor comprensión, se proporciona una breve explicación de ellos.

2.23.1.9. Método del Ejercicio Standard Normal: Durante el ejercicio, la carga de los mismos se fija con igual condición, es decir sin ninguna variación durante toda la repetición continua del ejercicio.

2.23.1.10. Método del Ejercicio Standard Continuo. Utilizado para el trabajo aeróbico, cíclico, que algunos especialistas llaman de Resistencia General.

2.23.1.11. Método del Ejercicio Standard en Cadena. De similar realización al anterior, pero en su estructura presenta ejercicios acíclicos que se eslabonan unos con otros y sin pausas, que por su repetición constante, proporciona un aparente carácter cíclico, la actividad que mejor lo representa está dada a través del calentamiento, tanto general como especial.

2.23.1.12. Método del Ejercicio Standard a Intervalos. Como su nombre lo indica, las cargas del entrenamiento se repiten después de una pausa, es decir, se entrena a intervalos, por lo que para su ejecución debe tenerse como tarea principal el hecho de la relación que debe existir entre trabajo y descanso, dándose esa relación de forma relativamente estable.

2.23.1.13. Métodos del Ejercicio Variable: Presentan como aspecto principal, las variaciones dirigidas a los factores que pueden intervenir en la preparación del deportista, considerando la velocidad, la duración del ejercicio, las formas diferentes de realizarlos, formas diferentes de descanso y las condiciones externas de la actividad. Para su utilización, estos métodos se subdividen en Método del ejercicio variable Continuo, variable A Intervalo, variable Progresivo, variable Decreciente y variable Variado.

2.23.1.14. Método del Ejercicio Variable Continuo: Es utilizado con ejercicio de movimientos cíclicos naturales, variando fundamentalmente el ritmo o la velocidad.

2.23.1.15. Método del ejercicio Variable a Intervalo: La carga no se realiza de una sola vez, sino que se alterna con períodos de descanso y también con variaciones de la propia carga, es decir que estos factores, carga y descanso pueden variar.

2.23.1.16. Métodos del ejercicio Variable Progresivo: La carga aumenta rigurosamente y el descanso se planifica en consideración a este aumento. El descanso entre tareas es máximo, lo cual permite la plena recuperación.

2.23.1.17. Métodos del ejercicio Variable Decreciente: Como su nombre lo indica, la carga decrece, no obstante la velocidad del ejercicio se mantiene.

2.23.1.18. Método del ejercicio Variable Variado: La carga varía, el ritmo o velocidad disminuye o se incrementa y el descanso también varía de forma constante, aclarando que este método debe utilizarse con deportistas que hayan adquirido cierto nivel de preparación y experiencia.

2.23.1.19. Método de Juego: Este método es utilizado para el perfeccionamiento de hábitos motores, para la educación compleja de las capacidades motrices, para perfeccionar la agilidad y desarrollar la habilidad. Dentro de sus características merece especial atención el hecho de que las reglas del juego permiten una línea general para alcanzar los objetivos, pero incentiva la amplia independencia de las acciones por el atleta, su iniciativa, agilidad y creatividad; a través de él se disimula la carga real y los deportistas la reciben de manera casi imperceptible.

2.24. Equipamiento Deportivo

En primer lugar se refiere a las estructuras, objetos y materiales que lo componen (por ejemplo, espalderas, colchonetas, picas de madera, espejos)

En segundo lugar se puede entender en sentido genérico, es decir producidos o no para desarrollar o facilitar una serie de actividades deportivas (por ejemplo una vía de escalada en un bosque).

En tercer lugar son los materiales respectivos que deben de utilizar los jugadores de fútbol a la hora de una sesión de entrenamiento deportivo específica.

El equipamiento deportivo obligatorio que se debe tener en un programa de desarrollo de fútbol base es el siguiente:

1. Platos
2. Conos o Pivotes
3. Cinta Reivo para Entrenamiento
4. Vallas
5. Picas
6. Gabachas
7. Balones
8. Pizarra
9. Porterías de Fútbol
10. Jugador Barrera Individual
11. Barrera simulada de Jugadores
12. Gimnasio, etc.

2.25. DIAGNÓSTICO TÉCNICO

Son los que nos reflejan las condiciones técnicas en que se encuentran las jugadoras en el momento que se realiza el test, a modo de ejemplo puede ser:

1. **De Golpeo:** con pierna izquierda, derecha, golpeo corto, largo, lineal, con efecto. Etc.
2. **De Conducción:** en diagonales cortas, con velocidad, lento, etc.
3. **De Regate:** Pase corto, cambio de Dirección con balón, finta con el cuerpo, etc.

2.25.1. Test Técnico

1. Círculo Marcado en el terreno de 1 metro de diámetro.
2. Balón.
3. 1 Cronometro.

2.25.2. Realización

Realizar 5 toques seguidos, sin que el balón toque el suelo con las siguientes superficies, pie derecho, pie izquierdo, cabeza, muslo derecho, muslo izquierdo.

2.25.3. Valoración A+B

- a) 25 puntos. 1 punto por cada toque realizado con la superficie que haya logrado 5 toques consecutivos.
- b) 25 puntos concedidos desde el inicio, se les restaran 0.3 puntos por cada segundo utilizado para realizar los 5 toques.

2.25.4. Circuito de Habilidad Aplicada

- a) 21 conos
- b) 2 Bancos
- c) 2 círculos marcados en el suelo
- d) 3 balones
- e) Cinta Métrica

2.25.5. Valoración

- a) Se iniciara el circuito con 50 puntos
- b) Se restara 1 punto por cada segundo utilizado
- c) Se restara 1 punto por cada metro que el balón se aleje del círculo o de los conos en los golpes

- d) En el tiro a portería descontará 5 puntos si el balón no entra a portería, 2.5 si el balón bota antes de entrar a portería, y 1 punto si el balón entra en zona A (centro de la portería). Ver Anexo 7

2.26. DIAGNÓSTICO MÉDICO

En el campo de la medicina del deporte, los exámenes médicos deportivos, también conocidos como revisiones médicas deportivas, ayudan a determinar si es o no seguro que una persona practique determinado deporte. De hecho, en la mayoría de estados de los Estados Unidos de América es obligatorio que los niños y adolescentes se sometan a este tipo de revisiones antes de empezar a practicar un deporte nuevo o de iniciar una nueva temporada competitiva. Pero, incluso cuando estas revisiones no son obligatorias, los médicos las siguen recomendando insistentemente.

Todo reconocimiento médico consta de dos partes: la historia médica y la exploración física.

2.26.1. HISTORIA MÉDICA

Esta parte del reconocimiento, que resume tus antecedentes médicos, incluye preguntas sobre:

- e) Enfermedades graves que padecen otros miembros de tu familia
- f) Enfermedades que tuviste cuando eras pequeño o que padeces en la actualidad como, por ejemplo, el asma, la diabetes o la epilepsia
- g) Hospitalizaciones o intervenciones quirúrgicas a que te has sometido previamente
- h) Alergias (por ejemplo, a las picaduras de insecto)
- i) Lesiones previas (incluyendo conmociones cerebrales, esguinces o fracturas)
- j) Si te has desmayado o mareado, te ha dolido el pecho o has tenido dificultades para respirar mientras hacías ejercicio

- k) Cualquier medicamento que tomes (incluyendo los fármacos que se venden con y sin receta médica, suplementos alimentarios y plantas medicinales)

2.26.2. EXPLORACIÓN FÍSICA

Durante la exploración física, el médico probablemente:

- l) Te medirá la estatura y te pesará
- m) Te tomará la tensión arterial y el pulso (frecuencia y ritmo cardíaco)
- n) Te evaluará la vista
- o) Te auscultará para escucharte el corazón y los pulmones, te palpará el abdomen y te explorará los oídos, la nariz y la garganta
- p) Te evaluará la postura, las articulaciones, la fuerza y la flexibilidad.

Las revisiones médicas deportivas pueden ayudar a identificar y tratar problemas de salud que podrían interferir con determinadas prácticas deportivas. Por ejemplo, si tienes crisis asmáticas frecuentes pero vas a empezar a entrenar a fútbol, es posible que el médico te recete un tipo distinto de inhalador o te ajuste la dosis para que puedas respirar con mayor facilidad mientras corres.

El médico también puede darte algunos consejos para el entrenamiento e indicarte cómo evitar posibles lesiones. Por ejemplo, tal vez te recomiende ejercicios específicos, como elongación o actividades de fortalecimiento muscular, que ayudan a prevenir las lesiones. El médico también podrá identificar los factores de riesgo asociados a deportes específicos. Todos estos consejos te convertirán en un atleta mejor, más preparado y más fuerte. Ver Anexo 8

2.28. DIAGNÓSTICO CIENTÍFICO

Test motores Registros de competencia Test La palabra test procede del latín "testa", que quiere decir prueba, de allí su amplia difusión como término que identifica las herramientas y los procedimientos de evaluación. "Es el instrumento utilizado para poner a prueba o de manifiesto 30 determinadas capacidades o cualidades o características de un individuo. No tiene otra misión que la de medir".

"El uso de los test nació debido a la necesidad de adquirir instrumentos de apreciación objetiva de diferentes facultades individuales". Pero a cualquier instrumento de medida (test) hay que exigirle una serie de características, que se reflejan en el concepto de autenticidad científica. El test se debe seleccionar teniendo en cuenta los objetivos a medir y la finalidad. Se debe tener en cuenta: La Validez Si el test revela realmente características a medir.

2.29. MARCO LEGAL

Para estar dentro del marco de lo que establece la ley, se debe de tener en cuenta lo establecido en el marco legal vigente que se detalla a continuación, así como en base a ellos se deberá generar los reglamentos convenientes para alcanzar la debida Gestión Deportiva en el Fútbol Femenino, siendo estos:

- a) Constitución Política de la República de Guatemala
- b) Decreto 76-97 Ley Nacional Para el Desarrollo de la Cultura Física y el Deporte.
- c) Estatutos de la Federación Internacional de Fútbol Asociado (FIFA)
- d) Estatutos de la Confederación Norte, Centroamericana y del Caribe de Fútbol (CONCACAF).
- e) Estatutos de la Federación Deportiva Nacional de Fútbol de la República de Guatemala.

- f) Estatutos de la Liga de Fútbol Femenino de la República de Guatemala.
- g) Otras leyes, tratados internacionales y reglamentos que tengan relación con el Deporte y la Asignación Privativa Constitucional.

Según lo establecido en la Constitución Política de la República de Guatemala sobre el Deporte dice:

Artículo 91. Asignación Presupuestaria para el Deporte.

Es deber del Estado el fomento y la promoción de la educación física y el deporte. Para ese efecto, se destinará una asignación privativa no menor del tres por ciento del Presupuesto General de Ingresos Ordinarios del Estado. De tal asignación el cincuenta por ciento se destinará al sector del deporte federado a través de sus organismos rectores, en la forma que establezca la ley; veinticinco por ciento a educación física, recreación y deportes escolares; y veinticinco por ciento al deporte no federado.

Artículo 92. Autonomía del Deporte.

Se reconoce y garantiza la autonomía del deporte federado a través de sus organismos rectores, Confederación Deportiva Autónoma de Guatemala y Comité Olímpico Guatemalteco, que tienen personalidad jurídica y patrimonio propio, quedando exonerados de toda clase de impuestos y arbitrios.

Según lo establecido en la Ley Nacional Para el Desarrollo de la Cultura Física y el Deporte Decreto 76-97 sobre cómo integrar una liga o equipo dice:

Artículo 113. Integración.

Las ligas se integran por la agrupación de Clubes, Equipos o deportistas aficionados o profesionales. Las ligas tendrán los mismos órganos que una Federación Deportiva Nacional y sus respectivos estatutos, los que para su

vigencia deberá aprobarlos el Comité Ejecutivo de la Asociación Deportiva Departamental o Municipal que le correspondiere o en el caso que éstas no existieran, por la Federación o Asociación deportiva nacional respectiva.

Los equipos se constituirán con las personas que se agrupen para participar en una actividad deportiva determinada. Los deportistas podrán integrar ligas en los deportes que se practiquen individualmente cuando lo autorice el órgano rector de la disciplina deportiva respectiva.

Las ligas y equipos deberán afiliarse a la Asociación Deportiva Municipal que corresponda, y, en caso de no existir ésta a la Asociación Deportiva Departamental. En caso contrario, serán reconocidas por la federación correspondiente.

Según lo establecido en los Estatutos de la Federación Internacional de Fútbol Asociado (FIFA) dice:

Artículo 18. Estatuto de las Ligas u otras Agrupaciones de Clubes

1. Las ligas u otras agrupaciones de clubes afiliadas a un miembro de la FIFA están subordinadas a éste, y solo pueden existir con el consentimiento del miembro. Los estatutos del miembro establecen el ámbito de competencia y los derechos y deberes de estas agrupaciones. El miembro aprueba los estatutos y reglamentos de estas agrupaciones.

2. Cada miembro deberá garantizar que sus clubes afiliados pueden tomar las decisiones que implican su afiliación al miembro con independencia de cualquier entidad externa. Esta obligación será válida independientemente de la forma jurídica del club. En todo caso, el miembro deberá garantizar que ninguna persona física o jurídica (compañías y sus filiales incluidas) controla más de un club si esto crea el riesgo de atentar contra la integridad del juego o de una competición.

Según lo establecido en los Estatutos de la Confederación Norte, Centroamericana y del Caribe de Fútbol (CONCACAF) dice:

Artículo 17. Estatutos de clubes, ligas y otros grupos

Los clubes, ligas, asociaciones regionales y otros grupos afiliados a las asociaciones miembro estarán subordinados a estas. A su vez, las asociaciones miembro los reconocerán. Los estatutos de las asociaciones miembro establecerán el ámbito de competencia y los derechos y deberes de estos clubes y grupos. Las asociaciones miembro aprobarán los estatutos y reglamentos de dichos clubes y grupos.

1. Las asociaciones miembro garantizarán que sus clubes y grupos afiliados toman las decisiones sobre su membresía con independencia de todo ente externo. Esta disposición será obligatoria, independientemente de su estructura corporativa.
2. En todo caso, las asociaciones miembro se asegurarán de que ninguna persona física o jurídica (incluidas las sociedades mercantiles y sus filiales) controle más de un club o grupo si esto atenta contra la integridad de cualquier partido o competencia.

Según lo establecido en los Estatutos de la Federación Deportiva Nacional de Fútbol de la República de Guatemala dice

Artículo 23. Número de delegados a la Asamblea.

Los miembros que conforman la Federación podrán designar a sus delegados oficiales, que los representarán ante la Asamblea General de la Federación, de la siguiente manera:

Las Ligas

El procedimiento para poder nombrar o elegir a los Delegados tanto titulares como suplentes de cada liga se hará de la siguiente manera:

Liga Nacional de Fútbol Femenino:

Tendrá derecho a nombrar (1) delegado titular y su respectivo delegado suplente.

Dichos delegados serán nombrados por el Comité Ejecutivo de la Liga Nacional de Fútbol Femenino. El Comité Ejecutivo de la Liga queda en la obligación de hacer llegar al Comité Ejecutivo de la Federación la respectiva carta poder para efectos de la acreditación correspondiente.

Según lo establecido en los Estatutos de la Liga Nacional de Fútbol Femenino de la República de Guatemala dice:

Artículo 4 Fines y Objetivos: Son fines y objetivos de la Liga Femenina de Fútbol, los siguientes:

4.1. Agrupar en su seno a Clubes y/o Equipos de Fútbol Femenino que cumplan con los requisitos establecidos en el reglamento respectivo, aprobado por la Fedefútbol, a efecto de lograr la efectiva coordinación y control de sus actividades.

4.2 Organizar y reglamentar el Fútbol Femenino en sus respectivas divisiones, cuidando las estructuras del mismo para mantener orden y organización.

4.3 Velar porque el Fútbol Femenino se practique conforme las reglas internacionales promulgadas por la FIFA y adoptadas por la Federación Nacional de Fútbol.

4.4 Llevar estadísticas y establecer registros ordenados de Jugadoras, Clubes y/o equipos de sus divisiones que contengan y reflejen el historial completo de progreso y potencial futbolístico nacional del Fútbol Femenino, seleccionar a los mejores y promover la superación de esta especialidad a nivel nacional e internacional.

Artículo 6: La Liga Femenina de Fútbol se regirá por la Ley del Deporte, Educación Física y Recreación, Estatutos, Reglamentos, Acuerdos y disposiciones internacionales de FIFA que adopte y emita la Federación Nacional de Fútbol y por los presentes estatutos, así como los reglamentos y demás disposiciones que ésta emita, aprobados por la Federación Nacional de Fútbol de Guatemala.

Artículo 7: Los Clubes y/o Equipos afiliados a la Liga y los integrantes de los mismos, se obligan a someter las diferencias que surjan en virtud de la interpretación y/o aplicación de las Leyes, Estatutos, Reglamentos o Acuerdos que rigen todo lo relativo con la organización y funcionamiento de la Liga Femenina, ante el Organismo Disciplinario nombrado por la Asamblea General.

OTRAS LIGAS AFILIADAS

Cualquier otra Liga afiliada a la Federación Nacional de Fútbol tendrá derecho a nombrar (1) delegado titular y su respectivo delegado suplente. Dichos delegados serán nombrados por el Comité Ejecutivo de la Liga de que se trate. El Comité Ejecutivo de la Liga queda en la obligación de hacer llegar al Comité Ejecutivo de la Federación la respectiva carta poder para efectos de la acreditación correspondiente.

2.30. DEPORTE DEL FÚTBOL FEMENINO EN LA SOCIEDAD GUATEMALTECA

En el pasado, la actividad profesional de la mujer se vio reducida al papel de ama de casa y poco más. Hoy este papel se ha quedado muy pequeño. La mujer

consigue día a día, no sin esfuerzo, integrarse en el mercado laboral. Uno de los sectores más vetados para las mujeres es el deporte, no porque no pueda practicarlo, sino porque para una mujer dedicarse profesionalmente al deporte es mucho más difícil que para un hombre. Sin embargo, al igual que en cualquier otro ámbito, cada día aparecen más organismos que abogan por la igualdad de género en el deporte. Además, desde el Comité Olímpico Guatemalteco, el Ministerio de Cultura y Deportes, Confederación Deportiva Autónoma de Guatemala y Dirección de Educación Física se están haciendo campañas para fomentar el deporte femenino. Existe un déficit en cuanto a las ayudas públicas destinadas al fomento de la práctica deportiva para la mujer, sobre todo en las áreas minoritarias. Hay otras barreras contra las que tiene que luchar la mujer deportista: poca presencia en los medios, inexistencia de incentivos económicos para que las empresas inviertan en el deporte femenino y el menor espectáculo que suponen sus competiciones. Todas estas barreras hacen que la mujer no pueda dedicarse profesionalmente al deporte. Desde hace algunos años, se está intentando hacer que las barreras entre mujer y deporte desaparezcan, desde la más temprana infancia hasta la madurez. No se trata sólo de fomentar el deporte profesional, sino de la práctica del deporte como actividad complementaria y enriquecedora, que fomenta la salud y el bienestar, y que permite a todos los individuos conocerse mejor, expresarse, adquirir habilidades y demostrar sus capacidades.

Durante los últimos años, la participación femenina en el deporte se ha visto incrementada de forma espectacular, sin embargo, esta participación no se ha visto reflejada en una mayor representación en puestos de decisión y dirección del deporte. Mientras que no haya mujeres que dirijan, decidan y sirvan de modelo dentro del deporte, no habrá igualdad de oportunidades para las damas. El incremento en la participación del género femenino en el deporte se ha visto respaldado por un interés de los organismos gubernamentales y no gubernamentales para incorporarlo al deporte. Este interés se refleja en las distintas actividades que se están llevando a cabo. El Comité Olímpico

Internacional (COI) está impulsando la participación de la mujer en el deporte mediante la celebración de conferencias centradas en la mujer y el deporte, estableciendo nuevos estatutos en los que obliga a que al menos un 20% de los participantes de una Olimpiada sean damas, promoviendo la inclusión de la mujer en los distintos Comités Olímpicos Nacionales y haciendo que estos presten atención a todos los aspectos de interés que suponen la inclusión de dicho género. El deporte para todos y el deporte federado, se ha convertido en una fuerza social con un gran impacto sobre la estructura de la sociedad y la condición de las mujeres.

Treinta millones de damas en el mundo demuestran que el fútbol también es su juego. La impresión predominante es que el fútbol femenino es muy activo, entretenido y progresivo. El fútbol mujeril ha alcanzado ya la cifra de 40 millones de practicantes. Este enorme crecimiento en todo el ámbito mundial ha provocado que la FIFA se vuelque con su fomento e impulso, a través de las distintas asociaciones nacionales. A lo largo de los noventa, la expansión del fútbol femenino ha batido récords de crecimiento. Nunca antes un deporte había obtenido un desarrollo tan vertiginoso a escala mundial. Si bien en Europa es practicado desde los años setenta, el puntapié inicial fue dado por las noruegas en el Congreso de FIFA de 1986, en México, cuando se disputó el Mundial. Las nórdicas reclamaron la atención para la rama femenina del fútbol y el entonces presidente de FIFA, el brasileño Joao Havelange, accedió a la realización de un torneo experimental que tuvo lugar en 1990, en China. El éxito fue tal que al año siguiente, también en China, quedaba oficializado por FIFA en el primer mundial que consagró campeona a la selección de Estados Unidos. El deporte pertenece a todos los seres humanos. Es importante para las mujeres y los hombres la manera en que este recurso proporciona posibilidades para aprender, experimentar el éxito, trabajar en equipo y para incrementar los momentos de la excelencia. Ellas están todavía sobre presentadas en los países donde las tradiciones culturales limitan su desarrollo. Sin embargo, veremos cada vez más a las damas dedicarse al deporte, incluso infringiendo las normas

de su sociedad o aceptándolas. La rapidez del desarrollo de dicho deporte, es por supuesto variado. Pero es importante que esté encaminado más o menos en todas partes. No obstante, muchos obstáculos permanecen todavía sin superar.

2.31. MODALIDAD DEL FÚTBOL FEMENINO GUATEMALTECO

La modalidad de juego adecuada para la categoría de 9 a 11 años en el fútbol femenino es la de 5 contra 5 y 7 contra 7 porque es donde los jugadores desarrollan sus cualidades físicas, técnicas, tácticas y psicológicas. Aquí es donde podemos obtener el mejor desempeño deportivo de esta categoría. Lo más importante para el desarrollo deportivo es que las niñas se divierten jugando al fútbol y poco a poco van aprendiendo una modalidad de juego, que más adelante se va a desarrollar como una táctica de juego. El nivel que las niñas pueden obtener en esta edad es de aprendizaje técnico y táctico el cual nos llevara a desarrollar en ellas cualidades específicas de fútbol. Por lo consiguiente se pueden dar varios ejemplos donde ellas desarrollen trabajos de conducción de balón, regates, cabeceos, etc.

CAPITULO III

3. MARCO METODOLOGICO

3.1. OBJETIVOS DELA INVESTIGACIÓN

3.1.1. GENERAL

Describir y evidenciar la gestión del proceso de Preparación Deportiva de las Atletas de Fútbol Femenino en la categoría de 9 a 11 años.

3.1.2. ESPECIFICOS

1. Determinar si el proceso de entrenamiento está debidamente planificado por los entrenadores responsables de la categoría de 9 a 11 años.

2. Determinar si los entrenadores gestionan la enseñanza de la Técnica del Mesociclo, Microciclo y Sesión de Entrenamiento en la categoría de 9 a 11 años.

3. Establecer si a los entrenadores de la categoría de 9 a 11 años la Liga les brinda las facilidades del equipamiento deportivo.

4. Evidenciar cómo los Entrenadores de la categoría de 9 a 11 años gestionan la preparación física de las atletas.

5. Evidenciar la comunicación de Dirigentes, Entrenadores, Padres de Familia y Atletas de la Liga de Fútbol Femenino, durante el proceso de Preparación Deportiva de la categoría de 9 a 11 años.

6. Determinar si los entrenadores y los dirigentes deportivos de la Liga de Fútbol Femenino establecen una planificación de competencias para las atletas.

7. Evidenciar si los entrenadores tienen un proceso estadístico de la evaluación del desarrollo deportivo de la categoría de 9 a 11 años.

8. Evidenciar si los dirigentes de la Liga de Fútbol Femenino dan seguimiento a la Gestión Deportiva del entrenador de la categoría de 9 a 11 años.

9. Determinar los procesos de gestión para el fútbol femenino de la categoría de 9 a 11 años.

3.2. VARIABLES

Gestionar la Preparación Deportiva de las Atletas de Fútbol Femenino.

3.2.1. DEFINICION CONCEPTUAL

Debe entenderse por Gestión de la Preparación Deportiva de las Atletas el desarrollo de las fases de cumplimiento de planear, organizar, dirigir, coordinar, desarrollar, controlar y evaluar todos aquellos aspectos deportivos que logren el

desarrollo físico-técnico de las atletas, ya que, a través de una adecuada gestión de los medios, métodos y condiciones pueden asegurar el logro óptimo del rendimiento deportivo, el cual tiene que estar siempre sujeto a la evaluación, para así poder llegar a una consolidación de su forma deportiva.

3.3. POBLACIÓN O UNIVERSO

Para la investigación, la población se conforma por: Entrenadores, Atletas, Dirigentes, Padres de Familia y Personal Administrativo.

3.4. LA MUESTRA

Para la validez y confiabilidad de la investigación, la muestra estuvo comprendida por el total de la Población.

Entidad Deportiva	Puestos	Grupos	Total	%
Liga Nacional de Fútbol Femenino	Administración	Comité Ejecutivo de la Liga.	4	5
		Personal Administrativos	2	3
	Personal Técnico	Entrenadores	10	13
		Atletas	20	26
	Totales			36

3.5. LOS INSTRUMENTOS

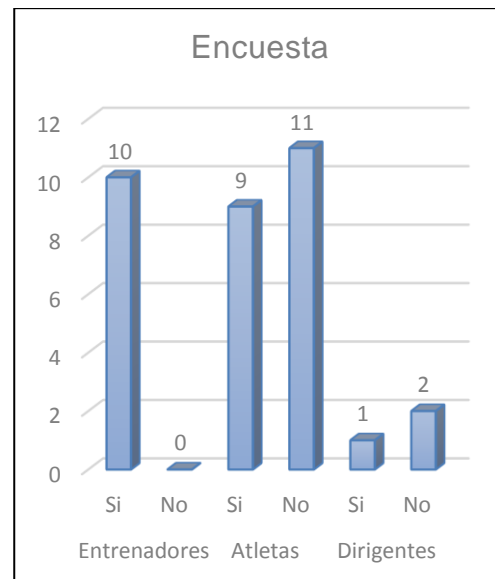
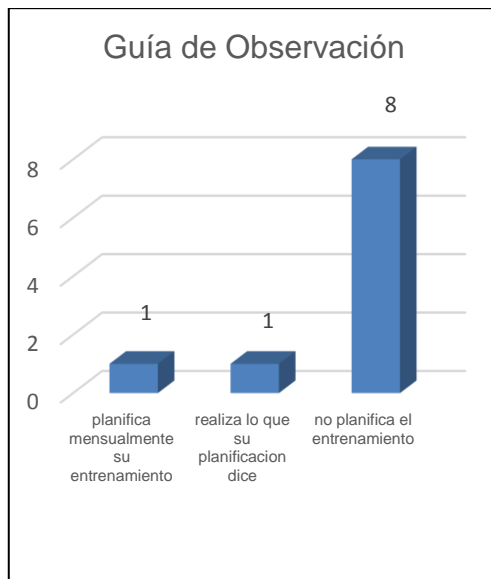
Para la presente investigación se diseñó y aplicó con una encuesta.

3.6. PRESENTACIÓN DE DATOS

3.6.1. GRÁFICA DE LA ENCUESTA Y GUIA DE OBSERVACIÓN

Pregunta No. 1

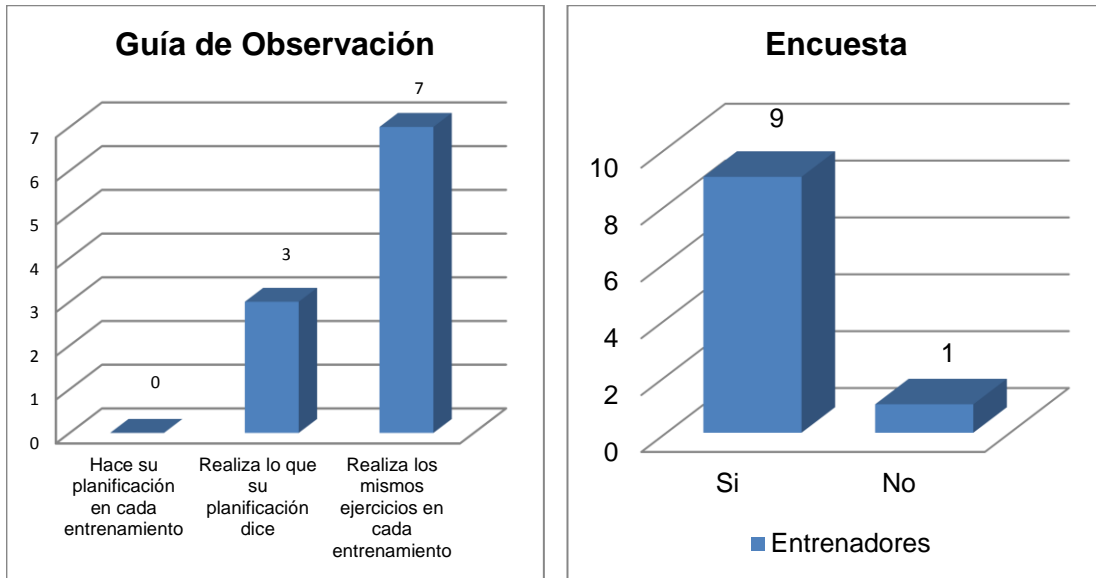
¿Elabora usted la planificación mensual para el proceso de entrenamiento de sus atletas?



De 10 entrenadores encuestados, el 100% afirma que planifica el proceso de entrenamiento. Mientras que el 55% de los atletas afirman que su entrenador no planifica. El 33% de los dirigentes confirman que no planifica. De acuerdo a la guía de observación se confirma que el 80% de los entrenadores no planifica, confía en su experiencia para dirigir el entrenamiento.

Pregunta No. 2

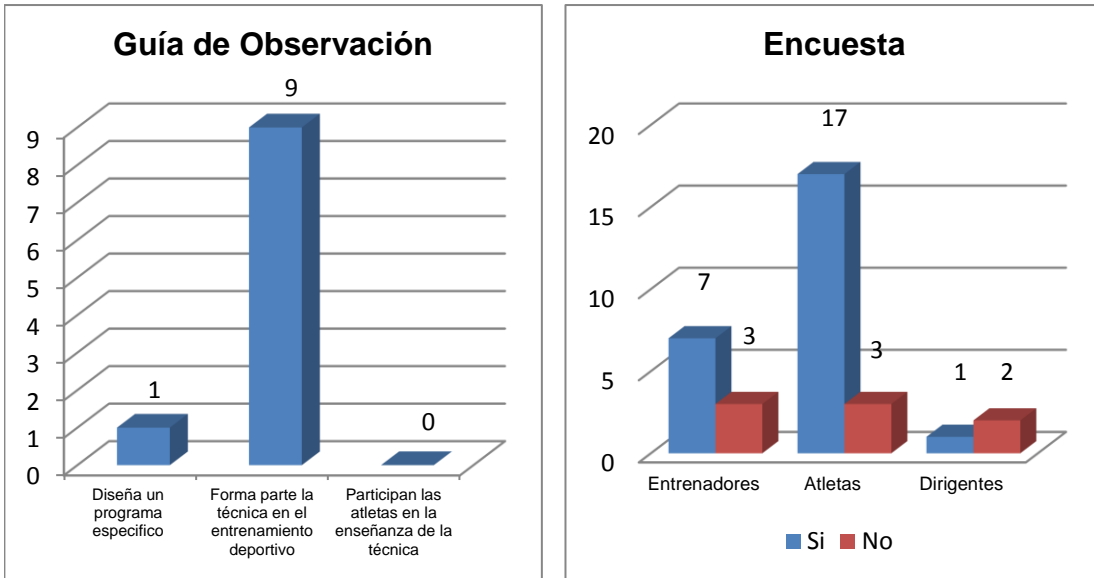
¿Elabora usted la Planificación de cada unidad de entrenamiento de sus atletas?



De los 10 entrenadores encuestados, el 90% dice que planifica su unidad de entrenamiento. El 10% de los entrenadores afirman que no planifican su unidad de entrenamiento. De acuerdo a la guía de observación el 100% de los entrenadores no planifica su unidad de entrenamiento. No hay planificación en la liga de fútbol femenino en los entrenamientos.

Pregunta No. 3

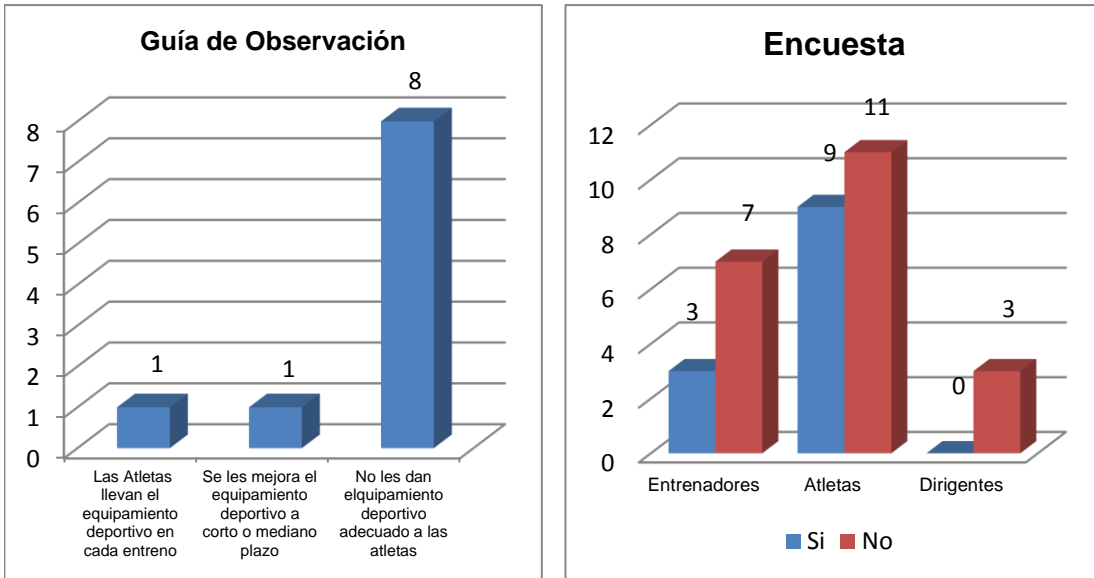
¿Usted como entrenador tiene un Programa de la Enseñanza de la técnica para sus atletas?



De los 10 entrenadores encuestados el 70% afirma que si tiene un programa de la enseñanza de la técnica. El 85% de los atletas confirman que si tiene un programa de la enseñanza de la técnica. El 66% de los dirigentes confirman que no tienen ese programa. De acuerdo a la guía de observación el 10% de los entrenadores diseña un programa de enseñanza de la técnica. No existe un programa de enseñanza de la técnica en la liga de fútbol femenino.

Pregunta No. 4

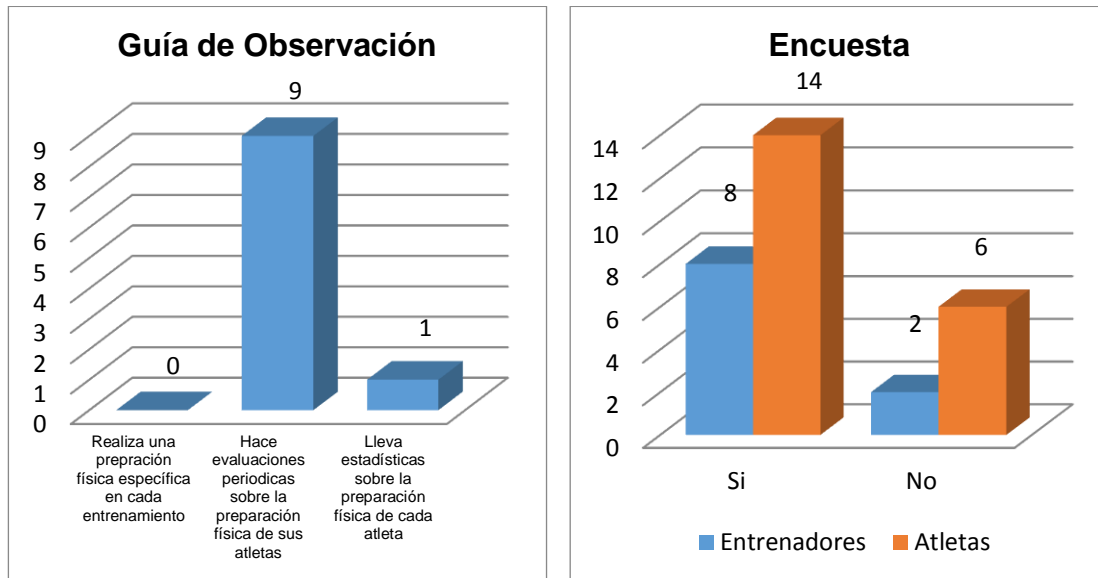
¿A usted como entrenador le dan el Equipamiento Deportivo adecuado para sus sesiones de entrenamiento?



De los 10 entrenadores encuestados el 30% afirma que si le dan el equipamiento deportivo adecuado. El 45% de las atletas confirman que si les dan el equipamiento deportivo. El 100% de los dirigentes confirman que no se les da el equipamiento deportivo. De acuerdo a la guía de observación el 80% de las Atletas no reciben el equipamiento deportivo adecuado para su entrenamiento. No tienen un equipamiento deportivo adecuado.

Pregunta No. 5

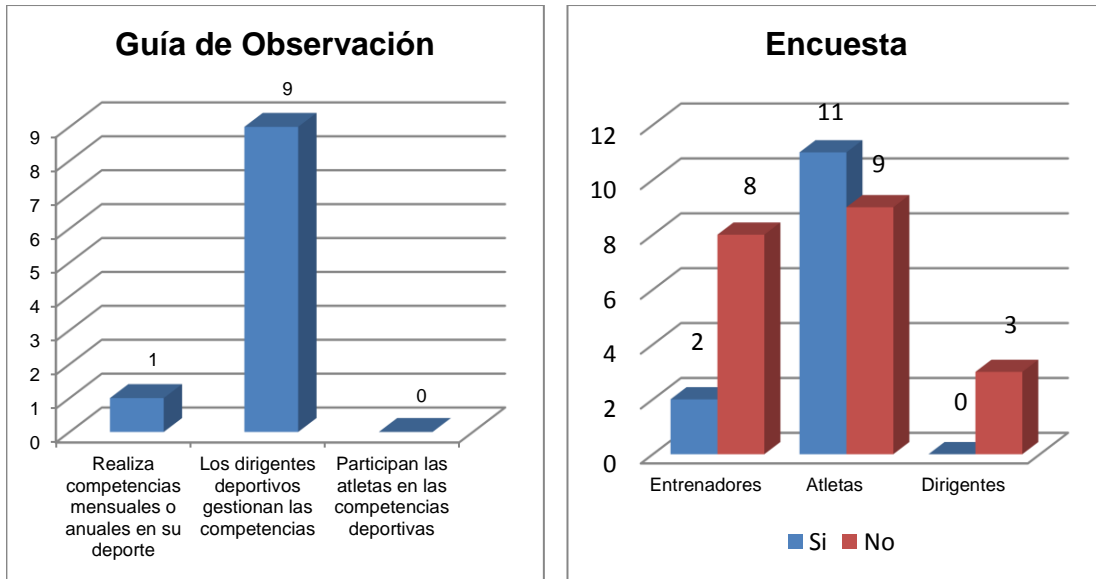
¿Usted como entrenador de la Liga de Fútbol Femenino se hace cargo de la Preparación Física de sus atletas?



De los 10 entrenadores encuestados el 80% afirman que si se hacen cargo de la preparación física de las atletas. El 70% de las atletas confirman que si hacen preparación física los entrenadores de la liga. De acuerdo a la guía de observación solo el 100% de los entrenadores no realiza la preparación física en la liga de fútbol femenino. No hacen la preparación física por temor a equivocarse con los atletas.

Pregunta No. 6

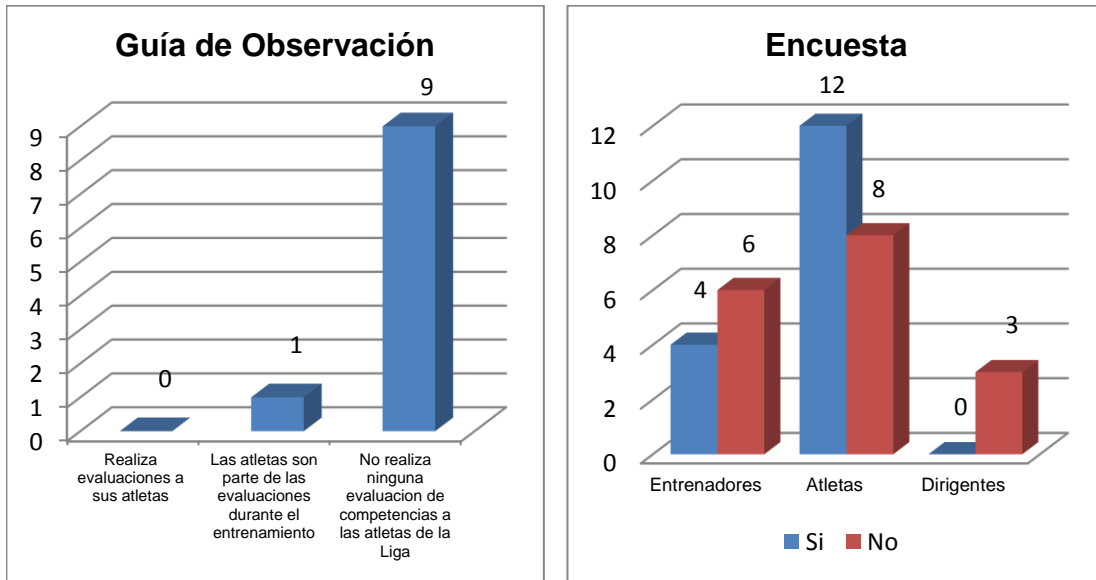
¿Usted como entrenador de la Liga de Fútbol Femenino en conjunto con los Dirigentes tiene una planificación anual o mensual de competencias para sus atletas?



De los 10 entrenadores encuestados el 20% afirma que tiene una planificación anual o mensual de competencias. El 55% de las atletas confirman que si hay competencias anuales. Los dirigentes deportivos dicen que no hay planificación de competencias para las atletas. De acuerdo a la guía de observación el 10% de los entrenadores realiza competencias anuales en la liga de fútbol femenino que no están dentro de una planificación. No hay planificación de competencias anuales en la liga porque no hay datos sobre ellas.

Pregunta No. 7

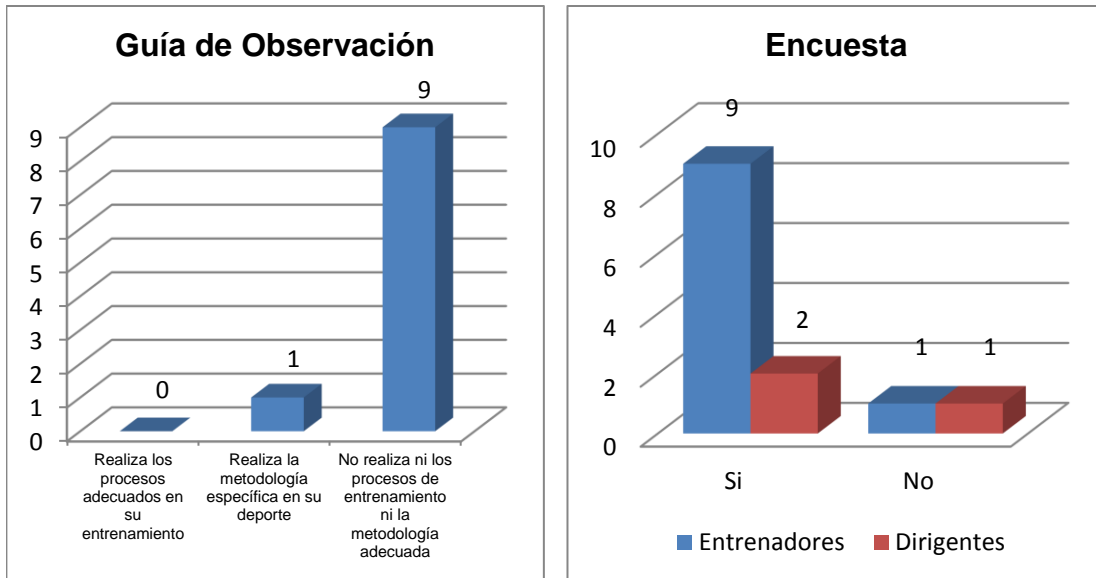
¿Aplica usted como entrenador evaluaciones periódicas a sus atletas?



De los 10 entrenadores encuestados el 40% afirma que hace evaluaciones periódicas a sus atletas. El 60% de las atletas confirman que si hacen evaluaciones los entrenadores de la liga. Los dirigentes confirman que los entrenadores no hacen evaluaciones periódicas a las atletas. De acuerdo a la guía de observación el 100% de los entrenadores no hacen evaluaciones periódicas a las atletas de la liga. Se determina que los entrenadores no tienen documentados los resultados.

Pregunta No. 8

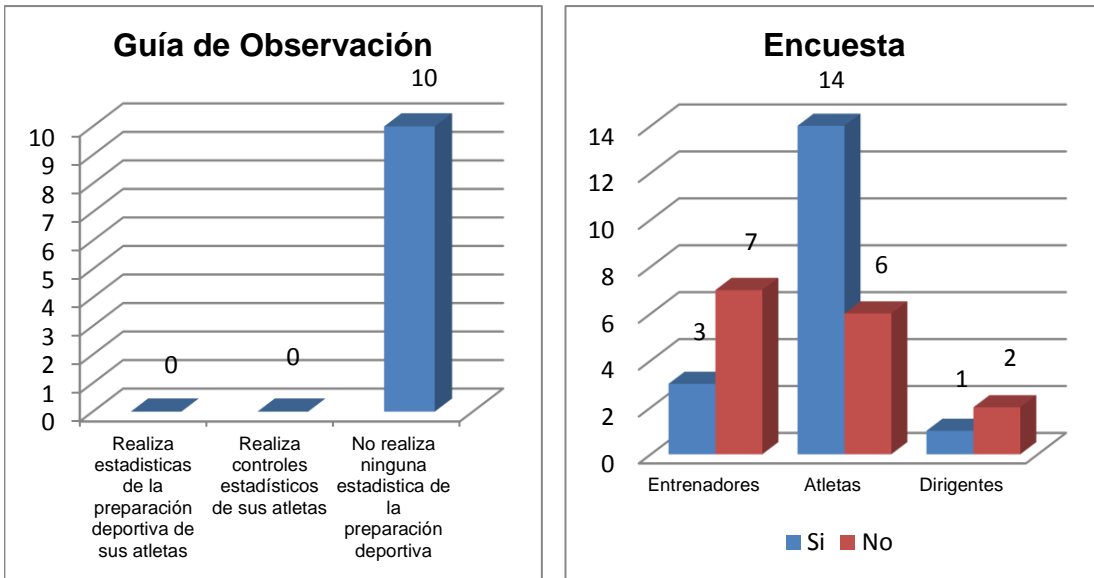
¿Usted como entrenador de la Liga de Fútbol Femenino elabora los procesos de entrenamiento y la metodología adecuada para sus atletas?



De los 10 entrenadores encuestados el 90% afirma que elabora los procesos de entrenamiento y lleva una metodología adecuada. El 67% de los dirigentes deportivos confirma que los entrenadores si llevan una metodología adecuada de entrenamiento. De acuerdo a la guía de observación los entrenadores no llevan un proceso adecuado de entrenamiento y no cumplen con una metodología adecuada.

Pregunta No. 9

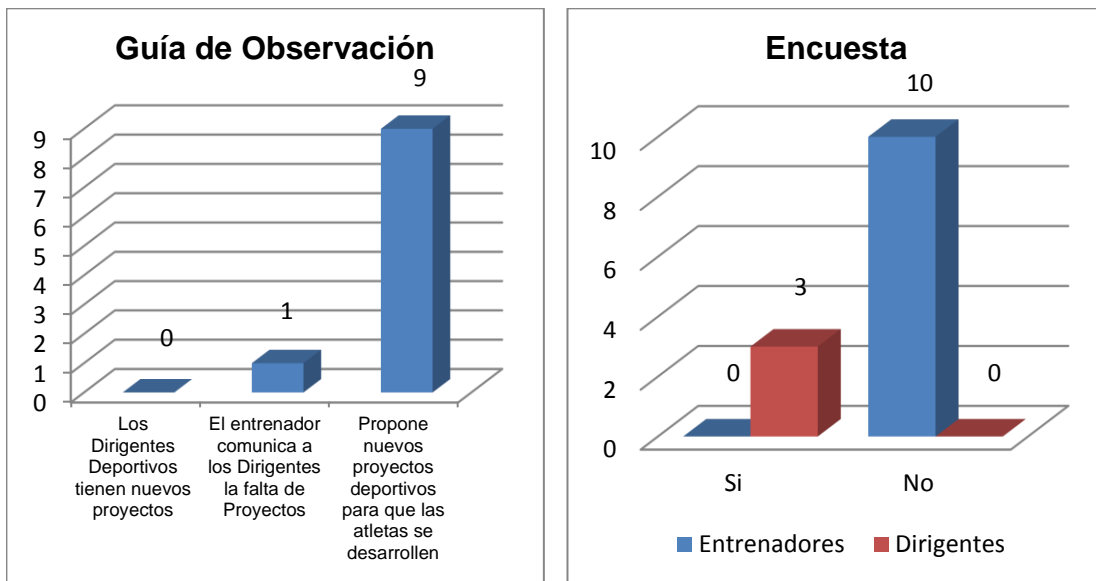
¿Usted como entrenador lleva estadísticas de la Preparación Deportiva de sus atletas mensuales, semestrales o anuales?



De los 10 entrenadores el 30% afirma que lleva las estadísticas de la preparación deportiva de sus atletas. El 70% de las atletas confirman que los entrenadores si llevan estadísticas de la preparación deportiva en la liga. El 66% de los dirigentes deportivos dice que los entrenadores no llevan estadísticas de la preparación deportiva a las atletas de la liga. De acuerdo a la guía de observación los entrenadores no llevan estadísticas de la preparación deportiva de sus atletas.

Pregunta No. 10

¿Cómo entrenador mantiene una comunicación permanente con la Dirigencia de la Liga de Fútbol Femenino para conocer los nuevos proyectos para la Preparación Deportiva de sus atletas?



De los 10 entrenadores todos dicen que no tiene comunicación con la dirigencia deportiva para hacer nuevos proyectos de la preparación deportiva en la liga de fútbol femenino. El 100% de los dirigentes deportivos confirman que los entrenadores tienen buena comunicación para hacer nuevos proyectos de desarrollo. De acuerdo a la guía de observación el 90% de los entrenadores no propone nuevos proyectos de desarrollo para beneficio de la liga de fútbol femenino y de las atletas.

4. CONCLUSIONES

1. Se verificó que la falta de la gestión en la preparación deportiva de la Liga Nacional de Fútbol Femenino de la Ciudad de Guatemala, radica en que los dirigentes y entrenadores no tienen una formación de procesos y metodología de desarrollo en el fútbol femenino.
2. Se verificó que la liga Nacional de Futbol Femenino no cuenta con:
 - a) Una planificación Anual de competencias que pueda desarrollar una preparación deportiva adecuada para las atletas.
 - b) No cuentan con un Programa de la Enseñanza de la Técnica específica en el fútbol base que pueda desarrollar las cualidades motrices de las atletas de la liga de fútbol Femenino.
 - c) No cuentan con Programas de Preparación Física donde las atletas puedan desarrollar sus cualidades físicas de la fuerza, la resistencia, la velocidad, flexibilidad, agilidad.
3. Los entrenadores de la Liga de fútbol Femenino no realizan evaluaciones periódicas a sus atletas para ver en qué estado psicológico, físico, técnico, táctico se encuentran.
4. No existe un Plan de capacitación en la liga Nacional de Fútbol Femenino para entrenadores, dirigentes deportivos y atletas que permita desarrollar el fútbol como un deporte en conjunto.
5. Los entrenadores de la Liga de Fútbol Femenino no realizan evaluaciones periódicas a sus atletas para ver en qué estado psicológico, físico, técnico, táctico se encuentran.

6. No existe un plan de capacitación en la Liga Nacional de Fútbol Femenino para entrenadores, dirigentes deportivos y atletas que permita desarrollar el fútbol como un deporte en conjunto.
7. No existe una estructura en la Liga Nacional de Fútbol Femenino donde promuevan la enseñanza de la técnica, la gestión deportiva, la preparación física y preparación deportiva que lleve dicho deporte a un alto rendimiento.
8. No reciben ayuda de parte de la Federación Nacional de Fútbol para la promoción y capacitación del deporte en el fútbol femenino en la ciudad de Guatemala.
9. No existe un plan que contenga las estrategias adecuadas para la gestión de la preparación deportiva del fútbol femenino en la Ciudad de Guatemala.

5. RECOMENDACIONES

1. Crear un proyecto global de fútbol base en la Liga Nacional de Fútbol Femenino que fomente el deporte como una iniciación deportiva que lleve a las atletas a un desarrollo deportivo.
2. Crear un Manual que establezca una planificación de programas de entrenamiento, preparación física y preparación deportiva que lleve a los entrenadores a hacer atletas de alto rendimiento en dicho deporte.
3. Los entrenadores deben diseñar programas de entrenamiento deportivo basados en el manual antes diseñado que desarrollen una buena gestión en la preparación deportiva de las atletas de la Liga de Fútbol Femenino que deberá de incluir en el mismo la planificación semanal y diaria. Ver anexo 5
4. El trabajo diario debe quedar plasmado en los esquemas de la planificación del entrenamiento diario y ser portado hacia el lugar de entreno para no caer en la improvisación. Ver anexo 6.
5. Se recomienda que las entidades deportivas rectoras tengan programas de evaluación y control de cada uno de los deportes y que supervisen con mayor frecuencia y drasticidad cada uno de los entrenamientos y que verifiquen que se realicen los entrenamientos como lo exige la planificación diseñada.

Capítulo IV

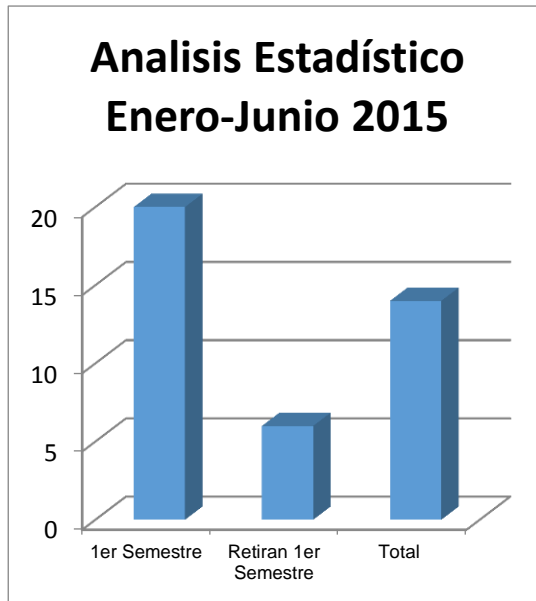
6. ANALISIS ESTADISTICO

6.1. INTRODUCCIÓN

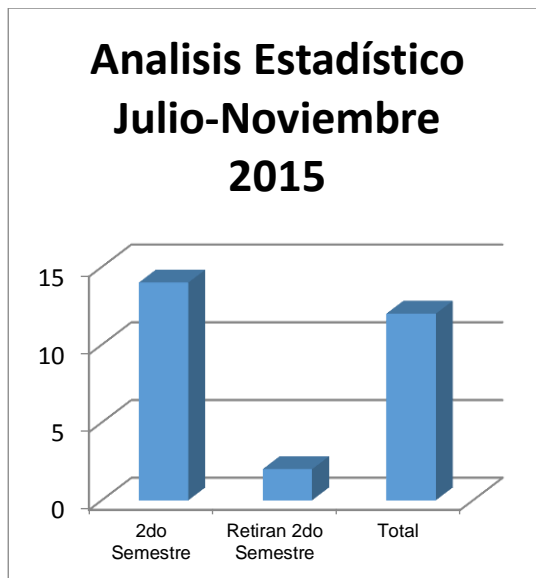
El producto de este trabajo de campo se pudo determinar que en la Liga Nacional de Fútbol Femenino en la Edad Formativa de 9 a 11 años

Analisis Estadístico 1er Trimestre Enero-Junio 2015			
Edad Formativa	1er Semestre	Retiran 1er Semestre	Total
9 a 11 años	20	6	14
Analisis Estadístico 2do Trimestre Julio-Noviembre 2015 Niñas			
Edad Formativa	2do Semestre	Retiran 2do Semestre	Total
9 a 11 años	14	2	12
Analisis Estadístico 1er Trimestre Enero-Junio 2016 Niñas			
Edad Formativa	1er Semestre	1er Semestre	Total
9 a 11 años	15	4	11

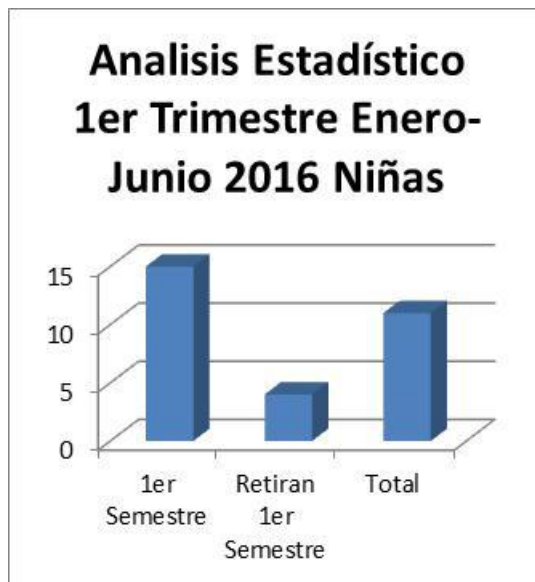
6.1.1. Se puede evidenciar que en el primer análisis estadístico se tuvieron 20 niñas al inicio del Semestre, el cual 6 se retiraron. La causa principal de las niñas que se retiran es que al cumplir los 11 años automáticamente pasan a la siguiente categoría por la edad que tienen y por el rendimiento deportivo.



6.1.2. Se puede evidenciar que en el segundo análisis estadístico se tuvieron 14 niñas al inicio del Semestre, el cual 2 se retiraron. La causa principal de las niñas que se retiraron en este semestre fue la falta de apoyo de los padres de familia en no llevar a sus hijas al programa por falta de recursos económicos.



6.1.3. Se puede evidenciar que en el tercer análisis estadístico se tuvieron 15 niñas al inicio del Semestre, el cual 4 se retiraron. La causa principal de las niñas que se retiraron en este semestre fue el cambio de la instalación deportiva, ya que los padres de familia no les gusta porque no tienen las mismas comodidades sus hijas en el desarrollo del deporte.



6. Bibliografía

1. Acosta Hernández, Rubén. (1999). Dirección, Gestión y Administración de las Organizaciones Deportivas Editorial Paidotribo. Barcelona.
2. Alberto Sacristán, Carmen; Hernando Jerez, Víctor y Fernández Ajenjo, José Antonio Gestión. (1996) Dirección de Empresas Deportivas. Teoría y Práctica Gymnos. Madrid.
3. Bernillon, A y Cerutti, O. (1993). Los instrumentos de gestión de la calidad. Barcelona: Gestión 2000.
4. Constitución Política de la República de Guatemala. (2008). Asamblea Nacional Constituyente Junio de 1985.
5. Bernillon, A. (1993). La calidad. Barcelona: Gestión 2000.
6. De Andrés, F. (1997). La evaluación de la gestión de un centro deportivo. Barcelona Madrid: Consejo Superior de Deportes. Federación Española de Municipios y Provincias.
7. Estatutos de la Confederación de Fútbol y Asociación de Norteamérica, Centroamérica, y del Caribe. (2015).
8. Estatutos de la Federación Internacional de Fútbol y Asociados (FIFA). (2015) Abril, Suiza.
9. Estatutos de la Federación Nacional de Fútbol de Guatemala. (2015).

10. Estatutos de la Liga Nacional de Fútbol Femenino. (2011).
11. Forteza de la Rosa, A. Ranzola Ribas. (1988) Bases Metodológicas del Entrenamiento Deportivo. La Habana. Editorial Científico-Técnica.
12. Gestión en el Tercer Milenio, Rev. De Investigación de la Fac. de Ciencias Administrativas, UNMSM (2009). Lima Perú. Volumen 12 No. 23.
13. Ley Nacional Para El Desarrollo De La Cultura Física y Del Deporte, Decreto No. 76-97 Del Congreso de la República. (2012). Guatemala C.A.
14. Martínez, Delmy Elizabeth (2009). Tesis de Organización y Ejecución Administrativa de Torneos Competitivos de la Liga Nacional de Fútbol Femenino-FEDEFUT.
15. March, J. G. y H. A. Simon. (1962). Teoría de la organización. Barcelona: Ediciones Ariel S.A
16. Margulies, N. y A. P. Raia. (1979). Desarrollo organizacional. México 12, D. F. Editorial Diana.
17. Montenegro Carrillo, Jorge Eduardo. (2007). Tesis de Programa de Preparación para los Practicantes de Lucha de las Categorías Infanto-Juvenil y Juvenil y Capacitación Técnica de los Entrenadores que atienden estas Categorías en la Ciudad de Guatemala.
18. Harre. (1987). Periodización del Entrenamiento Deportivo.

19. Matveev, L. Fundamentos del Entrenamiento Deportivo (1980). Moscú. Raduga.
20. Urcola, J. (2000). Factores claves de la dirección. Madrid: ESIC.
21. Velazco, J. (1997). Gestión de calidad. Madrid: Pirámide.
22. Zerilli, A. (1992). Fundamentos de organización y dirección general. Bilbao: Deusto.

7. Anexos

ANEXO 1

UNIVERSIDAD GALILEO

FACULTAD DE CIENCIA Y TECNOLOGÍA DEL DEPORTE (FACTEDE

LICENCIATURA EN GESTIÓN DE ENTIDADES DEPORTIVAS

ENCUESTA ENTRENADORES

OBJETIVO

Describir y evidenciar la gestión del proceso de Preparación Deportiva de las atletas de Fútbol Femenino en la categoría de 9 a 11 años.

PRESENTACIÓN

Esta encuesta pretende obtener información de los entrenadores, atletas, dirigentes, padres de familia y personal administrativo de la Liga Nacional de Fútbol Femenino de la República de Guatemala, sobre la gestión de la Preparación Deportiva del Fútbol Femenino en la categoría de 9 a 11 años. Por lo que rogamos responder cada pregunta que servirá de un valioso aporte.

INTRODUCCIÓN

Marque con una X la respuesta que considere conveniente. ¿Esta encuesta está dirigida a los atletas, padres de familia, entrenadores y dirigentes? Se diseñara una para cada uno de los grupos

1. ¿Elabora usted la planificación mensual para el proceso de entrenamiento de sus atletas?

Si () No ()

2. ¿Elabora usted la planificación de cada unidad de entrenamiento de sus atletas?

Si () No ()

3. ¿Usted como entrenador tiene un programa de la enseñanza de la técnica para sus atletas?

Si () No ()

4. ¿A usted como entrenador la Liga de Fútbol Femenino de Guatemala le pide la planificación de su, Macro ciclo, Mesociclo, Microciclo y Sesión de entrenamiento?

Si () No () Algunas Veces ()

5. ¿Usted como entrenador recibe capacitación en su deporte?

Si () No () Algunas Veces ()

6. ¿A usted como entrenador de la Liga de Fútbol Femenino le dan el equipamiento deportivo adecuado para sus sesiones de entrenamiento?

Si () No ()

7. ¿Usted como entrenador de la Liga de Fútbol Femenino se hacen cargo de la Preparación Física de sus atletas?

Si () No ()

8. ¿Usted como entrenador de la Liga de Fútbol Femenino en conjunto con los dirigentes tienen una planificación anual o mensual de competencias para sus atletas?

Si () No ()

9. ¿Usted como entrenador de la Liga de Fútbol Femenino elabora los procesos de entrenamientos y la metodología adecuada en sus atletas?

Si () No ()

10. ¿Usted como entrenador de la Liga de Fútbol Femenino alcanza sus objetivos al final de cada entrenamiento con sus atletas?

Si () No ()

11. ¿Usted como entrenador de la Liga de Fútbol Femenino prepara con anticipación su planificación o la improvisa sobre la marcha para sus atletas?

Si () No ()

12. ¿Elabora usted el mismo esquema de entrenamiento cada mes para sus atletas o lo varia en base a su planificación?

Si () No () Algunas Veces ()

13. ¿Usted como entrenador lleva estadísticas de la preparación deportiva de sus atletas mensuales, semestrales o anuales?

Si () No ()

14. ¿Cómo entrenador mantiene una comunicación permanente con la Dirigencia de la Liga de Fútbol Femenino para conocer los nuevos proyectos para la Preparación Deportiva de sus atletas?

Si () No ()

15. ¿Usted como entrenador evalúa periódicamente a sus atletas para ver cómo están en la preparación física, deportiva, técnica, táctica, psicológica?

Si () No ()

ANEXO 2

UNIVERSIDAD GALILEO

FACULTAD DE CIENCIA Y TECNOLOGÍA DEL DEPORTE (FACTEDE)

LICENCIATURA EN GESTIÓN DE ENTIDADES DEPORTIVAS

ENCUESTA ATLETAS

OBJETIVO

Describir y evidenciar la gestión del proceso de Preparación Deportiva de las atletas de Fútbol Femenino en la categoría de 9 a 11 años.

PRESENTACIÓN

Esta encuesta pretende obtener información de los entrenadores, atletas, dirigentes, padres de familia y personal administrativo de la Liga Nacional de Fútbol Femenino de la República de Guatemala, sobre la gestión de la Preparación Deportiva del Fútbol Femenino en la categoría de 9 a 11 años. Por lo que rogamos responder cada pregunta que servirá de un valioso aporte.

INTRODUCCIÓN: Marque con una X la respuesta que considere conveniente.
¿Esta encuesta está dirigida a los atletas, padres de familia, entrenadores y dirigentes? Se diseñara una para cada uno de los grupos

1. ¿Tu entrenador antes del entrenamiento te informa del objetivo y te explica cómo se desarrollará toda la sesión del entrenamiento?

Si () No ()

2. ¿Conoces la planificación del entrenamiento que tu entrenador diseñó para ti o tu equipo?

Si () No ()

3. ¿Conoces si tu entrenador planifica la enseñanza de la técnica en la Unidad de Entrenamiento?

Si () No ()

4. ¿Conoces si tu entrenador estructura la enseñanza de la técnica de tu deporte en el mesociclo de entrenamiento?

Si () No ()

5. ¿Identificas en cada sesión de entrenamiento el mismo ejercicio y eres objeto de evaluación de esa técnica?

Si () No ()

6. ¿Después de la evaluación te cambia el ejercicio?

Si () No ()

7. ¿Conoces si tu entrenador comparte con la Liga de Fútbol Femenino la planificación anual del entrenamiento proyectado para las atletas de la categoría de 9 a 11 años?

Si () No ()

8. ¿Tienes conocimiento si tu entrenador asiste a capacitaciones convocado por la Liga de Fútbol Femenino?

Si () No ()

9. ¿Tienes conocimiento si tú entrenador solicita a la Liga de Fútbol Femenino el equipamiento deportivo para cada sesión de entrenamiento?

Si () No ()

10. ¿Conoces si tu entrenador se presenta a la sesión de entrenamiento con el plan diario?

Si () No ()

11. ¿Conoces si tu entrenador verifica el aprendizaje de una técnica antes de pasar a una nueva?

Si () No ()

12. ¿Tú entrenador dirige la preparación física en cada sesión de entrenamiento?

Si () No ()

13. ¿Tú entrenador realiza competencias mensuales, semestrales o anuales para verificar la evolución en tu deporte?

Si () No ()

14. ¿Tú entrenador realiza evaluaciones a sus atletas para ver cómo va mejorando su rendimiento deportivo?

Si () No ()

15. ¿Tú entrenador lleva estadísticas de la preparación deportiva mensualmente, semestralmente, o anualmente de sus atletas?

Si () No ()

16. ¿Tú entrenador te dice cuál es el objetivo principal de tú preparación física en cada sesión de entrenamiento?

Si () No ()

17. ¿Conoces si tú entrenador verifica la preparación física de cada atleta en la sesión de entrenamiento?

Si () No ()

18. ¿Conoces tú si tu entrenador tiene un plan diario y específico de la preparación física de sus atletas?

Si () No ()

19. ¿Conoces tú si la preparación física le proporciona a las atletas la energía y la vitalidad necesaria para su deporte?

Si () No ()

20. ¿Conoces tú si tu entrenador te hace un plan para recuperar tu estado físico?

Si () No ()

21. ¿Conoces tú que metodología de entrenamiento trabaja tu entrenador?

Si () No ()

ANEXO 3

UNIVERSIDAD GALILEO

FACULTAD DE CIENCIA Y TECNOLOGÍA DEL DEPORTE (FACTEDE)

LICENCIATURA EN GESTIÓN DE ENTIDADES DEPORTIVAS

ENCUESTA DIRIGENTES DEPORTIVOS

OBJETIVO

Describir y evidenciar la gestión del proceso de Preparación Deportiva de las atletas de Fútbol Femenino en la categoría de 9 a 11 años.

PRESENTACIÓN

Esta encuesta pretende obtener información de los entrenadores, atletas, dirigentes, padres de familia y personal administrativo de la Liga Nacional de Fútbol Femenino de la República de Guatemala, sobre la gestión de la Preparación Deportiva del Fútbol Femenino en la categoría de 9 a 11 años. Por lo que rogamos responder cada pregunta que servirá de un valioso aporte.

INTRODUCCIÓN: Marque con una X la respuesta que considere conveniente.
¿Esta encuesta está dirigida a los atletas, padres de familia y dirigentes?, ¿Se diseñara una para cada uno de los grupos?

1. ¿Usted gestiona la preparación deportiva en todas sus categorías?

Si () No ()

2. ¿Usted tiene un programa para el desarrollo de la Preparación Deportiva de todas las atletas?

Si () No ()

3. ¿Usted recibe la planificación anual, mensual, semanal, de los entrenadores de la Liga de Fútbol Femenino?

Si () No ()

4. ¿Usted evalúa como los entrenadores utilizan la metodología adecuada para la enseñanza de la preparación física de las atletas de la Liga de Fútbol Femenino?

Si () No ()

5. ¿Usted capacita a sus entrenadores semestralmente o trimestralmente?

Si () No ()

6. ¿Usted les da el equipamiento deportivo adecuado a los entrenadores para el desarrollo de su deporte?

Si () No ()

7. ¿Usted realiza evaluaciones médicas periódicamente a sus atletas?

Si () No ()

8. ¿Usted en conjunto con los entrenadores tiene programadas las competencias deportivas de sus atletas?

Si () No ()

9. ¿Usted califica bien el desarrollo deportivo de sus entrenadores?

Si () No ()

10. ¿Usted cuenta con las Instalaciones Deportivas adecuadas?

Si () No ()

11. ¿Usted se comunica con los entrenadores periódicamente o seguido, para ver cómo va el desarrollo de la preparación deportiva de las atletas de la Liga?

Si () No () Algunas Veces ()

12. ¿Usted logra los objetivos alcanzados en base a la planificación mensual que tiene su programa de desarrollo deportivo?

Si () No ()

13. ¿Usted tiene proyecto de capacitaciones de largo o mediano plazo sobre la Preparación Deportiva adecuada que deben de recibir sus atletas?

Si () No () Algunas Veces ()

14. ¿Usted recibe capacitación periódicamente?

Si () No () Algunas Veces ()

15. ¿Usted tiene conocimiento si los entrenadores de la Liga de Fútbol Femenino llevan estadísticas de la preparación deportiva de sus atletas?

Si () No ()

16. ¿Usted lleva a cabalidad los Procesos de Gestión Deportiva de la Liga de Fútbol Femenino?

Si () No ()

ANEXO 4

UNIVERSIDAD GALILEO

FACULTAD DE CIENCIA Y TECNOLOGÍA DEL DEPORTE (FACTEDE)

LICENCIATURA EN GESTIÓN DE ENTIDADES DEPORTIVAS

GUÍA DE OBSERVACIÓN

OBJETIVO

Describir y evidenciar la Gestión del proceso de Preparación Deportiva de las Atletas de Fútbol Femenino en la categoría de 9 a 11 años.

ELEMENTOS PARA LA EVALUACIÓN:

1. PLANIFICACIÓN: el entrenador elabora la planificación para el proceso de entrenamiento de sus atletas.

- a. Hace su planificación en cada entrenamiento ()
- b. Realiza lo que su planificación dice ()
- c. No Planifica el Entrenamiento Deportivo ()

2. Enseñanza de la Técnica

2.1. Programa de la Enseñanza de la Técnica: el entrenador es el que realiza la enseñanza de la técnica correcta en el fútbol base.

- a. Diseña un programa específico para la enseñanza de la
- b. técnica. ()
- c. Forma parte de la enseñanza de la técnica el Entrenamiento deportivo. ()
- d. Participan las atletas en la enseñanza de la técnica. ()

3. Desarrollo de la Sesión de Entrenamiento

3.1. Sesión de Entrenamiento: es un elemento esencial de un microciclo que nos ayuda a la organización y formación del deportista y esta se divide en calentamiento, desarrollo y relajación.

- a. Diseña un esquema específico de entrenamiento para el fortalecimiento de las capacidades motrices de sus atletas. ()
- b. Hace partícipe a las atletas de este esquema en cada unidad de entrenamiento. ()
- c. No tiene un esquema específico que desarrolle las capacidades motrices de sus atletas. ()

4. Equipamiento Deportivo: son los recursos necesarios que los entrenadores y los atletas necesitan para realizar bien una sesión de entrenamiento.

- a. Las atletas llevan el equipamiento deportivo en cada entrenamiento. ()
- b. Se les mejora el equipamiento deportivo cada a corto o mediano plazo a las atletas. ()
- c. No les dan el equipamiento deportivo adecuado a las atletas. ()

5. Preparación Física: es el desarrollo de las cualidades físicas de las atletas, tales como la fuerza, la resistencia, la velocidad, la flexibilidad.

- a. Realiza una preparación física específica en cada categoría. ()
- b. Hace la evaluación periódica respectiva sobre la preparación física de sus atletas. ()
- c. Lleva estadística sobre la preparación física de cada atleta.

()

6. Planificación Anual o Mensual de Competencias: es el desarrollo del trabajo realizado mensualmente o anualmente del programa de formación base de las atletas de la Liga de Fútbol Femenino.

- a. Realiza competencias mensuales o anuales para ver el proceso de desarrollo de su deporte. ()
- b. Los dirigentes deportivos gestionan las competencias para ver la evolución de sus atletas. ()
- c. Participan las atletas en las competencias deportivas. ()

7. Evaluaciones Periódicas: son pruebas que se verifican cómo están las atletas en sus procesos de entrenamiento, en su desarrollo, en su salud mental, físicos, psicológicos, etc.

- a. Realiza evaluaciones a sus atletas para ver la evolución de los procesos de entrenamiento. ()
- b. Las atletas son parte de las evaluaciones durante el entrenamiento. ()
- c. No realiza ninguna evaluación mensual, semestral o anual de competencia a las atletas. ()

8. Procesos de Entrenamiento y Metodología: el entrenador lo utiliza como el rápido aumento de la capacidad de rendimiento físico, psíquico, intelectual, técnico-motor de las atletas.

- a. Realiza los procesos adecuados en su deporte. ()
- b. Realiza la metodología específica de su deporte. ()
- c. No realiza ni los procesos de entrenamiento ni la metodología adecuada en su deporte. ()

9. Preparación Deportiva

9.1. **Objetivo:** es el desarrollo de todas las etapas que nos van ayudar a

la verificación de los métodos y las condiciones que se dan para asegurar el éxito del rendimiento deportivo de las atletas.

a. Realiza estadísticas de la preparación deportiva adecuada para sus atletas.

()

b. Realiza controles estadísticos específicos para cada atleta.

()

c. No realiza ninguna estadística de la preparación deportiva específica para sus atletas.

()

10. Comunicación de Nuevos Proyectos de Preparación Deportiva: los dirigentes deportivos junto con los entrenadores son los encargados de desarrollar un programa específico para el desarrollo de la preparación deportiva de la Liga de Fútbol Femenino.

a. Los Dirigentes Deportivos tienen nuevos proyectos en base a la Preparación Deportiva de la Liga de Fútbol Femenino y de sus atletas.

()

b. El entrenador comunica a los Dirigentes Deportivos la falta de estos nuevos proyectos.

()

c. Ninguno propone nuevos proyectos para las atletas se desarrollen.

()

ANEXO 5

MICROCICLO DE ENTRENAMIENTO

SEMANA _____ DEL _____ AL _____

CONTENIDO	MOD O	LUNE S	MARTE S	MIERCOLE S	JUEVE S	VIERNE S	VOLUME N DE LA CARGA
PREPARACION FISICA GENERAL							
PREPARACION FISICA ESPECIAL							
PREPARACION TECNICO-TACTICO							

Diseñado por Lic. Alfonso Saravia Siliézar

ANEXO 6

PLAN DIARIO DE ENTRENAMIENTO

Deporte: _____

Lugar de
entrenamiento: _____

Fecha: _____

Entreno No. _____
Semana No. _____

OBJETIVO GENERAL	OBJETIVO ESPECIFICO	FASE	CONTENIDO	MEDIOS	VOLUMEN	INTENSIDAD

REFERENCIAS:

--

Diseñado por Lic. Alfonso Saravia Siliézar

ANEXO 7

DIAGNOSTICO TÉCNICO

DATOS DEL JUGADOR PREVIOS A LA REALIZACIÓN DEL T.A.F.

• Nombre del jugador: _____		• Fecha de nacimiento: / /	
• Dirección: _____	• Ciudad: _____	• Tel: _____	
• Categoría del Jugador: 1D-2D-N-AM-JN-AF-JP-C-I-A			
<input type="checkbox"/> Estudia: _____	Curso: _____	<input type="checkbox"/> Trabaja: _____	Profesión: _____

Fecha último T.A.F.: / /	• Puntuación:	TOTAL T.A.F.
		RELATIVA:

• Equipo: _____ • División: _____ 1er año 2º año

• Posición Táctica de Juego: _____ Diestro Zurdo

• PESO: _____ • BIOTIPO: _____ • % GRASA CORPORAL: _____

• PODOSCOPIA: _____

• ANTECEDENTES MÉDICOS FAMILIARES: _____

• EXPLORACIÓN

- Ganglionar: _____
- Cardio-Respiratoria: _____
- Abdominal: _____
- Sist. Nervioso: _____
- Aparato Locomotor: _____

• ALTURA DE LOS PADRES: - Padre _____ - Madre _____

• Fecha de realización: / /

ANEXO 8

DIAGNOSTICO MÉDICO PREVIO A PARTICIPACION DEPORTIVA

Modelo de Examen Médico Previo a la Participación Deportiva

Nombre y Apellidos: _____
Fecha Nac.: _____
Sexo: _____ Raza: _____
Dirección: _____

Interrogatorio*

(Para ser llenado por el médico en presencia del atleta y del padre o tutor)

Preguntas claves para el posible establecimiento de enfermedades que puedan poner en peligro la vida o comprometan la participación en el deporte de Alto Rendimiento.	Sí	No	No sé
*¿Alguien en la familia cercana ha muerto de manera repentina y no traumática antes de los 50 años?			
*¿Alguien en la familia cercana con menos de 50 años padece enfermedades cardíacas? (Marfan, QT prolongado, cardiomiopatía hipertrófica, arritmias)			
*¿El examinado presenta o presentó el diagnóstico de algún soplo cardíaco?			
*¿El examinado presenta o presentó el diagnóstico de Hipertensión arterial?			
*¿El examinado ha presentado fatigas durante la actividad física de cualquier intensidad?			
*¿El examinado ha presentado síncope o casi síncope durante la actividad física?			
*¿El examinado ha presentado disnea excesiva o inexplicable durante la actividad física?			
*¿El examinado ha presentado dolor en el pecho durante la actividad física?			
¿El examinado ha padecido o padece de asma?			
¿El examinado ha presentado tos, sibilancias, o dificultad respiratoria durante o después la actividad física?			
¿El examinado ha sufrido de concusiones, contusiones cerebrales con o sin pérdida del conocimiento?			

Solo para féminas:

¿Cuándo fue su primera menstruación?:

¿Cómo son sus menstruaciones?:

Otros APF de interés:

Otros APP de interés:

Alergias:

Intervenciones quirúrgicas:

Comentario de cualquier repuesta positiva*:

Firma: _____

Fecha: _____

(Padre o Tutor)

ANEXO 9

DIAGNOSTICO FISICO

(Modelo ACSS-1)

Examen Físico

Talla (cm.): _____ Peso (Kg.): _____ Pulso: _____

TA: _____

Visión: OI _____ OD _____ Pupilas: Iguales _____ Desiguales _____

Región	Normal	Anormal	Explicación
Apariencia General			
Ojos/Oídos/Nariz/Garganta			
Nodos linfático			
Tiroides			
Tórax (configuración, m. vesicular, mamas)			
Corazón y Vasos (latido de la punta, ruidos cardíacos, soplos, pulso braquial/ femoral)			
Abdomen (masas, hígado, bazo)			
Región inguinal (hernias, linfonodos)			
Región anal (hemorroides, otros)			
Piel			
Neurológico (reflejos)			
SOMA			
Cuello			
Espalda			
Hombro			
Codo			
Muñeca/ Mano			
Cadera- muslo			
Rodilla			
Pierna-tobillo-pie			

Orientaciones:

- Hacer la auscultación de los soplos tanto en posición supina y de pie para descartar posible soplo de MCH*.
- Toma de TA braquial en posición sentado*.
- Toma de pulsos femorales y braquiales para descartar Coartación de la Aorta*.
- Buscar estigmas del Marfan, cifoescoliosis, deformidad de pared anterior del tórax, talla muy alta, miopía*.

Resultados del EKG:

Normal _____ Anormal _____

Explicación:

Conclusiones:

_____ Apto
 _____ Posible Apto después de valoración especializada por _____

_____ No Apto por _____

Recomendaciones _____

Nombre:

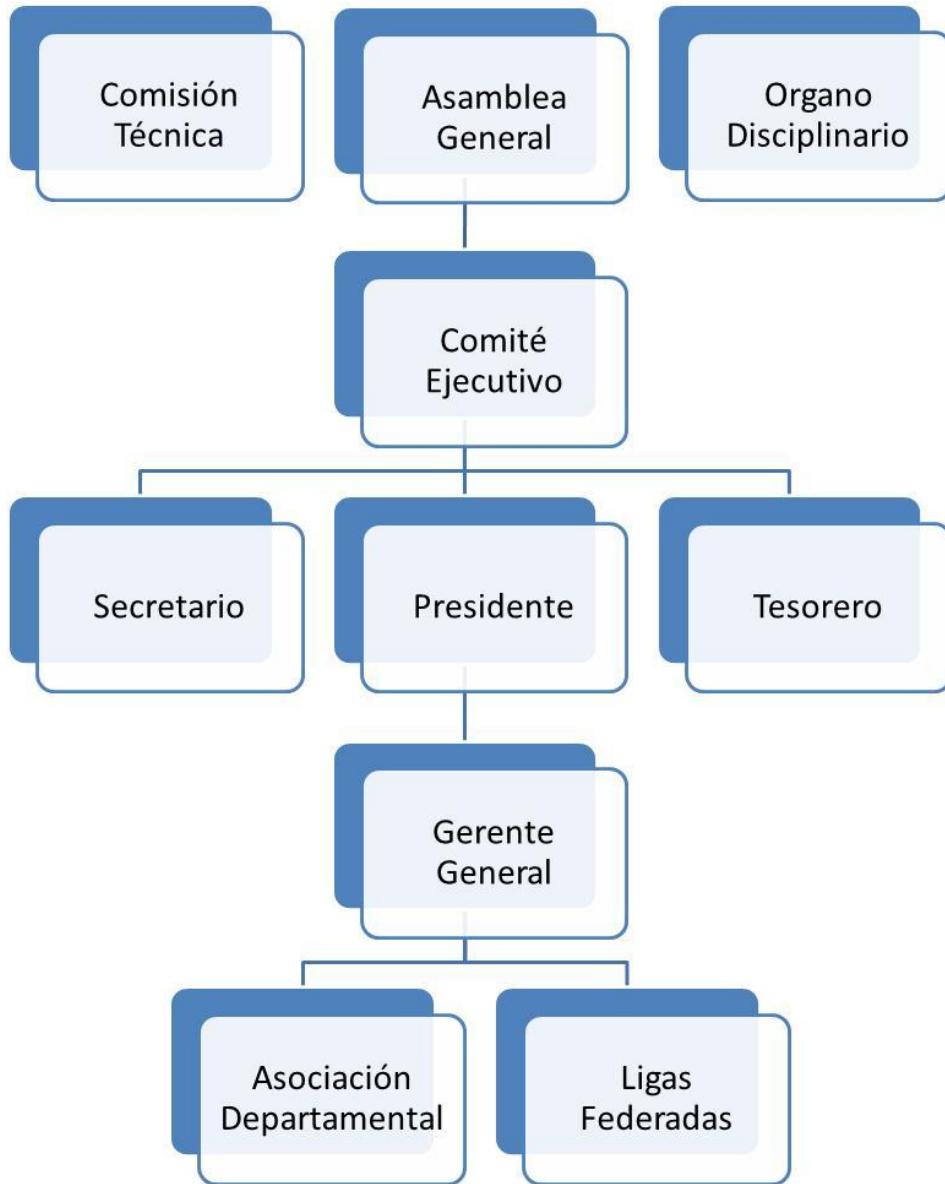
Médico/registro profesional _____

Firma _____

Fecha _____

Anexo 10

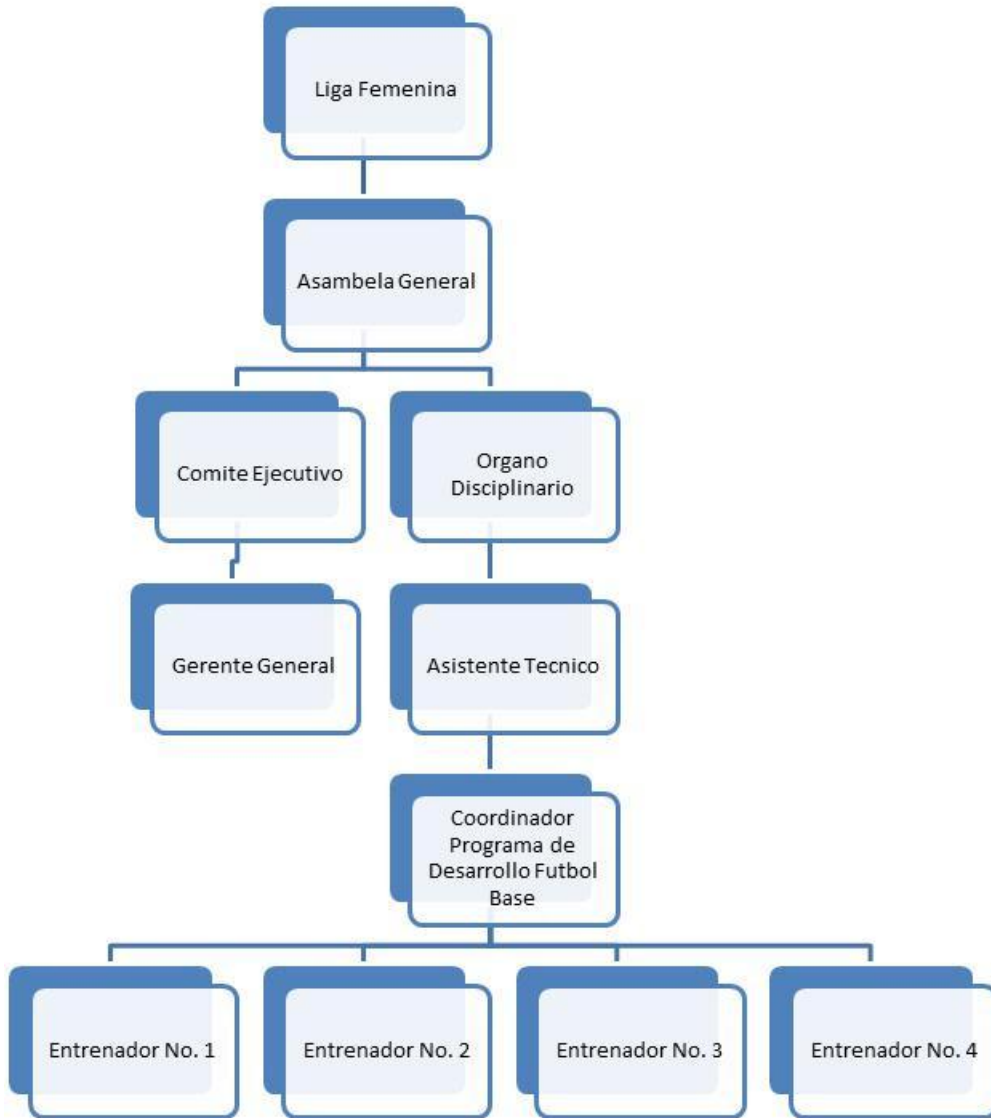
ORGANIGRAMA DE FEDERACIÓN NACIONAL DE FÚTBOL DE GUATEMALA



Diseñado por los Estatutos de la FEDEFUTBOL.

ANEXO 11

ORGANIGRAMA DE LA LIGA NACIONAL DE FÚTBOL FEMENINO DE GUATEMALA



Diseñado por los Estatutos de la Liga Nacional de Fútbol Femenino