

ESCUELA INTERNACIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTES

TITULO: Propuesta de normas para evaluar la eficiencia física de la población y detectar talentos en capacidades físicas en las edades de 6 a 14 años en Busowa, Bugiri, Uganda.

AUTOR: Lic. Mukana Roland Shimey

SINTESIS CURRICULAR

El autor, MUKANA ROLAND SHIMEY ciudadano Ugandés, nació en el distrito Jinja, Uganda en 1981, es licenciado en Cultura Física graduado en la Escuela Internacional de la Educación Física y Deportes en la Habana. El mismo se encuentra cursando estudios doctorales en entrenamiento deportivo en el ISCF Manuel Fajardo y en la actualidad labora en la universidad de Kyambogo, Kampala, Uganda como profesor de Natación, Voleibol y Bioquímica. Ha participado en varios eventos científicos presentando trabajos de carácter investigativo. El mismo ha recibido varios cursos de postgrado.

Teléfono: 53-47- 862005

Celular: 53-5-2846733

Email: mukanas@iscf.cu

Mukanas2003@yahoo.com

RESUMEN

. El presente trabajo enmarca en la problemática de uno de los aspectos fundamentales en el desarrollo de las capacidades físicas del hombre, sus características en la población del municipio de Busowa del distrito de Bugiri en Uganda, así como la valoración de normas para su solución.

Se expone un estudio en el municipio dirigido a brindar una información de la realidad Ugandesa en cuanto a las capacidades físicas en rapidez, resistencia a la fuerza de las extremidades superiores y del abdomen, fuerza explosiva de las extremidades inferiores y resistencia general.

El trabajo también presenta un breve análisis histórico de la Eficiencia Física, los tests para medirla y su empleo en el proceso de la selección de talentos deportivos.

Los resultados revelan las características de cada capacidad estudiada en la población de Busowa y de la misma manera se realiza una serie de comparaciones entre la población de Busowa y la mexicana, comprendida entre las edades de 6 – 14 años como resultado de la aplicación de la metodología mexicana y sus normas a una muestra de 2706 sujetos en dicho municipio.

La motivación del presente estudio se basa en que las capacidades físicas del ser humano, tanto coordinativas como condicionales no desarrollan durante toda la vida; aunque están presentes en mayor medida en todas las acciones motrices que ejecuta el individuo, por lo que es importante tener en cuenta que cada población tiene sus propias características físicas en cuanto al desarrollo de las capacidades motrices pues todos los programas que traten de la acción motriz en una población determinada deben estar sustentados sobre la base de pruebas físicas en esa misma población. En el presente trabajo, fundamentalmente se propone normas para utilizarse en la evaluación de la Eficiencia Física y detección de talentos en capacidades físicas en las edades estudiadas en el municipio de Busowa.

INTRODUCCIÓN

Para lograr resultados satisfactorios en el rendimiento de cualquier equipo deportivo, resulta de gran importancia como primer paso realizar una detección previa de los futuros atletas, tratando siempre que estos sean los más capaces y que cuenten con las aptitudes necesarias para la práctica deportiva, lo que lleva consigo que tenga que existir una serie de medidas por las cuales se deben regir los entrenadores para que los atletas que integren sus equipos sean los adecuados.

Diferentes autores han establecido diferentes formas de cómo detectar a los sujetos que mejores condiciones reúnan para iniciarse en los diferentes deportes y dentro de todas estas formas establecidas, el aspecto de la Eficiencia Física por parte del talento sobresale en la importancia asignada. En diferentes países se aplican pruebas para medir el desarrollo alcanzado de las capacidades físicas y consecutivamente se han establecido normas para poder evaluar cada una de estas capacidades. Se conoce que

la aplicación de pruebas de Eficiencia Física surgió como una forma de control de la preparación militar en los Estados Unidos de América que a lo largo de todos estos años, se ha extendido al campo del deporte. Algunos países debido al desarrollo científico y tecnológico alcanzado han dado paso de avance y establecido su propio sistema de evaluación de la Eficiencia Física y detección de posibles Talentos en sus poblaciones mientras otros no han logrado establecer un sistema de detección de Talentos dentro de los cuales aparece Uganda, país de África oriental que alastra que arrastra una larga y triste historia de vejámenes, conflictos civiles y armados que han asolado su territorio, y haciendo indispensable la creación de un sistema destinado a fomentar la detección de Talentos que directamente tributen al Alto Rendimiento, para ello es indispensable implementar objetivamente estudios destinados a desarrollar el Deporte en nuestro país teniendo en cuenta que todos los programas que traten de la detección de talentos deben ser sustentados a base de tests y pruebas de Eficiencia Física puesto que cada ser humano es un individuo al igual cada población presenta sus propias características.

Por todo lo antes expuesto nos planteamos el siguiente problema:

Problema científico.

¿Cómo evaluar la Eficiencia Física de la población y detectar Talentos en Capacidades Físicas para la iniciación deportiva en las edades de 6 - 14 años en la comunidad de Busowa, Bugiri, Uganda?

Objeto de estudio: Proceso de evaluación de la Eficiencia Física.

Campo de estudio: Estudio de normas para evaluar la Eficiencia Física y detectar Talentos en Capacidades Físicas.

Objetivo general : Proponer normas para evaluar la Eficiencia Física de la población y detectar Talentos en Capacidades Físicas para la iniciación deportiva en las edades de 6-14 años en la comunidad de Busowa en Uganda.

Objetivos específicos

1. Analizar la fuente bibliográfica y documentos relacionados con la evaluación de la Eficiencia Física y detección de Talentos.
2. Caracterizar los principales rasgos motrices que identifican a las edades estudiadas.

3. Determinar mediante la aplicación de la metodología mexicana de pruebas de Eficiencia Física, las normas para evaluar la población y detectar Talentos en Capacidades Físicas en las edades de 6 a 14 años en la comunidad de Busowa.
4. Evaluar los sujetos estudiados utilizando la norma mexicana establecida a partir del estudio realizado en el año 2000.
5. Comparar los resultados obtenidos en el estudio de la Eficiencia Física de la población de Busowa, con los presentados en la metodología utilizada por México, para comprobar la factibilidad de su aplicación.

Tareas Científicas

1. Análisis de la fuente bibliográfica y de documentos relacionados con la temática a investigar.
2. Caracterización de los principales rasgos motrices que identifican a las edades estudiadas.
3. Determinación del sistema de pruebas de Eficiencia Física que permita medir las Capacidades Físicas de los sujetos durante el proceso de investigación.
4. Aplicación de las pruebas a la muestra seleccionada para poder medir el nivel de Eficiencia Física de la misma.
5. Evaluación de los sujetos estudiados utilizando la norma mexicana establecida a partir del estudio realizado en el año 2000.
6. Determinación de las normas para evaluar la Eficiencia Física y detectar Talentos en Capacidades Físicas, en las edades de 6 -14 años en la comunidad de Busowa

Métodos teóricos.

Análisis y Síntesis: se aplicó este método en la primera parte de la investigación en la exploración del objeto donde hacía falta estudiar, analizar y sintetizarlo.

Histórico-lógico: El mismo se manifestó este método en el estudio de los antecedentes del objeto de estudio con un enfoque en su evolución cronológica buscando la lógica en la actualidad.

Inducción-deducción: Se puso de manifiesto en el desarrollo de la investigación durante el estudio de la Eficiencia Física de lo general a los casos más particulares para después dar una conclusión general.

Métodos empíricos.

Medición: La misma se utilizó para evaluar las Capacidades Físicas durante la realización de las pruebas de Eficiencia Física.

Métodos estadísticos.

Método de análisis percentilar: Con este método, se pudo establecer las normas de evaluación para cada una de las Capacidades Físicas estudiadas.

Comparación de medias: el mismo se utilizó al comparar los resultados obtenidos

Principales Resultados

Al evaluar los sujetos de la muestra estudiada utilizando la norma mexicana con el objetivo de comprobar la factibilidad de la aplicación de dicha metodología en nuestro municipio en términos de establecer cuántos de ellos cumplen las exigencias de clasificar como posibles talentos en cada una de las capacidades estudiadas según esta norma, en resumen podemos plantear que el desarrollo de las capacidades en la muestra fue muy por encima de la norma mexicana y por la misma razón aparecieron en una mayor cantidad de posibles talentos en la mayoría de las capacidades en la casi todas las categorías.

La rapidez demuestra un desarrollo muy alto especialmente en las edades más tempranas de 6 hasta 11 años que a partir de la edad de 12 años se reducen de manera brusca y significativa el número de alumnos que alcanzan el percentil 90.

En cuanto a la resistencia a la fuerza de las extremidades superiores, se aprecia muy pocos sujetos que alcanzan el percentil 90 en la mayoría de las categorías lo que valoramos que puede ser producto de la complejidad técnica y metodológica de la técnica se utilizó para evaluar esta capacidad y que los sujetos medidos no tengan contemplados en los programas de la educación física el desarrollo de esta capacidad como objetivo importante a desarrollar en la educación física, la edad que mayor cantidad de talentos deportivos tuvo fue la de 11 años con nada más 37 lo que realmente indica un pobre desarrollo de esta cualidad de fuerza.

La resistencia a la fuerza abdominal presenta resultados variados, como se ha observado, inicia con una buena cantidad de alumnos calificando como posibles talentos en las tres primeras edades que disminuye gradualmente en las edades de 9 y 10 años, ya en la edad de 11 años se observa un aumento brusco de posibles talentos

que a los 12 y 13 años, vuelve a reducirse. En la edad 14 años, se aprecia un incremento en comparación con las edades anteriores. La edad que mejor resultados presenta en esta capacidad es la de 11 años.

En cuanto a la fuerza explosiva de los miembros inferiores, se observa que esta es la capacidad que mejor resultados tuvo o sea que mayor número de sujetos cumplieron el 90 percentil de la norma mexicana, en general esta cantidad de talentos va disminuyendo a medida que aumenta la edad lo que indica la necesidad de realizar un ajuste en la norma que estamos proponiendo para que esto no suceda y que se mantenga un aumento del desarrollo de esta capacidad a medida que avanza la edad. Se aprecia una relación entre esta capacidad y la de rapidez porque ambas presentan resultados muy similares en la mayoría de las edades.

La capacidad de resistencia aerobia también presenta un resultado variado iniciando con cifras bajas de posibles talentos que aumentan a medida que avanza la edad hasta llegar a 210 posibles talentos en la edad de 8 años que fue el mayor número de sujetos calificados como posibles talentos. Se aprecia un descenso a los 9 años que a partir de esta edad, se vuelve a apreciar aumento de sujetos alcanzando la máxima calificación a medida que avanza la edad hasta los 11 años.

Análisis de la dinámica de desplazamiento.

Estatura.

La realidad que observamos es que el sexo femenino empieza predominando en la estatura, a partir la edad de 6 hasta 7 años que en la siguiente edad predomina el sexo varonil hasta los 11 años que a partir de los 12 años hasta 14 años, se vuelve a predominar el sexo femenino, esto se explica por lo planteado por H. Pila (2000) que tiene que ver con el estado de maduración sexual en los sujetos, en el que inciden de manera directa en el proceso metabólico las hormonas como la somatotropina y las gonadotropicas que determinan cambios muy significativos y de mucha importancia en la estructura morfológica de los sujetos en su desarrollo, así como el comportamiento en las capacidades que más adelante explicaremos como una respuesta a estos cambios que ocurren en el organismo humano.

Según Pila (2000), datos publicados en la investigación nacional sobre el crecimiento y desarrollo de niños y jóvenes en Cuba (Jordán 1972), demuestran que los rasgos de maduración sexual en el sexo femenino aparecen primero que en el sexo masculino así adquiriendo el 90% de la estatura adulta en el sexo femenino mientras el varonil sólo alcanza el 80%.

Rapidez

De manera resumida podemos plantear que desde los 6 años hasta los 11 años, se observa en sentido general una tendencia ascendente de la capacidad rapidez al ir aumentando los resultados tanto en los valores como en la tabla de percentiles a partir del 50 percentil que indica la mediana recordando que mientras menor sea el tiempo, mayor desarrollo de la capacidad.

Esto quiere decir que podemos inferir que a partir de los 6 años hacia los 11 años, en la población infantil de Busowa, existan condiciones para trabajar la en el desarrollo de la capacidad de rapidez con métodos adecuados.

En sentido general, los resultados obtenidos en las edades de 6 a 11 años reflejan mejor desarrollo de la rapidez en el sexo masculino que en el femenino producto que los tiempos del varonil están por debajo del femenil aunque no existan diferencias muy significativas.

Se observa que en ambos sexos, hay homogeneidad en los resultados solo que en algunas edades especialmente en el sexo masculino se aprecia altas desviaciones en 3 edades consecutivas pero al mismo tiempo las altas desviaciones que se presentan en el sexo femenino están por encima a las del sexo masculino.

Resistencia a la fuerza de las extremidades superiores.

Sin contar la complejidad en la estructura metodológica para la realización de la prueba que recordemos que se utilizó la llamada plancha o lagartija y que en el análisis pedagógico se recomienda la enseñanza y práctica sistémica, los resultados demuestran un pobre desarrollo de la resistencia a la fuerza de las extremidades superiores en ambos sexos de manera general para todas las edades.

A partir de los 9 años en el sexo masculino, se aprecia un empujón que se repite a los 11 años que en caso del sexo femenino ocurre en la edad de 6 años repitiéndose así a los 11 años pero al mismo tiempo se aprecia altas desviaciones en ambos sexos que

valoramos es producto de la falta de preparación en esta capacidad. Esto indica la necesidad de recomendar al ministerio de la educación y deporte que realice una intervención en los programas de la educación física para darle más importancia a la preparación de los alumnos en esta capacidad.

En sentido general, estos cambios como explicábamos anteriormente se producen en parte gracias al crecimiento en el adolescente del volumen muscular y por otra parte la intensa actividad hormonal que se segrega al musculo que le produce grandes cambios a cuanto la longitud, tamaño y consecutivamente la longitud de las extremidades

Resistencia a la fuerza de los músculos abdominales

El comportamiento dinámico de esta capacidad, en sentido general, se presenta bastante homogénea en el desplazamiento de la curva sin embargo los estadígrafos de la desviación y la coeficiente de varianza, la dispersión de los resultados se muestran bastante elevado en la trayectoria del rendimiento aunque como se observa los patrones de la curva no son las mismas en todas las edades al igual que las desviaciones que se ven mucho mayor en las edades de 11 a 14 años.

Si se compara esta capacidad en ambos sexos, se aprecia que el sexo femenino presenta un mayor desarrollo de la misma en la edad de 6 años donde el promedio es de 14 repeticiones en el femenino a diferencia del varonil que presenta 11 repeticiones como promedio pero ya a partir de los 7 años, el sexo masculino empieza a dominar en esta capacidad. No obstante ambos sexos presentan altas desviaciones especialmente en el sexo masculino que el mismo muestra las desviaciones más altas ya a partir de los 10 años a diferencia del sexo femenino que empiezan a aumentar las desviaciones una edad más tarde, es decir a partir de los 11 años hasta 14 años.

El promedio más alto en el sexo masculino es de 28 repeticiones que se encuentra en la edad de 14 años mientras en el femenino presenta 25 repeticiones como promedio más alto que se encuentra en la misma edad que lógicamente tiene sentido dado que el varonil ya con la madurez sexual que se presenta en estas edades adquiere más fuerza que el sexo opuesto pero lo que se nota es que en ambos sexos estos valores deberían ser más altos lo que fundamenta lo que decíamos anteriormente que esta capacidad presenta resultados deficientes como vimos al inicio de este capítulo al evaluar los sujetos de esta investigación utilizando la norma mexicana.

La fuerza explosiva de las extremidades inferiores.

El comportamiento dinámico del rendimiento en esta capacidad en sentido general, se comporta en forma bastante simétrica, es decir que los estadígrafos de la desviación en cuanto a la dispersión de los resultados posibilitan la descripción de una curva bastante normal de la trayectoria del rendimiento en ambos sexos que puede estar determinado por la precisión que mide los instrumentos utilizados.

Al comparar el rendimiento en ambos sexos ya a partir de los 6 años, el sexo masculino presenta resultados superiores a los del sexo opuesto.

Resistencia general

En sentido general, esta capacidad presenta un desarrollo bastante aceptable en ambos sexos aunque el sexo masculino parece estar por encima del sexo femenino. En ambos sexos las altas desviaciones se presentan en las edades más tempranas aunque son más prominentes en el sexo femenino.

También se nota la influencia de los factores sexuales que tienen que ver con la madurez y la pubertad que ejercen una gran influencia en el rendimiento pues los resultados alcanzados por las edades que se encuentran en esta fase de crecimiento son mucho mejor y a la vez se nota que estos factores aparecen primero en el sexo femenino y mas tardíamente el sexo masculino pero al mismo tiempo esta influencia positiva se nota con más influencia en el sexo femenino.

CONCLUSIONES

En el análisis bibliográfico, comprobamos que existe una gran variedad de criterios sobre la evaluación de la Eficiencia Física la detección de Talentos.

1. La evaluación de los sujetos de la muestra estudiada utilizando la norma mexicana, mostró la poca exigencia de la misma en la mayoría de las Capacidades Físicas estudiadas, lo que demostró la necesidad de establecer una norma propia para la comunidad de Busowa.
2. La dinámica de desplazamiento revela un aumento del rendimiento en la Eficiencia Física a medida que avanza la edad en todas las Capacidades Físicas.

3. Se apreció altas desviaciones especialmente en la resistencia a la fuerza de las extremidades superiores y el sector abdominal lo que demuestra la falta de preparación en esta cualidad de la fuerza en la muestra estudiada.
4. El estudio nos permitió arribar a la propuesta de normas adecuadas para evaluar la población y detectar los talentos en Capacidades Físicas, que permitirá en un futuro una elección más objetiva de los talentos para la iniciación deportiva en las edades de 6 – 14 años en Busowa.

RECOMENDACIONES.

1. Proponer a las autoridades del deporte que la detección de talentos en Capacidades Físicas en el municipio de Busowa comience a realizarse según la norma propuesta en nuestro trabajo para garantizar así un mejor rendimiento en la iniciación deportiva.
2. Proponer al Ministerio de Educación y Deporte de Uganda, realizar un perfeccionamiento en los programas de la Educación Física poniendo énfasis en las Capacidades Físicas que mayor dificultad presentaron en nuestro estudio.
3. Proponer a las autoridades del deporte, realizar un estudio con características similares en todo el país de Uganda, para obtener una norma de evaluación de la Eficiencia Física de la población y detección de talentos en Capacidades Físicas que abarque todo el territorio nacional.

BIBLIOGRAFÍA

1. Álvarez, J. (1998). Voleibol impresiones desde el banquillo. Federación de Voleibol del principado de Asturias. Gijón.
2. H. Pila (1989). Estudio de normas de capacidades motrices y sus características en la población cubana. La Habana.
3. Andux, C. (1998). Referencias metodológicas para la enseñanza del voleibol. Clasificación de los ejercicios. En: Departamento Nacional de Educación Física. VIII Curso Nacional; de Educación Física. Santiago de Cuba.
4. Andux, C. y otros (1998). Programa de preparación del deportista. Impreso “José A. Huelga”. Ciudad de La Habana.

5. Barrios, J. y A. Ranzola (1998). Consideraciones de las características psicomotrices de las edades. En: Manual para el deporte de iniciación y desarrollo. Editorial Deportes. Ciudad de La Habana.
6. Benedep, E. (1996). La selección. Editorial Paidotribo. Barcelona.
7. Blázquez, D(1997). Evaluar en educación
8. Castejón, F. y otros (1999). La enseñanza del deporte de iniciación con estrategia técnica, táctico y técnico-táctica. Actas de XVII. Congreso Nacional de Educación Física. Tomo 1. Universidad de Huelva. España.
9. Castro, F. (1990). Ciencia, tecnología y sociedad. Editorial Política. La Habana.
10. (Colectivo de autores 2003) Folleto de la metodología de investigación, EIEFD.
11. Zartsiorski, V. (1989). El pronóstico y la selección en el deporte. En Metrología Deportiva. Editorial Planeta. Moscú.
12. Colectivos de Autores (2002). Programa de Preparación del Deportista en Voleibol. FCVB impreso "José, A. Huelga" INDER. Ciudad de La Habana.
13. H. Pila y G. Hernández (2000). Métodos y normas para evaluar Preparación Física y seleccionar Talentos Deportivos. Magdalena Mixhuca.