



**UNIVERSIDAD DE CARABOBO  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
DEPARTAMENTO DE EDUCACION FISICA, DEPORTE Y RECREACION  
CÁTEDRA: CIENCIAS APLICADAS  
ASIGNATURA: TRABAJO ESPECIAL DE GRADO**

**VISIÓN TEÓRICA DE LA CONDICIÓN FÍSICA DESDE LAS  
VIVENCIAS DE LOS ESTUDIANTES A CURSAR ATLETISMO EN LA  
MENCIÓN EFDYR DE LA FaCE UC**

**Autores: María Cabaña  
Yesica López  
Tutor: Wilcon Franco**

**Bárbula, Abril de 2016**



**UNIVERSIDAD DE CARABOBO**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN**  
**DEPARTAMENTO EDUCACION FISICA, DEPORTE Y RECREACION**  
**CÁTEDRA: CIENCIAS APLICADAS**  
**ASIGNATURA: TRABAJO ESPECIAL DE GRADO**

**VISIÓN TEÓRICA DE LA CONDICIÓN FÍSICA DESDE LAS**  
**VIVENCIAS DE LOS ESTUDIANTES A CURSAR ATLETISMO EN LA**  
**MENCIÓN EFDYR DE LA FaCE UC**

**Autores: María Cabaña**  
**Yesica López**  
**Tutor: Wilcon Franco**

**Resumen**

La educación física, el deporte y la recreación deben tener un puesto importante en las casas de estudios universitarios en Venezuela. La Universidad de Carabobo y la mención Educación Física, Deporte y Recreación de la FaCE ha realizado un buen trabajo, ya que le exige a los aspirantes a cursar esta mención buenas condiciones físicas. De allí que se plantea como propósito develar el significado de los estudiantes respecto a la condición física que deben tener para cursar la asignatura atletismo. El estudio se sustentó en la matriz epistémica fenomenológica; el paradigma interpretativo y el método hermenéutico. El diseño se basó en las cuatro etapas de Martínez (2010): Categorización, Estructuración, Contrastación y Teorización las cuales develaron la visión que tienen los estudiantes acerca de la condición física para cursar la asignatura atletismo en la referida mención.

**Descriptor:** Visión teórica, Condición Física, Atletismo.

**Línea de Investigación:** Agógica en Educación Física.

**Temática:** Teoría y Metodología del Entrenamiento Deportivo.

**Subtemática:** Sistemas de entrenamiento. Fundamentos técnicos, Fundamentos

## INTRODUCCIÓN

La educación física, el deporte y la recreación en Venezuela, desde su inicio han adolecido de información técnica, científica y complementaria acerca de su instrumentación, desarrollo y proyección. En este sentido, la Universidad de Carabobo a través de la Mención Educación Física, Deporte y Recreación de la Facultad de Ciencias de la Educación ha brindado grandes aportes. En este sentido, cuenta con producción textual, producción informativa cuyo postulado y requerimientos han sido aplicado y desarrollado respetando las reales condiciones del deporte y en contexto social de Venezuela.

Es por ello, que esta investigación trata de brindar una visión teórica respeto a las condiciones físicas, desde la vivencia de los estudiantes a cursar la asignatura del atletismo de la mención de educación física deporte y recreación de la FaCE UC.

Se presenta una serie de mecanismo y estrategia que permitieran establecer un nuevo enfoque sobre los estudiantes y las estrategias que se debe seguir al momento de cursar la asignatura antes mencionada. Los aportes aquí plasmados amplia el horizonte de una concepción tradicional sobre la educación física y su implementación en las casas de estudios superior. De igual manera esta investigación se presenta una información técnica acerca de cómo medir y desarrollar la aptitud física de los estudiantes, elementos metodológicos sobre la enseñanza de disciplinas deportivas entre las cuales se encuentra el atletismo.

Punto especial de referencia en esta investigación, es que la misma ha sido concedida en escrita concordancia con los contenidos de la mención educación física deporte y recreación de la FaCE UC, lo cual permitiera tanto al docente como al alumno una visión amplia sobre las informaciones tratadas en el mismo.

Estos y otros aspectos serán tratados con importancia y amplitud en el transcurso de esta investigación.

## **ESCENARIO I**

### **Descripción del Problema**

A través de los años la evolución del conocimiento ha permitido comprender cada vez más los fenómenos que ocurren en cualquier aspecto de la vida del hombre, por lo tanto el área educativa no escapa de ello, continuamente se enfrenta a nuevos retos en lo que se refiere al proceso de formación del individuo ya que por lo general el comportamiento del ser humano se estructura de acuerdo a sus experiencias vividas durante sus diferentes etapas o estadios de madurez que afectan diferentes aspectos tales como contexto social, entorno familiar, alimentación, salud y educación, todas estas son aspectos que influyen de forma determinante en el proceso de formación del hombre, el cual es dirigido a cada una de las etapas de aprendizaje formales y no formales.

Cabe destacar, que una de las personalidades que dejó un legado importante ha influido en la educación, el pensamiento moderno y uno de los pilares de la filosofía occidental que dedicó su vida a la enseñanza, pero en ningún momento dejó de lado su vocación, ni política ni literaria fue Aristocles Podros conocido como Platón, este personaje de la historia pone en manifiesto que la educación puede definirse como el proceso de socialización de los individuos.

Sin embargo para Platón, la educación es el proceso que permite que al hombre tomar conciencia de la existencia de otra realidad, es por ello que el ser humano debe tener diversas formas y alternativas que considerar para su formación integral y más plena de acuerdo a sus características y realidades a la que está llamado, de la que procede y hacia la que dirige. Por tanto “la educación es la desalineación, la ciencia, es liberación y la filosofía es alumbramiento”. Este filósofo idealista, concebía la

educación como la luz del conocimiento. Creía que entre cuerpo y alma existía una relación.

En relación a lo anterior el postulado cimienta de conocimiento de Platón le da un principio firme al presente planteamiento que se desarrolla ya que existen formas de conectar el cuerpo y alma a través de diferentes formas, en tal sentido el movimiento y el pensamiento será el eje principal de la presente investigación.

Partiendo de la comprensión, sobre la historia de la educación cabe destacar que fue un proceso extenso de múltiples acontecimientos mundiales que impregnaron e impactaron a diferentes sociedades. La historia de la educación se ciñe a la división de las edades del hombre. En los inicios de la Edad Antigua hay que situar las concepciones y prácticas educativas de las culturas india, china, egipcia y hebrea. Durante el primer milenio a.C. se desarrollan las diferentes paideias griegas (arcaica, espartana, ateniense y helenística). El mundo romano asimila el helenismo también en el terreno docente, en especial gracias a Cicerón quien fue el principal impulsor de la llamada humanista romana.

De acuerdo, a lo anteriormente planteado los procesos educativos están organizados en nivel mundial a través de una casa de estudio máxima que son las universidades estas casas de estudios forman a personas totalmente capacitadas en un área profesional específica brindándole a la sociedad un recurso humano que será valioso para el desarrollo del país, en esta oportunidad el enfoque será de una de las carreras profesionales que se presentan en la gran mayoría de las universidades en el mundo como es la Educación Física Deporte y Recreación, esta carrera profesional tiene un perfil amplio y una serie de competencias exigentes que requieren destrezas y habilidades técnicas en diferentes disciplinas deportivas una de ellas el Atletismo, uno de los deportes más completos en el mundo.

En 1989 la Universidad de Carabobo (UC), comienza su formación docente en la mención Educación Física, Deporte y Recreación por medio de un proyecto presentado ante las autoridades de la Universidad, después de un estudio donde se comprueba que a pesar de existir Universidades con esta especialidad, ahí la necesidad de incluir dentro del seno curricular de la Facultad de Educación la

mención Educación Física, Deporte y Recreación, ya que no se logra satisfacer la demanda de docentes egresados en el área.

Se plantea el proyecto porque se considera que la Universidad de Carabobo está en condiciones para iniciar con esta mención, debido a que se utilizaría muy poca inversión para la puesta en marcha de la mención, además que la demanda y oferta de los egresados sería cada vez mayor. Dicha mención se inició con una matrícula de 50 alumnos, los cuales fueron sometidos a unas Pruebas de Aptitud Física lo que determinó su ingreso a la mención y el inicio de la misma.

En Venezuela, la Universidad de Carabobo ofrece una carrera profesional que otorga el grado de licenciado en educación física deporte y recreación, la cual presenta dentro su pensum de estudio Atletismo una de las asignaturas teórica-prácticas exigente en el proceso de formación de los estudiantes de esta carrera profesional, los estudiantes se ven en la necesidad de cumplir con una serie de retos en sus capacidades físicas como también un proceso educativo psicomotor complejo.

Se ha podido observar que el proceso de formación de los estudiantes de la Mención de Educación Física, Deporte y Recreación de la Universidad de Carabobo, en la asignatura de Atletismo una tendencia de lesiones y traumatismos músculos esqueléticos debido a la baja de condiciones físicas en dicha asignatura ya que las exigencias son altas desde el punto de vista físico y técnico por lo tanto esto disminuye el rendimiento académico de los estudiantes, quizás la falta de preparación previa en este sentido afecta directamente por ello, el interés de determinar la necesidad de elaborar un plan de entrenamiento que pueda contribuir en este proceso formativo que sea aplicado a los alumnos aspirantes a cursar la asignatura de atletismo, en este caso sería de utilidad a los estudiantes del 6to semestre, estudiantes reprobados a cursar nuevamente y estudiantes cursantes de la asignatura.

La finalidad de plantear esta problemática es de dar una posible solución a la dificultad que tienen los estudiantes con esta asignatura llevando a cabo una investigación por medio de un método científico que permita apoyar con el proceso de formación de los estudiantes en esta carrera profesional.

¿Cuál será el significado de la condición física desde la vivencia de los estudiantes a cursar la asignatura atletismo de la mención EFDyR de la FaCE UC’?

### **Propósito General**

Develar el significado respecto a la condición física desde las vivencias de los estudiantes a cursar la asignatura Atletismo de la Mención EFDyR de la FaCE UC.

### **Acciones Específicas**

Describir el significado respecto a la condición física desde las vivencias de los estudiantes a cursar la asignatura Atletismo de la Mención EFDyR de la FaCE UC.

Caracterizar el significado respecto a la condición física desde las vivencias de los estudiantes a cursar la asignatura Atletismo de la Mención EFDyR de la FaCE UC.

Interpretar el significado respecto a la condición física desde las vivencias de los estudiantes a cursar la asignatura Atletismo de la Mención EFDyR de la FaCE UC.

Configurar el significado respecto a la condición física desde las vivencias de los estudiantes a cursar la asignatura Atletismo de la Mención EFDyR de la FaCE UC.

### **Importancia**

De acuerdo a las características de esta investigación el propósito es develar el significado respecto a la condición física desde las vivencias de los estudiantes a cursar la asignatura Atletismo de la Mención EFDyR de la FaCE UC.

La importancia de esta investigación es que impacte en diferentes aspectos entre los que se destacan: pertinencia, actualidad, en lo metodológico y a nivel curricular.

El estudio tiene la finalidad de fortalecer e innovar ideas que contribuyan a mejorar el proceso educativo y de formación de los estudiantes de la mención Educación Física, Deporte y Recreación de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad de Carabobo.

Desde el punto de vista académico: la realización de un trabajo estas características es necesarios ya que contribuye con los procesos educativos de los estudiantes destacando que se beneficiaran académicamente al igual que sus capacidades físicas tendiendo una mejor salud física y mental.

Desde el punto de vista documental: esta investigación dejara un aporte teórico para futuras investigaciones que pretendan abordar una temática tan compleja como la que se expone en este estudio.

Finalmente, desde el punto de vista metodológico el entrenamiento es parte de un proceso de formación-educación que tiene un objetivo fundamental, alcanzar la forma deportiva, con direcciones generales y específicas. Ello con la finalidad de incrementar las cualidades físicas de un individuo, por ello la importancia de una buena condición física como base para cursar la asignatura atletismo en la FaCE -UC

## **ESCENARIO II**

### **PRESUPUESTOS TEORICO CONCEPTUALES**

De acuerdo al propósito y acciones específicas que plantea esta investigación, se desarrollan una serie de antecedentes y bases teóricas, conceptuales y legales que sustentan el proceso investigativo dándole un soporte teórico a cada uno de los planteamientos, brindando una solidez científica las cuales se relacionan directamente permitiendo así la realización de este estudio.

#### **Antecedentes**

Villarroel (2011) en su trabajo de Pregrado titulado “Manual para la incorporación de los estudiantes con discapacidad visual, en la asignatura informática de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad de Carabobo” plantea un manual para mejorar el proceso de inclusión a la asignatura de informática en dicha facultad la cual presenta un objetivo general de Proponer estrategias docentes para el aprendizaje de la asignatura Investigación Educativa dirigido a los estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad de Carabobo, se fundamentó en las teorías constructivista de Ausubel (1983) y Vygostki (1995).

La investigación fue de tipo descriptivo en la modalidad de Proyecto Factible, con un diseño documental de campo no experimental. Por tener una población reducida se tomó en su totalidad, partiendo de un criterio único, correspondiente a doce (12) profesores que imparten la asignatura Informática. La técnica de recolección fue una encuesta escrita y el instrumento un cuestionario.

Este antecedente en relación con la investigación, ya que la búsqueda de herramientas para mejorar los procesos educativos es amplia en este caso la

elaboración de un manual que disminuya una debilidad en el proceso de aprendizaje y formación de los estudiantes por lo tanto en esta investigación es necesario poder llevar a cabo un planteamiento sólido que favorezca a la adquisición de conocimientos prácticos y teóricos en una asignatura tan compleja como el atletismo.

Castro (2012), en su trabajo de Maestría titulado “Estrategias docentes para el aprendizaje de la asignatura Investigación Educativa dirigida a los estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad de Carabobo” este estudio tuvo como fundamento la recopilación de antecedentes, con esta variable fundamentada en bases teóricas humanistas, constructivistas y aprendizaje significativo que dan una construcción global y específica de la investigación por medio de la revisión bibliográfica de diversos.

Desde el punto de vista metodológico este estudio se caracterizó en la modalidad de proyecto factible ya que se trata de dar solución a un problema por medio de una propuesta. La recolección de los datos se llevó a cabo a través de la técnica la encuesta y como instrumento el cuestionario. Para determinar la confiabilidad del instrumento se aplicó la fórmula KR20.

En este sentido, nuevamente se observa una relación del antecedente con la presente investigación ya que la elaboración de estrategias para ayudar a los procesos de formación son necesarias partiendo de que es necesario enriquecer de forma didáctica el aprendizaje del estudiante por lo tanto llevando a cabo una propuesta de una manual en la asignatura de atletismo para los estudiantes y de uso para docentes facilitara el desempeño práctico en el curso de esta asignatura.

### **Bases Teóricas**

#### **El Constructivismo**

La presente investigación está sustentada en la teoría del constructivismo. Ésta, es una corriente pedagógica basada en la teoría del conocimiento constructivista, que postula la necesidad de entregar al alumno herramientas (generar andamiajes) que le

permitan construir sus propios procedimientos para resolver una situación problemática, lo que implica que sus ideas se modifiquen y siga aprendiendo. (Piaget, 1952).

Para el autor antes citado, el constructivismo educativo propone un paradigma donde el proceso de enseñanza se percibe y se lleva a cabo como un proceso dinámico, participativo e interactivo del sujeto, de modo que el conocimiento sea una auténtica construcción operada por la persona que aprende (por el "sujeto cognoscente"). El constructivismo en pedagogía se aplica como concepto didáctico en la enseñanza orientada a la acción.

En este sentido, el mejoramiento de las capacidades físicas como enseñanza orientada a la acción es uno de los propósitos que facilita al estudiante un aprendizaje de cómo mejorar y preparar su estructura física y mental en relación a las exigencias previstas. Por lo expresado, Vygotsky (1978), establece los siguientes principios del constructivismo:

- El sujeto construye el conocimiento de manera activa, interactuando con el objeto de estudio.
- El nuevo conocimiento adquiere significado cuando se relaciona con el conocimiento previo.
- El contexto social y cultural de la persona influye en la construcción del significado.
- Aprender implica participar de forma activa y reflexiva.

Estos principios le dan una base a este proceso investigativo ya que se busca que el estudiante bajo un conocimiento previo y una interacción del individuo de forma activa participe en su propia construcción de conocimiento mediante un proceso de preparación física que le permita cumplir las competencias exigidas por la asignatura

## **Bases Conceptuales**

**Esguince**

Para Arias (2000), se denomina esguince a la distensión, rotura parcial o total de un ligamento. (p.265)

Campo (2010) la define como una lesión articular que afecta a ligamentos y/o capsula, producida por un movimiento forzado indirecto, sin que la superficie articular pierda su contacto de modo permanente. (p.163)

### **Tendinitis**

Bueno y Porqueres (2008) definen Tendinitis “como una situación de predominio inflamatorio, como ocurre en las lesiones de naturaleza traumática, desgarros o laceraciones del tendón, y suelen ser tendinopatias”. (p.77)

### **Desgarre Muscular**

Desde esta perspectiva, Definición ABC. COM (2007-2015). Se refiere a la rotura de una estructura o tejido del organismo. Los desgarros pueden ser superficiales o profundos y deben ser evaluados para evitar posibles complicaciones.

### **Rotura Fibrilar**

Para Onmeda (2012), la rotura fibrilar es la lesión cerrada de la musculatura, es decir, que la piel queda ilesa. Las lesiones musculares se cuentan entre las lesiones más frecuentes en el deporte de la masa y en el deporte de alta competencia. La rotura se produce muy a menudo en el muslo o la pantorrilla.

### **Entrenamiento Físico**

Desde esta representación, Definición ABC. COM (2007-2015), define que es Adquisición de habilidades, capacidades y conocimientos como resultado de la exposición a la enseñanza de algún tipo de oficio, carrera o para el desarrollo de

alguna aptitud física o mental y que está orientada a reportarle algún beneficio o utilidad al individuo que se somete a tal o cual aprendizaje.

### **Capacidades Físicas**

Son un componente del estado de rendimiento físico del deportista. Se caracteriza por la interacción de los procesos energéticos del organismo y los músculos. Se manifiesta como capacidad de fuerza, velocidad y resistencia. Asimismo, como flexibilidad. Se relaciona con las características psíquicas que estas capacidades exigen (Martin y Lehnertz, 2007).

### **Atletismo**

Desde esta perspectiva, Definición ABC. COM (2007-2015). Es un deporte que abarca numerosas disciplinas agrupadas en carreras, saltos, lanzamientos, pruebas combinadas y marcha. Es el arte de superar el rendimiento de los adversarios en velocidad o en resistencia, en distancia o en grandes alturas. El número de pruebas, ya sean individuales o en equipo, ha variado con el tiempo y las mentalidades.

### **Modalidades del Atletismo**

Carreras de Velocidad, Pase de Vallas, carreras de relevo, carreras de obstáculos, marcha, salto de altura, salto con pértiga, salto de, salto triple, impulso de bala, lanzamiento de disco pentatlón, decatión.

### **Plan de Entrenamiento Físico**

Granelly Cervera (2006), plantean que “un plan no es más que una planificación donde se tienen que considerar algunos aspectos determinantes que

concorre en él. Esto es: el nivel del deportista, los objetivos y las competencias”.  
(p.35)

### **Manual**

Desde esta perspectiva, Definición ABC. COM (2007-2015), aquel libro que recoge lo esencial, básico y elemental de una determinada materia, como puede ser el caso de las matemáticas, la historia, la geografía, en términos estrictamente académicos o también, es muy común, la existencia de manuales técnicos que vienen generalmente acompañando a aquellos productos electrónicos que adquirimos y que requieren de su lectura y la observación de las recomendaciones que contienen antes de poner en funcionamiento los mencionados.

### **Bases Legales**

La Constitución de la República Bolivariana de Venezuela (1999), establece en sus articulados lo siguiente:

**Artículo 103:** El Estado creará y sostendrá escuelas, instituciones y servicios suficientes, dotados para asegurar el acceso a la educación, sin más limitaciones que las derivadas de la vocación y de las aptitudes.

En el artículo 111 establece que:

Todas las personas tienen derecho al deporte y a la recreación como actividades que benefician la calidad de vida individual y colectiva. El estado asumirá el deporte y la recreación como política de educación y salud pública y garantizará los recursos para su promoción. La educación física y el deporte cumplen un papel fundamental en el desarrollo integral de la niñez y la adolescencia.

Se relaciona con la presente investigación ya que apoya toda actividad inmersa con el deporte que promueva y se desarrolle en cualquier sector educativo en este caso educación superior.

## **ESCENARIO III**

### **ABORDAJE METÓDICO**

Este apartado está dirigido a explicar los supuestos que orientaron la investigación y la significación del conocimiento en función de la naturaleza del objeto de estudio.

#### **Matriz Epistémica Fenomenológica**

La matriz epistémica se concibe como “un sistema de ideas que dan origen a un paradigma científico o a teorías de las cuales surgen los métodos o estrategias concretas para investigar la naturaleza de una realidad natural o social.” (Leal, 2012, p. 41).

En este estudio se utilizó la matriz epistémica fenomenológica. Para Leal (2012), esta matriz trata con la condición humana para comprenderla. La dignidad del ser humano es el punto de partida, de allí que se debe procurar la aceptación, el respeto y la tolerancia. La conciencia fenomenológica se vuelve espectadora en sí misma y capaz de interesarse por el sentido que tienen los fenómenos para el estudio. Se asocia con lo inductivo, lo holístico, lo subjetivo, lo creíble, la intuición lo intangible, los sentimientos.

#### **Paradigma de Investigación**

La investigación se enmarcó en el paradigma interpretativo. Éste, se centra en la descripción y comprensión de la realidad del ser humano desde los significados de las personas involucradas. Para ello, estudia sus creencias, motivaciones, intenciones, sentires y otras características no observables ni susceptibles de experimentación y/o

verificación; sino por significados simbólicos e interpretaciones construidas por el sujeto a través de la interacción con los demás. (de Mujica y de Suarez, 2011)

Paz Sandin (2003), expresa que es aquella “orientada a la comprensión en profundidad de fenómenos educativos y sociales, a la transformación de prácticas y escenarios socioeducativos, a la toma de decisiones y también hacia el descubrimiento y desarrollo de un cuerpo organizado de conocimientos” (p.123).

El estudio se sustentó en la hermenéutica como el arte de interpretar y comprender una situación o realidad en cualquiera de sus manifestaciones. Martínez (2010), expresa que este método es usado consciente o inconscientemente por todo investigador, y en todo momento. Esto se debe a que la mente humana es por su propia naturaleza interpretativa, vale decir hermenéutica. Para ello, trata de observar algo y buscarle significado.

### **Diseño de la Investigación**

Una vez recolectada la información se procedió a la interpretación, para ello se utilizó el procedimiento propuesto por Martínez (2010), el cual consta de cuatro etapas: categorización, estructuración, contrastación y teorización propiamente. Éstas, permitieron la emergencia de la visión teórica en la presente investigación. A continuación, se definen cada una de ellas:

Categorización; Para este autor, categorizar “es clasificar o conceptualizar mediante un término o expresión breve que sean claros e inequívocos...el contenido de cada unidad temática...puede estar constituida por uno o varios párrafos o escenas audiovisuales”. (ob. cit., p. 101)

En la estructuración, el modo más práctico de hacerlo “es uniendo primero las categorías similares o parecidas en una macrocategoría; luego éstas entre sí con el tipo de relación que tengan, ya sea causal, de soporte, de inclusión, oposición...” (ob. cit, p. 102)

La contrastación consiste en “relacionar y contrastar sus resultados con aquellos estudios paralelos o similares que se presentaron en el marco teórico referencial...o

sobre marcos teóricos más amplios y explicar lo que el estudio verdaderamente significa”. (ob. cit., p. 103)

Finalmente, la teorización conforma “el corazón de la actividad investigativa; la descripción de la misma, de su proceso y de su producto, es decir, cómo se produce la estructura o síntesis teórica de todo el trabajo, nos revela lo que es la verdadera investigación” (ob. cit., p.104)

### **Informantes Clave**

De acuerdo con la naturaleza de la investigación se estima pertinente la selección de informantes clave considerados como las “personas que permiten a los investigadores cualitativos acercarse y comprender en profundidad la ‘realidad social’ a estudiar” (Valles, 2000, p.43). Para este autor, son aquellas personas que por sus vivencias y relaciones que tienen en el contexto objeto de estudio, pueden acompañar al investigador convirtiéndose en una fuente importante de información.

En esta investigación los informantes clave estarán conformados por tres estudiantes los cuales fueron seleccionados de manera intencional.

### **Técnicas para la Recolección de la Información**

Según los propósitos de la investigación y la perspectiva metodológica, se utilizó como técnica de recolección de información la entrevista semi estructurada. Ésta es una técnica sencilla y usual en la investigación cualitativa. Se define como “encuentros cara a cara entre el investigador y los informantes, encuentros dirigidos hacia la comprensión de las perspectivas que tienen los actores respecto a sus vidas, experiencias o situaciones, tal como las expresan con sus propias palabras” (Taylor y Bodgan, 1994, p. 276).

### **Criterios de Rigor Científico**

Para efecto de la presente investigación los criterios que permitirán argumentar el rigor científico de la misma serán los expuestos por Díaz (2011):

**Credibilidad:** hace referencia al valor de verdad de la información acopiada por el investigador y su concordancia con la realidad.

**Transferibilidad:** Consiste en la posibilidad de aplicar los descubrimientos de la investigación a otros sujetos y contextos. Se logra por medio del muestreo teórico, la descripción exhaustiva y la recogida de copiosa información.

**Consistencia:** es el grado de estabilidad en la información recabada.

**Confirmabilidad:** guarda relación con la validez externa. Es la garantía de que los descubrimientos no sean sesgados por motivaciones, intereses y perspectivas del investigador. Se basa en los siguientes procedimientos: recogida de registros lo más concretos posible, transcripciones textuales, citas directas de fuentes documentales, triangulación, revisión de la estructura categorial emergente, la interpretación y la teoría que emerge, con otros investigadores.

**ESCENARIO IV**  
**CATEGORIZACIÒN**

Martínez (2012), define la categorización como “Clasificar o conceptualizar mediante un término o expresión breve que sean claros e inequívocos...el contenido de cada unidad temática...puede estar constituida por uno o varios párrafos o escenas audiovisuales”. (p.101).

**Cuadro 1**  
**Unidad Hermenéutica**

<b>Nº de Línea</b>	<b>Unidad Hermenéutica</b> <b>Visión Teórica de la condición física desde las vivencias de los estudiantes a cursar la asignatura atletismo</b>	<b>Categorías Individuales</b>
001 002 003 004 005 006 007 008 009 010 011 012 013 014 015 016 017 018 019 020	<p style="text-align: center;"><b>Entrevista I</b></p> <p><b>Entr:</b> ¿Considera importante que el estudiante de educación física tenga conocimientos teóricos con respecto a la condición física para cursar con éxito atletismo?</p> <p><b>Inf:</b> Es importante porque conociendo los parámetros de los principios del entrenamiento puede establecer un plan de trabajo antes de cursar la asignatura que le de unas condiciones físicas mínimas para cursar con éxito la asignatura.</p> <p><b>Entr:</b> ¿cree usted que el dominio técnico de las destrezas en atletismo puede prevenir lesiones?</p> <p><b>Inf:</b> Si es de suma importancia el dominio técnico ya que el atletismo requiere de</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Establecer plan de entrenamiento.</li> <li>- Condiciones física.</li> <li>- Importancia en el dominio técnico.</li> <li>- Requiere de esfuerzo y</li> </ul>

021	esfuerzo y movimientos técnicos, que de no	movimiento.
022	realizarlo como es debido pueden conducir al	
023	alumno algunas lesiones. Tales el caso del	
024	pase de vallas en vista del alumno tiene que	
025	saltar obstáculo se ve con frecuencia muchos	
026	en los alumnos que se lesionan por el poco	
027	dominio técnico.	
028		
029	<b>Entr:</b> ¿cree usted que la mayoría de los	- No cuentan con
030	estudiantes de educación física no llegan aptos	condiciones física
031	físicamente para cursar atletismo?	adecuadas.
032		
034	<b>Inf:</b> El más de 90% de los alumnos al cursar	
035	atletismo no cuenta con las condiciones físicas	
036	adecuadas. Luego de cursar	
037	acondicionamiento físico en el tercer semestre	- cumplir los
038	muchos de estos abandonan el entrenamiento	objetivos.
039	habitual razón por el cual su condición física	- Evitaría muchas
040	no le permite cumplir al 100% con las	lesiones.
041	exigencias del atletismo.	
042		
043	<b>Entr:</b> ¿considera importante la aplicación de	
044	un programa de entrenamiento físico a los	
045	estudiantes de educación física como un paso	
046	previo para cursar atletismo?	
047	<b>inf:</b> si es importante porque al estar acto	
048	físicamente esto le permite cumplir con	- Conocimientos
049	mucha más facilidad los objetivos del	previos.
050	contenido del programa atletismo, como es:	- Reconoce las
051	carreras de velocidad, saltos y lanzamientos. a	diferentes
052	la vez que al estar apto se evitarías muchas	estaciones.
053	lesiones que con frecuencia se ve en las	
054	clases.	
055	<b>entrevista ii</b>	
056	<b>entr:</b> ¿considera importante que el estudiante	- Conocimiento
057	de educación física tenga conocimientos	teórico- práctico.
058	teóricos con respecto a la condición física	- Prevenir lesiones.
059	para cursar con éxito atletismo?	
060		
061	<b>inf:</b> si es importante que tengan	

062	conocimientos previos sobre el atletismo ya	
063	que de esta forma el estudiante reconoce las	
064	diferentes estaciones a realizar en la práctica.	
065		
066	<b>entr:</b> ¿cree usted que el dominio técnico de las	- Mala
067	destrezas en atletismo puede prevenir	estructuración del
068	lesiones?	pensum educativo.
069	<b>Inf:</b> Si porque de tener conocimientos teórico-	- Perjudica a nivel
070	prácticos podemos prevenir lesiones, como lo	del aparato
071	son: esguince, torcedura en el tobillo. Roturas	locomotor.
072	de las miofibrillas de los músculos entre otros.	
073		
074	<b>Entr:</b> ¿cree usted que la mayoría de los	
075	estudiantes de educación física no llegan aptos	
076	físicamente para cursar atletismo?	
077		
078	<b>Inf:</b> No llegan aptos simplemente por las	- Adaptación del
079	malas estructuración del pensum educativo de	aparato locomotor
080	la mención ya que una de las malas función es	- Mantener el
081	que uno cursa acondicionamiento físico en el	equilibrio.
082	primer semestre de la mención y luego pasa al	
083	cuarto semestre para entrar en calor con dicha	
084	asignatura algo que nos perjudica a nivel del	
085	aparato locomotor con respeto a la adaptación	
086	de los músculos, gasto energético, etc.	
087		
088	<b>Entr:</b> ¿considera importante la aplicación de	
089	un programa de entrenamiento físico a los	
090	estudiantes de educación física como un paso	
091	previo para cursar atletismo?	
092		
093	<b>Inf:</b> Si porque este programa ayuda a la	- Condiciones
094	adaptación del aparato locomotor. Ayudará a	físicas.
095	mantener un equilibrio al gasto energético del	- Resultado más
096	estudiante.	satisfactorio.
097		
098	<b>Entrevista III</b>	
099		
100	<b>Entr:</b> ¿considera importante que el estudiante	
101	de educación física tenga conocimientos	

<p>102 103 104 105 106 107 108 109 110 111 112 113 114 115 116 117 118</p>	<p>teóricos con respecto a la condición física para cursar con éxito atletismo?</p> <p><b>Inf:</b> No necesariamente, pero si debe contar o estar preparado físicamente, es decir sus condiciones físicas o capacidades deben responder a la exigencia que esta asignatura requiere. Pero si tiene el conocimiento teórico por supuesto que el resultado será más satisfactorio.</p> <p><b>Entr:</b> ¿cree usted que el dominio técnico de las destrezas en atletismo puede prevenir lesiones?</p> <p><b>Inf:</b> Por su puesto, toda destreza requiere de una buena técnica para su ejecución, ya que estaría propenso a sufrir cualquier tipo de lesión a nivel musculo-esquelético y específicamente en los miembros inferiores.</p> <p><b>Entr:</b> ¿cree usted que la mayoría de los estudiantes de educación física no llegan aptos físicamente para cursar atletismo?</p> <p><b>Inf:</b> Si lamentablemente cuando llega el momento de cursar esta asignatura el nivel de exigencia de los deportes anteriores o la preparación física es mala. Todo va depender de la motivación inquietud de cada estudiante prepararse para estar en condiciones cuando llegue el momento de ver atletismo.</p> <p><b>Entr:</b> ¿considera importante la aplicación de un programa de entrenamiento físico a los estudiantes de educación física como un paso previo para cursar atletismo?</p> <p><b>Inf:</b> Si claro es importante aplicar o establecer, métodos para preparar a los</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Destreza.</li> <li>- Buena Técnicas.</li> <li>- Ejecución.</li>   <li>- Cursar esta asignatura el nivel de exigencia.</li> <li>- Prepararse para estar en condición.</li>   <li>- Métodos de preparación.</li> </ul>
--	---	---

	estudiantes para que se pueda responder satisfactoriamente a las exigencias de esta asignatura.	
--	---	--

Cuadro 2  
Categorías Individuales y Generales

<b>MATRIZ HERMENÉUTICA</b>	
<b>CATEGORIAS INDIVIDUALES</b>	<b>CATEGORIAS GENERALES</b>
<p>Conocimientos teóricos respecto a la condición física para cursar atletismo.</p> <p>001´- Establecer plan de entrenamiento. 002´- Condiciones físicas. 003´- Conocimientos previos. 004´- Reconoce las diferentes estaciones. 007´-Resultado más satisfactorio.</p>	<p>01. conocimientos teóricos respecto a la condición física para cursar atletismo.</p>
<p>Dominio técnico de las destrezas en atletismo para prevenir lesiones.</p> <p>008´- Suma importancia dominio técnico. 009´- Requiere de esfuerzo y movimiento. 010´- Conocimiento teórico- práctico. 011´-Prevenir lesiones. 012´-Destreza. 013´-Buena Técnicas. 014´-Ejecución.</p>	<p>02. Dominio técnico de las destrezas en atletismo para prevenir lesiones.</p>

<p>Estudiantes no llegan aptos físicamente para cursar atletismo.</p> <p>015'- No cuentan con condiciones física adecuadas.  016'- Abandonan el entrenamiento.  017'- Mala estructuración del pensum educativo.  018'-Perjudica a nivel del aparato locomotor.  019'-Cursar esta asignatura el nivel de exigencia.  020'-Prepararse para estar en condición.</p>	<p><b>03.</b> no llegan aptos físicamente para cursar atletismo.</p>
<p>Considera importante la aplicación de un programa de entrenamiento físico a los estudiantes de educación física como un paso previo para cursar atletismo.</p> <p>021'- Acto físicamente le permite cumplir los objetivos.  022'- Evita lesiones.  023'-Adaptación del aparato locomotor,  024'-Mantener el equilibrio.  025'-Métodos de preparación</p>	<p><b>04.</b> Pprograma de entrenamiento físico a los estudiantes para cursar atletismo.</p>

<b>CATEGORIAS UNIVERSALES</b>
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Conocimientos teóricos respecto a la condición física para cursar atletismo.</li> <li>2. Dominio técnico de las destrezas en atletismo para prevenir lesiones.</li> <li>3. No llegan aptos físicamente para cursar atletismo.</li> <li>4. Programa de entrenamiento físico a los estudiantes para cursar atletismo.</li> </ol>

## **ESCENARIO V**

### **ESTRUCTURACIÓN**

Martínez (2009), plantea que la estructuración es el segundo paso para la emergencia de la aproximación teórica, donde “uniendo primero las categorías similares o parecidas en una macrocategoría; luego estas entre sí con el tipo de relación que tengan, ya sea, causal, de soporte, de inclusión, oposición...” (ob.cit., p.102).

#### **Categoría 1**

##### **Conocimiento respecto a las condiciones físicas**

En cuanto al conocimiento que deben de tener los informante respecto a las condiciones físicas mínimas para cursar la asignatura atletismo se encuentra la siguiente: establecer un plan de entrenamiento [Inf 1- 008]; condiciones físicas [Inf 1- 010]; conocimiento previos [Inf 2- 049]; reconoce las diferente estaciones [Inf 2- 050]; condiciones físicas [Inf 3- 091]; resultados más satisfactorio [Inf 3- 093].

#### **Categoría 2**

##### **Dominio Técnico de las Destrezas en Atletismo puede Prevenir Lesiones**

Los informantes expresaron en cuanto al dominio técnico de las destrezas en atletismo puede prevenir lesiones lo siguiente: importancia dominio técnico [Inf 1- 016]; requiere de esfuerzo y movimiento [Inf 1- 019]; conocimiento teórico-práctico [Inf 2- 056]; prevenir lesiones [Inf 2- 058]; destreza [Inf 3- 101]; buena técnica [Inf 3- 102]; ejecución [Inf 3- 103].

### **Categoría 3**

#### **No llegan Aptos Físicamente para Cursar Atletismo**

Los informantes expresaron en cuanto no llegan aptos físicamente para cursar atletismo lo siguiente: no cuenta con condiciones física adecuada [Inf 1- 028]; mala estructuración de pensum educativo [Inf 2- 066]; perjudica a nivel del aparato locomotor [Inf 2- 069]; cursar esta asignatura al nivel exigente [Inf 3- 110]; prepararse para estar en condiciones [Inf 3- 114].

### **Categoría 4**

#### **Programa de Entrenamiento Físico a los Estudiantes para Cursar Atletismo**

Los informantes expresaron en cuanto cumplir los objetivos [Inf 1- 0037]; evitaría muchas lesiones [Inf 1- 039]; adaptación del aparato locomotor [Inf 2- 078]; mantener equilibrio [Inf 2- 080]; método de preparación [Inf 3- 118].

## ESCENARIO VI

### CONTRASTACIÓN

Consiste en relacionar y contrastar sus resultados con estudios, teorías, conceptualizaciones paralelos o similares presentes o no, en el marco teórico referencial, con el propósito de explicar lo que el estudio verdaderamente significa (Martínez, 2009).

*Dentro de este contexto, el Conocimiento respecto a las condiciones físicas* considera que se debería establecer un plan de entrenamiento para obtener condiciones físicas y conocimiento previo sobre esta asignatura, para reconocer las diferentes estaciones del atletismo y obtener unos resultados satisfactorios. Según, Definición ABC. COM (2007-2015), las condiciones físicas abarcan numerosas disciplinas agrupadas en carreras, saltos, lanzamientos, pruebas combinadas y marcha. Es el arte de superar el rendimiento de los adversarios en velocidad o en resistencia, en distancia o en grandes alturas. El número de pruebas, ya sean individuales o en equipo, ha variado con el tiempo y las mentalidades.

*El dominio técnico de las destrezas en atletismo puede prevenir lesiones, en este sentido*, los estudiantes expresan que deberían obtener conocimientos teórico-prácticos para prevenir lesiones durante esta asignatura, así tendrían más dominio técnico al momento de realizar cada una de las destrezas del atletismo: Carreras de Velocidad, Pase de Vallas, carreras de relevo, carreras de obstáculos, marcha, salto de altura, salto con pértiga, salto de, salto triple, impulso de bala, lanzamiento de disco pentatlón, decatón (1999). (p.127). para obtener mejor resultado al momento de cumplir con las exigencias de las modalidades del atletismo.

*No llegan aptos físicamente para cursar atletismo; al respecto*, los informantes expresaron que no cuentan con las condiciones físicas necesarias para el

atletismo porque es una asignatura de mayor exigencia física y ellos no vienen en condiciones para cursar atletismo, lo que puede traer consecuencias perjudiciales al nivel del aparato locomotor.

Según, Definición ABC. COM (2007-2015). Define que es Adquisición de habilidades, capacidades y conocimientos como resultado de la exposición a la enseñanza de algún tipo de oficio, carrera o para el desarrollo de alguna aptitud física o mental y que está orientada a reportarle algún beneficio o utilidad al individuo que se somete a tal o cual aprendizaje.

*En cuanto a un programa de entrenamiento físico a los estudiantes para cursar atletismo* los estudiantes expresaron que con un método de preparación evitarían muchas lesiones en los estudiantes al momento de realizar los ejercicios y obtendría mejor adaptación del aparato locomotor y mantendrían un mejor equilibrio.

Según Granell y Cervera (2006), “un plan no es más que una planificación donde se tienen que considerar algunos aspectos determinantes que concurre en él. Esto es: el nivel del deportista, los objetivos y las competiciones”. (p.35)

## **ESCENARIO VII**

### **TEORIZACIÓN**

Para Martínez (2006), la teorización conforma “el corazón de la actividad investigativa; la descripción de la misma, de su proceso y de su producto, es decir cómo se produce la estructura o síntesis teórica de todo el trabajo, nos revela lo que es la verdadera investigación”. (ob.cit., p.104).

Dentro de este contexto, el Conocimiento respecto a las condiciones físicas considera que se debería establecer un plan de entrenamiento para obtener conocimiento previo sobre esta asignatura y de esta manera reconocer las diferentes estaciones del atletismo y obtener unos resultados satisfactorios.

Las condiciones físicas abarcan numerosas disciplinas agrupadas en carreras, saltos, lanzamientos, pruebas combinadas y marcha. Es el arte de superar el rendimiento de los adversarios en velocidad o en resistencia, en distancia o en grandes alturas. El número de pruebas, ya sean individuales o en equipo, ha variado con el tiempo y las mentalidades. Dominio técnico de las destrezas en atletismo puede prevenir lesiones a los estudiantes que debería de obtener conocimientos teórico-práctico para prevenir lesiones durante esta asignatura y obtendrán más dominio técnico al momento de realizas estas destreza: Carreras de Velocidad, Pase de Vallas, carreras de relevo, carreras de obstáculos, marcha, salto de altura, salto con pértiga, salto de, salto triple, impulso de bala, lanzamiento de disco pentatlón, y decatlón. Ello, para obtener mejor resultado al momento de cumplir con las exigencias de las modalidades del atletismo.

No obstante, algunos estudiantes no llegan apto físicamente para cursar atletismo debido a sus condiciones físicas necesarias para cursar dicha asignatura.

La condición física es la adquisición de habilidades, capacidades y

conocimientos como resultado de la exposición a la enseñanza de algún tipo de oficio, carrera o para el desarrollo de alguna aptitud física o mental y que está orientada a reportarle algún beneficio o utilidad al individuo que se somete a tal o cual aprendizaje.

Para concluir, un programa de entrenamiento físico a los estudiantes para cursar atletismo evitaría muchas lesiones en los estudiantes al momento de realizar los ejercicios y obtendría mejor adaptación del aparato locomotor y mantendrían un mejor equilibrio. En definitiva, un plan no es más que una planificación donde se tienen que considerar algunos aspectos determinantes que concurre en él. Esto es: el nivel del deportista, los objetivos y las competiciones.

## REFERENCIAS

- Arias J. (2000) Enfermería medico quirúrgica: II. Editorial Tébar Barcelona.
- Bueno A. y Porqueres I. (2008) Tendón. Valoración y tratamiento en fisioterapia Editorial Paidrotibo. Barcelona España.
- Campo F. (2010) Manual de cirugía ortopédica y traumatológica, volumen 1 Editorial Medica Panamericana. Madrid España.
- Castro, E. (2012). Estrategias docentes para el aprendizaje de la asignatura Investigación Educativa dirigida a los estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad de Carabobo trabajo de Grado para optar al título de Licenciado en Educación. Universidad de Carabobo.
- Definición Com (2007-2015). Autonomía Individual. Disponibles en: <http://www.definicionabc.com/salud/desgarro.php>.
- De Suárez, D. y de Mujica, M. (2011). Investigación y Proyectos educativos. Caracas: Marca S.A.
- Díaz, L. (2011). *Visión investigativa en ciencias de la salud (Énfasis en paradigmas Emergentes)*. CDCH: Valencia.
- Garay. J. (2008). La Constitución Bolivariana. Venezuela. Caracas. Segunda Versión: Gaceta Oficial N° 5453. Redacción Actualizada.
- Granell J, Cervera V (2006) teoría y planificación del entrenamiento deportivo Barcelona España.
- Martin D, Carl K, y Lehnertz K. (2007). Manual de metodología del entrenamiento deportivo. Barcelona España.
- Martínez, M. (2010). *Nuevos Paradigmas en la Investigación*. Caracas. Editorial: Alfa.
- Matveev. (2001). Teoría general del entrenamiento deportivo. Editorial Paidrotibo Barcelona.

Sandín, M. (2003). *Investigación Cualitativa en Educación*. España. Editorial Mc. Graw Hill.

Villarroel. (2011). Manual para la incorporación de los estudiantes con discapacidad Visual, en la asignatura informática de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad de Carabobo. Trabajo de Grado para optar al título de Licenciado en Educación. Universidad de Carabobo.