



Pontificia Universidad
Católica del Ecuador

SEDE
ESMERALDAS

DIRECCIÓN DE POSGRADO

Maestría en Educación, mención Educación Física y Deporte

Trabajo Final de Maestría

**Título: Uso del Estadio Folke Anderson como espacio educativo en el
entrenamiento deportivo y desarrollo recreacional para fomentar la educación
física en Esmeraldas.**

**PREVIO AL GRADO ACADÉMICO DE MAGÍSTER EN EDUCACIÓN
FÍSICA Y DEPORTE**

Línea de investigación:

Didáctica de la Educación Física y el Deporte

Autor:

Joaquín Milton Mina Gonzales

Asesor:

Lcdo. Pablo Del Val Martín Msc.

Esmeraldas, 2021

Trabajo de tesis aprobado luego de haber dado cumplimiento a los requisitos establecidos por el reglamento de Grado de la PUCESE previo la obtención del Título de Magíster en Educación, mención Educación Física y Deporte.

TRIBUNAL DE GRADUACIÓN

Título de tesis: Uso del Estadio Folke Anderson como espacio educativo en el entrenamiento deportivo y desarrollo recreacional para fomentar la educación física en Esmeraldas.

Autor: Joaquín Milton Mina Gonzales

Mgt. Pablo Del Val Martín
ASESOR

F. _____

Mgt. Isabel Maldonado Román
LECTOR 1

F. _____

Mgt. Thania Quintero Castellano
LECTOR 2

F. _____

Mgt. Manuel González Berruga
COORDINADOR/A DE POSGRADO

F. _____

Mgt. Alex Guashpa Gámez
SECRETARIO/A GENERAL PUCESE

F. _____

Esmeraldas, Ecuador, marzo 2021

DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD Y RESPONSABILIDAD

Yo, Joaquín Milton Mina Gonzales, portadora de la cédula de ciudadanía **No. 0801684895** declaro que los resultados obtenidos en la investigación que presento como informe final, previo la obtención del título de Magíster en Educación, mención Educación Física y Deporte son absolutamente originales, auténticos y personales.

En tal virtud, declaro que el contenido, las conclusiones y los efectos legales y académicos que se desprenden del trabajo propuesto de investigación y luego de la redacción de este documento son y serán de mi sola y exclusiva responsabilidad legal y académica.

Joaquín Milton Mina Gonzales

C.I.0801684895

CERTIFICADO

Yo, Mgt. Pablo Del Val Martín en calidad de asesor del TFM certifico que el maestrante Joaquín Milton Mina Gonzales, de la Maestría en Educación, mención Educación Física y Deporte ha incorporado las sugerencias realizadas demostrando una suficiencia investigadora en el TRABAJO DE FÍN DE MÁSTER, y por tanto se encuentra apto/apta para su presentación.

El porcentaje de similitud obtenido en el informe es de 9%.

En Esmeraldas, a 20 de febrero de 2021

Lcdo. Pablo Del Val Martín MSc.

ASESOR

DEDICATORIA

Este trabajo investigativo, se lo dedico a Dios en primer lugar por ser mi fortaleza en los momentos donde más lo necesite reflejando hoy el esfuerzo y dedicación que me ha tomado llegar hasta aquí.

A mis hijos que han sido el reflejo que ha permitido inspirarme a seguir educándome y a educar a jóvenes como ellos en la bella disciplina del Deporte.

A mis padres, que siempre marcaron mi vida con amor hacia la educación y aprecio al desarrollo de la juventud.

A mis nietos, semilla de un nuevo futuro en el cual espero contribuir.

Joaquín Milton Mina Gonzales

AGRADECIMIENTO

El amor, paciencia y apoyo que recibí por parte de mi familia al realizar este trabajo de investigación fue el motor que me motivo a continuar con este objetivo, por estas y más razones muchas gracias. Gracias a Dios por permitirme avanzar hasta el día de hoy y poder cumplir esta meta en mi vida.

A mis hijos que siempre me llenan de alegrías y hoy me acompañan a celebrar este triunfo, a mi hijo Johan, ejemplo deportivo de dedicación y el cual me impulso a despertar ese espíritu en la juventud de mi ciudad, la bella Esmeraldas.

A mis compañeros y maestros, que caminaron conmigo durante este sendero que, sin darnos cuenta a pesar de las calamidades del año 2020, nos ha permitido generar nuevas amistades.

Joaquín Milton Mina G.

RESUMEN

El deporte, tanto desde la óptica recreativa como del alto rendimiento, debe ser guiado por una persona con suficientes conocimientos que disponga de una amplia variedad de herramientas para su desarrollo. El estadio Folke Anderson de Esmeraldas, además de ser un escenario deportivo, debe ser visto como un espacio educativo. Desde su inauguración en 1956 en el cantón Esmeraldas, ha marcado un avance en el desarrollo deportivo de los ciudadanos esmeraldeños, la presente investigación se realizó para diagnosticar el uso de este escenario deportivo en beneficio de la comunidad esmeraldeña, preparando al docente o entrenador en conocimiento científico y metodológico. En esta investigación cuantitativa se tomaron como población a los entrenadores, deportistas y residentes de las zonas aledaña a la edificación; estos sumaron un total de 50 individuos. Los resultados obtenidos permitieron definir una propuesta aplicable y replicable para este escenario deportivo.

PALABRAS CLAVES: Educación Física, Deportes, Estadio Folke Anderson, Esmeraldas, Formación docente.

ABSTRACT

Sport, both from a recreational and high-performance perspective, must be guided by a person with sufficient knowledge who has a wide variety of tools for its development. The Folke Anderson Stadium in Esmeraldas, in addition to being a sports venue, should be seen as an educational space. Since its inauguration in 1956 in the Esmeraldas canton, it has marked an advance in the sports development of Esmeraldas citizens. This research was conducted to diagnose the use of this sports scenario for the benefit of the Esmeraldas community, preparing the teacher or trainer in scientific and methodological knowledge. In this quantitative research, coaches, athletes and residents of the areas surrounding the building were taken as the population; these totaled 50 individuals. The results obtained allowed defining an applicable and replicable proposal for this sports scenario.

KEYWORDS: Physical Education, Sports, Folke Anderson Stadium, Esmeraldas, Teacher training.

INDICE

TRIBUNAL DE GRADUACIÓN	iii
DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD Y RESPONSABILIDAD.....	iv
CERTIFICADO	v
DEDICATORIA	vi
RESUMEN	viii
PALABRAS CLAVES	viii
ABSTRACT	ix
KEYWORDS:.....	ix
1. Introducción.....	12
2. Planteamiento del problema.....	14
3. Justificación	17
4. Objetivos.....	18
4.1. Objetivo general.....	18
4.2. Objetivos específicos	18
5. Marco teórico.....	19
5.1. Entrenamiento deportivo.....	20
5.2. Principios del entrenamiento deportivo.....	24
5.2.1. Principios biológicos	25
5.2.2. Principios pedagógicos	28
5.3. Conocimiento en el entrenamiento deportivo	29
5.4. Entrenamiento deportivo a niños y jóvenes	30
5.5. Recreación.....	31
5.6. Escenarios deportivos.....	32
6. Metodología.....	34
7. Resultados.....	37
7.1. Análisis e interpretación de resultados de encuestas	37

7.2. Análisis de los resultados de entrenadores.....	47
8. Discusión	52
9. Conclusiones.....	56
Propuesta.....	57
Tema	57
Función Formativa.....	57
10. Limitaciones y perspectivas.....	60
11. Referencias bibliográficas	61
12. Anexos	65
12.1. Anexo A: Formulario de encuesta.....	65
12.2. Anexo B: Formato rubrica para entrenadores	66

INDICE DE TABLAS Y FIGURAS

Tabla 1	57
Tabla 2	58
Figura 1 – Pregunta 1 Cuestionario Anexo A	37
Figura 2 – Pregunta 2 Cuestionario Anexo A	38
Figura 3 – Pregunta 3 Cuestionario Anexo A	39
Figura 4 – Pregunta 4 Cuestionario Anexo A	40
Figura 5 – Pregunta 5 Cuestionario Anexo A	41
Figura 6 – Pregunta 6 Cuestionario Anexo A	42
Figura 7 – Pregunta 7 Cuestionario Anexo A	43
Figura 8 – Pregunta 8 Cuestionario Anexo A	44
Figura 9 – Pregunta 9 Cuestionario Anexo A	45
Figura 10 – Pregunta 10 Cuestionario Anexo A	46
Figura 11 – Criterio 1 rúbrica Anexo B.....	47
Figura 12 – Criterio 2 rúbrica Anexo B.....	48
Figura 13 – Criterio 3 rúbrica Anexo B.....	49
Figura 14 – Criterio 4 rúbrica Anexo B.....	50
Figura 15 – Criterio 5 rúbrica Anexo B.....	51

1. Introducción

El ser humano por naturaleza es un organismo que necesita un equilibrio social para poder subsistir, por ende, actividades que realiza en su día a día, como el deporte y otras actividades recreacionales, influyen en su vida y en diferentes ámbitos, como lo son fisiológico y social. El trabajo de investigación llamado: “Uso del Estadio Folke Anderson como espacio educativo en el entrenamiento deportivo y desarrollo recreacional para fomentar la educación física en Esmeraldas” se realiza partiendo de esta necesidad y con el objetivo de aprovechar los espacios deportivos de la ciudad en todo su esplendor.

Según Riera (2003) “el deporte es todo lo que podemos percibir, con relación a nuestro movimiento corporal o ajeno, con alguna o varias de las siguientes finalidades: salud, educación, competición, recreación, terapéutica; y que contiene valores humanos, que deberían ser positivos” (p. 44). El deporte desde el entrenamiento deportivo o como acto recreativo si es visto desde lo académico, debe ser fundamentado con conocimientos científico educativo propuestos por un capacitador, entrenador o tutor.

Al realizar deporte, éste debe ser apoyado por las herramientas necesarias: humanas y materiales. Con respecto a estas últimas, y en concreto en lo que concierne al espacio físico e infraestructura, implementación deportiva y adecuación apropiada, éstas no solo deben brindar el goce de la actividad deportiva como acto de recreación, sino también que el individuo, en este caso el niño o joven, debe alcanzar el desarrollo de sus habilidades, agilidad, fortaleza, resistencia y otras capacidades necesarias para el desarrollo y ejecución de una actividad deportiva, transformándolo posteriormente en un deportista competitivo.

El estadio Folke Anderson desde su inauguración en 1956 (La Hora, 2003) ha marcado un avance en el desarrollo deportivo de los ciudadanos esmeraldeños. A pesar de que este centro deportivo fue destinado a diferentes áreas y actividades deportivas, el avance del tiempo y la falta de programas o comunicación por parte de la administración a la comunidad esmeraldeña ha repercutido en la disminución de su uso por parte de los deportistas activos y en desarrollo de nuestra ciudad.

La presente investigación recopila información que correlaciona la necesidad de tener conocimiento del uso de herramientas deportivas en la educación física; basado en nuestro medio, el estadio Folke Anderson es un escenario deportivo que puede funcionar como herramienta para el desarrollo de la educación física a nivel deportivo y recreacional. Al final de la investigación se plantea una propuesta dirigida a la formación de docentes certificados en educación física y entrenadores.

2. Planteamiento del problema

Este proyecto, de tipo cuantitativo no experimental, permitirá observar y describir el uso que se da a las instalaciones deportivas como herramientas de formación, específicamente el estadio Folke Anderson, analizando el comportamiento, situaciones y actitudes de los niños, jóvenes y hasta adultos que entrenan o se recrean en sus instalaciones, practicando las distintas disciplinas deportivas, además los procesos, metodologías y técnicas empleadas sin influir sobre estos de ninguna manera, determinando que éste tipo de espacios son fundamentales para el buen desarrollo de dichas actividades.

Conociendo la importancia que tiene la actividad física en el ser humano ya sea esta como recreación, acondicionamiento físico, salud o por entrenamiento deportivo, el Estado y organizaciones no gubernamentales promueven la práctica deportiva, más ésta no se la hace en algunos casos siguiendo una metodología o procesos estudiados que ayuden al niño o joven que a través de la práctica deportiva alcance las capacidades deseadas, por lo que este es un motivo en la que el niño o joven abandona prematura o repentinamente ésta práctica deportiva.

Para diagnosticar el uso del escenario deportivo Folke Anderson del cantón Esmeraldas como herramienta de formación en las actividades de entrenamiento deportivo y de recreación por parte de los niños y jóvenes, es necesario partir desde el análisis de la situación del escenario deportivo tanto en su infraestructura, equipamiento y personal humano (entrenadores, deportistas), identificar los asistentes (grupo etario de niños y jóvenes por género) a entrenarse o recrearse en cada disciplina deportiva, categorizar la metodologías de entrenamientos empleadas por los entrenadores hacia los deportistas, analizar y establecer las estrategias necesarias para que el escenario deportivo sea frecuentado y usado masivamente como lugar de recreación o entrenamiento de niños y jóvenes.

La falta de conocimiento que tiene la comunidad esmeraldeña, en especial los niños y jóvenes que viven en las calles limítrofes a este centro deportivo (6 de diciembre, quito, octava y salinas), de las condiciones del Estadio Folke Anderson, además del uso que se da a las instalaciones, en que se desconocen que no sólo es un escenario deportivo para la práctica de fútbol este lugar, sino que en éste lugar se practican otras disciplinas deportivas, haciendo que muchos niños y jóvenes no se acerquen a realizar prácticas deportivas o entrenamientos en este escenario deportivo.

La subutilización del escenario deportivo Folke Anderson ha sido desencadenada por el bajo nivel de incentivos de programas u organizaciones que fomentan la recreación y el deporte, conllevando a una problemática social que ocasiona la disminución de las actividades recreativas y deportivas que influyen en la calidad de vida de los habitantes del cantón Esmeraldas, en especial de los niños y jóvenes que el tiempo de podrían dedicarlo a una práctica deportiva lo utilizan para acciones poco productivas como son asociaciones en grupos delincuenciales o con amistades nocivas que los llevarían al camino del vandalismo, robos y consumo de drogas.

Brindar un diagnóstico externo del uso y estado de las instalaciones deportivas, en éste caso del Folke Anderson, permitirá emitir una valoración del estado o situación del escenario deportivo, de su personal de entrenadores y sus asistentes a practicar deportes o recrearse, teniendo información de lo que acontece dentro o en el entorno de dicho lugar, brindando información que estará a disposición de la ciudadanía y autoridades competentes para que actúen oportunamente y de esta manera corresponder de forma efectiva a la necesidad identificada en la comunidad y en especial de los niños y jóvenes de espacios recreativos y de entrenamiento deportivos que brinden metodológicamente el desarrollo de capacidades,

aptitudes y actitudes competitivas de los niños, jóvenes y adultos en las diferentes disciplinas deportivas que ahí se practican.

Se tiene una percepción equivocada de este espacio físico, es decir que las instalaciones deportivas del Folke Anderson sólo son para el entrenamiento de deportistas calificados como tal, más se debe incentivar a los niños, jóvenes y adultos el empoderarse de la ejercitación física como actividad recreativa y deportiva, que permite mejorar al individuo su salud física y psicosocial, viendo la importancia de dar un buen uso a instalaciones deportivas el responder a la pregunta: **¿la realización de una propuesta formativa de docentes y entrenadores con respecto al uso correcto de escenarios deportivos haciendo enfoque en actividades deportivas y recreativas optimizará el uso de las instalaciones deportivas del Folke Anderson por parte de la comunidad esmeraldeña?**, es trascendental ya que el conocimiento total de las herramientas que tenemos a nuestro alcance repercute en nuestra metodología de enseñanza.

El presupuesto económico que el Estado da para la administración, mantenimiento y adecuación de los escenarios físicos es un problema puntual con lo que ha tenido que sobrevivir el escenario deportivo Folke Anderson, en la que por problemas económicos estatal, su presupuesto se ha reducido considerablemente, adicional a éste la disminución de apoyos y contribuciones de las empresas privadas, que no permiten adecuar con nuevos implementos deportivos este conjunto deportivo, haciendo que el uso de esta instalación por parte de la niños, jóvenes y adultos se haya reducido considerablemente, siendo observable que son pocos los niños y jóvenes que asisten a los entrenamientos regularmente, además problemas externos al centro deportivo hacen que los niños, jóvenes y adultos no asistan a entrenar o recrearse habitualmente.

3. Justificación

Este tema en común permitirá diagnosticar y saber cómo los niños y jóvenes, algunas futuras promesas deportivas esmeraldeñas o radicadas en el cantón Esmeraldas, usan las instalaciones deportivas, en este caso las que están dentro del Folke Anderson (Cancha de fútbol, pista de atletismo, tenis de mesa, judo, taekwondo, halterofilia y otras). Haciendo análisis de la situación actual de los diferentes escenarios, si estos están adecuados o implementados para cubrir las necesidades y exigencia que exige el entrenamiento deportivo actual, siguiendo los parámetros exigidos para fortalecer educativamente a los jóvenes, adoctrinados en una formación física adecuada de acuerdo a su grupo etario, género y condición física, observando y analizando entre las actividades de entrenamientos y recreación si el instructor o entrenador utiliza metodológicamente las herramientas pedagógicas y del equipamiento físico necesario.

Permitirá visualizar si el Folke Anderson, como escenario deportivo está siendo subutilizado toda su infraestructura física y/o personal técnico, o caso contrario es insuficiente su espacio físico o equipamiento para la cantidad de niños y jóvenes que asisten a entrenarse deportivamente o como acto de recreación, acción que brindará a sus administradores una herramienta para poder actuar positivamente en pro de que éste escenario deportivo cumpla con la aceptación y exigencia actual de los niños y jóvenes, que si son guiados con una educación asertiva en el fortalecimiento físico e intelectual deportivo y competitivo, lograrán el desarrollo de sus capacidades deportivas, logrando ser glorias del deporte local o nacional, como lo han sido muchos deportistas que están en el grupo de alto rendimiento nacional, caso Seledina Nieve, Alexandra Escobar, Enrique Cuero, Joice Micolta, Alex Quiñónez, entre otros, que son dignos representantes de la provincia de Esmeraldas.

4. Objetivos

4.1. Objetivo general.

Formular una propuesta de formación dirigida a entrenadores y docentes sobre el uso del escenario deportivo “Estadio Folke Anderson” como herramienta para el entrenamiento deportivo y desarrollo recreacional.

4.2. Objetivos específicos.

- Analizar la situación actual de las instalaciones del escenario deportivo Folke Anderson del cantón Esmeraldas.
- Identificar el grupo etario con mayor concurrencia al estadio Folke Anderson y en que horarios suelen asistir.
- Conocer actividades deportivas y recreativas que quieran ser realizadas por la comunidad esmeraldeña en guía de un docente o entrenador según amerite el caso.
- Reconocer la evaluación de los moradores de la zona del estadio Folke Anderson sobre los entrenadores y docentes que laboran en el estadio Folke Anderson en nombre de la Federación deportiva de Esmeraldas
- Analizar la situación de los entrenadores y docentes hacia proyectos dirigidos a grupos específicos.
- Identificar la valoración de los entrenadores hacia la administración de la federación deportiva de esmeraldas con respecto al apoyo en recursos al estadio Folke Anderson en las disciplinas deportivas de acuerdo a grupos etarios cada niño, joven y adulto.

5. Marco teórico

Después de hacer una búsqueda en Scielo, Pubmed, Google académico, Dialnet, ScienceDirect no se encontraron estudios que planteen propuestas de formación docente dirigidas al uso de centros deportivos, específicamente con respecto al Estadio Folke Anderson.

Se pudo encontrar entre las tesis registradas en la Universidad Politécnica Salesiana, la mencionada “Diagnostico de la formación docente de estudiantes de cultura física de la universidad Luis Vargas Torres de la ciudad de Esmeraldas en función de la atención educativa a la discapacidad sensorial” cuyos autores Estupiñán y García (2014), plantean en su objetivo general el diagnóstico de la formación docente de estudiantes de cultura física de la universidad Luis Vargas Torres de la ciudad de Esmeraldas en función de la atención educativa a la discapacidad sensorial, la metodología que se utilizó fue de tipo mixta (Cuali – cuantitativa) pues los documentos fueron analizados por las dos vías, unos cualitativamente y otros a través de valores estadísticos que permitieron obtener los resultados; los cuales demostraron que no se están aplicando adaptaciones en la malla curricular de los docentes en estos casos (p. 8).

Al igual que en la Universidad politécnica Salesiana, en el repositorio digital de la Universidad Central del Ecuador, se pudo encontrar la tesis de titulación denominada: “Estudio para la implementación de procesos de formación en los niños y jóvenes de 7 a 14 años en las escuelas deportivas del gobierno autónomo descentralizado de la ciudad de Esmeraldas” Rodríguez (2016) donde su objetivo menciona: realizar un estudio para implementación de procesos de formación deportiva en los niños y jóvenes de siete a catorce años en las escuelas deportivas del Gobierno Autónomo Descentralizado de la Ciudad de Esmeraldas. De acuerdo a la naturaleza, de la indagación la presente investigación es cuantitativa, y de representación numéricamente y los resultados determinaron que no existen procedimientos de formación para

la implementación de nuevas disciplinas deportivas los trabajos realizados en las escuelas de fútbol de la localidad de Esmeraldas. (p. 38)

En el repositorio de la Universidad Católica Santiago de Guayaquil se registró el trabajo de investigación llamado “Desempeño de edificios especiales durante sismos en Ecuador – caso de estudio: escenarios deportivos de las provincias de Manabí y Esmeraldas” Reyna (2020), menciona en su objetivo: definir si el desempeño de los edificios de escenarios deportivos; durante los sismos ocurridos en Ecuador a partir de 1977, cumplió o no con las especificaciones de los códigos o normas ecuatorianas para el diseño y construcción sismo-resistentes. Esta investigación uso una metodología cuantitativa y los resultados reflejaron que el escenario deportivo Folke Anderson tras el terremoto del 2016 sufrió daños estructurales en los graderíos del sector de General, así como también fisuras y desprendimientos de hormigón en las paredes, colapso en las paredes del cerramiento, colapso de las torres de iluminación. (p. 102)

La FIFA debido a este evento catastrófico dono al Ecuador 500 mil dólares destinados para la reparación de estos centros deportivos de los cuales 180 mil dólares fueron dirigidos hacia el estadio Folke Anderson (El telegrafo, 2016).

5.1. Entrenamiento deportivo

A propósito de entrenamiento deportivo, Hermann (1983) plantea que el entrenamiento trata de adaptar al deportista a las condiciones del deporte, haciendo que éste logre un acondicionamiento físico, automatización de los movimientos y aptitud de adaptabilidad a la situación de la competencia y su exigencia.

Bautista (2001) manifiesta que el entrenamiento deportivo es visto desde el enfoque conductual, en la que el deportista es generalmente falto de autocrítica y creatividad, y que el entrenador pedagógicamente a través del diálogo debe guiarlo a que sea crítico, analizador y

creativo. Acciones en la que debe primar en el deportista el respeto a la experiencia y conocimiento del entrenador.

Roca (2008) afirma que “la actividad física y el deporte son un ámbito de acciones individuales y grupales de nuestra sociedad, pero también un universo de estudio y de intervención profesional” (p.60). Exigiéndose en este campo una oferta profesional con organización científica, en la que el deportista se sienta guiado por un entrenador profesional con conocimiento académico.

Sobre el entrenamiento deportivo Medina (2014) afirma:

Es un proceso que, por medio del ejercicio físico, tiende a alcanzar un nivel más o menos elevado según los objetivos propuestos, produciendo una modificación del estado físico, motor, cognitivo y afectivo de los atletas con vista a la obtención de un resultado competitivo (p.3).

También se deduce que el entrenamiento deportivo en donde el deportista pone en práctica toda la preparación adquirida, representando a un proceso didáctico organizado, caracterizado por aplicar todos los factores de la enseñanza, educación y autoeducación recibida, bajo un sistema metodológico de ejercicios físicos y alimentación, logrando el desarrollo de capacidades y aptitudes.

El entrenamiento deportivo tiene como pilar fortalecer y desarrollar las capacidades de los individuos que practican o inician practicando cualquier área del deporte, por tanto, una correcta planificación es indispensable. Según Camacho, J., Ochoa, N. y Rincón, N., (2019) “la preparación especial va dirigida hacia la preparación física, en donde sus objetivos van encaminados hacia el desarrollo de las cualidades físicas específicas de acuerdo a cada disciplina deportiva” (p. 174).

Por parte de los entrenadores es de gran importancia reconocer el tipo de deporte al que se está destinando el aprendizaje del alumnado, Llorente, (2000) afirma:

El *deporte recreativo*: Es decir, aquel que es practicado por placer y diversión, sin ninguna intención de competir o superar a un adversario, únicamente por disfrute o goce. El *deporte competitivo*: Es decir, aquel que es practicado con la intención de vencer a un adversario o de superarse uno mismo. El *deporte educativo*: Es decir, aquel cuya pretensión fundamental es colaborar al desarrollo armónico y potenciar los valores del individuo (p. 9).

El entrenamiento deportivo es un proceso pedagógico-educativo, el cual se caracteriza en la organización del ejercicio físico repetido suficientemente en número de veces y con la intensidad tal que, aplicadas de forma creciente, estimulen el proceso fisiológico de supercompensación del organismo, favoreciendo el aumento de la capacidad física, psíquica, técnica y táctica del atleta con la finalidad de mejorar y consolidar el rendimiento en la prueba (Vittori, 1983).

Weineck, (2005) menciona que, “la capacidad de rendimiento deportivo expresa el grado de asentamiento de un determinado rendimiento deportivo-motor y está marcada, dada su compleja estructura de condicionantes, por un amplio abanico de factores específicos” (p. 19).

Un entrenamiento deportivo planificado es importante ya que la metodología que se le aplique puede beneficiar al rendimiento deportivo, sobre el rendimiento deportivo Weineck (1998) menciona “grado de mejora posible de un rendimiento de orden motriz, en una actividad deportiva determinada” (p. 4).

Para entender esta parte del deporte se han realizado estudios que exploraron la dimensión cognitiva del rendimiento deportivo y la posible existencia de una ventaja por parte de los expertos con relación a los novatos estos estudios se llevaron a cabo en contextos de laboratorio en los que se trató de reproducir situaciones de juego (Ruiz 1999, p. 240).

Dentro del entrenamiento deportivo se debe tener en cuenta el tiempo que se le va a dedicar a la actividad, la metodología que se va a utilizar y las herramientas que nos van a servir para nuestro desarrollo deportivo, entre las que destacan los estadios. García (2009) menciona que-, “la mayoría de los estadios que fueron construidos hace décadas poseen un grado de identificación e integración vecinal muy importante ya que el trazado de las calles condicionaba las dimensiones del campo de juego y del estadio en sí mismo” (p. 1).

La planificación del entrenamiento deportivo ha sido definida por varios autores, dependiendo de variables como el tiempo útil, Mestre (1995) refiere sobre este proceso como:

La previsión con suficiente anticipación de los hechos y las acciones, de forma que su acometida se efectúe de forma sistemática y racional, según las necesidades y posibilidades reales, con aprovechamiento pleno de los recursos disponibles en el momento y previsibles en el futuro. Dicha planificación representa el plan o proyecto de acción que se realiza con el proceso de entrenamiento de un deportista para lograr los objetivos que lo lleven al alto rendimiento (p. 9).

La incorporación de los deportistas a las diferentes áreas deportivas depende de la forma en que estos recepten las planificaciones deportivas sobre los entrenamientos planteadas por los entrenadores y de igual forma el rendimiento que este muestre permitirá clasificar su condición, lo que permitirá establecer nuevas estrategias en caso de ser necesario. El exceso o disminución en el entrenamiento sin un indicio repercutirá directamente en la condición del deportista.

5.2. Principios del entrenamiento deportivo

Bautista (2001) deduce que el entrenamiento deportivo tiene principios fundamentales de la individualidad y de la periodización, que, de acuerdo a circunstancias del rendimiento o aprendizaje del individuo, la complejidad y elementos del entrenamiento, la periodicidad ayudará a mejorar el nivel de habilidad del deportista; la individualidad le permitirá bajo su propia exigencia por el interés a lograr una meta, el exigirse el mayor esfuerzo.

Gómez (2014) afirma que “el entrenamiento se fundamenta en leyes y principios, como también lo es que, cada modalidad deportiva y cada deportista, se presenta como un escenario dotado de singularidad y en el que se generan muy diversas necesidades y micro realidades” (p.179). Esto podría producir el éxito o el caos, dependiendo si se sincronizan de manera adecuada.

El deporte viene sufriendo una evolución constante y profunda referentes a conocimientos, técnicas y métodos de trabajo, más ésta no ha sido por casualidad su evolución, sino más bien producto de la competitividad en el deporte, haciendo que tanto deportista y entrenador se adapten a este cambio, adquiriendo el conocimiento necesario para poder triunfar.

Sobre los principios del entrenamiento deportivo Roldán (2009) menciona; “Los principios son leyes o normas de conducta que están orientadas a la acción y el entrenamiento es un concepto que reúne todas las medidas del proceso para aumentar el rendimiento deportivo” (p. 85).

García (1996) clasifica a los principios de entrenamiento en dos grupos biológicos y pedagógicos:

5.2.1. Principios biológicos:

a. Principio de la unidad funcional

Al planificar la unidad de entrenamiento, se debe tener en cuenta el hecho de que el organismo se considera un todo indegradable. En todos los partidos de fútbol se debe fijar el objetivo principal, pero a su vez se logrará el objetivo secundario, que mejorará la condición de los jugadores, de igual forma hay que tener en cuenta que los factores externos como el ambiente social y familiar influirán en su rendimiento (Campuzano, 2014, p. 1).

b. Principio de la multilateralidad

Este principio sustenta la necesidad de acondicionar el cuerpo como un todo, independientemente de la actividad deportiva o recreativa que se vaya a practicar es ideal desarrollar las capacidades de todos los órganos (Abralde, 2016, p. 14).

c. Principio de la especificidad

El fundamento de este principio se da en la realización de un trabajo concreto y de intensidad similar al que será solicitado cuando el organismo esté llevando a cabo la actividad requerida. Durante el proceso de entrenamiento se deben sentar las bases de dicho entrenamiento a través del desarrollo de todas las capacidades físicas como la de desarrollar las capacidades específicas, de acuerdo con las características particulares que tienen cada actividad o deporte concreto, y el deportista (García, 1996, p. 94).

d. Principio de la sobrecarga

Los estímulos aplicados sobre el individuo deben estar adecuadamente programados para generar un stress sistémico que obligue al organismo a preparar el cuerpo para posteriores

esfuerzos similares, produciendo cambios a nivel anatómico, fisiológicos y bioquímicos-metabólicos, pero se debe tener en cuenta que un estímulo excesivo no reflejará resultados positivos (Roldan, 2009, p. 85).

e. Principio de la continuidad

El entrenamiento debe considerarse como un proceso de desarrollo del individuo que se consigue de forma continua en el transcurso del tiempo, ya que, debemos tener en cuenta que las adaptaciones que se producen en el organismo a nivel de órganos y sistemas son reversibles; es decir, que cada vez que se interrumpe un entrenamiento en el tiempo, existe una disminución del nivel de rendimiento (Junta de Andalucía, 2012, p. 9).

f. Principio de la progresión

Es uno de los principios más importantes para evitar el problema que puede surgir en el principio de sobrecarga cuando es mal practicado ya que se trata de aumentar la magnitud de las cargas a medida que el organismo se va adaptando a los estímulos de entrenamientos para que se sigan produciendo adaptaciones, pero sobre todo para mejorar sin causar daños en la condición del individuo (Perlaza y Chávez, 2014, p. 2).

g. Principio de los retornos en disminución

Este principio se fundamenta en que las situaciones monótonas de entrenamiento producen una disminución del rendimiento. El potencial de mejora cada deportista va disminuyendo conforme el atleta va incrementando su rendimiento. En estos deportistas se puede observar una disminución de la motivación al estar realizando una continua repetición de la misma actividad sin ver nuevos resultados condición común en actividades donde el

componente principal es la resistencia como carrera, natación, remo, ciclismo, esquí de fondo, etc. (García, 1996, p. 110).

h. Principio de la supercompensación

Este principio está estrechamente relacionado con el principio de progresión comentado anteriormente, donde cada vez hay que estimular un poco más el umbral. Para ello debemos aumentar la carga de entrenamiento o el estímulo, y esto se consigue con la combinación de los componentes de volumen, la intensidad, especificidad deportiva y tiempo de recuperación (García, 1996, p. 97).

i. Principio de la recuperación

Se necesita un cierto tiempo de recuperación luego de una carga eficaz en una sesión de entrenamiento, con el fin de poder soportar nuevamente una carga parecida en la siguiente sesión de entrenamiento (Carrasco, 2019, p. 38).

j. Principio de la individualidad

Los objetivos y los ejercicios físicos, su forma, duración, intensidad y carácter, los métodos que se utilicen y varios aspectos más como el sexo y la edad, el nivel de sus posibilidades funcionales, en la preparación deportiva y su estado de salud, teniendo en cuenta sus peculiaridades del carácter, las cualidades psíquicas, entre otras son variantes que se deben tomar en cuenta al momento de programar entrenamientos deportivos, si bien es complicado para el instructor cuando los deportes son colectivos, estos no se deben obviar (Campuzano, 2014, p. 1).

5.2.2. Principios pedagógicos

a. Principio de la participación activa y consiente

Este principio menciona que una preparación y conducción del entrenamiento y una actividad tal entre el entrenador y sus alumnos que posibiliten a cada deportista saber por qué y para qué actúa. Es decir, el estudiante debe conocer el resultado de su actividad, así como la valoración que se da a los realizados, ya que si un deportista, después de realizar un ejercicio, analiza sus movimientos, juzga sus errores y sepa cómo superarlos, está en condiciones de repetir el ejercicio de mejor manera (Bernal, Peralta, Gavotto y Placencia, 2014, p.44).

b. Principio de transferencia

El fundamento de este principio se basa en que el ejercicio puede influir sobre el aprendizaje, desarrollo y rendimiento de otra actividad o tarea (García, 1996, p. 114).

c. Principio de la periodización

Este principio se fundamenta que la repetición periódica de un entrenamiento mejora el rendimiento y acondicionamiento físico. Sobre esta base se podrán construir nuevos aprendizajes más complejos y específicos. Para ello, se debe ser sistemático y constante en el control y ejecución de los entrenamientos. Entre las primeras medidas que se deben imponer, con ánimo de garantizar este principio es la asistencia a todos los entrenamientos, evitando interrupciones en su planificación, lo que hará minimizar los resultados y olvidarse del nuevo aprendizaje (García, 1996, p. 117).

d. Principio de accesibilidad

Consiste en asignar al deportista tareas que pueda realizar en el momento adecuado, hay que pretender alcanzar metas reales para que el individuo no pierda su motivación y no se afecte su estado de ánimo (Bautista, 2001, p.2).

5.3. Conocimiento en el entrenamiento deportivo

A propósito en el conocimiento del entrenamiento deportivo, Pérez (2008) manifiesta que dada la evolución permanente del entrenamiento deportivo, provoca que los profesionales de este entorno creen que es necesario integrar el máximo todos los conocimientos de las ciencias para obtener resultados eficaces, siendo el entrenador la clave para la integración y articulación de los conocimientos existentes tanto empíricos, como científicos, siendo el catalizador entre ciencia y entrenamiento, decidiendo oportunamente dónde y cuándo se producen.

Es el entrenador que por su conocimiento quien ayuda al deportista o persona que desea recrearse deportivamente, a lograr las metas auto propuestas, alcanzadas con el límite de sus propias capacidades y talentos, respetando su salud e integridad personal.

Pérez (2008) argumenta que el entrenamiento deportivo ha venido evolucionando en cantidad y calidad, integrando lo empírico con lo científico, en donde se visualizaba antes que el incremento del rendimiento del deportista se debía al aumentar el volumen de entrenamientos. Contemporáneamente se está incorporando técnicas que se han profundizado siendo imposible para el entrenador poder abarcar éste sin la ayuda de medios de tecnología y métodos científicos que aportan mejores resultados.

Para poder transmitir al deportista el entrenador deportivo debe conocer: Técnica deportiva; táctica; desarrollo de capacidades fisiológicas; capacidad de autocontrol o

inteligencia emocional; capacidad de control sobre la propia carrera deportiva y su relación con el proyecto o itinerario vital personal del deportista; cuidado de la salud; estrategia y logística; tecnología y materiales (Capote et al 2017, p. 2-9).

5.4. Entrenamiento deportivo a niños y jóvenes

En las diferentes disciplinas deportivas, los entrenadores deportivos trabajan más con niños que con jóvenes o adultos, para los cual deben preparar la metodología analizando su características físicas y edades, además de su género, Los Santos (2000) manifiesta que siendo la etapa de la infancia y la adolescencia muy delicadas en la vida del individuo para desarrollar el entrenamiento deportivo y es por lo que se debería trabajar con los niños y jóvenes pedagógicamente correcto, en la que se debe aplicar una metodología adecuada para ellos y buscando de acuerdo a su grupo etario, nivel físico y deportivamente hablando lo que les corresponde.

El entrenador debe tener los conocimientos necesarios sobre fisiología del deporte y de la teoría del entrenamiento para planificar de manera apropiada los objetivos, los contenidos a desarrollar, sistemas de entrenamiento, ejecutando una pedagogía o estilo de enseñanza apropiado a niños y jóvenes.

Año (2000) deduce que el entrenamiento deportivo a niños y jóvenes podría tener dos posibles resultados que influye positiva o negativamente, y como todo trabajo tiene su riesgo si no se lo práctica de forma adecuada. Además, podrían existir ventajas si se trabaja a largo plazo, teniendo presente siempre que los niños están en edad de crecimiento y por lo tanto el máximo rendimiento se observará tiempo después.

5.5. Recreación

Miethe (1979) deduce que “podemos apreciar hay una tendencia a relacionar las actividades de desplazamiento/movimiento con el factor de salud. También es positivo detectar el no solo progresivo aumento de practicantes sino al paralelo, la mayor conciencia sobre su importancia” (p. 3).

Rebollo (2011) indica que “el deporte aglutina una serie de características que lo consolidan como una alternativa para la recreación. Una recreación activa que busca en la actividad físico-deportiva objetivos ligados a la salud, la diversión y la formación” (p. 5).

El deporte visto desde una concepción humanista centrada en la práctica, responde a la necesidad de que el hombre desarrolle una actividad físico-deportiva que se adapte a sus necesidades y su ser individual.

La mayoría de personas, su vida es solo trabajo, concentración y consagración a determinadas tareas; más es necesario también distraerse, jugar y recrearse, para Cardoso et al. (2018) mencionan:

La persona necesita distraerse, descansar, salir de la rutina del trabajo, disfrutar momentos de alegría y compartir socialmente. Todo ello contribuye a mantener su salud física, mental y emocional, a recuperar fuerzas para afrontar los trabajos y preocupaciones diarias, a conservar y enriquecer las relaciones de amistad (p.441).

Blanco, Durán y González (2015) mencionan que “la salud tiene en la recreación un aliado de importancia, ya que le sirve al ser humano para generar un estado mental libre de tensiones, así como le provee actividades que favorecen sus relaciones personales, habilidades, destrezas, movilidad” (p. 89).

Los deportes recreativos son una alternativa eficaz para poder involucrar la vida deportiva y saludable en la vida de los seres humanos. Según Llorente, (2000), “el interés de este tipo de deporte no es someter al practicante a un sistema rígido, sino permitir al individuo entretenerse corporalmente, dentro de condiciones favorables para el mantenimiento de su equilibrio personal” (p. 10).

A lo largo del texto definimos “deporte” como cualquier modalidad de actividad física que contribuya al buen estado físico, al bienestar mental y a la interacción social. Entre esas modalidades de actividad física se encuentran el juego, la recreación, el deporte informal – organizado o competitivo– y los juegos o deportes autóctonos. La actividad física en el tiempo libre se refiere a la actividad deportiva y de recreo físico, incluyendo una serie de actividades llevadas a cabo específicamente para el disfrute, con fines sociales, competitiva o capacidad, de realizar en el tiempo libre o tiempo discrecional (Amstrong et al. 2000, p. 22)

5.6. Escenarios deportivos

Stuart (2011) menciona que “cuando se habla de planear actividades en la ciudad que convoquen a la comunidad a la participación en espacios para el deporte y la recreación, se hace innegable la necesidad de pensar en estos espacios como lugares de calidad e incluyentes; por lo tanto, es importante, así mismo, referirnos a la suficiencia de espacios y sus condiciones específicas” (p. 18).

En contraste Diaz y Roldán (2016) mencionan que “es primordial, crear estrategias que permitan y fomenten un buen uso del escenario, así mismo, que garanticen las mejores condiciones para los alumnos en sus procesos de aprendizaje” (p. 106).

Los escenarios deportivos pasan de ser espacios físicos a ser parte de nuestras herramientas metodológicas, Tabares (2017) menciona que “los escenarios deportivos

contribuyen al bienestar de la ciudadanía, debido al impacto social de la infraestructura con relación a temas como participación, emprendimiento y resiliencia. La existencia de la infraestructura en los territorios y la posibilidad de acceso que tienen las personas, de acuerdo con el lugar donde habitan, funciona como asunto fundamental para hablar de beneficios personales y sociales” (p. 477).

De igual forma se debe poner en contexto que los escenarios deportivos contribuyen a la promoción de la educación física mediante los programas de recreación a la población, Ruiz (2018) menciona que “la práctica del deporte, la recreación y la actividad física son elementales para el mejoramiento de la calidad de vida de los individuos, por tanto, debe existir un interés en fortalecer los escenarios deportivos en los procesos de planeación organización, dirección, ejecución, control, evaluación, optimizar recursos y efectuar mayor seguimiento sobre los programas y proyectos” (p. 26).

6. Metodología

El trabajo de investigación “Uso del Estadio Folke Anderson como espacio educativo en el entrenamiento deportivo y desarrollo recreacional para fomentar la educación física en Esmeraldas”, por su naturaleza es una investigación cuantitativa ya que busca llegar a una conclusión a través de los resultados que obtengamos en el estudio. Debido a los objetivos establecidos, este estudio se realizará en base a un diseño descriptivo de teoría fundamentada, Arias (2006) refiere; “La investigación descriptiva consiste en la caracterización de un hecho, fenómeno, individuo o grupo, con el fin de establecer su estructura o comportamiento” (p.24). Se destaca la elección de este diseño debido a que no solo se va a hacer una descripción del fenómeno, sino que generaremos una teoría de los datos que obtendremos de esta investigación y no de estudios previos. Esta investigación por su naturaleza cuantitativa la abordaremos viéndola como un paradigma interpretativo para así tener una mayor comprensión.

En este estudio se tomarán como población a los entrenadores, deportistas que asisten al estadio Folke Anderson de la ciudad de Esmeraldas y moradores de las calles aledañas al estadio. Estos suman un total de 50 individuos dividida en 2 grupos de estudio. Al ser esta una población pequeña se trabajará con toda ella, por lo que no se calculará muestra.

El grupo A (Moradores de las calles aledañas al estadio Folke Anderson y deportistas) tuvo como criterio de exclusión trabajar para la federación deportiva de esmeraldas como docente o entrenador, para ser parte del estudio tuvieron que cumplir con mínimo uno de los criterios de inclusión que son: residir en las calles aledañas del estadio Folke Anderson (para no deportistas) o ser deportista federado en un deporte para la federación deportiva de Esmeraldas. En el grupo B (Entrenadores) el criterio de inclusión fue trabajar como docente o entrenador para la federación deportiva de esmeraldas de este grupo se tomó como criterio de exclusión a entrenadores o docentes con menos de un año de vida laboral para la federación,

no se reportaron criterios de eliminación para ninguno de los grupos durante el desarrollo de la investigación.

Para el logro de los objetivos presentados en esta investigación, se diseñó y aplicaron dos instrumentos, el primero es un cuestionario (Anexo A) dirigido hacia el grupo A mediante la técnica de la encuesta. Según García Ferrando (1993), “una encuesta es una investigación realizada sobre una muestra de sujetos representativa de un colectivo más amplio, que se lleva a cabo en el contexto de la vida cotidiana, utilizando procedimientos estandarizados de interrogación, con el fin de obtener mediciones cuantitativas de una gran variedad de características objetivas y subjetivas de la población” (p.147). El segundo es una rúbrica (Anexo B) dirigido hacia el grupo B utilizando la técnica de observación.

Según Campos y Lule (2012), “la observación puede ser entendida por algunos como un método; para otros es una técnica; y aun cuando existen puntos de contacto entre método y técnica, existe una diferencia esencial; al primero lo determina en gran medida el área de estudio al que corresponde la investigación, mientras que la segunda es aplicable independientemente del área de estudio; en este sentido definiremos a la observación como una técnica que mediante la aplicación de ciertos recursos permite la organización, coherencia y economía de los esfuerzos realizados durante el desarrollo de una investigación; de esta forma, esta técnica tendrá una organización y una coherencia dependiente al método utilizado” (p. 49).

El primer instrumento está conformado por diez preguntas cerradas de respuestas múltiples. Las preguntas 1, 2 y 3 están destinadas a obtener información relacionada con el primer objetivo específico de la investigación; las preguntas 4, 6 y 7 responden al segundo objetivo específico, la pregunta 5 responde al tercer objetivo específico, las preguntas 8 y 9 responden al cuarto objetivo específico y la pregunta 10 al quinto objetivo específico de la

investigación. El segundo instrumento está conformado por 5 preguntas cerradas de respuestas múltiples, destinadas a responder el sexto objetivo específico de la investigación.

Utilizando como medios de difusión, la encuesta se presentará a través de formularios impresos en papel o formularios desarrollados utilizando la herramienta de Google Form que proporciona un link de la encuesta desarrollada, para poder responderla de forma digital, lo cual facilitará la difusión a través de medios digitales como plataformas de redes sociales (WhatsApp, Facebook), la rúbrica por su parte se responderá de forma física en papel. La información recopilada a través de las encuestas y rúbrica será procesada ejecutando la estadística descriptiva mediante el programa Excel, los datos finales serán presentados en figuras.

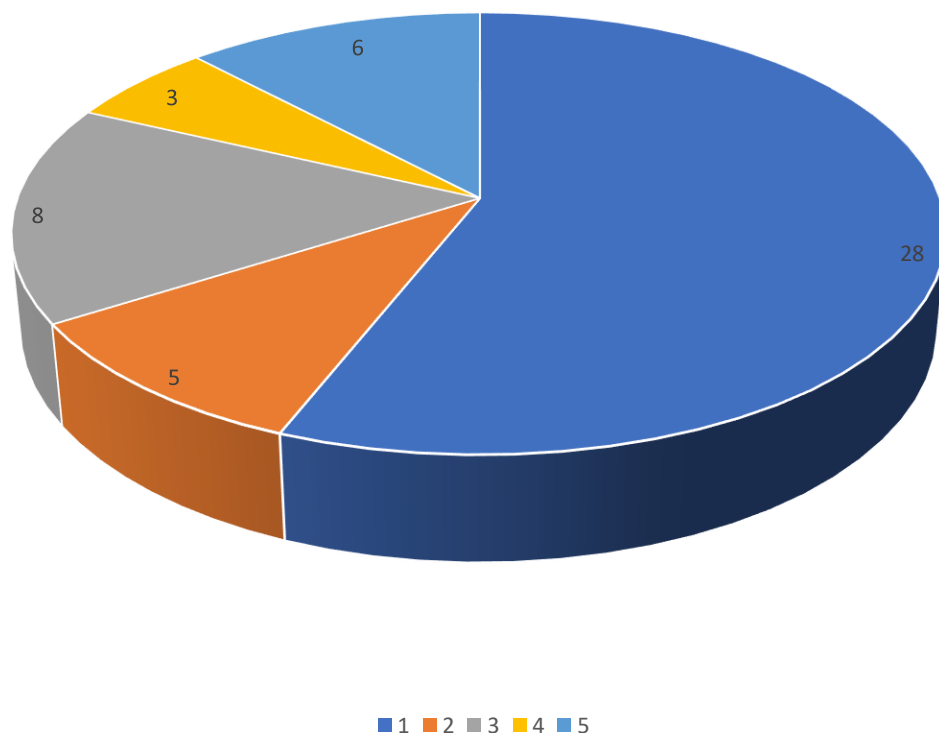
7. Resultados

7.1. Análisis e interpretación de resultados de encuestas

La pregunta 1 del cuestionario plantea la siguiente interrogación: ¿Cómo calificaría usted el mantenimiento actual de las instalaciones del estadio Folke Anderson? (Siendo 1 la calificación más baja y 5 la calificación más alta).

En la encuesta se evidenció una tendencia hacia la puntuación 1 lo que quiere decir que el mantenimiento del Estadio de la ciudad no es evidente para la mayoría de la población.

Figura 1 – Pregunta 1 Cuestionario Anexo A

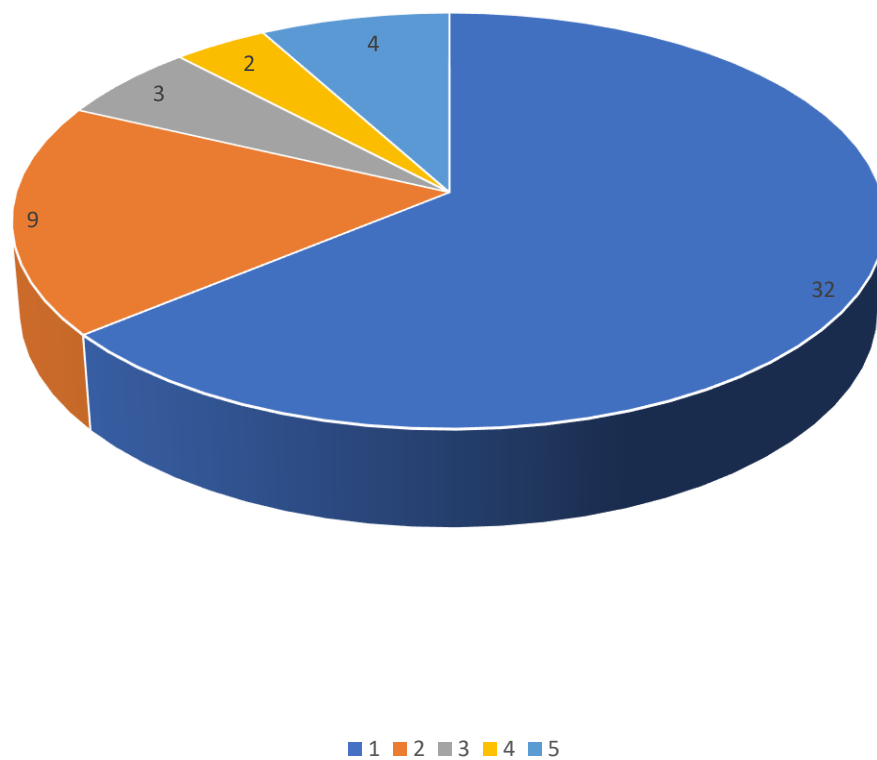


Elaborado por: Lcdo. Joaquín Mina

La pregunta 2 del cuestionario plantea la siguiente interrogación: ¿Considera que los accesos para las personas discapacitadas y tercera edad están funcionando correctamente? (Siendo 1 la calificación más baja y 5 la calificación más alta).

La población escogió la puntuación 1 en su mayoría, lo que quiere decir que los accesos para las personas discapacitadas y de la tercera edad no están funcionando como deberían.

Figura 2 – Pregunta 2 Cuestionario Anexo A

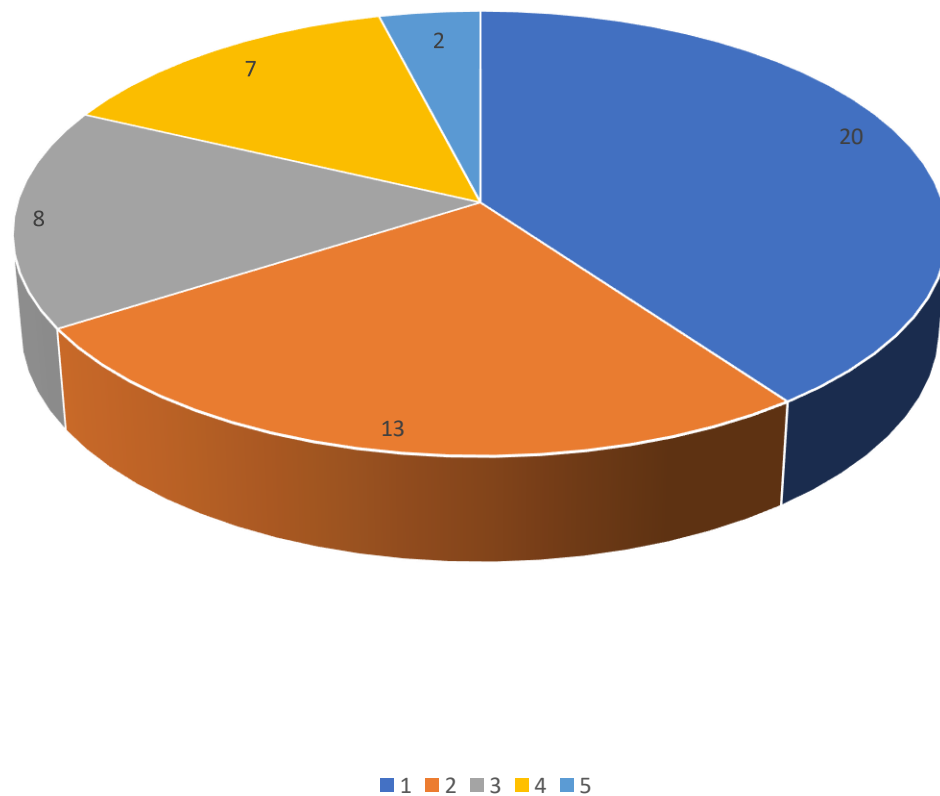


Elaborado por: Lcdo. Joaquín Mina

La pregunta 3 del cuestionario plantea la siguiente interrogación: ¿Considera que la condición de la cancha de césped y la pista atlética del estadio Folke Anderson es óptima para su uso? (Siendo 1 la calificación más baja y 5 la calificación más alta).

La puntuación 1 fue la opción con más respuestas, siguiendo de la puntuación 2, lo que quiere decir que la tendencia se inclina que las pistas y la cancha no son óptimas para su uso.

Figura 3 – Pregunta 3 Cuestionario Anexo A

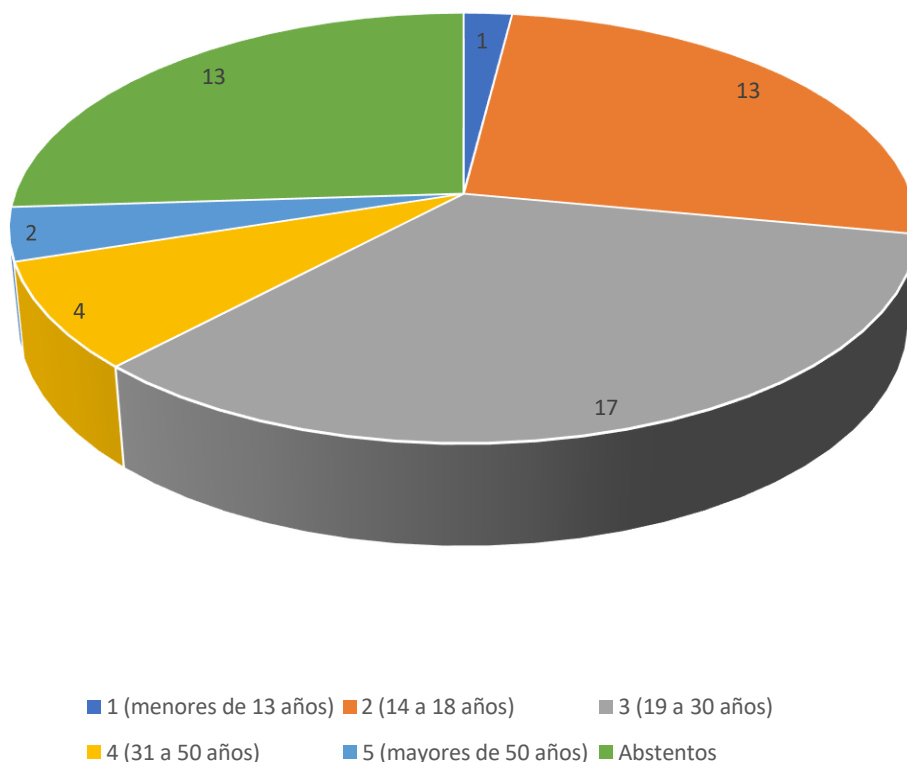


Elaborado por: Lcdo. Joaquín Mina

La pregunta 4 del cuestionario plantea la siguiente interrogación: Según su opinión, ¿qué grupo de edades suele frecuentar las instalaciones del Estadio Folke? Anderson, la cual conto con 5 opciones de respuestas agrupando cada opción un grupo etario siendo la puntuación 1 menores de 13 años, la puntuación 2 jóvenes desde los 14 hasta los 18 años, la puntuación 3 desde los 19 años hasta los 30 años, la puntuación 4 desde los 31 años hasta los 50 años y la puntuación 5 mayores de 50 años.

El grupo 3 fue aceptado por la mayoría de la población, a pesar de que hubo una mayor tendencia hacia las edades de 19 a 30 años, una gran parte de la población considera que la afluencia es de todas las edades.

Figura 4 – Pregunta 4 Cuestionario Anexo A

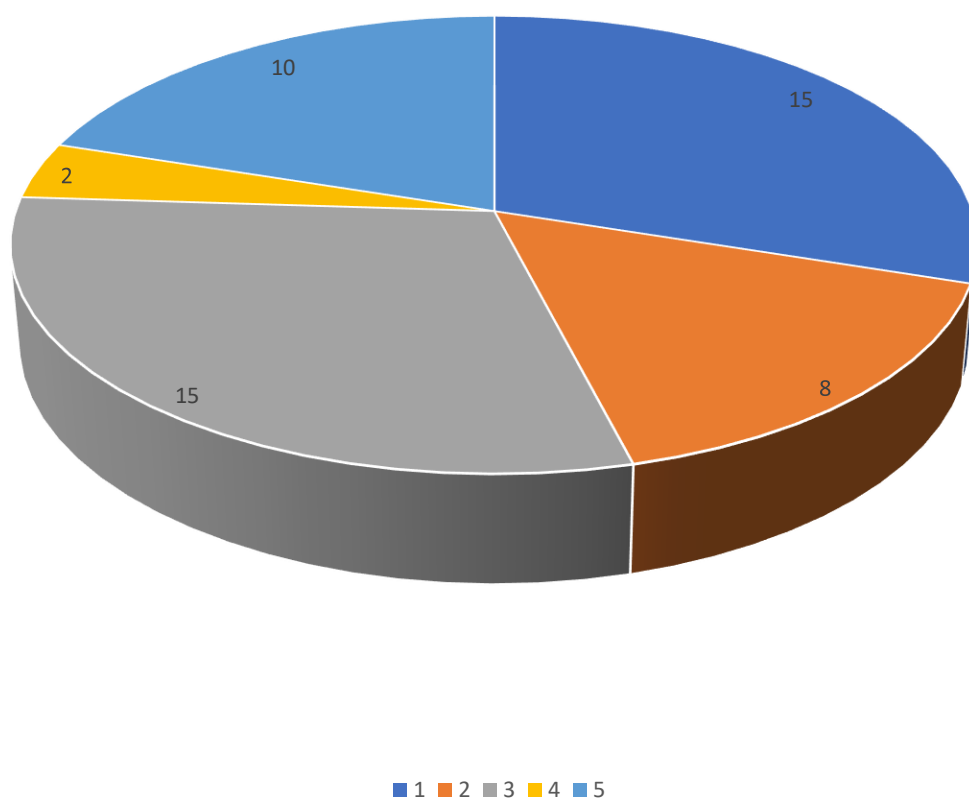


Elaborado por: Lcdo. Joaquín Mina

La pregunta 5 del cuestionario plantea la siguiente interrogación: ¿Qué actividad deportiva o recreativa le gustaría practicar en el estadio Folke Anderson?, en esta pregunta se colocaron 5 opciones de respuestas de las cuales solo se podía escoger una respuesta, éstas fueron fútbol, gimnasia, aeróbicos, atletismo y “otro”.

La tendencia en esta pregunta se inclinó hacia el futbol y aeróbicos ya que obtuvieron la misma cantidad de respuestas.

Figura 5 – Pregunta 5 Cuestionario Anexo A

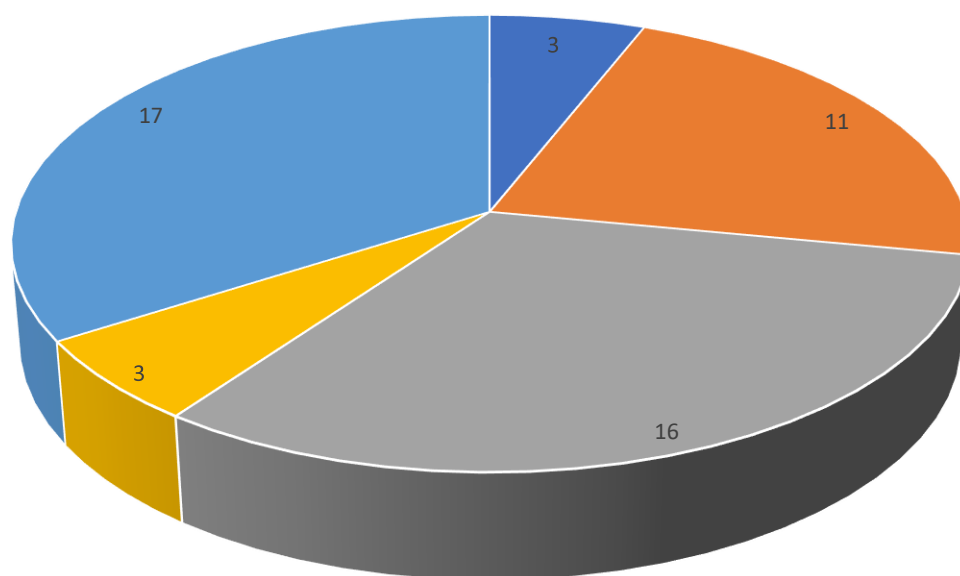


Elaborado por: Lcdo. Joaquín Mina

La pregunta 6 del cuestionario plantea la siguiente interrogación: ¿En qué días de la semana le gustaría practicar deportes o actividades recreativas en el estadio Folke Anderson?, se colocó 5 opciones de respuesta: lunes y miércoles, martes y viernes, jueves y sábado, lunes y jueves, miércoles y sábado.

La tendencia se inclinó a las 2 opciones que incluyen el día sábado.

Figura 6 – Pregunta 6 Cuestionario Anexo A



■ 1 (lunes y miércoles) ■ 2 (martes y viernes) ■ 3 (jueves y sábado)
■ 4 (lunes y jueves) ■ 5 (miércoles y sábado)

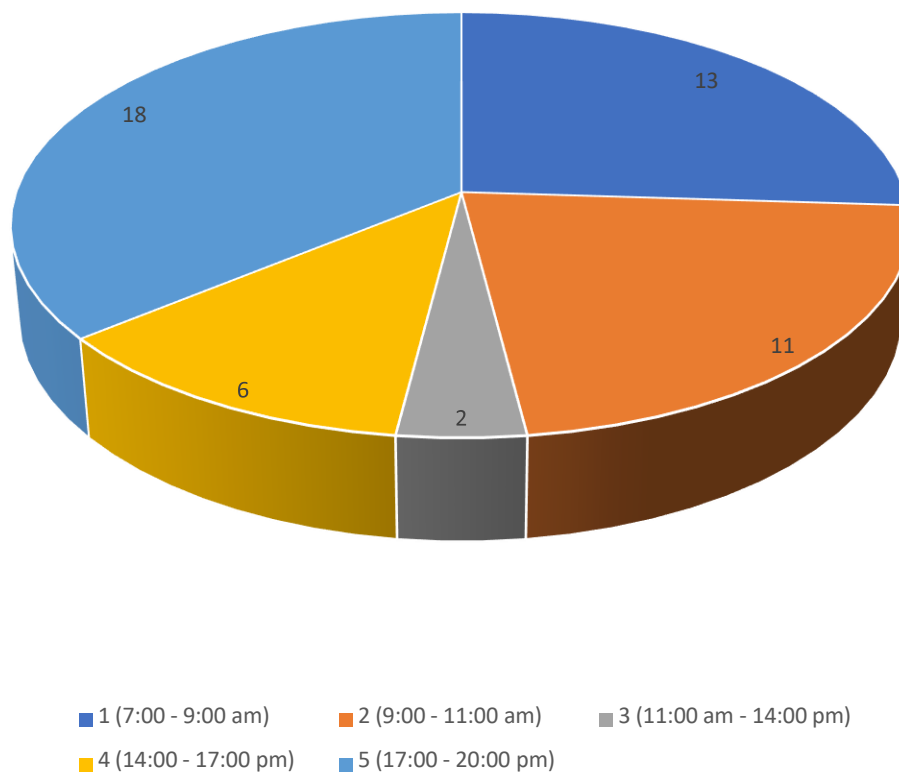
Elaborado por: Lcdo. Joaquín Mina

La pregunta 7 del cuestionario plantea la siguiente interrogación: ¿En qué horario le gustaría practicar deportes o actividades recreativas en el estadio Folke Anderson?, se colocaron 5 opciones de respuestas siendo estas:

7:00 - 9:00 AM, 9:00 - 11:00 AM, 11:00 AM - 14:00 PM, 14:00 - 17:00 PM, 17:00 - 20:00 PM.

La tendencia se inclina a la opción más temprana y la opción más tarde siendo esta última la más elegida.

Figura 7 – Pregunta 7 Cuestionario Anexo A

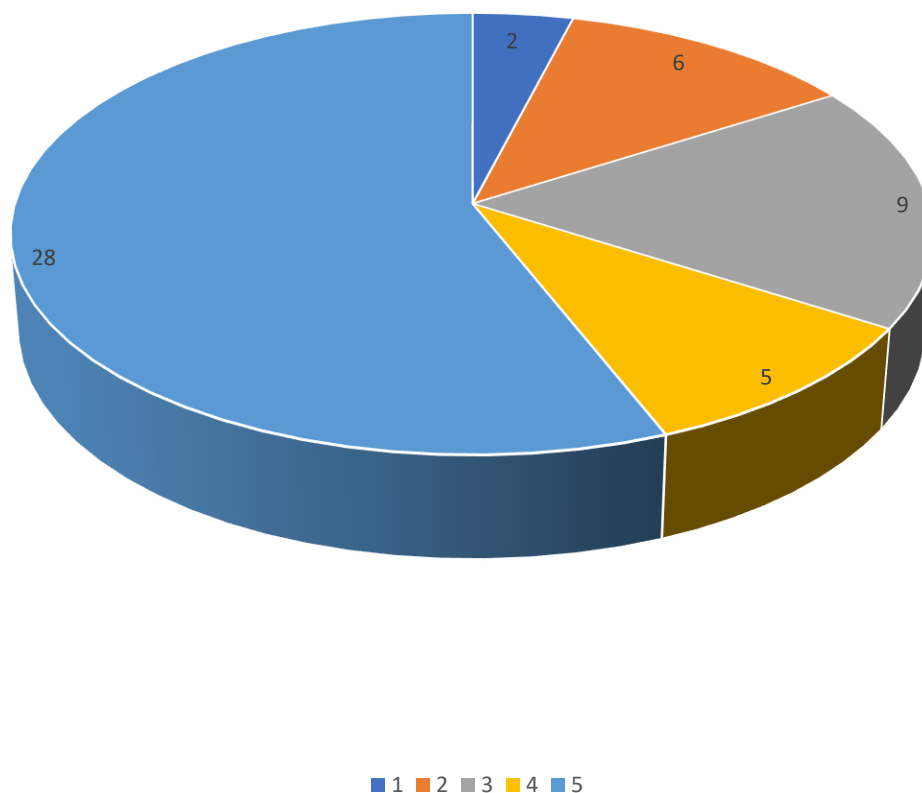


Elaborado por: Lcdo. Joaquín Mina

La pregunta 8 del cuestionario plantea la siguiente interrogación: ¿Considera usted que los entrenadores del estadio Folke Anderson deben recibir capacitaciones sobre metodologías de enseñanza deportiva? (Siendo 1 la calificación más baja y 5 la calificación más alta).

La población en su mayoría considera que los entrenadores que prestan servicio en el estadio Folke Anderson si deben recibir capacitaciones

Figura 8 – Pregunta 8 Cuestionario Anexo A

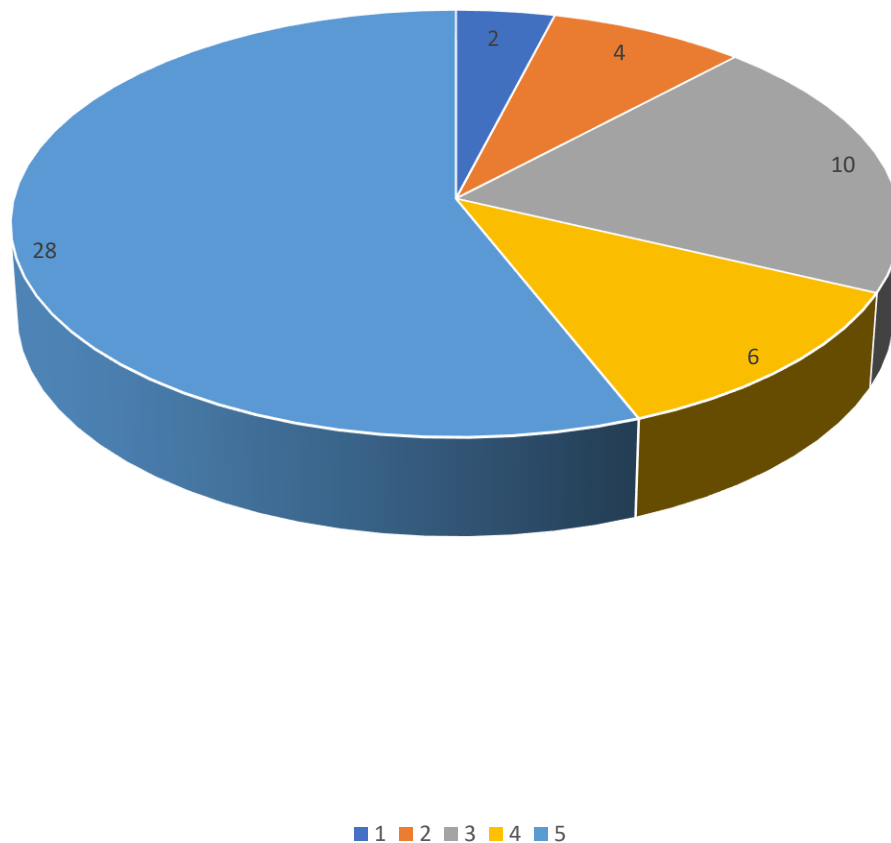


Elaborado por: Lcdo. Joaquín Mina

La pregunta 9 del cuestionario plantea la siguiente interrogación: ¿Considera usted que es necesario que el estadio Folke Anderson cuente con profesionales en educación física? (Siendo 1 la calificación más baja y 5 la calificación más alta).

La población en su mayoría considera que los entrenadores que prestan servicio en el estadio Folke Anderson deben ser profesionales certificados en educación física.

Figura 9 – Pregunta 9 Cuestionario Anexo A

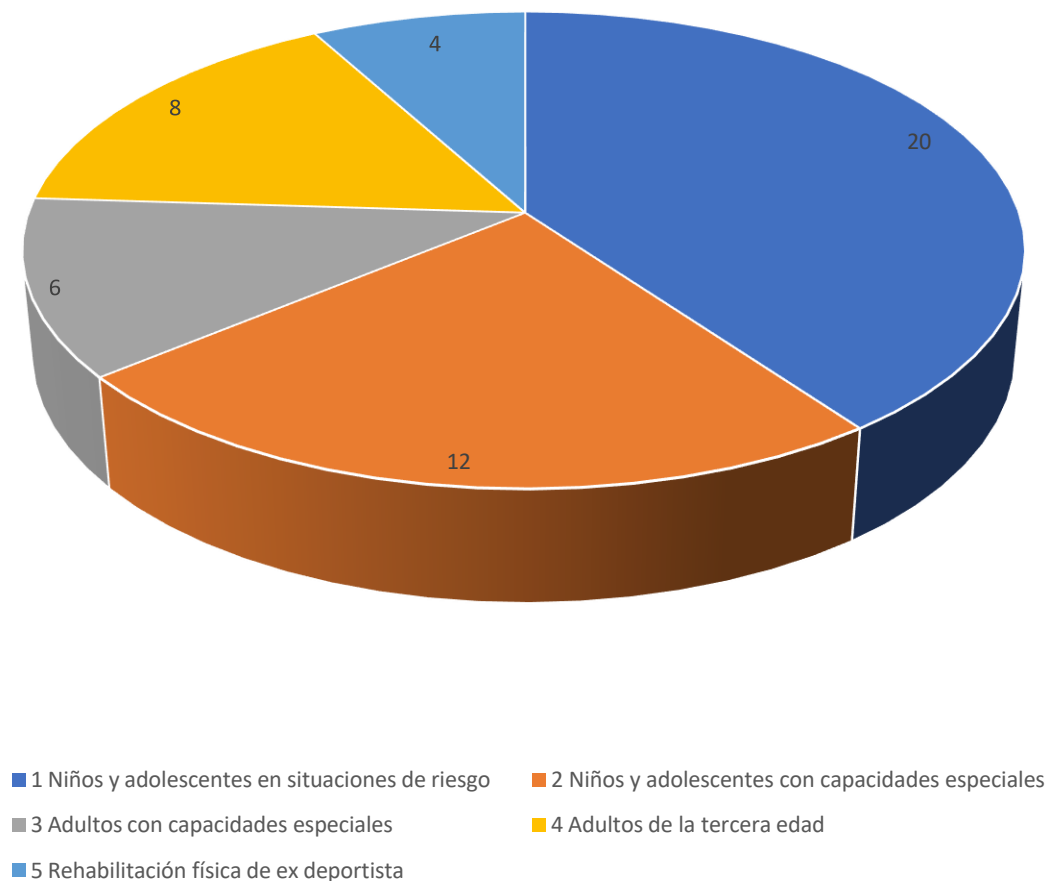


Elaborado por: Lcdo. Joaquín Mina

La pregunta 10 del cuestionario plantea la siguiente interrogación: En un primer llamado deportivo, ¿en qué grupos se debería focalizar la administración para un proyecto especial?, en esta pregunta se plantearon 5 opciones de respuesta, niños y adolescentes en situaciones de riesgo, niños y adolescentes con capacidades especiales, adultos con capacidades especiales, adultos de la tercera edad, rehabilitación física de ex deportistas.

Hubo una mayor tendencia hacia los niños y adolescentes en situaciones de riesgo.

Figura 10 – Pregunta 10 Cuestionario Anexo A



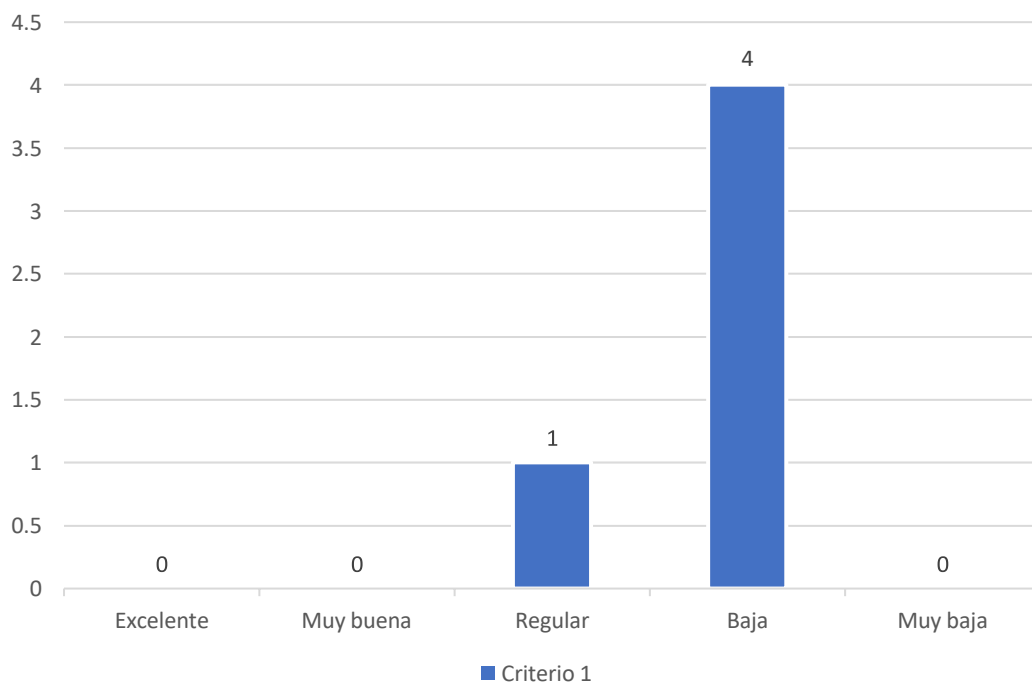
Elaborado por: Lcdo. Joaquín Mina

7.2. Análisis de los resultados de entrenadores

El criterio 1 de la rúbrica dirigida a los entrenadores plantea la siguiente interrogación: ¿La administración del estadio Folke Anderson proporciona los materiales y tiempo necesario para realizar entrenamientos o actividades recreacionales en niños?

Los entrenadores del estadio Folke Anderson en su mayoría consideran que la administración suministra de manera baja los materiales, siendo insuficientes y el tiempo necesario para realizar actividades recreacionales en niños.

Figura 11 – Criterio 1 rúbrica Anexo B

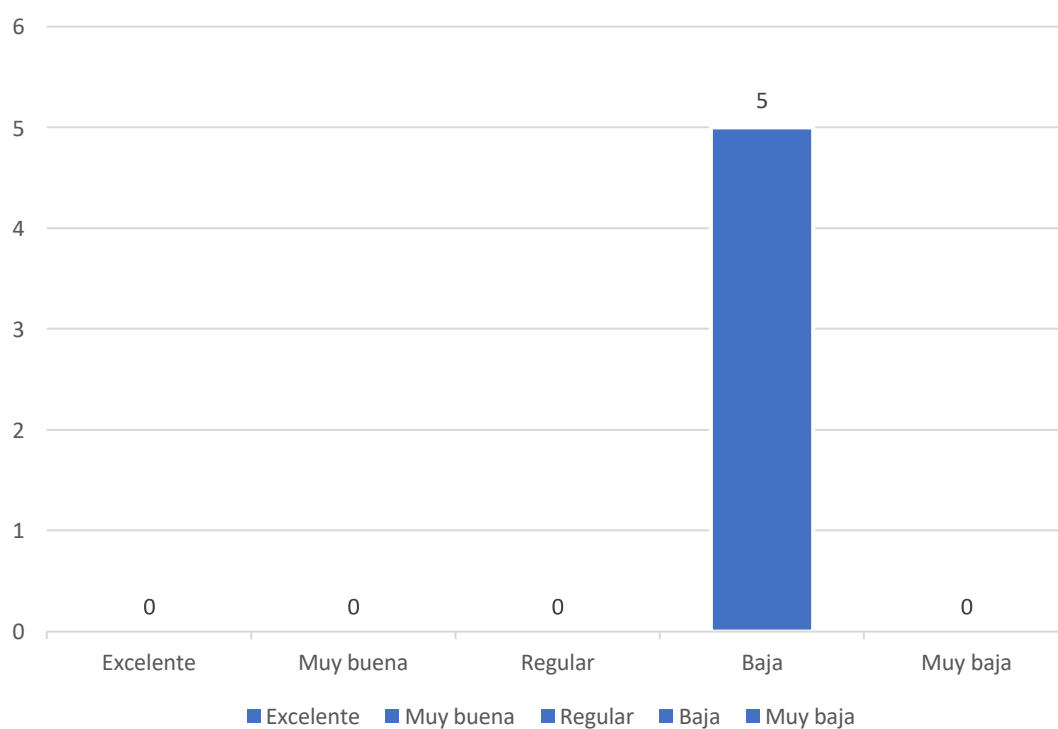


Elaborado por: Lcdo. Joaquín Mina

El criterio 2 de la rúbrica dirigida a los entrenadores plantea la siguiente interrogación:
¿La administración del estadio Folke Anderson proporciona los materiales y tiempo necesario para realizar entrenamientos o actividades recreacionales en adolescentes?

Los entrenadores del estadio Folke Anderson en su mayoría consideran que la administración suministra de manera baja los materiales (siendo insuficientes) y el tiempo necesario para realizar actividades recreacionales en adolescentes.

Figura 12 – Criterio 2 rúbrica Anexo B

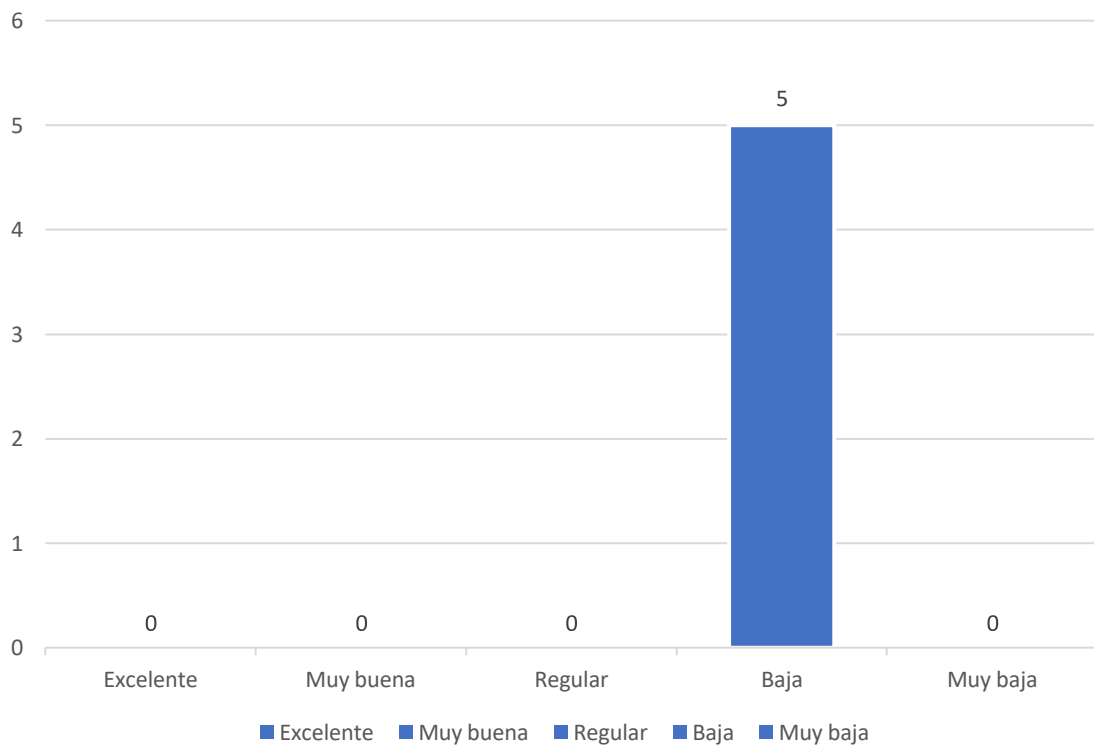


Elaborado por: Lcdo. Joaquín Mina

El criterio 3 de la rúbrica dirigida a los entrenadores plantea la siguiente interrogación:
¿La administración del estadio Folke Anderson proporciona los materiales y tiempo necesario para realizar entrenamientos o actividades recreacionales en adultos?

Los entrenadores del estadio Folke Anderson en su mayoría consideran que la administración suministra de manera baja los materiales (siendo insuficientes) y el tiempo necesario para realizar actividades recreacionales en adultos.

Figura 13 – Criterio 3 rúbrica Anexo B

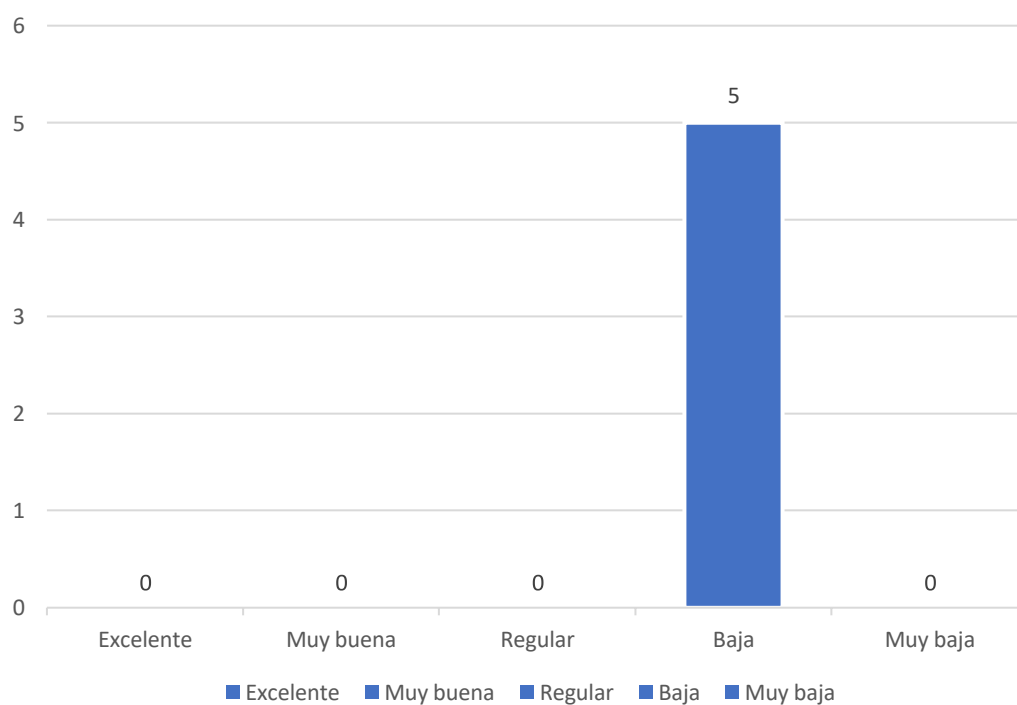


Elaborado por: Lcdo. Joaquín Mina

El criterio 4 de la rúbrica dirigida a los entrenadores plantea la siguiente interrogación:
¿La administración del estadio Folke Anderson proporciona los materiales y tiempo necesario para realizar entrenamientos o actividades recreacionales en ancianos?

Los entrenadores del estadio Folke Anderson en su mayoría consideran que la administración suministra de manera baja los materiales (siendo insuficientes) y el tiempo necesario para realizar actividades recreacionales en ancianos.

Figura 14 – Criterio 4 rúbrica Anexo B

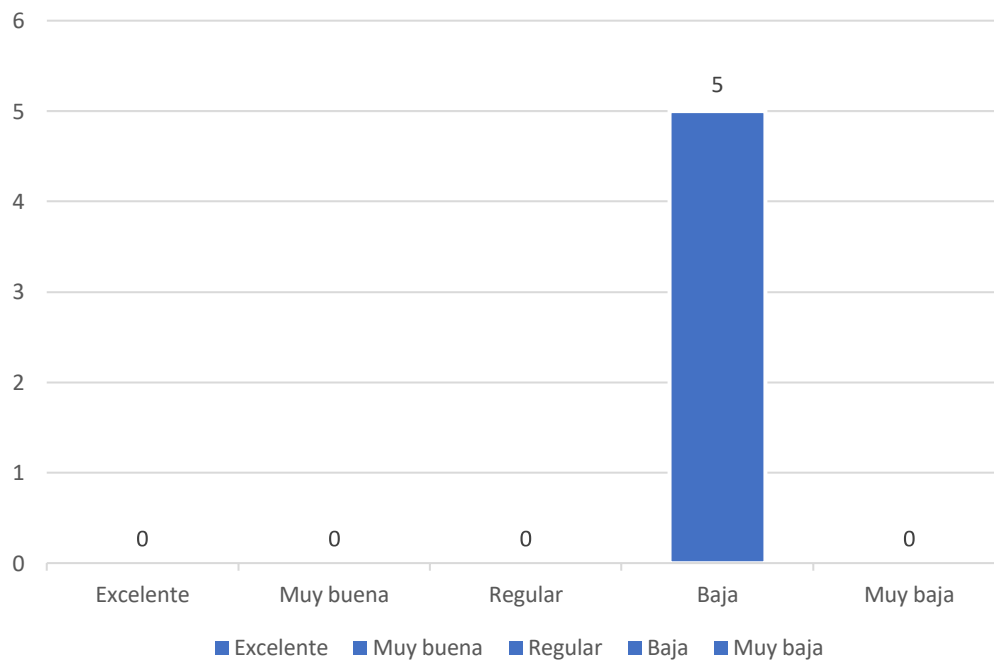


Elaborado por: Lcdo. Joaquín Mina

El criterio 5 de la rúbrica dirigida a los entrenadores plantea la siguiente interrogación:
¿La administración del estadio Folke Anderson proporciona programas focalizados para individuos con problemas de salud (obesidad, hipertensión, diabetes)?

Los entrenadores del estadio Folke Anderson en su mayoría consideran que la administración proporciona de manera baja programas focalizados para individuos con problemas de salud (obesidad, hipertensión, diabetes).

Figura 15 – Criterio 5 rúbrica Anexo B



Elaborado por: Lcdo. Joaquín Mina

8. Discusión

Tener herramientas pedagógicas es parte fundamental de la enseñanza, pero estas se suelen limitar a objetos convencionales, los escenarios deportivos no solo deben concebirse como un espacio físico, estos se deben considerar igualmente como espacios educativos para la formación de los alumnos, por ende tener una propuesta de formación docente sobre el uso del escenario deportivo “Estadio Folke Anderson” como espacio educativo para el entrenamiento deportivo y desarrollo recreacional fomenta la promoción de la educación física. En esta investigación se estudiaron 2 grupos, los cuales fueron escogidos debido a que cumplieron con los criterios inclusión y exclusión redactados en la metodología.

La mayor parte de la población del estudio mostró un patrón idéntico, sugiriendo que el estadio Folke Anderson con el pasar de los años se ha ido descuidando y la falta de promoción es evidente, lo que repercute directamente en escasa asistencia al escenario.

Se planteó la pregunta: ¿la realización de una propuesta para formación de docentes y entrenadores con respecto al uso correcto de escenarios deportivos haciendo enfoque en actividades deportivas y recreativas optimizará el alcance de educación física de la comunidad esmeraldeña?, de lo desarrollado hasta este punto de la presente investigación, con la respectiva información doctrinaria y de igual forma la información estadística recopilada gracias a las técnicas aplicadas a los residentes de las calles aledañas al estadio Folke Anderson y a sus entrenadores, la aplicación de una propuesta de formación docente al uso del estadio Folke Anderson como espacio educativo si fortalecerá la promoción de la educación física.

En este estudio se presenta un presunto fallo en el mantenimiento del estadio Folke Anderson, evidente en proporción de 4:1, donde la tendencia es negativa hacia la condición del estadio, los antecedentes de mantenimiento rutinarios en el estadio Folke Anderson no son recopilados, sin embargo los mantenimientos a macro escala si son registrados: durante el año

2005 el agrónomo Eliseo Reina Castro realizó una campaña de mantenimiento donde retiró la hierba mala de esa época, se rellenaron huecos con tierra de vega, de igual forma se procedió a una resiembra y se realizó el proceso de fertilización, en contraste el 66% de la población del estudio sugiere que las condiciones del césped y la pista no son adecuadas para su uso. Para julio del 2014 a cargo de la presidenta de la Federación Deportiva de Esmeraldas durante el año en mención; Lic. Pamela Morcillo Ortiz, se realizó mantenimiento luego que culminó la participación de la selección de fútbol masculino y femenino que participaron en la etapa eliminatoria a los VI Juegos Deportivos Nacionales Pre juveniles y de igual forma los dos últimos partidos de la segunda categoría.

Continuando con la cronología, en el historial de intervenciones al estadio Folke Anderson de los últimos 5 años registra a Seledina Nieves, presidenta de la federación deportiva en el año 2015, quién realizó el cambio de las cinco puertas del estadio que para la fecha se encontraban en mal estado y también se realizaron trabajos en el graderío, todos estos cambios debido al clásico del astillero que se programó para el 22 de diciembre del 2015, y aunque se hicieron estas renovaciones en los ingresos, luego de recorrer las instalaciones se pudo constatar la carencia de cosas como lo son pistas para sillas de rueda, estacionamiento especial y pavimento táctil, recursos presentes en otros estadios, ya que debemos tener en cuenta que los establecimientos deportivos no son solo sitios para entrenar sino también para presenciar deportes.

En el siguiente año (2016), lastimosamente Ecuador sufrió uno de sus desastres naturales más graves; para junio del 2016 se retiraron las cuatro torres y luminarias del estadio Folke Anderson, de Esmeraldas, las cuales fueron desmontadas por el riesgo que representaban luego del terremoto y sus réplicas; se detalló que la falta de mantenimiento arruinó el metal de las estructuras.

Tomando como perspectiva el daño producido por el terremoto del 2016 al Estadio Folke Anderson, se marcaría un punto donde se justifiquen ciertas condiciones como graderías dañadas y paredes cuarteadas, pero se registra que el último proyecto a macro escala en el estadio Folke Anderson, fue el realizado con el presupuesto otorgado por la FIFA luego del terremoto, a cargo de la constructora Rasconza S.A. A partir de esta fecha hasta el año 2021 de cierre de la investigación, no se registran proyectos a macro escala en este escenario, dando base a los resultados de la encuesta esta falta de proyección desencadena en la falta de uso por parte de la comunidad esmeraldeña de recursos presentes en el estadio como la pista de atletismo. De igual forma se constataron los desniveles que hay en la cancha de césped; condición que hace más difícil los entrenamientos para nuestros deportistas en el área de fútbol.

A pesar de estas condiciones las encuestas demostraron que las poblaciones con mayor afluencia son adolescentes y adultos jóvenes con una tendencia hacia el fútbol y aeróbicos como disciplina de elección, de este apartado de la encuesta podemos deducir que se escogió más el fútbol ya que es el deporte más común entre la población esmeraldeña y aeróbicos fue escogido como mejor opción para entrenar. Se ubico la opción “Otros” ya que la federación deportiva de esmeraldas cuenta con otras disciplinas deportivas como voleibol, levantamiento de pesas y boxeo, disciplinas que si cuentan con sus entrenadores.

Para una correcta gestión, el manejo estratégico del tiempo es crucial, en nuestras encuestas la tendencia iba hacia los horarios o muy tempranos o muy tarde esto puede ser debido a cuestiones laborales o educativas, al igual que la tendencia de escoger como fecha para asistir el día sábado ya que la mayor parte de la población destina los sábados para realizar actividades recreativas o deportivas.

Se considera que cada día aparecen nuevas técnicas de trabajo y recibir capacitaciones programadas puede contribuir a un mayor alcance de la información necesaria, de igual forma

por cuestión de limitación de recursos las capacitaciones tienen que ser útiles tanto a profesionales certificados en educación física como a entrenadores especialistas ya que si bien la mayoría de la población considera que los instructores de disciplinas deportivas del Estadio Folke Anderson sean profesionales en educación física; pero aquí debemos hacer un paréntesis ya que se tiene que ubicar correctamente cuando se necesitan entrenadores y cuando profesores en educación física.

Por último, la ejecución de preparación de planes de trabajos específicos ayuda a la inclusión ciudadana en el caso de este estudio la tendencia se dirigió a la consecución de un programa dirigido hacia niños y adolescentes en situaciones de riesgo ya que el deporte puede ser un salvavidas en estas situaciones donde la línea entre el buen futuro y la decadencia es muy delgada.

Estos resultados nos permiten fundamentar nuestra teoría donde se plantea una propuesta para la formación de nuestros docentes y entrenadores para apoyar el uso de los escenarios para actividades deportivas y ampliar la educación física de la ciudad con actividades recreativas.

Como sustento no se pudo encontrar estudios previos sobre esta temática y de igual forma no hay registros de estudios dirigidos hacia el estadio Folke Anderson. Considero que los escenarios deportivos como el Estadio Folke Anderson no deben ser desaprovechados ya que si son usados correctamente mejorarán las metodologías de los docentes y entrenadores.

9. Conclusiones

- La situación actual del estadio Folke Anderson es evidente, el deterioro y mala gestión se puede constatar en los resultados de las encuestas donde la tendencia apunta a que la cancha y el resto de recursos del estadio no son aptos para entrenamiento deportivo y de igual forma su condición ha influido en el desarrollo recreacional de la comunidad esmeraldeña.
- Tras este estudio se pudo denotar que la ocurrencia al estadio Folke Anderson es de diferentes grupos etarios, pero se denoto una tendencia hacia adolescentes y adultos jóvenes, tomando en cuenta que la asistencia usual es debido a campeonatos o entrenamientos en la cancha, de igual forma los horarios atractivos de asistencia son los fines de semana en horas de la mañana o finales de la tarde.
- Las actividades deportivas y recreativas son parte fundamental de la promoción de la educación física, en este estudio se llegó a la conclusión en base a los resultados que la disciplina deportiva con mayor inclinación es el fútbol y la población solicita que se realicen programas de aeróbicos para la recreación de la comunidad. De igual forma la comunidad solicita que los entrenadores y docentes reciban constantemente capacitaciones para poder actualizar sus métodos enseñanzas.
- La producción de programas específicos son necesarios ya que se fomenta la inclusión en la comunidad, en este estudio se llegó a la conclusión que el grupo al cual se le debe priorizar un programa en un primer llamado son los niños y jóvenes en situaciones de riesgo, esto para fomentar su desarrollo social.
- La administración del estadio Folke Anderson no proporciona los recursos y el tiempo necesario para esquematizar entrenamientos destinados a grupos etarios individuales, situación que podemos evidenciar en la rúbrica presentada en las cinco disciplinas deportivas que se tomaron como referencia.

Propuesta

Tema:

Plan de uso del Estadio Folke Anderson para capacitar a docentes y entrenadores en realización de programas con énfasis en actividades deportivas y recreativas.

Tabla 1

Datos informativos			
Escenario	Estadio Folke Anderson	Ubicación	Parroquia 5 de agosto
Provincia	Esmeraldas	Cantón	Esmeraldas
Dirección	6 de diciembre entre Quito y 31 de mayo	Contacto	0993039746
Beneficiarios	Comunidad esmeraldeña y externo que asistan al escenario deportivo.		

Elaboración: Lcdo. Joaquín Mina

Función Formativa:

- Implementar las Jornadas “Esmeraldas hace Actividad Física”, estas jornadas estarán conformadas por 3 días de la semana, divididos cada día en 2 bloques: Uso de instalaciones deportivas y focalización de actividades.
- Cada bloque a su vez contara de 3 actividades: 1 charla, 1 taller, 1 mesa redonda.
- Se recomienda que las jornadas se realizan cada 3 meses, sean certificadas, para que puedan contar como recurso en el CV de los asistentes.

Tabla 2

	Horario	Día 1	Día 2	Día 3
BLOQUE 1: Uso de instalaciones deportivas	8:00	Charla:	Charla:	Charla:
	9:00	Importancia de instalaciones deportivas.	Aprovechamiento de espacios para realizar actividades recreativas.	Gestión de centros deportivos
	9:00 10:00	Taller: Como distribuir áreas en una instalación deportiva.	Taller: Como realizar un cronograma de actividades recreativas	Taller: Como realizar un cronograma deportivo
10:00 11:00	Mesa redonda: Falencias en el estadio Folke Anderson y como mejorarlas.	Mesa redonda: Las actividades recreativas como recurso de inclusión a la actividad física.	Mesa redonda Adecuar el estadio Folke Anderson para realizar deporte de alto rendimiento.	
BLOQUE 2: Focalización de actividades.	13:00 14:00	Charla: Deportistas en Esmeraldas, más que futbol.	Charla: Actividades recreacionales como mejora a la salud cardiovascular	Charla: Formación de metodologías educativas para entrenadores y profesores de educación física.

	14:00	Taller:	Taller:	Taller:
	15:00	¿Cómo realizar actividades recreativas y deportivas con recursos limitados?	¿Cómo destinar actividades a grupos etarios definidos?	¿Cómo aprovechar las características individuales de cada individuo para aplicarlas en su desarrollo recreacional o deportivo?
	15:00	Mesa redonda:	Mesa redonda:	Mesa redonda
	16:00	Programas deportivos y recreacionales destinados a jóvenes en situaciones vulnerables.	Programas deportivos y recreacionales destinados a jóvenes y adultos.	Programas deportivos especiales y recreacionales para adultos mayores y personas con discapacidades.

Elaborado: Lcdo. Joaquín Mina

10. Limitaciones y prospectivas

- Al concluir esta investigación me veo en la responsabilidad de reportar circunstancias donde por el actuar de diversos factores limitantes, no se pudieron controlar en ninguna de las fases del proyecto, con esto hacemos una contribución a los lectores que deseen replicar el estudio.

- El presente estudio no puede ser correlacionado con un estudio previo de la misma índole porque no hay referencias de su existencia.
- La falta de promoción del Estadio Folke Anderson influye en el desconocimiento de la condición de escenarios y de igual forma repercute en la cantidad de afluencia que este recibe.

- El presente estudio se realizó con el objetivo de Diagnosticar el uso del escenario deportivo Folke Anderson del cantón Esmeraldas en las actividades de entrenamiento deportivo y de recreación por parte de niños y jóvenes, con la finalidad de hacer una comparación entre espacio – individuo. Mediante la teoría propuesta y tras indicar las limitaciones en el curso del proyecto, se procederá a plantear posibles ámbitos de estudio.

- Desarrollar un estudio donde se apliquen entrenamientos específicos a los biotipos individuales, recolectando datos importantes como tasa de desempeño y progreso.
- Analizar a profundidad otras variables relacionadas al tema de estudio, pero enfocándonos al estadio Folke Anderson.
- Realizar un estudio comparativo donde se aplique esta propuesta a un escenario deportivo diferente.

11. Referencias bibliográficas

- Abraldes, A. (2016). Principios fundamentales del acondicionamiento físico. 14.
- Añó, V. (2000). Riesgos y ventajas del entrenamiento con jóvenes y niños escolares. (I. U. Valencia, Ed.) *Intervención en conductas motrices significativas*, 40(2), 131-139. Obtenido de https://ruc.udc.es/dspace/bitstream/handle/2183/9797/CC_40_2_art_9.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Arias, F. (2006). *El proyecto de investigación*. Caracas: Editorial Episteme.
- Armstrong, T., Bauman, A. y Davies, J. (2000). *Physical activity patterns of Australian adults*. Australian Institute of Health and Welfare. Recuperado el 14 de septiembre de 2020
- Bautista, R. (2001). El entrenamiento deportivo como modelo Pedagógico de construcción. *Revista Pedagógica Universidad Pedagógica Nacional*, 37-47. doi:<https://doi.org/10.17227/ludica.num6-3036>
- Bernal F, Peralta A, Gavotto H y Placencia L. (2014). Principios del entrenamiento deportivo para la mejora de las capacidades físicas *Biotechnia*, 44.
- Blanco, M.; Durán, M.; González, I., y Colmenares, M. (2015). La recreación como condición de vida saludable. *Fundación Acta Odontológica Venezolana*, 53.

- Camacho, J., Ochoa, N. y Rincón, N. (2019). Revisión teórica de la planificación tradicional y contemporánea en el entrenamiento deportivo. *Revista digital: Actividad Física y Deporte*, 5(2), 171-180.
- Campos G y Lule N. (2012). La observación un metodo para el estudio de la realidad. *Xihmai*, 45-60.
- Campuzano, S. (Enero de 2014). Los principios del entrenamiento deportivo: aplicación práctica al fútbol. *EFDeportes.com Revista Digital*, 18(188).
- Capote, G., Rodriguez, A., Analuiza, E., Caceres, C., y Rendón, P. (2017). El deporte, entnamiento deportivo y los entrenadores. *Research gate*, 1-9.
- Cardoso, L., Ochoa, Y., Martínez, C., Elavoko, A., y Eto, A. (2018). Salud, deporte y recreación para una universidad saludable. *Panorama Cuba y Salud*, 13, 441-444.
- Carrasco, D. (2019). *Teoria y práctica del entrenamiento deportivo*. Madrid: INEF.
- Diaz O y Roldán N. (2016). Caracterización del mantenimiento, cuidado de los escenarios deportivos y aprovechamiento del espacio en las zonas de entrenamiento. *Revista Digital: Actividad física y deporte*, 106.
- El telegrafo. (2016). La FIFA dona \$ 500 mil para los escenarios afectados. *El telegrafo*.
- Estupiñan, B., y García, H. (2014). *Diagnostico de la formación docente de estudiantes de cultura física de la universidad Luis Vargas Torres de la ciudad de Esmeraldas en función de la atención educativa a la discapacidad sensorial*. Quito: Universidad Politécnica Salesiana.
- Gall, H. (1983). Entrenamiento: Selección y fomento de talentos deportivos. *Educación física y deporte*, 5(1), 1-14.
- Garcia Ferrando, M. (2015). *El análisis de la realidad social: Métodos y técnicas de investigación*. (Cuarta ed.). España: Alianza editorial.
- Garcia, A. (2009). *El Estadio deportivo como centro vital desarrollador de la ciudad y región*. Barcelona.

- García, J., Navarro, M., y Ruiz, J. (1996). *Bases teóricas del entrenamiento deportivo*. Madrid: Gymnos editorial.
- Gómez, P. (2014). El entrenamiento deportivo en el siglo XXI. *Cuadernos de psicología del deporte*, 14(3), 179-180. doi:<http://revistas.um.es/cpd>
- Jimenez, J. (2011). *Planificación del entrenamiento deportivo*. Medellín: Funambuloso.
- Junta de Andalucía. (2012). Principios básicos del entrenamiento. En J. d. Andalucía, *Ciclo final: Bases del entrenamiento deportivo*. Andalucía.
- La Hora. (2003). Estadio Folke Anderson fue inaugurado en 1956. *La Hora*.
- Llorente, B. (2000). *Pedagogía del entrenamiento deportivo*. Bilbao.
- Los Santos, C. (2000). Preparación Física con niños y jóvenes. Una perspectiva metodológica. *Actividad Física y Deportes*(61), 80-85. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=150340>
- Martín, A. (2003). En torno al entrenamiento deportivo. *Lúdica Pedagógica - Universidad Pedagógica Nacional*(8), 70-73.
- Medina, V. (2014). El entrenamiento deportivo personalizado en las diversas etapas. *Revista electrónica de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física*, 9(28), 3-12.
- Miethe, A. (1979). La recreación, su importancia y su proyección. *Educación Física y Deporte*(1).
- Ministerio del Deporte. (2019). *Directrices para la presentación de la planificación operativa anual 2019 organizaciones deportivas*. Obtenido de www.deporte.gob.ec: <https://www.deporte.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2019/01/DIRECTRICES-POA-AJUSTADO-2019.pdf>
- Pérez, G. (2008). Profesiones y conocimientos en el entrenamiento deportivo. *Apuntes: Educación física y deportes*, 67-75.
- Perlaza F y Chavéz E. (2014). Principios del ejercicio y su aplicación en el entrenamiento de fútbol. *Educación Física y Deportes, Revista Digital*, 2.

- Rebollo, J. (2011). Habilidad motriz. *Revista de ciencias de la actividad física y del deporte*(37), 5-11.
- Riera, A. (2003). *Análisis comparado del uso del deporte* . Lleida: Institut nacional d' Educació Física de Catalunya.
- Roca, J. (2008). Ciencias y profesiones en la actividad física y el deporte. *Apunts: Educación física y deportes*, 60-66.
- Roldán, E. (2009). Bases fisiológicas de los principios del entrenamiento deportivo. *Revista Politécnica*, 84-93.
- Roldan, E. (2009). Bases fisiológicas del entrenamiento deportivo. *Revista Politécnica*, 85.
- Ruiz, C. (2018). Diagnóstico de Escenarios Recreo-deportivos. *UNAD*, 26.
- Ruiz, L. (1999). Redimiento deportivo, optimización y excelencia en el deporte. *Revista de Psicología del deporte*, 235-248.
- Stuart, P. (2011). La práctica deportiva y su relación directa con el uso de los escenarios públicos y privados del barrio Castilla de la ciudad de Medellín. Medellín, Colombia: Instituto universitario de educación física.
- Tabares, J. (2017). Distribución de los escenarios deportivos en la ciudad de Medellín. *Movimento*, 477.
- Weineck, J. (2005). *Entrenamiento total*. Barcelona: Editorial Paidrotibo.

12. Anexos

12.1. Anexo A: Formulario de encuesta

Encuesta				
Edad:		Instrucción		
Sexo: (M/F)		Profesión		
Los datos proporcionados en esta encuesta serán utilizados con fines meramente investigativos.				
1. Como calificaría usted el mantenimiento actual de las instalaciones del estadio Folke Anderson: (Siendo 1 la calificación más baja y 5 la calificación más alta)				
1	2	3	4	5
2. Considera que los accesos para las personas discapacitadas y tercera edad están funcionando correctamente?: (Siendo 1 la calificación más baja y 5 la calificación más alta)				
1	2	3	4	5
3. ¿Considera que la condición de la cancha de césped y la pista atlética del estadio Folke Anderson es óptima para su uso?: (Siendo 1 la calificación más baja y 5 la calificación más alta)				
1	2	3	4	5
4. Según su opinión, ¿qué grupo de edades suele frecuentar las instalaciones del Estadio Folke Anderson:				
1 (<13)	2 (14 - 18)	3 (19 - 30)	4 (31 - 50)	5 (>50)
5. Qué actividad deportiva o recreativa le gustaría practicar en el estadio Folke Anderson: (escoger una respuesta)				
1 (Fútbol)	2 (Gimnasia)	3 (Aeróbicos)	4 (Atletismo)	5 (Otro)
6. ¿En qué días de la semana le gustaría practicar deportes o actividades recreativas en el estadio Folke Anderson?:				
1 lunes y miércoles	2 martes y viernes	3 jueves y sábado	4 lunes y jueves	5 miércoles y sábado
7. ¿En qué horario le gustaría practicar deportes o actividades recreativas en el estadio Folke Anderson?				
7:00 - 9:00 am	9:00 - 11:00 am	11:00 am - 14:00 pm	14:00 - 17:00 pm	17:00 - 20:00 pm
8. ¿Considera usted que los entrenadores del estadio Folke Anderson deben recibir capacitaciones sobre metodologías de enseñanza deportiva? (Siendo 1 la necesidad más baja y 5 la necesidad más alta)				
1	2	3	4	5
9. ¿Considera usted que es necesario que el estadio Folke Anderson cuente con profesionales en educación física? (Siendo 1 la calificación más baja y 5 la calificación más alta)				
1	2	3	4	5
10. En un primer llamado deportivo, ¿en qué grupos se debería focalizar la administración para un proyecto especial?:				
1 niños y adolescentes en situaciones de riesgo	2 niños y adolescentes con capacidades especiales	3 adultos con capacidades especiales	4 adultos de la tercera edad	5 rehabilitación física de ex deportistas

12.2. Anexo B: Formato rubrica para entrenadores

Rubrica para entrenadores					
Deporte:			Tiempo en el cargo:		
Edad del entrenador:			Experiencia previa (Sí/No):		
Criterios	5	4	3	2	1
	Excelente	Muy buena	Regular	Baja	Muy baja
(Responder con una x en un solo cuadro por categoría)					
La administración del estadio Folke Anderson proporciona los materiales y tiempo necesario para realizar entrenamientos o actividades recreacionales en niños.					
La administración del estadio Folke Anderson proporciona los materiales y tiempo necesario para realizar entrenamientos o actividades recreacionales en adolescentes.					
La administración del estadio Folke Anderson proporciona los materiales y tiempo necesario para realizar entrenamientos o actividades recreacionales en adultos.					
La administración del estadio Folke Anderson proporciona los materiales y tiempo necesario para realizar entrenamientos o actividades recreacionales en ancianos.					
La administración del estadio Folke Anderson proporciona programas focalizados para individuos con problemas de salud (obesidad, hipertensión, diabetes)					