

Galileo
UNIVERSIDAD

La Revolución en la Educación

FACULTAD DE CIENCIA Y TECNOLOGIA DEL DEPORTE

Licenciatura en Gestión de Entidades Deportivas

**DETECCION DE TALENTOS DEPORTIVOS EN EL DEPORTE
DE NATACIÓN EN LA DISCIPLINA DE NADO CON NIÑOS Y NIÑAS
EN EDAD ESCOLAR DE OCHO A DIEZ AÑOS EN INSTITUCIONES
EDUCATIVAS PRIVADAS**

Por

Reyna Amparo Bran Donis

Carné: 11003187

Asesor

Lic. Alfonso Saravia Siliezar

**TESIS presentada como uno de los requisitos
Para obtener el título de Licenciado en Gestión Deportiva**

Ciudad de la Nueva Guatemala de la Asunción, Julio de 2,015



Galileo
UNIVERSIDAD
La Revolución en la Educación

FACULTAD DE CIENCIA Y
TECNOLOGIA DEL DEPORTE

FACTEDE

La Nueva Guatemala de la Asunción,
14 de enero 2015

Señora
Licenciado Reyna Amparo Bran Donis
Sergio Arnoldo Camargo Muralles
Decano de la Facultad de Ciencia y Tecnología del Deporte
Universidad Galileo.

Estimado Licenciado Camargo Muralles:

Me permito solicitarle su autorización para la aprobación del tema de investigación, el cual lleva por nombre **Detección de Talentos Deportivos en el Deporte de la Natación en la Disciplina de Nado con Niños y Niñas con edad escolar de 8 a 10 años en Instituciones Educativas Privadas**, que será desarrollado en la modalidad de tesis de graduación para cumplir el requisito previo a optar al grado académico de la Licenciatura en Gestión de Entidades Deportivas. Asimismo, solicitar aprobación para aceptar como asesor del trabajo de investigación el Licenciado Alfonso Saravia Siliézar, Colegiado No. 11963.

Atentamente,

Reyna Amparo Bran Donis
Carné: 11003187



Galileo
UNIVERSIDAD
La Revolución en la Educación

FACULTAD DE CIENCIA Y
TECNOLOGIA DEL DEPORTE

FACTEDE

La Nueva Guatemala de la Asunción,
15 de enero 2015

Señora
Reyna Amparo Bran Donis
Estudiante de la Facultad de Ciencia y Tecnología del Deporte
Presente

Estimada Señora Bran Donis:

Me permito informarle que respecto de su solicitud de fecha 14 de enero del año en curso, ha sido autorizado su tema de investigación ***Detección de Talentos Deportivos en el Deporte de la Natación en la Disciplina de Nado con Niños y Niñas con edad escolar de 8 a 10 años en Instituciones Educativas Privadas***, que será desarrollado en la modalidad de tesis de graduación para cumplir el requisito previo a optar al grado académico de la Licenciatura en Gestión de Entidades Deportivas. Asimismo, ha sido aceptado como asesor del trabajo del Licenciado Alfonso Saravia Siliézar, Colegiado No. 11963.

Atentamente,

*Sergio Arnaldo Camargo Maralles, MSC
General y Licenciado
Decano*

Facultad de Ciencia y Tecnología del Deporte



Galileo
UNIVERSIDAD
La Revolución en la Educación

FACULTAD DE CIENCIA Y
TECNOLOGIA DEL DEPORTE

FACTEDE

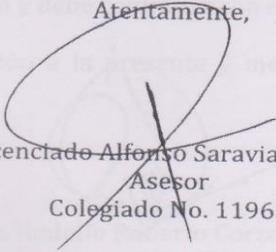
La Nueva Guatemala de la Asunción,
17 de mayo 2015

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

Distinguido Licenciado Camargo Murallas:

De manera respetuosa me dirijo a usted para informarle que la tesis con el tema: **Detección de Talentos Deportivos en el Deporte de la Natación en la Disciplina de Nado con Niños y Niñas con edad escolar de 8 a 10 años en Instituciones Educativas Privadas**, que corresponde al estudiante **Reyna Amparo Bran Donis**, con número de carné **11003187**, presentado previo a optar el grado académico de **Licenciada en Gestión de Entidades Deportivas**, ha sido objeto de revisión del trabajo de graduación, elaborado por la estudiante, por lo que puede continuar con el trámite de graduación.

Atentamente,


Licenciado Alfonso Saravia Siliézar
Asesor
Colegiado No. 11963



Galileo
UNIVERSIDAD
La Revolución en la Educación

FACULTAD DE CIENCIA Y
TECNOLOGIA DEL DEPORTE
FACTEDE

La Nueva Guatemala de la Asunción,
20 de julio 2015

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

Distinguido Licenciado Camargo Muralles:

De manera respetuosa me dirijo a usted para informarle que la tesis: ***Detección de Talentos Deportivos en el Deporte de la Natación en la Disciplina de Nado con Niños y Niñas con edad escolar de 8 a 10 años en Instituciones Educativas Privadas***, de la estudiante ***Reyna Amparo Bran Donis***, con número de carné 11003187, presentado previo a optar el grado académico de **Licenciada en Gestión de Entidades Deportivas**, conjuntamente con el Licenciado Alfonso Saravia Siliezar, Colegiado No. 11963 y mi persona, después de revisarlo detenidamente y hacer las correcciones pertinentes, en mi calidad de revisor de redacción, estilo y ortografía, le informo que el trabajo de graduación ha cumplido con todos los requerimientos que exige la Universidad, por lo que está concluida a nuestra entera satisfacción y debe continuar con el trámite de graduación.

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

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



Galileo
UNIVERSIDAD
La Revolución en La Educación

FACULTAD DE CIENCIA Y
TECNOLOGIA DEL DEPORTE

FACTEDE

La Nueva Guatemala de la Asunción,
31 de julio 2015

Señora
Reyna Amparo Bran Donis
Estudiante de la Facultad de Ciencia y Tecnología del Deporte
Presente

Estimada Señora Bran Donis:

Me complace informarle que, después de haber leído y estudiado la tesis: **Detección de Talentos Deportivos en el Deporte de la Natación en la Disciplina de Nado con Niños y Niñas con edad escolar de 8 a 10 años en Instituciones Educativas Privadas**, investigación efectuada previa a optar al título de Licenciado en Gestión de Entidades Deportivas, esta Decanatura manifiesta su autorización para la publicación de la misma, para que continúe con los trámites de graduación.

Atentamente,

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

Facultad de Ciencia y Tecnología del Deporte

AGRADECIMIENTOS

A Dios: Por su inmenso amor y misericordia hacia mi vida, por permitirme llegar a este momento donde me realizo como profesional, gracias padre bendito.

A mis hijas: Laura, Melissa y Krysthel por su apoyo incondicional y comprender que muchas veces no estuve para ellas por estar cumpliendo con mis estudios, por ser mi herencia de parte de Dios, Nunca se den por vencidas y luchen por sus ideales, las amo.

A mí querida nieta: Nikolle quien vino a llenar de luz y armonía nuestro hogar

A mis padres: María Luisa Donis e Ildefonso Bran una Plegaria en el cielo, Muy especialmente a mi Madre Laura Monterroso a quien le debo mi vida entera por darme su amor y dedicación incondicional, por ser una madre ejemplar, este triunfo es por ti que Dios los bendiga siempre.

A mis queridas Hermanas: por su inmenso amor

A mis primos: especialmente a Consuelo y Víctor Manuel López Monterroso por darme su apoyo en todo lo largo de mi vida, mil gracias queridos primos.

A mí querido Miguelito: que ya descansa en paz gracias por su apoyo y su recuerdo siempre vivirá en mi mente y mi corazón.

A mis amigos: Margarita y Héctor Porque son amigos incondicionales gracias por su ayuda.

A todos mis Catedráticos: En especial al General Sergio Camargo y Coronel Roberto Corzo que a lo largo de estos años de estudio compartieron sus conocimientos pero sobre todo su amistad incondicional, Dios les bendiga.

A la Universidad Galileo: Por ser la entidad educativa en donde me he formado académicamente para alcanzar la profesionalización.

A mi asesor: Licenciado Alfonso Saravia, por su paciencia, ayuda e interés.

INTRODUCCIÓN	1
CAPITULO I.....	2
I. MARCO CONCEPTUAL.....	2
A. Antecedentes del problema:	2
B. Importancia de la investigación:.....	3
C. Planteamiento del problema:.....	3
D. Alcances de la investigación:.....	3
1. Alcances:.....	3
2. Límites:	4
CAPITULO II.....	5
II. MARCO TEORICO	5
1. Talento:.....	5
2. Tipos de talentos asociados al deporte.....	5
1. Talento motriz general	5
2. Talento deportivo	6
3. Talento deportivo específico para un deporte	6
a. Aspectos que influyen en el talento deportivo:	6
4. Captación de talento humano.....	6
5. Pruebas de laboratorio:.....	7
6. Antropometría:.....	7
7. Evaluación antropométrica:	7
8. Natación:	8
11. Proceso sistemático de desarrollo deportivo:.....	9

CAPÍTULO III.....	12
III. MARCO METODOLOGICO	12
A. Objetivo general:.....	12
B. Objetivos específicos:.....	12
C. Variable:.....	14
D. Definición conceptual:.....	14
E. Operacionalización de la variable.....	15
F. Los sujetos:.....	15
G. Población o universo:.....	16
H. La muestra:.....	16
I. Instrumento:.....	17
CAPÍTULO IV.....	18
IV. MARCO OPERATIVO	18
A. Presentación de datos:.....	18
1. Graficas de datos de las encuestas	18
B. CONCLUSIONES	32
C. RECOMENDACIONES	34
CAPÍTULO V	37
V. ANEXOS.....	37
A. ANEXO 1	37
B. ANEXO 2	40
1. Detección de talentos:.....	40
2. Test de promoción, aplicación y perfeccionamiento del talento deportivo	43

3. Prototipo de nadador de hoy	48
4. Velocidad en la natación:.....	49
5. Clasificación de la velocidad:.....	50
6. Variables en el entrenamiento de la velocidad:	50
7. Plan de seguridad:.....	54

INTRODUCCIÓN

La búsqueda e identificación de individuos con potencial para desarrollar con éxito las actividades deportivas ha tomado gran importancia, debido a que las exigencias competitivas se han incrementado desde el punto de vista cualitativo. Esos aspectos han generado un mejoramiento significativo en el rendimiento atlético.

En las competencias deportivas que se llevan a cabo en la actualidad, los rangos de edad en los cuales se obtiene el máximo rendimiento han disminuido en una gran variedad de especialidades. Por lo tanto, la detección temprana de talentos está debidamente justificada, y es el sistema educativo el área excelente para la aplicación de los mismos, ofreciendo las siguientes ventajas:

1. Concentra la mayor proporción de rangos de edad propuestos en cualquier programa para la detección de talentos.
2. Facilita los procedimientos de selección, clasificación y control de quienes se han de evaluar, pues dispone de los registros y la infraestructura que se requiere para realizar ese trabajo.
3. Dispone del recurso humano de base, que una vez adiestrado, puede emprender con éxito el proceso inicial para la detección de talentos deportivos.
4. Es el sector educativo, apoyado por el ente rector del deporte quien será el principal usuario de la información que se genere para desarrollar programas de actividad física y de salud para quienes no son talentos.

CAPITULO I

I. MARCO CONCEPTUAL

A. Antecedentes del problema:

El alto rendimiento deportivo, no se refiere únicamente a la preparación de grandes resultados, sino da inicio con la detección temprana de talentos deportivos en la etapa infantil.

En la Republica Guatemala, el Comité Olímpico Guatemalteco impulsó en el 2009 un programa denominado “Educando con Valores” el cual consiste en promover los valores Olímpicos en niños y jóvenes. Además cuenta con el programa Desafío Olímpico cuya finalidad es la aplicación de una Batería de Pruebas de Aptitud Física para determinar el perfil actual de la población en los Centros Educativos.¹

En la Actualidad, no se conoce algún manual o documento formal que determine cuáles son los lineamientos a seguir para la detección y selección de talentos deportivos de natación.

¹ Dirección de Investigación, Programa Transformando Vidas, Educando con Valores, Comité Olímpico Guatemalteco.

B. Importancia de la investigación:

La presente investigación tiene como propósito proponer lineamientos de gestión que permitan la captación de talento deportivo en las categorías infantiles como aporte a la Federación Nacional de Natación para la masificación de este deporte.

C. Planteamiento del problema:

La falta de programas de detección de talentos en las categorías infantiles es una limitante para la masificación del deporte de natación, lo que nos lleva a plantearnos la siguiente interrogante:

¿Existen programas de detección de talentos deportivos para la masificación del deporte de la natación en la disciplina de nado?

D. Alcances de la investigación:

1. Alcances:

Atraer la atención de las autoridades del Colegio Americano de Guatemala para motivar la formación del Club de Natación, buscando despertar el interés de la Federación Deportiva Nacional de Natación como apoyo a los proyectos de masificación y detección de talentos en la categoría infantil.

2. Límites:

La investigación se realizó en el Colegio Americano de Guatemala, Colegio Alemán de Guatemala, Instituto Austriaco de Guatemala, Instituto Viena Guatemalteco, Colegio Monte María y Colegio Campo Alegre.

CAPITULO II

II. MARCO TEORICO

1. Talento:

Según Judith Fraga de Hernández de la Universidad Central de Venezuela (2010)...” el talento es una manifestación de la inteligencia emocional, es una aptitud o conjunto de aptitudes o destrezas sobresalientes respecto de un grupo para realizar una tarea determinada en forma exitosa. El talento puede ser heredado o bien adquirido mediante aprendizajes y perfeccionamientos, con tiempo de dedicación y esfuerzo propio de cada persona”.

2. Tipos de talentos asociados al deporte

Existen Tres formas de Talento, en un Área Específica para el desarrollo de una actividad: Talento Motor General, Talento Deportivo y Talento Deportivo Específico.

1. Talento motriz general

Se observa en los niños en el hecho de que aprenden más fácil, más rápidamente y con mayor seguridad los movimientos, y que poseen un repertorio de movimientos amplio. Aquella persona capaz de aprender con rapidez una alta gama de movimientos.

2. Talento deportivo

Aporta una disposición por encima del promedio de someterse a un programa de entrenamiento deportivo para conseguir éxitos deportivos. Serán los niños que además de poseer esa capacidad de aprendizaje rápido para las habilidades motoras están predispuestos a someterse a un programa de entrenamiento deportivo.

3. Talento deportivo específico para un deporte

Conlleva los requisitos físicos y psíquicos para poder alcanzar rendimientos extraordinarios.

a. Aspectos que influyen en el talento deportivo:

- 1) Requisitos antropométricos
- 2) Características físicas
- 3) Condiciones tecno motrices
- 4) La capacidad de aprendizaje
- 5) La predisposición para el rendimiento

4. Captación de talento humano

Proceso de hallar seguidores para determinado propósito; La captación en sí, genera una serie de sistemas de información que le

van a proporcionar a la organización detalles acerca del conocimiento y capacidad que posee cada individuo en el ámbito que se quiere².

5. Pruebas de laboratorio:

Existe una gran variedad de pruebas de laboratorio disponibles para la medición de variables relacionadas con los factores que tienen influencia en el rendimiento deportivo, utilizando equipos de diferentes niveles de sofisticación³.

6. Antropometría:

Ciencia de la medición de las dimensiones y algunas características físicas del cuerpo humano, permite medir longitudes, anchos, grosores, circunferencias, volúmenes, centros de gravedad y masas de diversas partes del cuerpo⁴.

7. Evaluación antropométrica:

Conjunto de mediciones corporales con el que se determinan los diferentes niveles y grados de nutrición de un individuo mediante parámetros antropométricos e índices derivados de la relación entre los mismos, como: Peso, altura, longitud, perímetro cefálico, perímetro torácico, entre otros⁵.

² Ranzola A. Manual para el deporte de iniciación y desarrollo. Editorial Deportes, La Habana Cuba (1998).

³ es.wikipedia.org/wiki/Análisis_clínico

⁴ Diccionario de la Real Academia Española (2015)

⁵ alimentacionynutricion.org/es/index.php?mod=content_detail&id=118 (2005)

8. Natación:

Es la habilidad de permitir al ser humano desplazarse en el agua gracias a la acción propulsora realizada por los movimientos rítmicos de miembros superiores e inferiores del cuerpo, estos permiten mantener el cuerpo en la superficie y vencer la resistencia del agua desplazarse en el la misma⁶.

9. Aprendizaje

Se denomina **aprendizaje** al proceso de adquisición de conocimientos, habilidades, valores y actitudes, posibilitado mediante el estudio, la enseñanza o la experiencia. Dicho proceso puede ser entendido a partir de diversas posturas, lo que implica que existen diferentes teorías vinculadas al hecho de aprender.⁷

10. Capacidad de aprender

Se entiende como capacidad de aprender, al proceso de adquirir conocimientos, habilidades, actitudes o valores, a través del estudio y la experiencia.⁸

⁶ Copyright © 2008-2015 - Definicion.de Natación.

⁷ Copyright © 2008-2015 – Definicion .de Aprendizaje

⁸ Colunga Santos, Silvia. Los estilos de aprendizaje. Una aproximación para su estudio. Conferencia Metodológica, Universidad de Camagüey, 2009.

11. Proceso sistemático de desarrollo deportivo:

El deporte escolar, para su desarrollo, debe seguir un proceso sistemático, el cual está integrado por las siguientes etapas:

a. Etapa I de la selección deportiva preliminar: tiene como objetivos:

- 1) Seleccionar a los niños con buenas dotes motoras y un estado psicomotor proclive a la actividad deportiva.
- 2) Determinar en los niños capacidades para superarse deportivamente.
- 3) Detectar dotes innatas en el desarrollo de condiciones y habilidades físico – deportivas.
- 4) La organización y ejecución de esta etapa le corresponde primordialmente al sistema de Educación Física.

b. Etapa II de la selección deportiva secundaria: tiene como objetivo:

- 1) Establecer el grado de dotación deportiva del niño.

- 2) Elegir la modalidad deportiva de acuerdo a las exigencias individuales del niño.
- 3) Comprobación a fondo de la asimilación exitosa en la modalidad deportiva escogida.

La organización y ejecución de esta etapa le corresponde primordialmente al Sistema de Educación Física conjuntamente con el Sistema de Deporte Federado.

c. Etapa III de orientación deportiva: tiene como objetivos:

- 1) Verificar el acierto de la elección deportiva.
- 2) Forjar las capacidades específicas que se manifiestan en la actividad deportiva concreta.
- 3) Determinar a fondo el progreso técnico individual.

La organización y ejecución de esta etapa le corresponde principalmente al Sistema de Educación Física conjuntamente con el Sistema de Deporte Federado.

d. Etapa IV de especialización deportiva: tiene como objetivos:

- 1) Desarrollar al fondo las facultades deportivas de los practicantes.

- 2) Evaluar el grado de maestría adquirido.
- 3) Conformar los selectivos juveniles de las diversas unidades organizativas de esta etapa.

La organización y ejecución de esta etapa le corresponde primordialmente al sistema de Deporte Federado.

e. Etapa V de alto nivel deportivo:

Abarca todos aquellos deportistas que superaron el período de maestría deportiva y corresponde a la preparación, entrenamiento y competición deportiva sostenida y de alto rendimiento, caracterizada por la carga máxima de trabajo y un elevado ritmo de perfeccionamiento deportivo.

La organización y ejecución de esta etapa le corresponde primordialmente al Sistema de Deporte Federado.

Al Deporte No Federado le corresponde en todas las etapas del proceso, la captación y orientación de cuadros selectivos de su población participativa al proceso Sistemático de Desarrollo Deportivo, Así como la atención paralela de reservas deportivas en las etapas III, IV y V.⁹

⁹ Ley Nacional para el Desarrollo de la Cultura Física y el Deporte, Decreto Número 76 – 97 Capítulo IV Artículo 18.

CAPÍTULO III

III. MARCO METODOLOGICO

A. Objetivo general:

Evidenciar el potencial que representa la población infantil en etapa escolar de las instituciones educativas privadas para la captación y el desarrollo de talentos en el deporte de la natación en la disciplina de nado, y la existencia de programas de detección de talentos.

B. Objetivos específicos:

1. Establecer la existencia de programas para la detección de talentos deportivos en categorías infantiles para el deporte de la natación en la disciplina de nado
2. Establecer la existencia del perfil de los talentos deportivos de categorías infantiles. Para el deporte de la natación en la disciplina de nado.
3. Determinar la existencia de programas para la masificación del deporte de la Natación en la disciplina de nado en categorías infantiles.
4. comprobar la existencia de convenio de la Federación Nacional de Natación con instituciones educativas privadas para la promoción del deporte de la natación en categorías infantiles en la disciplina de nado.

5. Comprobar la existencia de clubes de natación en las instituciones educativas privadas.
6. Comprobar la existencia de lineamientos para la formación de clubes de natación en instituciones educativas privadas.
7. Establecer la existencia de instalaciones deportivas adecuadas para el desarrollo del deporte de la natación en la disciplina de nado con categorías infantiles en instituciones educativas privadas.
8. Determinar la existencia de personal técnico capacitado para el desarrollo del deporte de natación en la disciplina de nado en edades infantiles, dentro de las instituciones educativas privadas.
9. Establecer el grado de interés de Colegio Americano de Guatemala para la formación del club de natación.
10. Establecer la existencia de instalaciones deportivas adecuadas para el desarrollo del deporte de la natación en categorías infantiles en instituciones educativas privadas.
11. Determinar la existencia de personal técnico capacitado para el desarrollo del deporte de natación en edades infantiles, dentro de las instituciones educativas privadas.

C. Variable:

Establecimiento de lineamientos específicos para la aplicación de pruebas que permitan la detección y selección de talento del deporte de Natación en la disciplina de nado en categorías infantiles.

D. Definición conceptual:

Los programas de detección de talentos deportivos para la masificación del deporte de natación en la disciplina de nado pueden definirse como instrumentos de diagnóstico que pretenden conocer el estado de desarrollo motriz de los futuros atletas de categorías infantiles

E. Operacionalización de la variable

OBJETIVO	MEDICIÓN	CARACTERIZACIÓN	ENCUESTA
Establecer la existencia de programas para la detección de talentos deportivos en el deporte de la natación categorías infantiles.	Nominal de Clasificación	Determinar la existencia de programas para la detección de talentos deportivos	1, 2
Determinar la existencia de programas para la masificación del deporte de la Natación en categorías infantiles.	Nominal de Clasificación	Determinar la existencia de programas para la masificación	3, 4
Determinar la existencia de convenio con instituciones educativas privadas para la promoción del deporte de la natación en categorías infantiles.	Nominal de Clasificación	Determinar la existencia de convenio con instituciones educativas privadas	5, 6, 7, 8
Determinar la existencia de lineamientos para la aplicación de pruebas para la detección de talentos	Nominal de Clasificación	Determinar la existencia de lineamientos para la formación de clubes	9, 10
Establecer el grado de interés en instituciones educativas privadas en la aplicación de programas de detección y selección de talentos deportivos.	Nominal de Clasificación	Establecer el grado de interés de Colegios del sector privado	11, 12
Establecer la existencia de instalaciones deportivas adecuadas para el desarrollo del deporte de la natación en categorías infantiles en instituciones educativas privadas	Nominal de Clasificación	Establecer la existencia de instalaciones deportivas adecuadas	13, 14

F. Los sujetos:

Directores y administradores, coordinadores deportivos, maestros de educación física, Entrenadores de natación y alumnos de 8 a 10 años del equipo de natación.

a. Perfil de los entrenadores:

1. Ser Maestro de Educación Física
2. Experiencia comprobable de 3 años con categorías infantiles.
3. Nivel I como mínimo de entrenador avalado por la Federación Nacional de Natación
4. Que sea dinámico y proactivo

G. Población o universo:

Para la investigación, la población se conformó por maestros de educación física y entrenadores deportivos de colegios responsables en la disciplina de nado.

H. La muestra:

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

No	INSTITUCIÓN EDUCATIVA	POBLACION	%	MUESTRA	%
1	Colegio Americano de Guatemala	7	19%	7	9%
2	Colegio Alemán de Guatemala	6	16%	6	6%
3	Instituto Austriaco de Guatemala	6	16%	6	6%
4	Colegio Viena de Guatemala	6	16%	6	6%
5	Colegio Monte María	6	16%	6	6%
6	Centro Escolar Campoalegre	6	16%	6	6%

I. Instrumento:

Para la obtención de datos en la presente investigación se empleó como instrumento la encuesta, elaborada en base a los objetivos de éste estudio: Evidenciar el potencial que representa la población infantil en etapa escolar de las instituciones educativas privadas para la captación y desarrollo de talentos en el deporte de la natación en la disciplina de nado y la existencia de programas de detección de talentos.

CAPÍTULO IV

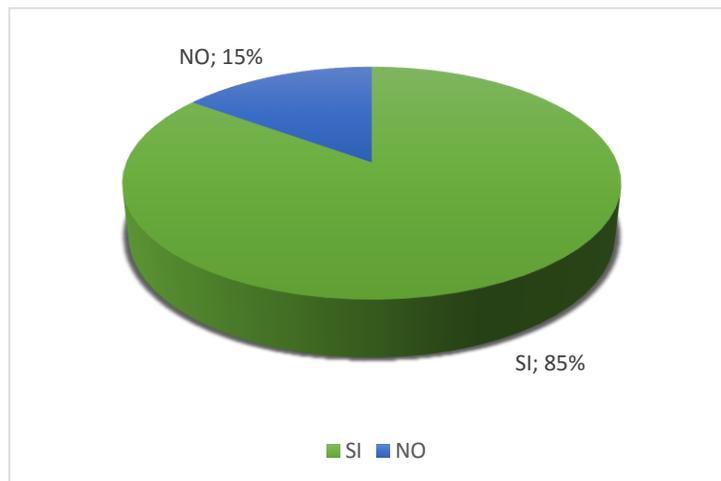
IV. MARCO OPERATIVO

A. Presentación de datos:

1. Graficas de datos de las encuestas

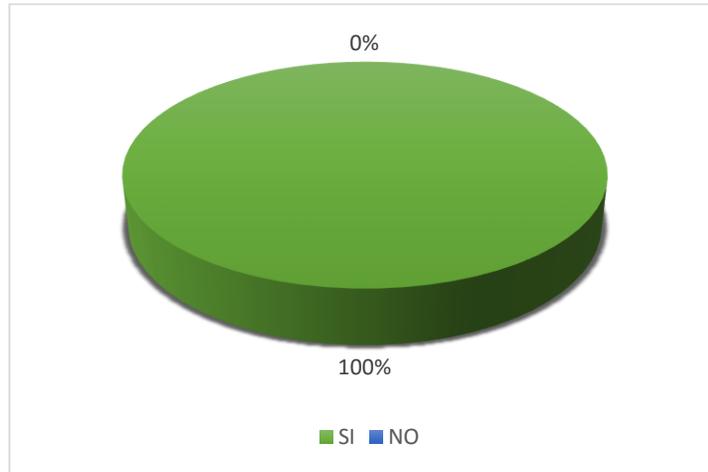
Resultado 1

1. ¿Es importante para usted la detección de talentos en el deporte de la Natación en edades infantiles?



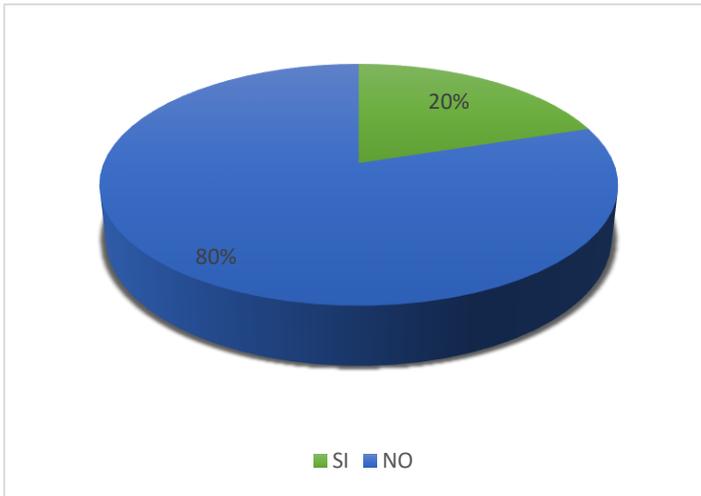
Análisis: El 85% de los encuestados considera importante la detección de talentos en el deporte de Natación en edades infantiles, mientras que el 15% no considera importante este tipo de procedimientos.

2. ¿Considera usted que su Institución Educativa tiene la capacidad de formar alumnos-atletas en el deporte de Natación?



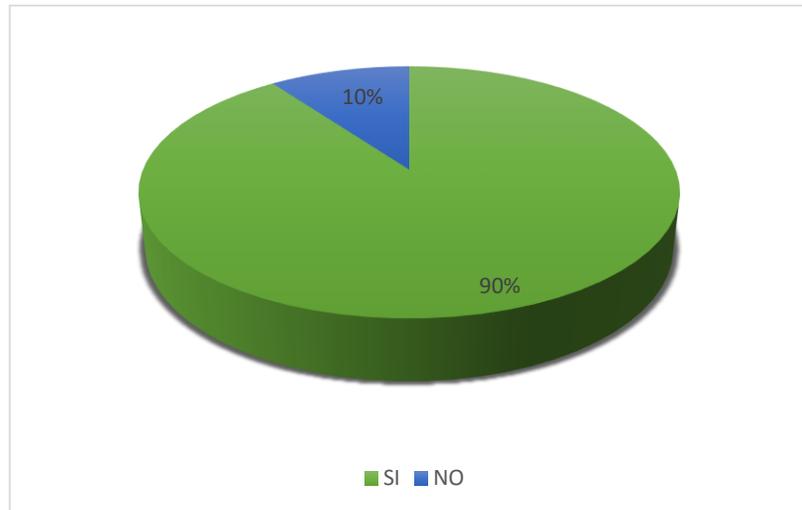
Análisis: El 100% de la Muestra considera que su Institución Educativa está capacitada para la formación eficiente de atletas en el deporte de Natación

3. ¿Conoce usted algún programa de detección y selección de talentos infantiles para el deporte de la natación?



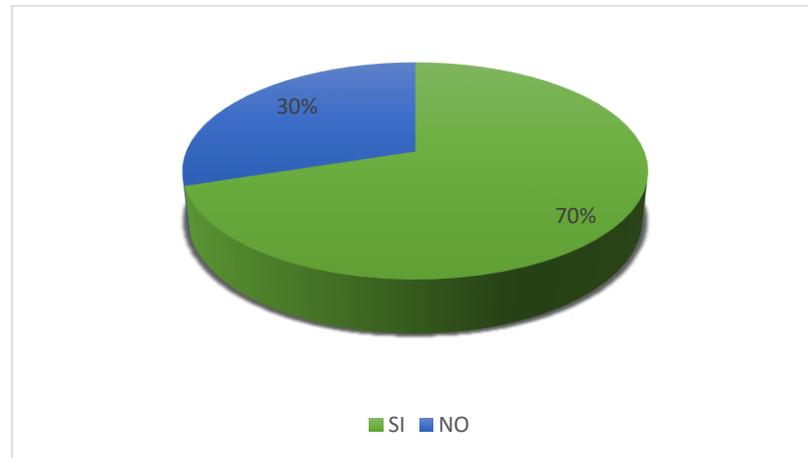
Análisis: El 80% de los encuestados dice no tener conocimiento sobre algún programa que promueva la detección y selección de talentos infantiles en el deporte de natación, mientras el 20% admite tener conocimiento sobre programas de detección y selección de talentos deportivos.

4. ¿Sabe usted que es un Talento Deportivo?



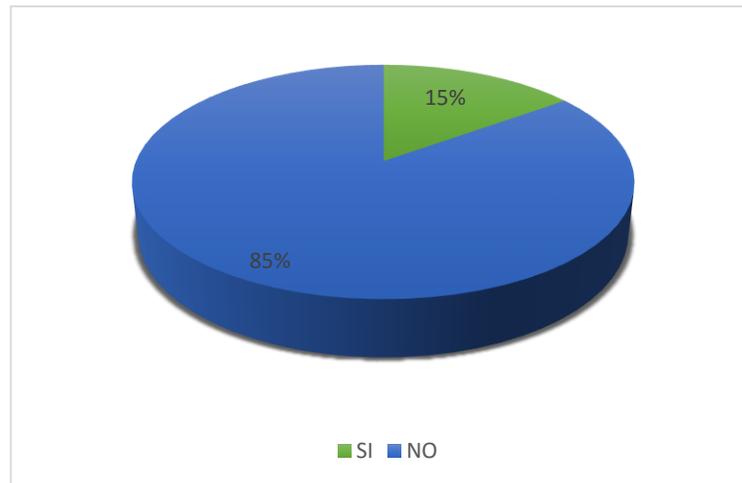
Análisis: El 90% de la Muestra dice tener conocimiento de la definición de Talento Deportivo, mientras que únicamente el 10% admite desconocer el significado de dicho término.

5. ¿Estaría interesado en realizar alianzas estratégicas con la Federación Nacional de Natación?



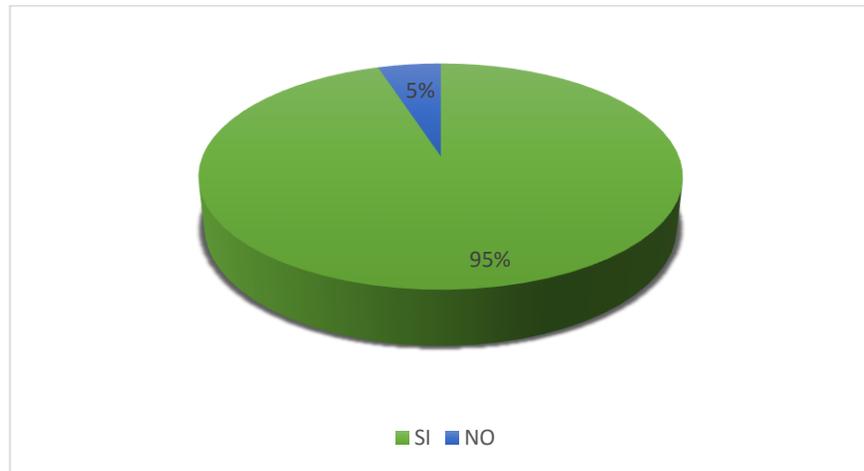
Análisis: El 70% de la Muestra manifiesta interés en establecer alianzas estratégicas con la Federación Nacional de Natación para obtener beneficios que les permitan crecer profesionalmente, mientras el 30% dice no tener ningún interés en ese tipo de alianzas, pues no lo consideran beneficioso.

6. ¿Está familiarizado con los programas de apoyo de la Federación Nacional de natación a los deportistas escolares?



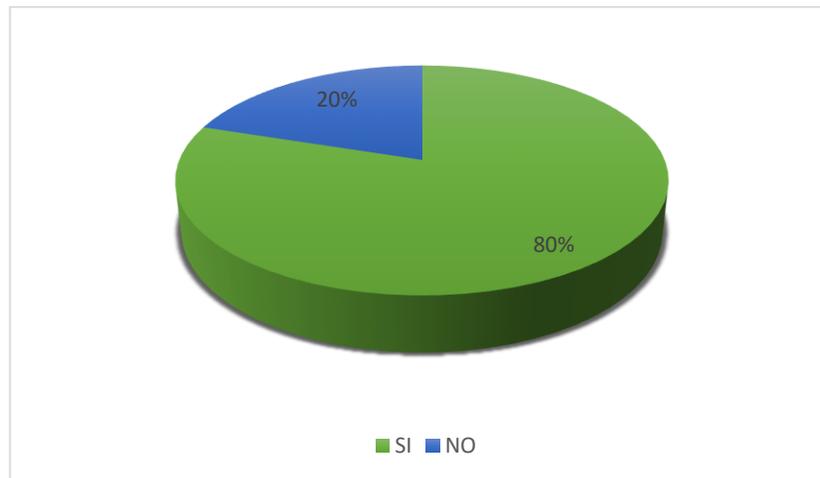
Análisis: Únicamente el 15% de la Muestra dice conocer los programas que presta la Federación Nacional de Natación como apoyo a los deportistas escolares, mientras que el 85% asegura desconocer totalmente ese tipo de programas.

7. ¿Le interesa recibir capacitaciones técnico-deportivas de la Federación Nacional de Natación?



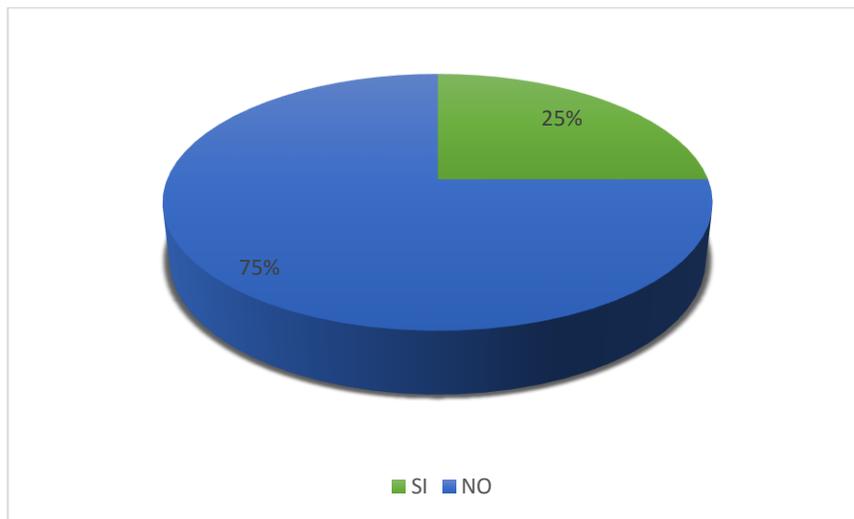
Análisis: El 95% de la Muestra manifiesta su interés en recibir cursos de capacitación técnico – deportiva organizados por la Federación Nacional de Natación como medio de crecimiento profesional, mientras que el 5% considera que ese tipo de capacitaciones no les son útiles.

8. ¿Permitiría brindar a su población estudiantil el beneficio de ser parte de los procesos de clasificación deportiva nacional de la Federación Nacional de Natación?



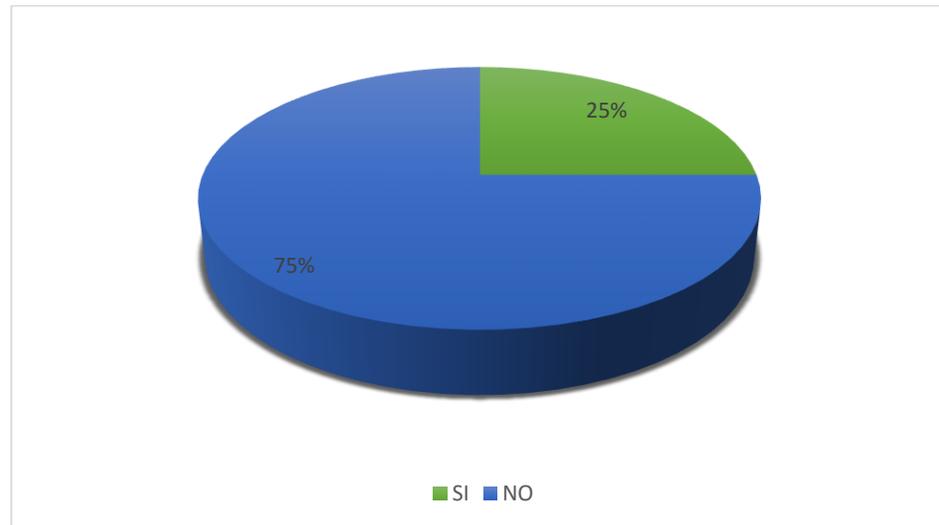
Análisis: El 80% de la Muestra dice tener interés en incluir a la población estudiantil de su Institución Educativa en procesos de clasificación deportiva realizados por la Federación Nacional de Natación, mientras que el 20% de ellos manifiesta no tener interés en que sus estudiantes tengan participación en ese tipo de procesos organizados por la Federación.

9. ¿Su institución educativa ha aplicado pruebas para la detección de talentos deportivos?



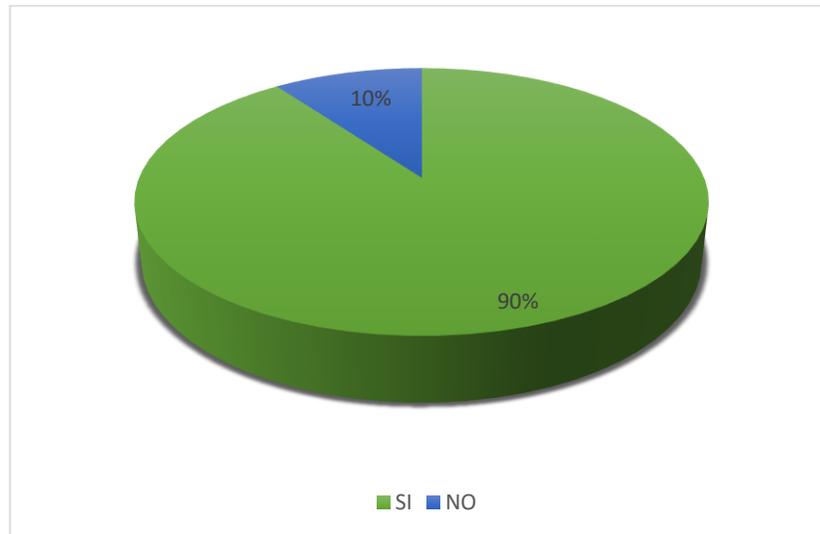
Análisis: El 25% de los encuestados dice haber aplicado pruebas para la detección de talentos deportivos en sus Instituciones Educativas, mientras que el 75% de la Muestra admite no haber realizado ese tipo de procedimientos a sus atletas.

10. ¿Conoce usted los lineamientos requeridos para la aplicación de pruebas de detección de talentos deportivos?



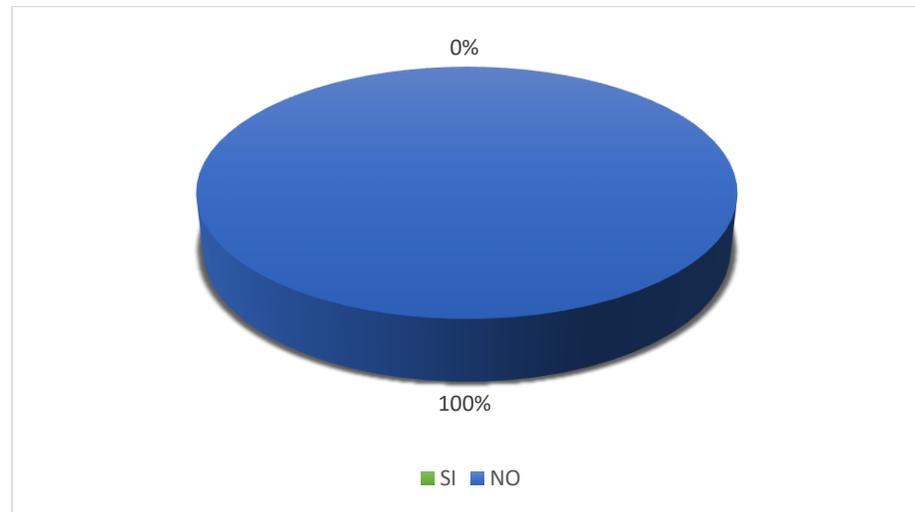
Análisis: El 25% de los encuestados dice conocer los lineamientos requeridos para la aplicación de pruebas de detección de talento deportivo en sus estudiantes – atletas, mientras que un 75% desconoce cuáles son dichos lineamientos.

11. ¿Considera usted de beneficio la aplicación de pruebas para la selección y detección de talento deportivo?



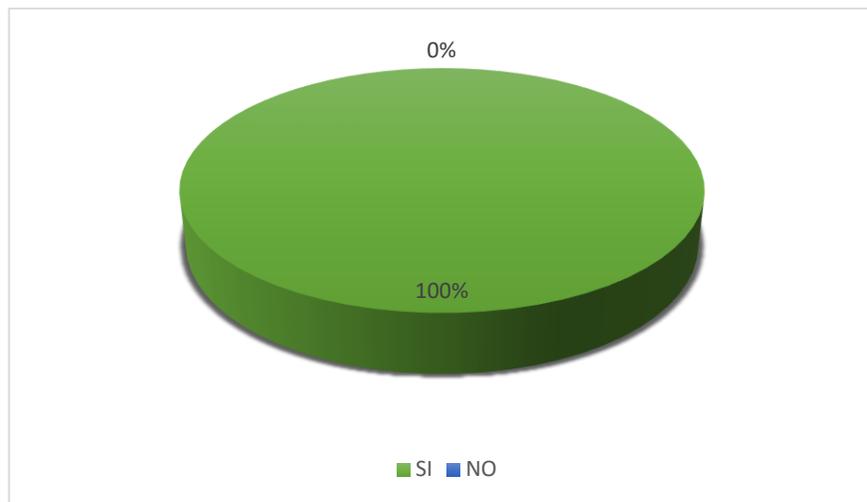
Análisis: El 90% de la Muestra considera beneficiosa la aplicación de pruebas para la selección y detección de talento deportivo, mientras que un 10% manifiesta que no considera obtener ningún tipo de beneficios en la aplicación de dichas pruebas.

12. ¿Conoce usted algún manual elaborado por la Federación Nacional de Natación para la detección y selección de talentos en categorías infantiles?



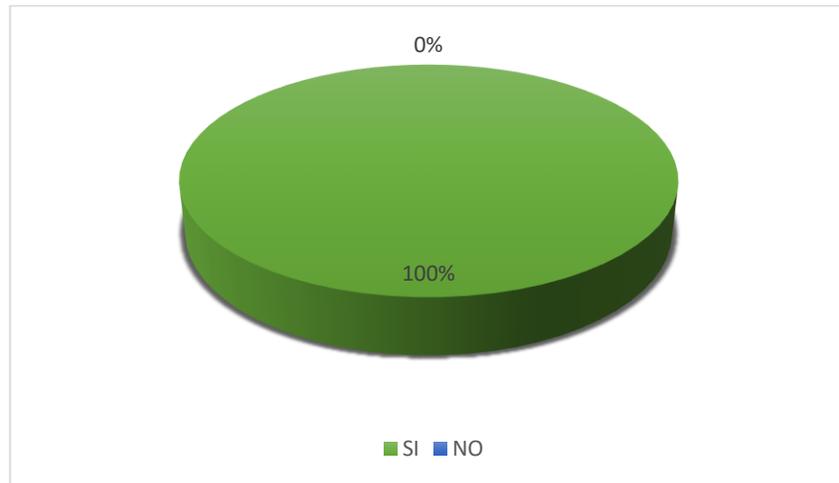
Análisis: La totalidad de la Muestra, dice desconocer la existencia de algún manual de detección y selección de talentos deportivos para las categorías infantiles, elaborado por la Federación Nacional de Natación.

13. ¿Su institución educativa cuenta con propuestas para el mantenimiento y crecimiento de la infraestructura deportiva para la natación?



Análisis: La totalidad de la Muestra manifiesta que en sus Instituciones Educativas existen propuestas para el mantenimiento y crecimiento de la infraestructura deportiva en el área de natación, lo cual denota interés por parte de las autoridades pertinentes en el cuidado de las instalaciones deportivas.

14. ¿Considera usted que las instalaciones deportivas de natación son adecuadas para niños de ocho a once años?



Análisis: La totalidad de la muestra considera que las instalaciones deportivas de natación de su Institución Educativa cumplen con los requerimientos necesarios para atender a la población de niños comprendida en las edades de ocho a once años, de manera adecuada.

B. CONCLUSIONES

1. Se comprobó que no existen programas de detección de talentos deportivos en categorías infantiles en el deporte de la natación en la disciplina de nado.
2. Se Comprobó que en la república de Guatemala no existe un perfil elaborado por la Federación Nacional de Natación para los talentos deportivos de categorías infantiles para el deporte de la natación en la disciplina de nado.
3. Se Comprobó que a pesar de la existencia de dos programas de masificación impulsados por Comité Olímpico no existe una programación específica para las categorías infantiles en el deporte de la natación de la disciplina de nado.
4. Se comprobó que la Federación Nacional de Natación solo tiene convenios con instituciones educativas del sector público, más no, con las instituciones educativas privadas.
5. Se comprobó que a pesar que muchas instituciones educativas privadas practican el deporte de la natación, no existe ningún club de este deporte reconocido legalmente.
6. Se comprobó que no existen lineamientos establecidos para la formación de clubes en instituciones públicas y privadas.

7. Se comprobó que en las instituciones educativas privadas donde se desarrolló la investigación cuenta con instalaciones deportivas adecuadas para la práctica del deporte de la natación en la disciplina de nado, más no cuentan, con las medidas de seguridad necesarias para la atención de la población estudiantil de las categorías infantiles.
8. Se comprobó que las instituciones educativas privadas se preocupan por la contratación de personal técnico capacitado para el desarrollo del deporte de la natación en la disciplina de nado en categorías infantiles.
9. Se comprobó que en el Colegio Americano de Guatemala, semestralmente se realizan evaluaciones de mediciones de cualidades físicas.

C. RECOMENDACIONES

1. Se recomienda implementar programas de detección de talentos en categorías infantiles. (Ver anexo 2, pag. 41)
2. Se recomienda promover el perfeccionamiento de Test que permitan la detección y selección de talento deportivo en categorías infantiles por parte de la Federación Nacional de natación. (Ver anexo 2, pag. 42)
3. Se recomienda promover la aplicación de Test de Eficiencia Física adecuados a la edad, para la selección y detección de talento deportivo. (Ver anexo 2 pag. 49)
4. Se recomienda a las instituciones educativas privadas que se implemente un Plan de Seguridad para garantizar la seguridad de los alumnos - atletas de categorías infantiles que participen en los programas de detección y selección de talento del deporte de natación. (Ver anexo 2 pags. 57 y 58)
5. Se recomienda realizar evaluaciones de cualidades físicas para mediciones periódicas de la población estudiantil de cada centro educativo privado. (Ver anexo 2 Págs. 47, 48)

I. BIBLIOGRAFÍA

Beraldo, Stelvio. Preparación física total: las cualidades físicas. Metodología y programación del entrenamiento.

Aplicación práctica y ejercicios. Aspectos fisiológicos y nutrición. / Stelvio Beraldo, Claudio Polletti. –2. ED.A. ED. – Barcelona: Editorial Hispano Europea, 1995.

Bompa, Tudor. La selección de atletas con talentos. Revista de entrenamiento deportivo (2) 46 -54. 1987.

Cuervos, Carlos. Guía de estudio de Nadadores/ Carlos Cuervos/ Ciudad Habana. ISCF.86 Pág.

Fleitas, I. (1985) Criterios y métodos de selección / I. Fleitas, S. Rufo. La Habana: Dirección Provincial de Deportes.

Haces German. Orlando. J. /et al/. “Natación”, Ed. Pueblo y Educación. La Habana, 1990.

Hernández, C. S. (2000) Metodología para selección de talentos en la provincia de Sancti Spíritus en las edades de 10 a 15 años sexo femenino en el deporte baloncesto. Año 5, n.28. Disponible en: <http://www.efdeportes.com/.htm>. Recuperado el 11 de septiembre 2002.

Jordán, J.R. (1997) Desarrollo humano en Cuba. La Habana, Editorial Científico Técnico.

Pettola, E. (1993) Identificación de talentos; E. Pettola; Tr. Del Ingles Quintero Enamorado - La Habana, ISCF.

Pila, H. (1996) Métodos y normas para evaluar la preparación física y seleccionar talentos para el deporte. Ediciones 10. Soto, C. A.; Andújar, C. (2000) Reflexiones acerca del entrenamiento en la infancia y la selección de talentos deportivos. Disponible en: <http://www.efdeportes.com/.htm> Consultado el 02 de noviembre 2000.

Zatsiorski, V. M. (1998) Metrología Deportiva. Habana, Editorial Pueblo y Educación.

EFDeportes.com (julio 2,014) *Revista Digital. Buenos Aires*
www.efdeportes.com

Blanco, E. (2008). *La Gestion Deportiva Sectores y Ámbitos* . España.

Ley Nacional Para el Desarrollo de la Cultura Fisica y el Deporte, decreto no. 76-97 del Congreso de la Republica y su reforma segun decreto legislativo 107-97.

CAPÍTULO V

V. ANEXOS

A. ANEXO 1

ENCUESTA

OBJETIVO: Evidenciar el potencial que representa la población infantil en etapa escolar del Colegio Americano de Guatemala para la captación y desarrollo de talentos deportivos en el deporte de la Natación.

INSTRUCCIONES: Marque con una X la que considere.

1. ¿Es importante para usted la detección de talentos en el deporte de la Natación en edades infantiles?

SI

NO

2. ¿Considera usted que su institución educativa tiene la capacidad de formar alumnos-atletas en el deporte de la Natación?

SI

NO

3. ¿Conoce usted algún programa de detección y selección de talentos infantiles para el deporte de la natación?

SI

NO

4. ¿Sabe usted que es un talento deportivo?

SI

NO

5. ¿Estaría interesado en realizar alianzas estratégicas con la Federación Nacional de Natación?

SI

NO

6. ¿Está familiarizado con los programas de apoyo de la Federación Nacional de Natación a los deportistas escolares?

SI

NO

7. ¿Le interesa recibir capacitaciones técnico deportivas de la Federación Nacional de Natación?

SI

NO

8. ¿Permitiría brindar a su población estudiantil el beneficio de ser parte de los procesos de clasificación deportiva nacional de la Federación Nacional de Natación?

SI

NO

9. ¿Su institución educativa ha aplicado pruebas para la detección de talentos deportivos?

SI

NO

10. ¿Conoce usted los lineamientos requeridos para la aplicación de pruebas de detección de talentos deportivos?

- SI
 NO

11. ¿Considera usted de beneficio la aplicación de pruebas para la selección y detección de talento deportivo?

- SI
 NO

12. ¿Conoce usted algún manual elaborado por la Federación Nacional de Natación para la detección y selección de talentos en categorías infantiles?

- SI
 NO

13. ¿Su institución educativa cuenta con propuestas para el mantenimiento y crecimiento de la infraestructura deportiva para la natación?

- SI
 NO

14. ¿Considera usted que las instalaciones deportivas de la natación son adecuadas para niños de ocho a once años?

- SI
 NO

B. ANEXO 2

1. Detección de talentos:

La natación es uno de los deportes de mayor seguimiento a nivel Mundial, esto lo demuestran las concurrencias en los escenarios donde se compiten en los Juegos Olímpicos, Mundiales, Panamericanos, etc. En el cual el público asiste desde las eliminatorias hasta las finales con los graderíos totalmente llenos.

Los adelantos científicos y las rivalidades que se observan mundial mente nos dice el desarrollo que existe en este deporte, donde ya la FINA ha establecido un reglamento nuevo para las competencias. Es por esto que he realizado una revisión bibliografía y consultas de artículos en Internet para argumentar sobre el tema La Iniciación en la Natación.

La Natación es uno de los deportes de mayor complejidad, producto de que tiene una serie de características como son:

- a. Precocidad:** en edades tempranas para alcanzar buenos resultados deportivos, realizarse en un medio acuático, ser de un predominio aerobio y los aspectos biomecánicos que componen las diferentes técnicas de nado; todo lo cual requiere de sus practicantes condiciones morfológicas adecuadas.

- b. Selección Deportiva Correcta:** Un sistema de entrenamiento óptimo, esmerada atención médica, una alimentación adecuada, los factores biopsicosociales inherente al atleta, estado óptimo de las instalaciones deportivas, entre otros. Si todas estas exigencias

son cumplimentadas positivamente, el atleta podrá desarrollar al máximo su potencial genético durante sus etapas de crecimiento y desarrollo; con lo cual estará desde el punto de vista físico y psíquico preparado para incrementar su rendimiento deportivo.

Para ello se analiza en la dinámica del entrenamiento deportivo, o sea, las mejores competencias en cada ciclo o estadio de desarrollo, donde se relaciona los indicadores pedagógicos en relación con los criterios objetivos en la selección de los posibles deportistas con aptitudes para el deporte.

- c. Talento Deportivo:** Es aquella persona, que con independencia de su sexo, posee aptitudes excepcionales, desde el punto de vista morfo – fisiológico, psíquico e intelectual, para la práctica exitosa de un deporte o modalidad, bajo la orientación consecuente de un pedagogo (entrenador).

Varios han sido los criterios vertidos y varios también los modelos seguidos tradicionalmente en la detección de talentos deportivos, por lo que para este trabajo, hemos escogido a dos autores provenientes de dos escuelas bien diferentes, pero que sin embargo en ambos casos se denota con claridad, la concepción científica de este proceso, como clave del éxito de la formación del futuro deportista.

- d. Principios para la selección de posibles talentos deportivos.**

- 1) Conocimiento de la estructura del rendimiento

- 2) Caracterización de las dinámicas psicosociales de la población de cada alumno.
- 3) Características étnicas de la población
- 4) Factibilidad y flexibilidad en la aplicación del sistema
- 5) Consecuente organización logística del proceso

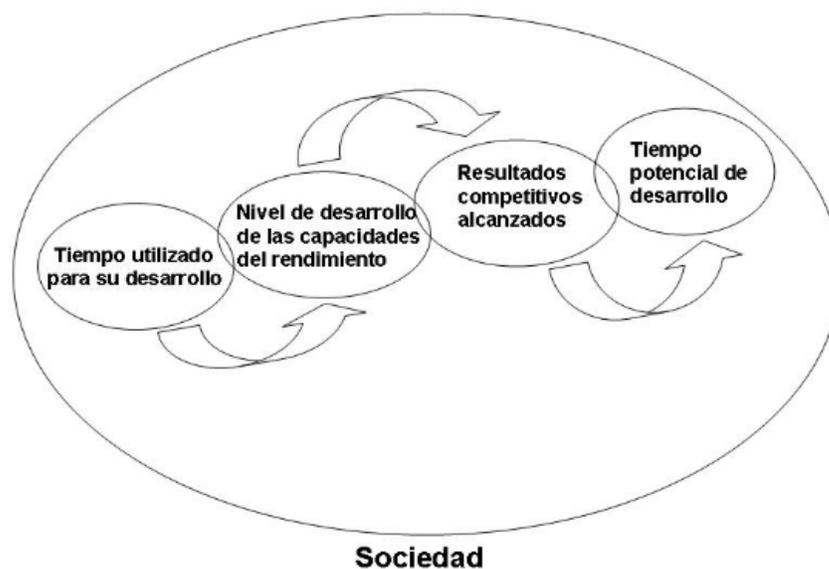
e. Factores para determinar el grado de aptitud

- 1) Edad de alto rendimiento
- 2) Potencial de desarrollo
- 3) Tiempo de desarrollo
- 4) Nivel de desarrollo de las capacidades del rendimiento
- 5) Edad biológica
- 6) Edad cronológica

f. El Talento deportivo es el resultado de la relación entre:

- 1) Tiempo utilizado para su desarrollo.
- 2) Nivel de desarrollo de las capacidades del rendimiento.
- 3) Resultados competitivos alcanzados.
- 4) Tiempo potencial de desarrollo.

Resultado del Talento deportivo



2. Test de promoción, aplicación y perfeccionamiento del talento deportivo

Los datos que a continuación se presentan en el formato posterior, se han adquirido aplicando mediciones con cada uno de los niños y niñas de categorías infantiles de 8 a 11 años; para verificar la cantidad de grasa corporal que cada uno posee y si es candidato a ser parte de una selección de talento deportivo.

Para ello influyen aspectos específicos como los antropométricos, con estas pruebas queremos comprobar si cada uno

de los niños fuerza, velocidad, resistencia, flexibilidad, dentro y fuera del agua.

Todo lo anterior les brinda la posibilidad de ser candidato a desarrollar actividades de perfeccionamiento, y ser parte de un proyecto de capacitación de talentos para luego impulsarlos a la competición en el deporte de la natación

Se pretende que estos Test se den a conocer, se apliquen y se perfeccionen, como una herramienta para el pedagogo deportivo (entrenador) y sirvan como base para el desarrollo motor del los nadadores en categorías infantiles¹⁰.

DATOS MORFOLÓGICOS NIÑOS Y NIÑAS DEL COLEGIO AMERICANO

No.	NOMBRE	EDAD	TALLA	PESO	C BRAZO
1	Natalia Gil Pineda	8	120	51.89	6,0
2	Celina Coronado Arguello	8	129	50.91	6,3
3	Joanne Ko	8	133	56.78	6,2
4	Joo He Lee	8	131	60.31	6,8
5	Valeria Paz Saenz	8	122	50.2	6,6
6	Caterina Castillo Pennigton	9	129	59.1	7,2
7	Marie Cristine Schwarz	9	125	60	6,0
8	Mariangela Badani Gasdaglis	9	133	63	8,4
9	Su Min Shim	10	150	80	8,8
10	Andrea Fernanda Rivera .H	10	145	71	6,1

¹⁰ León, S. (1995). *Análisis del desarrollo corporal en niños y adolescentes*. Instituto Nacional de Deporte, Educación Física y Recreación. Cuba.

No.	NOMBRE	EDAD	TALLA	PESO	C BRAZO
1	Daniel Montenegro	8	120	47.57	5,9
2	Flavio Montenegro	9	140	56.78	6,0
3	Alfredo Figueroa Sedano	10	145	58.6	5,8
4	Juan Carlos Girón	10	148	56.23	6,6
5	Matthew Grinnell	11	150	60.15	6,2

PRUEBAS FISICAS DE NIÑAS DEL COLEGIO AMERICANO

No.	NOMBRE	EDAD	AGILIDAD	RANGO	ABDOMINALES EN UN MINUTO	RANGO
1	Natalia Gil Pineda	8	11.11'	11.08'	39	38
2	Celina Coronado A.	8	11.08'	11.08'	41	38
3	Joanne Ko	8	11.10'	11.08'	40	38
4	Joo He Lee	8	11.13'	11.08'	37	38
5	Valeria Paz Saenz	8	10.15'	11.08'	39	38
6	Caterina Castillo P.	9	11.0'	11.1'	40	39
7	Marie C. Schwarz	9	11.4'	11.01'	42	39
8	Mariangela Badani	9	11.6''	11.01'	41	39
9	Su Min Shim	10	11.08'	10.08'	44	40
10	Andrea Rivera h	10	10.11	10.08'	40	40

No.	NOMBRE	EDAD	PULL-UPS	RANGO	½ MILLA	RANGO
1	Natalia Gil Pineda	8	3	2	3:60	3:58
2	Celina Coronado A.	8	2	2	3:62	3:58
3	Joanne Ko	8	1	2	3:65	3:58
4	Joo He Lee	8	2	2	3:66	3:58
5	Valeria Paz Saenz	8	2	2	3:59	3:58
6	Caterina Castillo P.	9	3	2	3:57	3:53
7	Marie C. Schwarz	9	1	2	3:80	3:53
8	Mariangela Badani	9	1	2	3:90	3:53
9	Su Min Shim	10	3	3	3:55	3:53
10	Andrea Rivera h	10	3	3	3:60	3:53

No.	NOMBRE	EDAD	FLEXIBILIDAD	RANGO
1	Natalia Gil Pineda	8	31	33
2	Celina Coronado A.	8	30	33
3	Joanne Ko	8	34	33
4	Joo He Lee	8	35	33
5	Valeria Paz Saenz	8	39	33
6	Caterina Castillo P.	9	33	33
7	Marie C. Schwarz	9	30	33
8	Mariangela Badani	9	29	33
9	Su Min Shim	10	33	33
10	Andrea Rivera h	10	34	33

PRUEBAS FISICAS EN NIÑOS DEL COLEGIO AMERICANO

No.	NOMBRE	EDAD	AGILIDAD	RANGO	ABDOMINALES EN UN MINUTO	RANGO
1	Daniel Montenegro	8	11.11'	11.01'	45	40
2	Flavio Montenegro	9	10.08'	10.09'	50	41
3	Juan Carlos Girón	9	11.10'	10.09'	55	41
4	Alfredo Figueroa	10	11.13'	11.08'	50	45
5	Matthew Grinnell	10	10.15'	10.03'	60	45

No.	NOMBRE	EDAD	PULL-UPS	RANGO	½ MILLA	RANGO
1	Daniel Montenegro	8	6	5	3:28	3:30
2	Flavio Montenegro	9	3	5	3:51	3:30
3	Juan Carlos Girón	9	10	5	3:27	3:30
4	Alfredo Figueroa	10	5	6	3:55	3:30
5	Matthew Grinnell	10	7	6	3:25	3:30

No.	NOMBRE	EDAD	FLEXIBILIDAD	RANGO
1	Daniel Montenegro	8	31	31
2	Flavio Montenegro.	9	30	31
3	Juan Carlos Girón	9	34	31
4	Alfredo Figueroa	10	35	31
5	Mathew Grinnell	10	39	31

TEST DE EFICIENCIA FÍSICA

11

Student Name _____ Grade _____ Section _____ Age _____								
Height (ft) _____ Weight (lbs) _____ Birth Date (mm/dd/yyyy) _____								
Test	Initial Score	2 nd Trimester Score	3 rd Trimester Score	A G E	Presidential		National	
					Girls	Boys	Girls	Boys
Sit Ups (# in one minute)				08	40	45	30	35
				09	42	47	32	37
				10	45	50	35	40
				11	46	53	37	42
				12				
Shuttle Run (seconds)				08	10.8	10.3	12.1	11.5
				09	10.5	10.0	11.5	11.1
				10	10.4	9.8	11.3	10.6
				11	10.2	9.5	11.1	10.2
				12	10.1	9.1	11.2	9.9
Sit & Reach (centimeters)				08	33	30	28	25
				09	34	31	29	25
				10	36	31	30	26
				11	38	33	31	26
				12	40	36	33	28
One-Mile Run (min:sec)				08	9:19	7:57	11:22	9:48
				09	9:02	7:32	11:17	9:20
				10	8:23	7:11	11:05	8:40
				11	8:13	6:50	10:23	8:05
				12	7:59	6:26	10:06	7:44
Pull Ups (#)				08	3	6	1	2
				09	3	6	1	2
				10	2	7	1	2
				11	2	7	1	3
				12	2	10	1	5
Flexed Arm Hang (seconds)				08	To receive Presidential you must do Pull-Ups		8	12
				09			7	11
				10			7	12
				11			8	14
				12			9	20

¹¹ Colegio Americano de Guatemala (2000-2015) cuadro de Evaluación física

3. Prototipo de nadador de hoy

- a. Talla (mayor que la altura “promedio”)
- b. Cintura de los hombros “ancha” y caderas “estrechas
- c. Brazos largos. La envergadura de los brazos debería ser igual, o mayor, que la altura de pie.
- d. Ratio favorable de desarrollo longilíneo de las piernas. La longitud de piernas es mayor que la longitud del tronco.
- e. Manos y pies grandes

1. Mariposista y Bracista Nadador más robusto
2. Crolista y Espaldista Tórax más Robusto



12

¹² Chamorro Burbano, S.A. (2010). *Evaluación de las cualidades físicas y antropométricas del escolar Huilense*. Huila.
<http://www.efdeportes.com/efd190/caracterizacion-antropometrica-del-nadador-11-y-12.h>

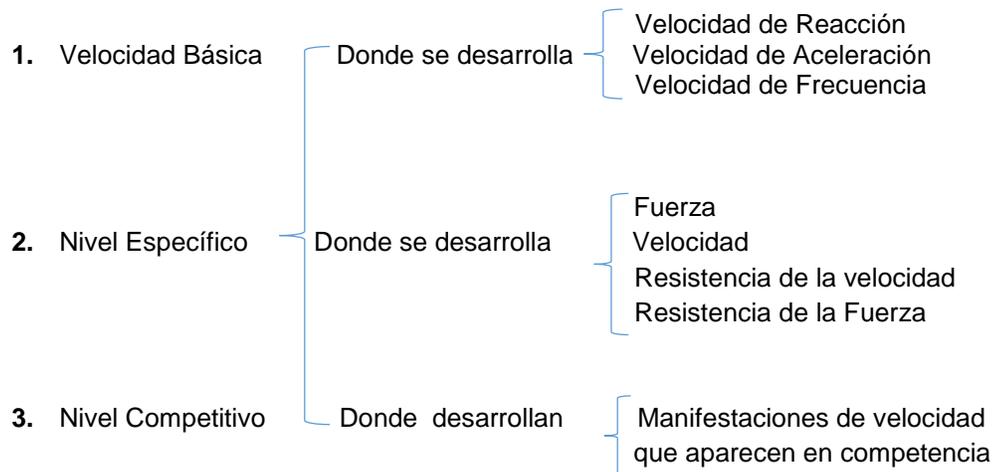
4. Velocidad en la natación:

El entrenamiento de la velocidad en natación, tiene como objetivo la mejora de las distintas manifestaciones de esta capacidad, para ello se considera el entrenamiento de los factores energéticos y neuromusculares que influyen en cada una de las manifestaciones de la velocidad.

El factor decisivo del rendimiento de velocidad es la utilización metabólica de energía por unidad de tiempo, la concentración dentro de la célula muscular de ATP (Trifosfato de adenosina) y de CP (fosfato de creatina). El ATP del músculo se utiliza rápidamente como combustible, durante sólo unos segundos de trabajo y raramente llega a ser inferior al 60% del nivel de reposo. El CP se utiliza casi completamente, permitiendo un trabajo muscular máximo durante 6-8 segundos, pero su almacenamiento es muy limitado.

En una prueba de 50 metros no seremos capaces a satisfacer el gasto energético con el “combustible” de la vía anaeróbica aláctica, ya que gran parte de la energía será utilizada con el metabolismo anaeróbico láctico, hasta una duración de 20-30 segundos, la cual nos dará energía, para aumentar el tiempo que dura nuestro periodo de intensidad máxima. El límite de trabajo ejecutado a máxima intensidad se Con esto lo que quiero que se entienda es que el entrenamiento de la velocidad del nadador tiene un claro objetivo si hablamos de factores energéticos: Aumento en la concentración de fosfatos, especialmente de la CP, hacia un aumento del glucógeno muscular, sitúa en torno a los 30 segundos.

5. Clasificación de la velocidad:¹³



6. Variables en el entrenamiento de la velocidad:

a. Ejercicios en Seco y en Agua

Principalmente se utilizan ejercicios en agua para mejorar la velocidad de gestos técnicos competitivos como la salida, el nado o los virajes, pero en el trabajo de velocidad de reacción o de fuerza velocidad tiene tanta importancia como el trabajo en agua, el trabajo en seco. Los ejercicios para el desarrollo de los contenidos del entrenamiento de velocidad pueden tener carácter analítico, encaminados al perfeccionamiento de aspectos parciales como el

¹³ Collins Multilingual Translator © HarperCollins Publishers 2009

<http://es.thefreedictionary.com/velocidad>

tiempo de reacción, la fuerza de impulso, etc. y sintético los cuales se centran en la mejora global de las manifestaciones de velocidad.

b. Intensidad

Este será un factor importante para conseguir que el entrenamiento sea eficaz. La habilidad del nadador para ejecutar los ejercicios de velocidad a un nivel próximo a su mejor resultado personal en el ejercicio concreto servirá de estímulo básico para la mejora de la velocidad, pero habrá que tener en cuenta que la repetición sistemática de tareas y ejercicios de entrenamiento iguales continuamente puede conducir a la formación de lo que se conoce como “**barrera de velocidad**” que limita las posibilidades de mejora del nadador, con lo cual tendremos que variar continuamente las tareas para evitar esta adaptación. En los nadadores jóvenes debemos limitar las tareas específicas de velocidad en los entrenamientos, las cuales pueden perjudicar en el futuro del nadador. En estas edades será importante trabajar de forma general la velocidad sin tareas específicas, en cambio con deportistas de mayor experiencia debemos seleccionar ejercicios de gran especificidad (de una manifestación) pero realizados con diferentes medios y métodos variando continuamente las tareas.

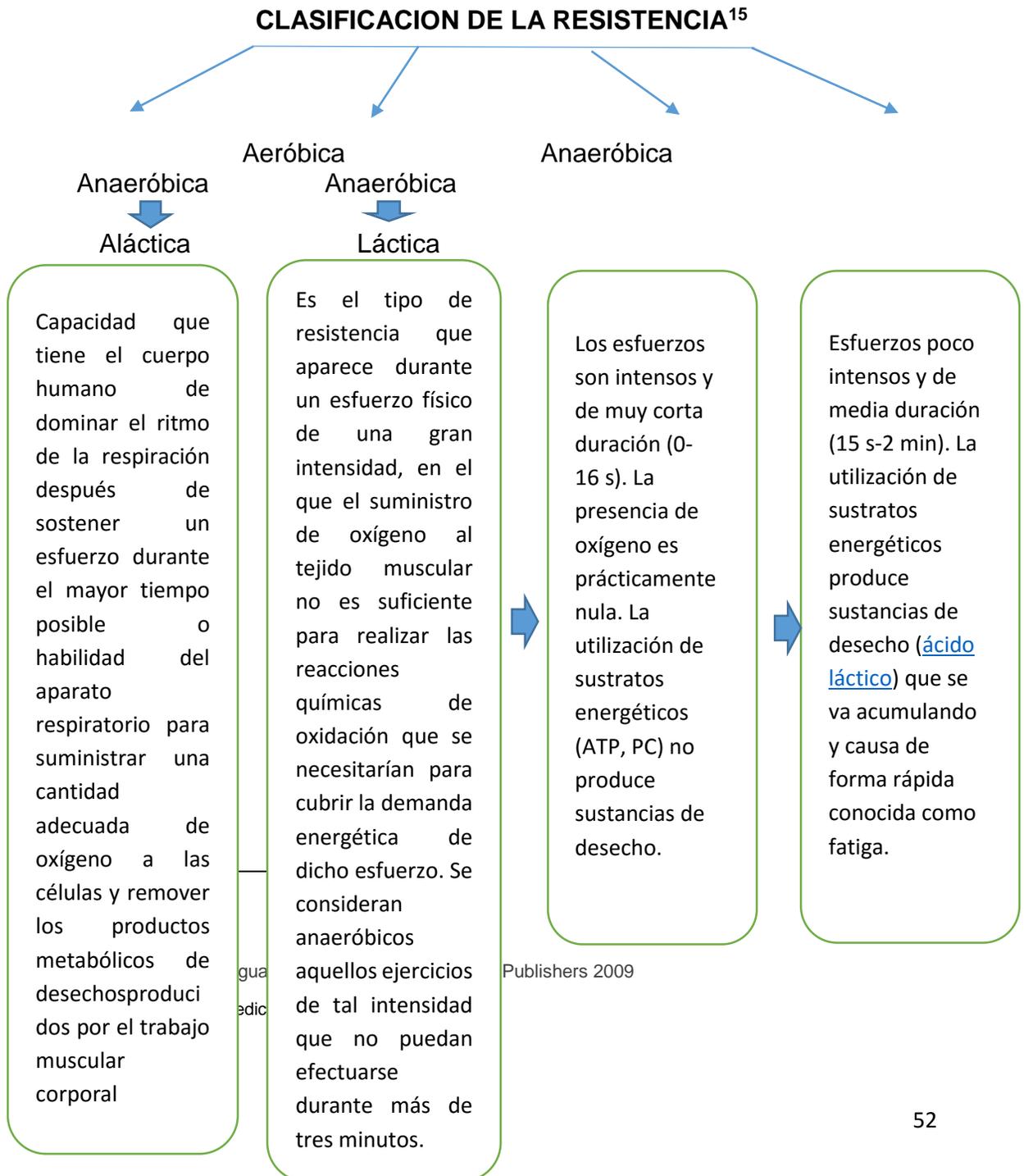
Por lo tanto el entrenamiento de velocidad no puede limitarse a la realización de ejercicios a intensidad máxima o casi máxima (95-100%), sino que otros ejercicios con menor intensidad (85-90%) ayudaran también a mejorar otras manifestaciones de la velocidad.¹⁴

¹⁴ Collins Multilingual Translator © HarperCollins Publishers 2009

<http://es.thefreedictionary.com/velocidad>

c. Resistencia Física

Es una de las cuatro capacidades físicas básicas, particularmente, aquella que nos permite llevar a cabo una dedicación o esfuerzo durante el mayor tiempo posible.



Niños de 8 a 9 años. Una hora

- 1) 10 minutos de entrada al calor
- 2) 35 minutos de trabajo principal
- 3) 10 minutos de trabajo de velocidad
- 4) 5 minutos de vuelta a la calma

Niños de 10 a 11 años. Una hora y media

- 1) 10 minutos de entrada al calor
- 2) 40 o 45 minutos de trabajo principal
- 3) 15 minutos de resistencia de pierna
- 4) 15 minutos de brazo o trabajo de estilos
- 5) 5 minutos de vuelta a la calma

Criterio de Selección de Nadadores

PRIORIDAD	CATEGORIA	AÑO DE NAC.	EDAD
1.	Infantil A	2008 - 2007	7 y -8 años
2.	Infantil B	2006 - 2005	9 y 10 años

Navarro, F. Oca, A. Entrenamiento Físico y táctico" (2012)

1:<http://losingfatgainingmuscle.net/> Imagen 2: <http://swimmingpictures.org/>

7. Plan de seguridad:

En todas las dependencias de la piscina, las puertas y pasillos deben encontrarse siempre en buenas condiciones y libres de obstáculos. Los números de teléfonos del Cuerpo de Bomberos, Carabineros y Servicio de Salud (Clínica, hospitales, etc.) deben estar colocados en un lugar visible para el uso de la persona asignada a esta tarea y de fácil acceso para cualquier persona que lo requiera.

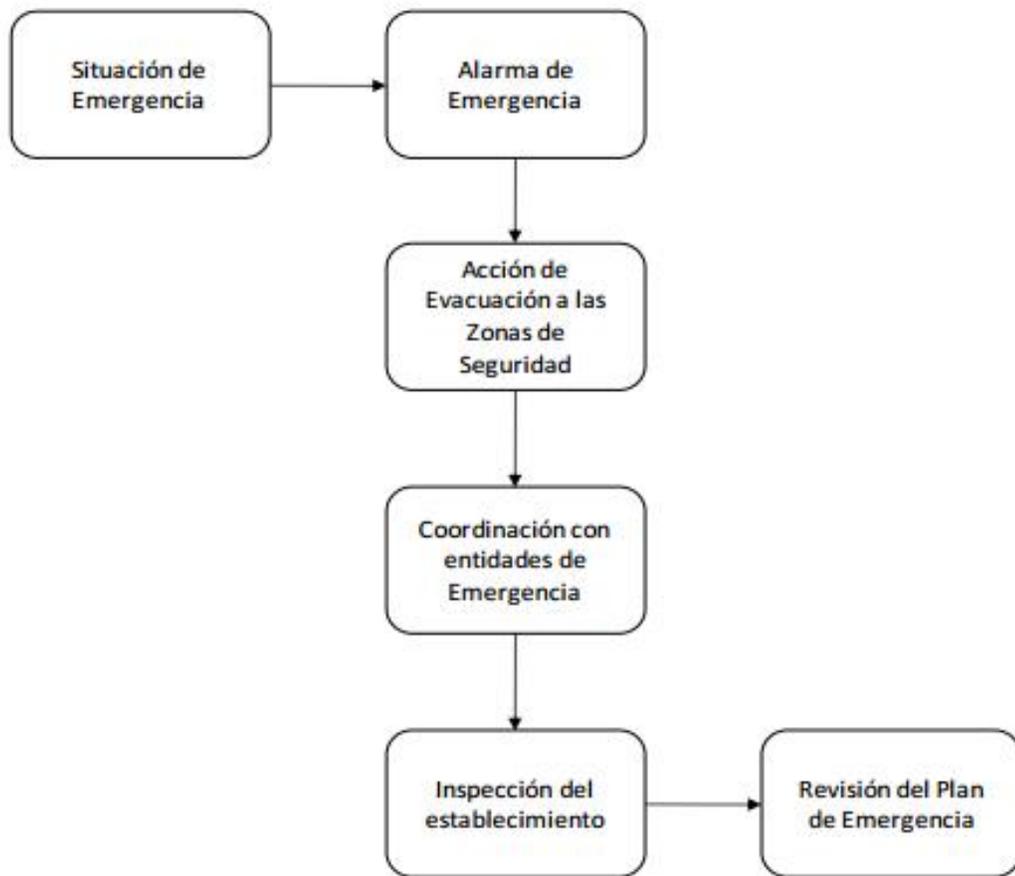
Las zonas de seguridad y las vías de evacuación de las dependencias de la Piscina serán determinadas de acuerdo a las características del recinto. En las dependencias de la piscina se instalará un plano esquemático en el que se indique claramente la ubicación de estas zonas de seguridad y vías de evacuación.

Los líderes de evacuación son los encargados de mantener al grupo unido y deben evitar que sus grupos se mezclen con otros. El coordinador de la emergencia será el encargado de activar la alarma para iniciar la evacuación.

En caso de evacuaciones externas, sólo se podrá regresar a la actividad dentro de la Piscina cuando el coordinador de la emergencia lo determine.

En una emergencia ningún docente u otro miembro del personal podrá declinar su rol de asistencia, hasta que se dé por concluido el episodio y sólo podrá retirarse del establecimiento con autorización del coordinador de la emergencia.

a. PLAN GENERAL ANTE UNA EMERGENCIA



16

¹⁶ Mauricio López Restrepo (2010) Subdirección de operaciones Comfama
<https://www.medellin.gov.co/irj/go/km/docs/wpcontent/Sites/Subportal%20del%20Ciudadano/Salud/Secciones/Publicaciones/Documentos>

b. DATOS DE PROSPECTO DE TALENTOS

No.	Colegio	Niñas	Niños
1.	Viena de Guatemala	9	8
2.	Austriaco de Guatemala	11	10
3.	Monte María	12	--
4.	Campoalegre	15	--
5.	Americano de Guatemala	10	11
SUBTOTAL		57	29
		TOTAL 86	