



La educación en valores en la ejecución del ejercicio clásico arranque en atletas de levantamiento de pesas

The education in values in the execution of the classic boot exercise
in weightlifting athletes

Yunior Rojas Muñoz^{1*} <https://orcid.org/0000-0002-6900-8815>

Carlos Roberto Sierra Barbado^{1*} <https://orcid.org/0000-0002-8657-1781>

Enrique Wanton Prince^{1*} <https://orcid.org/0000-0002-3346-187X>

¹ Universidad de Oriente, Facultad de Cultura Física, Santiago de Cuba, Cuba.

*Autor para la correspondencia: csierrab@uo.edu.cu

Este documento posee una [licencia Creative Commons Reconocimiento-No Comercial
Compartir igual 4.0 Internacional](#)



Resumen:

En el presente trabajo se trazó como línea investigativa la elaboración de acciones metodológicas para la educación en valores en la ejecución del ejercicio clásico arranque en atletas de levantamiento de pesas. En esta dirección se estructuró las acciones metodológicas, aplicándose métodos teóricos, empíricos y estadísticos. La novedad de la investigación consiste en revelar la lógica integradora del proceso de educación en valores en el componente técnico de la preparación deportiva, revelándose la intencionalidad formativa de la sistematización epistémica de lo axiológico en lo técnico y la orientación hacia la apropiación de los contenidos, cuya aplicación mostró cambios cualitativos en los implicados.

Palabras clave: Educación en valores; actividad físico-deportiva; ejercicio clásico arranque



Abstract.

In the present work, the elaboration of methodological actions for the education in values in the execution of the classic boot exercise in weightlifting athletes was traced as an investigative line. In this direction, the methodological actions were structured applying theoretical methods. The novelty of the research consists in revealing the integrative logic of the process of education in values in the technical component of sports preparation, revealing the formative intention of the epistemic systematization of the axiological in the technical and the orientation towards the appropriation of the contents, whose application showed qualitative changes in those involved.

Key words: Education in values; Physical-sport activity; The classic boot exercise

Recibido: 14/04/2021

Aceptado: 14/05/2021

Introducción

Al hablar de la educación en valores, no se debe perder de vista que estos existen en la realidad y en estrecha relación con la propia existencia del ser humano, y con el tipo de hombre que cada sociedad se propone formar y desarrollar. Es un proceso activo, complejo y contradictorio como parte de la formación integral de la personalidad que evoluciona en las condiciones históricas sociales determinadas, y en la que intervienen diversos factores socializadores como la familia, la escuela, la comunidad, los medios de comunicación masiva y las organizaciones políticas.

En el factor socializador el estado cubano ha trazado la política deportiva que unida a las condiciones de la sociedad cubana ha requerido del Instituto Nacional de Deportes Educación Física y Recreación (INDER); concebir como estrategia fundamental el trabajo político e ideológico y el reforzamiento de



valores, integrado en el programa de “Formación Integral del Deportista” con el fin de contribuir a la formación integral de los estudiantes-atletas, contribuyendo a formar rasgos del perfil moral, las costumbres morales de la conducta, se desarrollan las cualidades volitivas, la perseverancia, la firmeza, la audacia, la entereza, la responsabilidad y el dominio de sí.

En el contexto del deporte existen diversas investigaciones dirigidas al tema de los valores en la actividad físico-deportiva, entre ellos se pueden mencionar: Mora (1985), Wanzilak (1985), Toro y Zarco (1991), Lee (1993), citados por Gutiérrez (1995). En: Del Toro, (2008) tratándolos desde lo teórico y proyecciones valorativas de los sujetos practicantes de deportes y propuestas de modelos y estrategias dirigidas a la educación de los mismos. En sentido general la literatura dedicada al tema, reconoce las potencialidades de la actividad deportiva como formadora de valores.

Se encauza esta investigación en el tratamiento a los valores en la actividad técnica enfocada en la ejecución del ejercicio clásico arranque en atletas de levantamiento de pesas categoría 13-14 años, a partir de incursionar en la dirección deportiva que inciden en la comprensión del proceso formativo del estudiante-atleta, en busca de un crecimiento de la eficiencia y la eficacia en la obtención de resultados deportivos.

Desde esa concepción se trabaja la educación en valores. Se reconoce entonces: los elementos externos como los componentes de planificación, organización, ejecución y control que contribuye a darle identidad y sentido de pertenencia al proceso, y es a su vez, expresión de su contenido interno; y orientado esencialmente a valor-resultado-valor, expresado en el rendimiento deportivo y su disposición hacia este.

Al tomar en consideración los retos actuales a los que se enfrenta el proceso formativo del estudiante-atleta en lo técnico reflejado en la ejecución del ejercicio clásico arranque se realizó un diagnóstico en el Combinado deportivo Santiago Hey Pérez del poblado “El Caney”, en la provincia de Santiago de Cuba, a través



de la aplicación de métodos y técnicas de investigación científica donde se detectan las siguientes manifestaciones externas:

- Las acciones encauzadas en la esfera de los valores, carecen de procedimientos anticipados de articulación metodológica con respecto a la preparación técnica durante la ejecución del ejercicio clásico arranque en el levantamiento de pesas.
- Limitado compromiso de los estudiantes-atletas con relación a los valores como parte de la dirección técnica declarada en la ejecución del ejercicio clásico arranque.
- Insuficiencias en la aplicación de procedimientos en la solución a los problemas formativos presentados en la técnica de ejecución del ejercicio clásico arranque. Las manifestaciones externas antes expuestas permiten declarar como situación problemática insuficiencias en el desarrollo integrado de la dirección del proceso de formación de valores en el estudiante-atleta, que se expresan en la dirección técnica cuando ejecutan el ejercicio clásico arranque.

Por lo que se define como contradicción dialéctica la intencionalidad formativa del proceso de educación en valores en la ejecución del ejercicio clásico arranque en atletas de levantamiento de pesas categoría 13-14 años y la generalización de acciones metodológicas que orienten su desarrollo. Planteándose como problema de investigación ¿Cómo contribuir a mejorar el proceso de formación de valores del estudiante-atleta de levantamiento de pesas del Combinado deportivo Santiago Hey Pérez del poblado El Caney, durante la ejecución del ejercicio clásico arranque? Como objeto de estudio: la educación en valores en el proceso de la dirección técnica de los atletas.

Para resolver el problema planteado se formula como objetivo de la investigación: aplicar acciones metodológicas para la educación en valores, en la ejecución del ejercicio clásico arranque del estudiante-atleta de levantamiento de pesas en la categoría 13-14 años del Combinado Deportivo Santiago Hey Pérez del poblado “El Caney”.



Materiales y métodos

La lógica investigativa asumida en la solución de las tareas planteadas posibilitó el empleo de varios métodos tales como:

Métodos teóricos

Analítico-sintético, inductivo-deductivo, abstracción-concreción: para el desarrollo de una perspectiva teórica de referencia, sustentados en los procesos lógicos del pensamiento, así como en el procesamiento e interpretación de los resultados del diagnóstico y la caracterización del problema científico.

Modelación: con la intención de elaborar las acciones metodológicas.

Método empírico

La observación se utilizó con el propósito de comprobar con qué frecuencia se desarrollaban las manifestaciones de la conducta en la ejecución de la técnica del ejercicio clásico arranque por parte de los estudiantes-atletas.

Encuestas a estudiantes-atletas y profesores de levantamiento de pesas con la finalidad recoger los criterios acerca de los valores para el diagnóstico.

Se elaboró para esta investigación el registro individual y colectivo de los valores, con objetivo de recoger la manifestación externa y evaluación correspondiente en el estudiante-atleta durante la realización del ejercicio clásico arranque.

Dentro de los métodos estadísticos se utilizan: técnicas estadísticas descriptiva e inferencial para comprobar los resultados del diagnóstico y los productos parciales de la aplicación.

Método de determinación de los criterios de especialistas en función de analizar la factibilidad y la trascendencia científico-metodológica de las acciones metodológicas.

Como contribución a la práctica se proponen acciones metodológicas para la educación en valores durante la ejecución del ejercicio clásico arranque en estudiante-atletas de levantamiento de pesas categoría 13-14 años.



La novedad consiste en revelar la lógica integradora del proceso de educación en valores durante la ejecución del ejercicio clásico arranque en estudiante-atletas de levantamiento de pesas categoría 13-14 años que se revela en la intencionalidad formativa de la sistematización epistémica de lo axiológico en lo técnico y la orientación hacia la apropiación axiológica de los contenidos.

Organización de la investigación

Para la realización de la investigación se definieron tres fases:

Primera fase: exploración y diagnóstico. Noviembre de 2018- abril de 2019

Segunda fase: elaboración de las acciones metodológicas. Junio-octubre de 2019

Tercera fase: aplicación y valoración de las acciones metodológicas. Noviembre de 2019- Febrero de 2020

Población y muestra

La investigación se realizó con 10 atletas de levantamiento de pesas en la categoría 13-14 años del Combinado Deportivo Santiago Hey Pérez del poblado “El Caney” en Santiago de Cuba y a tres entrenadores del citado deporte que atienden a dicha categoría. Se seleccionaron a 11 especialistas para la valoración teórico-metodológica de las propuestas realizada. Para la evaluación de los valores se consideró la propuesta realizada por Sierra (2011) donde:

El estudiante-atleta:

- Sabe y reproduce la significación del valor asociado con el desempeño de la tarea, con solidez en la comprensión del contenido, su correspondiente comportamiento con relación a esa significación social, es convincente, reconociéndose hasta cuanto se acerca a la realidad, en una valoración autocrítica de la manifestación del valor, lo cual es expresado en un nivel de satisfacción y compromiso. (Alto)
- Reproduce de forma incompleta la significación del valor asociado con el desempeño de la tarea, su criterio del contenido es medianamente consistente y por supuesto su conveniente conducta con relación a esa significación social no es todo lo suficiente, saber hasta cuanto aún le queda por aproximarse a la



realidad en una estimación autocrítica de la expresión del valor, expresa contradicción en la regulación de la actuación lo cual es expresado en su nivel de satisfacción y obligación. (Medio)

- No sabe la significación del valor asociado con el desempeño de la tarea, la adquisición del contenido es pobre e inconsistente y por supuesto su correspondiente actitud con relación a esa significación social es insuficiente, reconoce hasta cuanto le queda por acercarse a la realidad en una evaluación autocrítica de la revelación del valor, exterioriza insatisfacción por carecer de sentido cognitivo-afectivo en la regulación del proceder lo cual es reflejado en su nivel de compromiso. (Bajo)

Primera fase: exploración y diagnóstico. Noviembre de 2018- abril de 2019

En esta etapa se exploró el estado teórico de la formación de valores en atletas de levantamiento de pesas en la categoría 13-14 años en su preparación técnica al ejecutar el ejercicio clásico arranque. Se crearon las bases conceptuales que sustentaron el proceso de investigación y se organizó el diagnóstico.

Segunda fase: elaboración de las acciones metodológicas. Junio-octubre de 2019

En la elaboración de las acciones metodológicas se emplea el método sistémico-estructural-funcional que permitió establecer la estructura, los elementos, su interrelación y el funcionamiento. En el diseño de las acciones metodológicas se asume la estructura de Deler (2017) donde plantea que es la interrelación dialéctica de operaciones y actos de carácter pedagógico, que con un fin determinado y consciente se manifiestan en determinados tipos de actividades investigativas.

En tal sentido las acciones metodológicas deben ser ejecutadas mediante diversas tareas, con diferentes conocimientos y en condiciones de flexibilidad y transferencia.

Tercera fase: aplicación y valoración de las acciones metodológicas propuesta. Noviembre de 2019- marzo de 2020

En esta fase se efectuaron las siguientes tareas:



- a) Realización de trabajo de mesa, con la participación del colectivo de entrenadores, el objetivo es precisar el trabajo para la educación en valores del componente técnico al ejecutar el ejercicio clásico arranque.
 - b) Exposición de las acciones metodológicas al criterio de los especialistas, para la valoración y su posibilidad de aplicación.
 - c) Planificación de las acciones para la educación en valores del componente técnico al ejecutar el ejercicio clásico arranque en atletas de levantamiento de pesas categoría 13-14 años.
 - d) Reuniones semanales para controlar la correcta aplicación de las acciones para la educación en valores del componente técnico al ejecutar el ejercicio clásico arranque en atletas de levantamiento de pesas categoría 13-14 años.
- Se elige el diseño experimental de control mínimo o también llamado pre experimento.

Organización del experimento

Se realizó en el período contemplado del año 2019 al 2020.

El preexperimento, se realizó atendiendo a las siguientes etapas: pretest, introducción de la propuesta y posttest.

1. La realización del pretest se efectuó en la primera semana de mes de noviembre.
2. Introducción de la propuesta (etapa de aplicación de las acciones metodológicas)
3. El posttest se efectuó en la primera semana de marzo del 2020.

ACCIONES METODOLÓGICAS PARA LA EDUCACIÓN EN VALORES.

Las acciones metodológicas que se proponen se diseñan a partir de la dirección del proceso de educación en valores en la ejecución de la técnica del ejercicio clásico arranque por parte de los estudiantes-atletas en el entrenamiento deportivo. Considerando sus elementos esenciales referenciales los cuales revelan diferentes posiciones y enfoques teóricos y metodológicos al identificar los múltiples criterios en torno al tema, evidenciada en una concepción epistémico y metodológicas, reflejada en la práctica pedagógica en el tratamiento dado al componente axiológico.



Objetivo general de las acciones metodológicas

Ofrecer las herramientas metodológicas necesarias a los entrenadores de levantamiento de pesas con el fin que puedan planificar, aplicar y controlar los valores en el entrenamiento del ejercicio clásico arranque, propiciando el mejoramiento de la técnica.

Las acciones metodológicas son portadoras de un estilo distintivo a partir de las particularidades en el entrenamiento del ejercicio clásico arranque. Desde su contenido orienta la gestión del profesor hacia la ejecución de un proceso interdependiente e integrador que contribuya a la transformación contextualizada del comportamiento del colectivo deportivo.

Favorece la cooperación consciente entre los implicados y las relaciones de coordinación relativa a la intencionalidad formativa, como manifestación consecuente del modo de actuación profesional. Se concibe como una herramienta pedagógica que proporciona la dinámica pertinente para movilizar y potenciar la cultura deportiva, fundamentada en el entrenamiento deportivo, al promover elementos significativos, expresados a través de la sistematización epistémica de lo axiológico en lo técnico en las diferentes etapas; sustentándose en el reconocimiento de la necesidad de cambio relacionado con la educación en valores.

Las acciones metodológicas se organizan en tres etapas esenciales: planificación, ejecución, control-evaluación de los resultados y el sistema de acciones para el cumplimiento de los objetivos propuestos.

Objetivo general formativo

Encauzar la lógica de la intencionalidad formativa del proceso de educación en valores, haciendo énfasis en la sistematización epistémica de lo axiológico en la ejecución del ejercicio clásico arranque, para la orientación hacia la apropiación axiológica del contenido y la actividad cultural socializada del estudiante-atleta.

Estructura-funcional de las acciones metodológicas

Las acciones metodológicas para la educación en valores en la ejecución del ejercicio clásico arranque en el entrenamiento deportivo del estudiante-atleta desde el punto de vista estructural funcional define, las principales etapas por la



que atraviesa y sus acciones.

Primera etapa: planificación del proceso de educación en valores

Objetivo: proyectar en la ejecución de la técnica del ejercicio clásico arranque durante el entrenamiento deportivo del estudiante-atleta la articulación de los valores.

Las principales acciones básicas en esta etapa están encaminadas a:

a) Diseñar en las diferentes partes del ejercicio clásico arranque las diferentes complejidades de integración con los valores. b). Determinar y formular los objetivos del sistema de ejercicios con un enfoque integrador. c) Determinar el sistema de ejercicios a partir de establecer la articulación de los valores al contenido como parte de la cultura de la que se apropia el estudiante-atleta en los componentes de las partes del ejercicio clásico arranque y concretarlas en las indicaciones metodológicas a emplear en el tratamiento de cada caso.

Segunda etapa: ejecución del proceso de educación en valores

La etapa de ejecución está configurada por un conjunto de acciones esenciales vinculadas al proceso pedagógico en la ejecución del ejercicio clásico arranque durante el entrenamiento deportivo.

Objetivo: propiciar en el estudiante-atleta cambios progresivos conscientes desde su contexto, su propia construcción valórica conductual y producido por este en la interpretación de la realidad en un proceso gradual de interacción.

Conjunto de acciones para las etapas de planificación y ejecución

Requerimientos metodológicos para la implementación de la etapa de planificación y ejecución

Se debe determinar:

1. Características del programa de enseñanza orientado por la Comisión Nacional de levantamiento de pesas
2. Duración del programa de enseñanza
3. Número de meses y semanas que conforman el programa de enseñanza
4. Frecuencias de los entrenamientos del ejercicio clásico arranque en la semana



5. Dosificación y distribución del volumen e intensidad de la carga en la semana para el entrenamiento del ejercicio clásico arranque

7. Valores que se deben educar durante el entrenamiento del ejercicio clásico arranque

8. Seleccionar los métodos y procedimientos adecuados para la educación de los valores en la ejecución del ejercicio clásico arranque

Conjunto de acciones metodológicas para la formación de valores en la primera etapa del programa de enseñanza (etapa de iniciación)

Caracterización de la etapa de iniciación

Tiene una duración de 10 semanas desde septiembre hasta noviembre. Su contenido está enmarcado en el cumplimiento de varias pruebas de gran importancia para el conocimiento del profesor y su consecuente iniciación del proceso, las mismas están enmarcadas en el chequeo médico inicial que avala si los atletas practicantes están apto para la práctica del levantamiento de pesas, también se lleva a cabo el test de habilidades inicial donde se obtiene una valoración del estado actual de los atletas referente a las capacidades físicas básicas del levantamiento de pesas, además se desarrollan las asambleas de formación educativa.

El acento fundamental de esta etapa es insertar al proceso los juegos para despertar el interés y motivación por la práctica del levantamiento de pesas, estos juegos pueden ser predeportivos o deportivos, en dependencia a las necesidades e intereses de los practicantes, siempre con la convicción de lograr un adecuado nivel de satisfacción por la actividad física o deporte en el que se inicia o continúa, otro de sus acentos es iniciar con las capacidades físicas básicas del levantamiento de pesas que son de fácil asequibilidad para el practicante y que posteriormente se van integrando entre si y tiene su puesta en práctica en los festivales de capacidades de bases y municipales.

Acción 1. Determinación de las capacidades físicas básicas y la educación de valores para cada una de ellas

Indicaciones metodológicas



Capacidad física fuerza muscular: se organizan juegos donde los alumnos-atletas deben desarrollar la fuerza muscular como tirar de una soga donde ambos equipos deben halar la misma hasta que uno de ellos la sobrepase la línea central marcada perdiendo el equipo al cual pertenece. Aquí se debe educar el valor de colaboración donde se le orienta a los alumnos-atletas mantener una actitud positiva para actuar de forma conjunta en beneficio de los demás y contribuir con sus esfuerzos al logro de los objetivos.

Capacidad física flexibilidad: se planifican ejercicios para el desarrollo de la flexibilidad en las articulaciones de brazos, tronco y piernas. Es importante que se realicen tres ejercicios para el desarrollo de la flexibilidad en las zonas del cuerpo ya descritas anteriormente, tres repeticiones por ejercicios con una duración cada una de 10 a 15 segundos. Se debe educar el valor de colaboración donde se le orienta a los alumnos-atletas sentirse comprometidos con los ejercicios que realizan por su importancia en la correcta ejecución del ejercicio clásico arranque. El nivel de compromiso radica en que el alumno-atleta debe realizar la carga planificada para que en realidad se desarrolle esta capacidad.

Conjunto de acciones metodológicas para la segunda etapa del programa de enseñanza (formación básica global)

Caracterización de la etapa de formación básica global

Es la etapa más larga dentro del programa, ocupa el 44.1% de todas las semanas que contempla la planificación, su duración es de 19 semanas. Su acento está enmarcado en el cumplimiento del sistema de enseñanza y conocimiento de los ejercicios clásicos arranque y envión. Distingue a esta etapa los test de habilidades, juegos para la motivación, las asambleas de formación deportiva, el trabajo de las capacidades físicas en función de las habilidades y los festivales de capacidades donde se resalta una capacidad física para cada festival.

Acción 1. Enseñanza del ejercicio clásico arranque

Indicaciones metodológicas



El ejercicio clásico arranque es el primer ejercicio de la competencia y consiste en levantar la palanqueta desde la plataforma hasta la completa extensión de los brazos por encima de la cabeza en un procedimiento. El ejercicio está compuesto por partes: arrancada, halón, desliz y recuperación. Cada parte tiene sus fases, la parte más importante es el halón, ya que el estudiante-atleta debe imprimirle la mayor fuerza y velocidad para que la palanqueta alcance una altura necesaria, acción importante para un buen levantamiento.

En la enseñanza de la arrancada el alumno-atleta debe colocar los pies al ancho de los hombros, la proyección vertical de la barra debe coincidir con la primera falange de los dedos gruesos de los pies, hombros situados por delante de la palanqueta, la sujeción de gancho, agarre ancho, la espalda debe estar hiperextendida, la vista dirigida al frente, los brazos extendidos y relajados y las rodillas dirigidas hacia afuera.

Se debe educar el valor de responsabilidad al inculcarle al alumno-atleta un nivel consciente de su actuación que se refleja el por qué debe realizar la sujeción de gancho, la cual permite mayor seguridad con el implemento, el por qué de un agarre ancho lo que permite realizar el halón con una menor trayectoria del implemento. Debe conocer que la espalda hiperextendida evita lesiones, las rodillas hacia afuera posibilitan mayor rendimiento de la fuerza muscular de las piernas, la posición de la proyección vertical del implemento facilita la trayectoria posterior de la palanqueta. Para todo esto es necesario también que el alumno-atleta tenga una participación sistemática, protagónica y sentirse comprometido con los ejercicios.

La enseñanza del halón se realiza por las dos fases por donde transita; primera y segunda fase. En la primera fase se comienza a levantar el implemento con la espalda hiperextendida, la vista al frente, los brazos extendidos, hombros por delante de la palanqueta, culmina esta fase hasta que el implemento llega al primer tercio del muslo. La segunda fase del halón comienza desde el primer tercio del muslo hasta la extensión enérgica de piernas y tronco manteniendo los brazos extendidos. La primera y segunda fase del halón se realizan de forma continuada.



Se debe educar en la enseñanza del halón el valor perseverancia orientando a los alumnos-atletas que deben tener firmeza en el estado de ánimo para enfrentar las condiciones complejas durante la ejecución del halón, tesón puesto de manifiesto durante el cumplimiento de los ejercicios que se realizan en condiciones cinemáticas muy complejas y constancia en el desempeño de la tarea que ejecuta, por lo que deben ser sistemáticos y realizar un volumen determinado de repeticiones para lograr el estereotipo dinámico motor. Con este accionar el alumno-atleta aprende a ejecutar correctamente el halón.

En la enseñanza del desliz y la recuperación después de concluido el halón se realiza cuando el alumno-atleta se coloca debajo de la palanqueta en posición de cuclillas desplazando los pies hacia los lados de forma enérgica. Para lograr ejecutar el desliz satisfactoriamente el alumno-atleta debe haber desarrollado con los entrenamientos anteriores un desarrollo adecuado de la flexibilidad y fuerza rápida con un alto sentido de la coordinación al tener que, al mismo tiempo lograr extender los brazos y flexionar las piernas. Al concluir estas acciones el alumno-atleta debe extender las piernas y mantener extendidos los brazos manteniendo la espalda hiperextendida, manteniendo los pies en línea y manteniendo una posición relativamente estática, para que en la competencia el árbitro mande a bajar el implemento.

Se debe educar en el desliz, la recuperación y la fijación el valor voluntad donde se le orienta al alumno-atleta intrepidez en el desarrollo de las acciones que lo llevan a cumplirlas con eficiencia, aspirar con su esfuerzo al logro de la meta de forma esmerada, dinamismo que emplea en toda situación planteada con entereza y vigor. También se debe educar el valor seguridad en sí donde el entrenador orienta seguridad durante la realización del cumplimiento de las acciones, convencimiento de lo que hace, alcanzar el dominio de las acciones del ejercicio con nivel óptimo.

En situaciones difíciles en la ejecución del desliz, recuperación y fijación donde el alumno-atleta después de ejecutado el halón en su segunda fase, debe ubicarse debajo del implemento ya con el mismo colocado encima de la cabeza en muchas ocasiones le invade el temor de la caída del implemento y la lesión



consecuente, la educación de los valores y las acciones descritas para estas partes del arranque contribuirán a realizar de forma exitosa los levantamientos.

Conjunto de acciones para la etapa de control y evaluación

La etapa de control-evaluación valora la eficiencia, la eficacia y la efectividad del proceso de formación, proporciona la posibilidad de identificar las fortalezas y debilidades, el nivel de cumplimiento de la planificación de manera transversal y lineal de modo integral, da cuenta de los impactos producidos. Estimula el esfuerzo mediante reconocimientos que realiza el profesor deportivo en lo individual y grupal.

El control permite hacer correcciones adecuadas, proporciona los elementos necesarios para evaluar la marcha del proceso en correspondencia con los propósitos previstos. Para mejor precisión se le denomina etapa de comprobación del progreso.

La evaluación de los resultados abarca:

El objetivo: valorar los resultados de impactos parciales, finales y en qué medida se han cumplido en el proceso la formación del desempeño axiológico-deportivo del estudiante-atleta y el grupo. La transformación contextualizada del comportamiento del colectivo deportivo.

Para la evaluación de los valores se consideró la propuesta realizada por Sierra (2011)

VALORACIÓN TEÓRICA Y PRÁCTICA DE LAS ACCIONES METODOLÓGICAS PROPUESTAS.

De un total de 13 candidatos a especialistas, fueron seleccionados 11 que cumplieron los requisitos establecidos y alcanzaron altos niveles de competencia. Para ser seleccionados como especialistas se tuvieron en cuenta un grupo de requisitos y para su aplicación se tuvieron en cuenta las siguientes etapas:

1. Elaboración del objetivo
2. Selección de los especialistas
3. Elección de la metodología



4. Aplicación de la metodología seleccionada

5. Procesamiento de la información

Primera etapa: elaboración del objetivo de la evaluación por el método criterio de especialistas.

Objetivo: evaluar las acciones metodológicas respecto a su validez teórica y aplicación para la educación en valores en la ejecución del ejercicio clásico arranque en atletas de Levantamiento de Pesas categoría 13-14 años.

Segunda etapa: selección de los especialistas

Como requisitos de selección de los posibles expertos se tuvo en cuenta:

- Poseer una experiencia laboral de 10 años o más
- Llevar 10 o más años como profesor o entrenador
- Tener el título de licenciado en cultura física
- Haber realizado investigaciones sobre la educación en valores en el deporte
- Disposición para llevar a cabo la investigación

Fueron seleccionados 11 especialistas sobre la base de su coeficiente de competencia; entre ellos, un doctor en ciencias pedagógicas y cuatro masters con la experiencia de entrenar atletas en diferentes disciplinas deportivas y categorías de edades, todos con la categoría docente de auxiliar. Todos con más de 20 años de experiencia y asumiendo la responsabilidad de dirigir equipos deportivos en diferentes categorías o encargados de su preparación. Se relacionan profesores con vasta experiencia como docentes en el Instituto Superior de Cultura Física y Deportes al frente de la docencia y dirigiendo proyectos o como colaboradores de ellos relacionados con la educación en valores.

Resultados y discusión.

Los resultados de la aplicación del método criterio de especialistas fueron obtenidos, en primera instancia, mediante la encuesta y fueron procesados utilizando el paquete estadístico SPSS para Windows versión 13.0.

Tercera etapa: características de la selección de los especialistas



La selección de los especialistas, permite, a partir de las valoraciones subjetivas de los mismos, determinar el consenso de opinión que como grupo han expresado alrededor del tema objeto de análisis, valiéndose para ello de métodos estadísticos, lo que da una mayor objetividad a las conclusiones a las que debe arribar el investigador.

Cuarta etapa: ejecución de la encuesta a los especialistas

Se aplica una encuesta a cada especialista para recoger los criterios sobre la coherencia teórico-metodológica y la aplicabilidad de las acciones metodológicas para la educación en valores en la ejecución del ejercicio clásico arranque en atletas de levantamiento de pesas categoría 13-14 años donde: excelente (6), muy bueno (5), bueno (4), regular (3), insuficiente (2) (Ver anexo 1)

Quinta etapa: procesamiento de la información.

Los resultados de la aplicación del criterio de los especialistas fueron obtenidos mediante encuesta y procesados utilizando el paquete estadístico SPSS para Windows versión 13.0. Si a menor porcentaje de variación mayor coincidencia de los especialistas entonces las mayores concordancias de los 11 especialistas que colaboraron en la investigación estuvieron en los aspectos A3, A4, A5, A6, A7. (Ver anexo 2)

Los aspectos A1 y A2 son las que muestran menor coincidencia de los especialistas.

Antes de decidir perfeccionar o cambiar los aspectos que muestran menor coincidencia para someterlo nuevamente a los especialistas, se calculan otras medidas descriptivas que ayudan a la toma de decisión definitiva.

Los aspectos de mayores discrepancias corresponden A1 y A2. Se observa que, en ambos, el rango más frecuente es seis que corresponde a la mejor categoría de evaluación. Atendiendo a estos resultados no hay que perfeccionar o cambiar los aspectos que corresponden a esas preguntas para someterlo nuevamente a los especialistas. En el A1, su comportamiento es mejor que el A2. Estos resultados pueden conducir a la toma de decisión de perfeccionar o cambiar lo concerniente al A2 para someterlo de nuevo a los especialistas.



Los resultados de la evaluación de los especialistas con respecto a los aspectos a evaluar, arrojaron que, en la primera ronda, fueron evaluados de excelente y muy bueno A3, A4, A5, por especialistas.

Los aspectos en los que se manifestaron discrepancias fueron:

A1. Relación que se establece entre la concepción teórica metodológica y la metodología.

A2. Las etapas declaradas en la metodología para la estructuración del proceso expresan su funcionabilidad en un orden lógico.

Ambos aspectos fueron perfeccionados y se aplicó de nuevo la encuesta, que, en esta segunda ronda, mostró en sus resultados plena coincidencia entre todos los especialistas, existiendo evidencias para plantear que los 11 especialistas, el 100 por ciento, concuerdan en el aspecto A1 y en el A2.

Para medir el grado de concordancia de los especialistas en las respuestas al conjunto de aspectos a evaluar, se determina el nivel de concordancia entre los especialistas en general.

Para aplicar la Prueba no Paramétrica W de Kendall (ver anexo 3) se plantearon las siguientes hipótesis:

$H_0: w=0$ (no hay concordancia)

$H_1: W>0$ (hay concordancia)

W: coeficiente de concordancia de Kendall

$\alpha=0,05$ nivel de significación

Región crítica. p valor $\leq 0,05$ (nivel de significación fijado)

Si p valor $\leq \alpha$ se rechaza H_0 .

Si p valor $> \alpha$ se acepta H_0 .

Donde: W es el coeficiente de concordancia de Kendall.

Existen suficientes evidencias empíricas para rechazar la hipótesis nula cuando:

$H_0: p \text{ valor} \leq \alpha$ por lo que se plantea que existe concordancia entre los especialistas.

Resultados de la valoración práctica de las acciones metodológicas propuesta mediante el preexperimento (ver anexo 4 y 5)



En la valoración práctica de las acciones metodológicas propuestas mediante el pre experimento fueron utilizados métodos estadísticos para evaluar los resultados durante el pretest y el posttest tanto en la ejecución del arranque así como la evaluación de los valores que se van fomentando.

Estadística descriptiva: fue aplicada la media, la desviación estándar y el coeficiente de variación (CV) para la descripción de los resultados alcanzados en el pretest y el posttest.

Estadística inferencial: se empleó la dócima no paramétrica para muestras relacionadas mediante la prueba de rangos de signos de Wilcoxon donde se estableció la siguiente condición estadística:

$\alpha=0,05$ nivel de significación

Región crítica. p valor $\leq 0,05$ (nivel de significación fijado)

Cuando p valor $\leq \alpha$ se rechaza H_0 .

Cuando p valor $> \alpha$ se acepta H_0 .

Se aplica el paquete estadístico SPSS 13.0 para el procesamiento de la información.

La diferencia de los resultados es significativa al aplicar Wilcoxon cuando se rechaza: $H_0: p$ valor $> \alpha$ por lo tanto se acepta $H_1: p$ valor $\leq \alpha$

Evaluación de la técnica del ejercicio clásico arranque en la etapa de formación básica global en la enseñanza de la técnica del ejercicio clásico arranque al aplicar la media aritmética, todos los atletas mejoran los resultados del pretest al posttest. La desviación estándar calculada en el pretest es mayor que la del posttest en la ejecución del ejercicio clásico arranque lo que indica que en el pretest el grado de desviación de los resultados es similar. El grado de variabilidad de los resultados, reflejado al aplicar el coeficiente de variación (CV) orienta hacia una variación u oscilación pequeña de los resultados según la tabla de *Zarsiorski* (1989), en el pretest cuando de 0-10 por ciento la oscilación es pequeña, 11-20 por ciento media y mayor que 20 por ciento, grande.

Al aplicar el estadígrafo, prueba de Wilcoxon entre dos muestras relacionadas y para dos momentos, la diferencia entre las pruebas es significativa al ejecutar el



ejercicio clásico arranque. La mayor parte de la muestra logra incrementar los resultados entre las pruebas.

Al evaluar la formación de valores los estudiantes-atletas en el pretest se aprecia que no saben la significación del valor asociado con el desempeño de la tarea, la adquisición del contenido es pobre e inconsistente y por supuesto su correspondiente actitud con relación a esa significación social es insuficiente, reconoce hasta cuanto le queda por acercarse a la realidad en una evaluación autocrítica de la revelación del valor, exterioriza insatisfacción por carecer de sentido cognitivo-afectivo en la regulación del proceder lo cual es reflejado en su nivel de compromiso, por lo que está evaluado de bajo.

Lo anteriormente planteado está basado en que cuando se va a evaluar el valor responsabilidad en la ejecución del ejercicio clásico arranque siete de los 11 estudiantes-atletas no realizan la sujeción de gancho para un 63%. No realizan adecuadamente el agarre ancho 8 de 11 estudiantes-atletas para un 72%.

Existen dificultades para la realización del halón en sus dos fases en 9 de 11 estudiantes-atletas para un 82%.

En la trayectoria del implemento cuando se realiza el ejercicio clásico arranque 10 de 11 estudiantes-atletas no es la correcta para un 91%.

Al evaluar el valor perseverancia en siete de 11 estudiantes-atletas para un 63% se observa que el estado de ánimo no es el mejor para enfrentar las condiciones complejas en que se debe realizar el halón.

Cuando se evalúa la voluntad como valor en la ejecución del desliz y la recuperación como parte del ejercicio clásico arranque ocho de 11 estudiantes-atletas les invade el temor por la posible caída del implemento y la posible lesión consecuente.

En la evaluación del valor seguridad en sí 8 de 11 estudiantes-atletas para un 72% no muestran seguridad en el cumplimiento de las acciones, existe desconocimiento de lo que hacen.

En el postest al evaluar la formación de valores los estudiantes-atletas en sentido general los mismos saben y reproducen la significación del valor asociado con el desempeño de la tarea, con solidez en la comprensión del



contenido, su correspondiente comportamiento con relación a esa significación deportiva, es convincente, reconociéndose hasta cuanto se acerca a la realidad, en una valoración autocrítica de la manifestación del valor, lo cual es expresado en un nivel de satisfacción y compromiso, por lo que es evaluado de alto.

Lo anteriormente planteado está justificado por el hecho de que al evaluar el valor responsabilidad en la ejecución del ejercicio clásico arranque nueve de los 11 estudiantes-atletas realizan la sujeción de gancho correctamente para un 82%. Ejecutan adecuadamente el agarre ancho 10 de 11 estudiantes-atletas para un 91%.

Ejecutan correctamente la realización del halón en sus dos fases en 9 de 11 estudiantes-atletas para un 82%.

En la trayectoria del implemento cuando se realiza el ejercicio clásico arranque 10 de 11 estudiantes-atletas es la correcta para un 91%.

Al evaluar el valor perseverancia en 11 de 11 estudiantes-atletas para un 100% se observa que el estado de ánimo es el mejor para enfrentar las condiciones complejas en que se debe realizar el halón.

Cuando se evalúa la voluntad como valor en la ejecución del desliz y la recuperación como parte del ejercicio clásico arranque 10 de 11 estudiantes-atletas para un 91% ejecutan la acción mostrando valentía sin que les invada el temor por la posible caída del implemento y la lesión consecuente.

En la evaluación del valor seguridad en sí 9 de 11 estudiantes-atletas para un 82% muestran seguridad en el cumplimiento de las acciones, existe conocimiento de lo que hacen.

Conclusiones

- El análisis epistemológico del proceso de formación de valores del estudiante-atleta de levantamiento de pesas en la dirección técnica reveló, insuficientes referentes teóricos y metodológicos que sustenten dicho proceso reflejada en la práctica pedagógica en el tratamiento dado al componente axiológico, presentándose inconsistencia en el cómo debe realizarse el articulado de los



valores al contenido en la enseñanza de la técnica del ejercicio clásico arranque deportivo en contextos diversos de la preparación deportiva.

- El diagnóstico realizado demostró que existen dificultades en el proceso de formación de valores en la realización del ejercicio clásico arranque tanto en el accionar orientador por parte de los entrenadores, así como en la actividad ejecutora de los estudiantes-atletas.
- En las acciones metodológicas propuestas se revelan las relaciones de: el carácter intencional formativo de la sistematización epistémica de lo axiológico en lo técnico, reflejado en la ejecución del ejercicio clásico arranque. Como regularidad de las acciones metodológicas se connota la lógica integradora del proceso de formación cultural de la preparación deportiva, expresada en la ejecución del ejercicio clásico arranque como expresión de la dirección técnica en el levantamiento de pesas.
- La valoración científica realizada por los especialistas consultados permitió corroborar el valor científico de las acciones metodológicas lo que resalta su coherencia teórico metodológico y aplicabilidad.
- Los resultados del preexperimento, con la aplicación de las acciones metodológicas posibilitaron el mejoramiento de la técnica en la ejecución del ejercicio clásico arranque y la formación de valores en los estudiantes-atletas.

Referencias

Álvarez, D (2006). La educación física y el deporte en la formación de valores. en *Teoría y Metodología de la Educación Física*. (Soporte digital.)

Álvarez, N. y col. (2001) "Investigación cualitativa y educación en valores," en: *Revista Cubana Educación Superior*. Vol. XXI No. 1

Barreto García, A (2003). La dirección del proceso de formación de valores morales en la sesión de entrenamiento del baloncesto escolar. Una propuesta de ejercicios metodológicos. Tesis de Maestría no publicada. ISCF "Manuel Fajardo", Ciudad de La Habana. Cuba.

Casares, P. (1995) Test de valores: Un estudio para la evaluación. en: *Revista Española de Pedagogía* (Barcelona) 202: 513-532.



Del Toro, M (2000). Hacia una reflexión necesaria: La formación de valores en los atletas, un reto del sistema cubano de Educación Física. (Soporte digital)

Del Frade, M. (1996). Planificación del entrenamiento de Levantamiento de pesas/ Marcelino del Frade. La Habana: Ed. Científico Técnica.

Estevez, J. (2011). Teoría del entrenamiento. Cuantificación de la carga de fuerza. Recuperado el 2 de marzo 2015 de www.allinyourmind.es.

Forteza, A. y Alfredo, R. (1988). Bases metodológicas del entrenamiento deportivo. La Habana: Ed. Científico Técnica.

García, G. (1996) ¿Por qué la formación de valores es también un problema pedagógico en la formación de valores en las nuevas generaciones? La Habana: Ed. Ciencias Sociales.

Gervilla, E (2000). Un modelo axiológico de educación integral. *Revista Española de Pedagogía*. 215:39-57.

González, C. (1998). Programa para la formación de valores y el trabajo político e ideológico en deportistas. Folleto. Departamento de Alto Rendimiento. INDER. Ciudad de La Habana.

González, L. (2004). La respuesta emocional del deportista. La Habana: Ed. Deportes.

González, D. (2004). "Los valores y su formación: una interpretación psicológica," en: *Revista Cubana de Psicología* Vol. 17 No. 3: 307-311.

Gutiérrez, M. (2003). Estrategia para el trabajo de formación de valores en la EIDE "Pedro Díaz Coello" de Holguín. Tesis de Grado. Instituto Superior Pedagógico "José de la Luz y Caballero", Holguín, Cuba.

Hernández, S. (2003). Metodología de la Investigación. La Habana: Ed. Félix Varela.

Herrera Corzo A. y Mayeta Bueno J. (1992). Dirección del trabajo motor en los levantadores de pesas escolares. Cuba: Ed. Oriente.

Naclerio, F. (2002). Fundamentos científicos aplicados a la valoración y entrenamiento de la fuerza muscular. Madrid: Ed. Globus.

Naclerio, F. (2007). Avances en ciencias de la actividad física y el deporte. Entrenamiento de fuerza. Madrid: Ed. Panamericana.

Ramos, V. (2005). "Alternativa y necesidad de formación de valores en el deporte," en: *Revista Acción*. 2:5-8.



Revoredo, J. y Pérez, E. (2001). *Fuerza máxima*. [Revista digital - Buenos Aires], 32 (2).

Román, I. (1997b). *Megafuerza*. Ciudad Habana: Ed. Deportes.

Rodríguez, J. (2003). Acciones metodológicas para la formación de valores morales a través del entrenamiento deportivo de los atletas de la categoría escolar del deporte de levantamiento de pesas de la EIDE “Ormani Arenado” de la provincia de Pinar del Río. Tesis de Grado no publicada, Pinar del Río.

Rodríguez, J. (2001). El colectivo pedagógico en la Formación de Valores. Curso Pre evento. Pedagogía 2001. Ciudad de La Habana.

Santiago, J. (2002). El desarrollo de valores sociales positivos dentro del deporte escolar. Revista Digital (Buenos Aires) Año 8. No 47.

Sierra, C. (1998). Estrategia de Dirección para la formación del valor moral colectivismo en los estudiantes de la carrera de Cultura Física. Tesis de Maestría no publicada. C E E S. “Manuel F. Gran”, Universidad de Oriente, Santiago de Cuba.

Sierra, A. (2004). Modelo teórico para el diseño de una estrategia pedagógica en la educación primaria y secundaria. Disertación doctoral no publicada. I S P “Enrique José Varona”, Ciudad de La Habana, Cuba.

----- (2004). Modelación y Estrategia: Algunas consideraciones desde una perspectiva pedagógica. *En: Colectivo de Autores. ¡Didáctica! ¿Qué didáctica?* La Habana, págs. 175-180 formato (Soporte digital)

Sierra, C. (2011). La dirección del proceso de educación en valores en los componentes físico-técnico-tácticos de la preparación deportiva de los estudiantes-atletas. Tesis doctoral no publicada, UCP Frank País García. Santiago de Cuba.

Verkhoshansky, Y. (s/a) Teoría y metodología del Entrenamiento Deportivo. Barcelona: Ed. Paidotribo.

Vilchis, (2003). La importancia del respeto como valor esencial de la responsabilidad social. Recuperado el 10 de abril de 2017 de <http://www.cem.itesm.mx>. htm.

Wanton, E. (2013a). Tendencias actuales en la preparación de fuerza I. Revista Digital –Buenos Aires], 177. Consultado el 15 de marzo de 2013 en: <http://www.efdeportes.com>

Wanton, E. (2013b). Tendencias actuales en la preparación de fuerza II. [Revista Digital Buenos Aires], 178. Consultado el 8 de abril de 2013 en: <http://www.efdeportes.com>



Wanton, E. (2013c). Tendencias actuales en la preparación de fuerza III. [Revista Digital Buenos Aires], 179. Consultado el 25 abril de 2013 en: <http://www.efdeportes.com>

Weineck, J. (1994). Entrenamiento óptimo, como lograr el máximo rendimiento. Barcelona: Hispano Europea.

Conflicto de intereses:

Los autores declaran que no poseen conflicto de intereses respecto a este texto.



ANEXOS

Anexo 1. Encuesta a los especialistas para valorar la coherencia teórico metodológica y aplicabilidad de las acciones metodológicas

Compañero: le facilitamos con anterioridad las acciones metodológicas para la educación en valores en la ejecución del ejercicio clásico arranque en atletas de levantamiento de pesas categoría 13-14 años.

Con respecto a la propuesta, le agradeceríamos sus valiosos criterios para valorar los parámetros que a parecen a continuación o sobre otros aspectos que usted considere.

Indicadores de evaluación:

Excelente (6), Muy Bueno (5), Bueno (4), Regular (3), Insuficiente (2)

Otros criterios al respecto:

Indicadores	6	5	4	3	2	total
1. Relación que se establece entre las acciones metodológicas.	7	3	1			11
2. Las etapas declaradas en las acciones metodológicas para la estructuración del proceso, expresan su funcionabilidad en un orden lógico.	5	2	2	2		11
3. Criterios para la evaluación de la educación de valores en la ejecución del ejercicio clásico arranque.	9	2				11
4. Calidad y precisión de las orientaciones para el tratamiento metodológico de las acciones a desarrollar en cada etapa.	9	2				11
5. Las acciones metodológicas contribuyen a la educación de valores en la ejecución del ejercicio clásico arranque.	11					11



Anexo 2. Procesamiento estadístico para determinar la coherencia teórico-metodológica y la aplicabilidad de las acciones metodológicas

Estadígrafos	A1	A2	A3	A4	A5
Media	5,50	4,81	5,52	5,42	6,00
Desviación típica	,690	1,441	,409	,409	,000
Coefficiente de variación (%)	12,5	24,8	6,9	6,9	0

LEYENDA

1. Relación que se establece entre las acciones metodológicas
2. Las etapas declaradas en las acciones metodológicas para la estructuración del proceso, expresan su funcionabilidad en un orden lógico
3. Criterios para la evaluación de la educación de valores en la ejecución del ejercicio clásico arranque
4. Calidad y precisión de las orientaciones para el tratamiento metodológico de las acciones a desarrollar en cada etapa
5. Las acciones metodológicas contribuyen a la educación de valores en la ejecución del ejercicio clásico arranque

Anexo 3. Coeficiente de Concordancia de Kendall

N	11
Kendall's W(a)	,231
Chi-Square	15,594
df	6
Asymp. Sig.	,016



Anexo 4. Pretest

Atletas	Evaluación del arranque
1	5
2	6
3	6
4	7
5	5
6	6
7	7
8	8
9	5
10	6
11	6
X	6
S	0,94
Cv	6,38 pequeña

Anexo 5. Posttest

Atletas	Evaluación del arranque
1	9
2	8.5
3	9
4	9.5
5	9
6	9
7	8.5
8	8
9	9
10	9.5
11	8
X	8.81
S	0.47
Cv	18.7 grande