



Facultad de Ciencias de la Cultura Física  
y el Deporte

Trabajo de Diploma para Optar por el Título de Licenciado  
en Cultura Física

Conocimiento Sobre Reglas y Arbitraje en los  
Eventos de Carreras del Atletismo, en Profesores  
de Educación Física Procedentes de Escuelas  
Rurales del Municipio Sancti Spíritus.

Autor: Dieiker Amézaga Borges

Tutor: MSc. Carlos M. Isidoria Wuitar.

2014

**Exergo.**

“El deporte es y debe ser uno de los medios más eficaces con que cuenta la sociedad para contribuir al fomento del bienestar y la salud de los ciudadanos, para el desarrollo del espíritu de superación y de emulación entre las personas, para la consolidación de hábitos de disciplina social, de solidaridad entre los hombres, para el cultivo de una mejor calidad de vida, en una palabra, para la realización plena del ser humano.”

## **Dedicatoria**

- ✓ A mi madre por ser el motor impulsor y la más fuerte motivación de mi vida.
- ✓ A mi abuela que es una de las razones de mi esfuerzo en esta carrera.
- ✓ A mi tutor, por su ayuda y el apoyo en cada momento.
- ✓ A mis verdaderos amigos de siempre y a mi hermano por darme el aliento que me han inculcado.

*A mi tía Irene que es una guerrera que no se da por vencida por nada de la vida ..*

## **Agradecimiento.**

Quisiera expresar a través de estas palabras un enorme agradecimiento a todas las personas que han tenido que ver con la elaboración de esta investigación y con los resultados alcanzados en el transcurso de mi carrera universitaria.

A nuestra Revolución por haberme brindado la posibilidad de convertirme en un hombre digno de su presente y su futuro.

A mi familia que me ha servido de apoyo para conquistar el logro de mis aspiraciones.

A mi colega Master y profesor Asistente Carlos Manuel Isidoría Wuitar, quien colaboró favorablemente con la realización, configuración y revisión de la investigación realizada.

A mis compañeros de trabajo por demostrar siempre su apoyo resuelto e incondicional y estimularme a seguir adelante en los momentos que más lo necesitaba.

## **Resumen.**

El trabajo investigativo que aquí se presenta se titula Conocimiento Sobre Reglas y Arbitraje en los Eventos de Carreras del Atletismo, en profesores de Educación Física procedentes de escuelas rurales del municipio Sancti Spíritus. El mismo tiene como propósito fundamental determinar y valorar los conocimientos de estos profesionales para posteriormente establecer mediante la descripción científica las principales necesidades de superación profesional en esta disciplina por parte de los sujetos investigados. Se tomó de forma intencional una muestra de 7 profesores con una experiencia promedio de 8 años, provenientes estos de 3 escuelas primarias del territorio rural del municipio Sancti Spíritus. Dentro de los métodos teóricos se emplearon el Analítico-Sintético y el Histórico lógico mientras que de los empíricos se empleó la encuesta mediante el uso de un cuestionario de preguntas aptamente elaborado. También se aplicó como método estadístico matemático el cálculo porcentual para comparar los resultados de acuerdo al nivel de ocurrencias de cada fenómeno estudiado. Como resultado del trabajo se apreciaron niveles muy bajos de conocimientos sobre las Reglas y Arbitraje en los eventos de carreras en el Atletismo por parte de los profesores de Educación Física encuestados. Estos resultados permiten describir el estado real del fenómeno estudiado, que al compararlo con el modelo ideal posibilita revelar las contradicciones fundamentales que se presentan la práctica del proceso docente educativo de la Educación Física, específicamente en el ámbito del atletismo como unidad de estudio dentro del currículo de la asignatura y también como deporte para todos. Como recomendación fundamental se establece la continuidad de esta investigación para diseñar cursos de superación que permitan contrarrestar las carencias de conocimientos comprobadas en los profesores investigados.

## **Abstract**

The titled investigative work: "Knowledge on rules and arbitration in the events of careers of the Athletics, in professors of Physical Education of the rural schools in Sancti Spíritus like purpose of to know before with depth it mentioned for the sake of obtaining knowledge for the profession in the sphere of the Physical Education. For this the following objectives were elaborated: To diagnose the knowledge on it Rules and Arbitration in the events of careers of the Athletics in the professors of Physical Education in the rural schools of Sancti Spíritus, to Value the knowledge on rules and arbitration in the events of careers of the Athletics in professors of Physical Education of the rural schools in Sancti Spíritus and to Identify the main incidences that affect the Process the professors' of Physical Education of the rural primary schools Cognitive on the Rules and Arbitration of the Athletics as soon as events of careers. They took a sample 7 professors with a 8 year-old experience to those that were applied a survey, to obtain data of interest for the investigation. Here the mathematical statistical method was applied, the theoretical methods as the Analytic-synthetic one, Focus of System and Historical logical. In the empiric methods it was applied the surveys. As a result of the work difficulties were appreciated as for the knowledge of the professors of Physical Education on the Rules and Arbitration of the events of careers in the Athletics. These results took to conclusions like: It was diagnosed that the knowledge of the professors was of low domain, when being applied the survey you could verify that it exists 55% of correct answers and 45 incorrect% and the aspects of more deficiencies inside the knowledge on it Rules and Arbitration of the events of careers. As recommendation to Design courses or improve graduate degrees in the municipality.

## INDICE

	<b>Introducción</b>	1
<b>I</b>	<b>Capítulo I:: Marco Teórico Referencial</b>	4
1.1	Inspección deportiva	5
1.2	Capacitación	5
1.3.1	Carreras de velocidad	7
1.3.2	El Atletismo como contenido de la Educación Física:	7
1.3.3	Programas de enseñanza en el II ciclo:	8
1.3.4	Importancia del conocimiento de las Reglas del Atletismo.	13
1.3.5	Jueces y Reglamento.	14
1.3.6	Reglas de competición	14
<b>II</b>	<b>Capítulo II: Método y Procedimiento</b>	16
2.1	Población y Muestra.	16
2.2	Métodos y Técnicas de investigación utilizados.	16
2.3	Metodología.	17
2.4	Escala para valorar el nivel de conocimiento.	17
<b>III</b>	<b>Capítulo III: Análisis e interpretación de los Resultados</b>	18
3.1	Análisis de los Resultados por pregunta	19
3.2	Resultados individuales de la encuesta	28
3.3	Estado del conocimiento de los profesores encuestados.	29
3.4	Análisis de los resultados de forma general.	29
	<b>Conclusiones</b>	30
	<b>Recomendaciones</b>	31
	<b>Bibliografía</b>	32
	<b>Anexos</b>	35

## **Introducción.**

El establecimiento de una nueva y definitiva política científica nacional que trae la estrategia y las vías para dirigir las actividades científicas técnicas es indispensable para asegurar el proceso socio-económico y cultural en virtud de su interés y trascendencia para la humanidad: “ La Revolución Científica –Técnica.”

La expresión de este rasgo se manifiesta no solo en el hecho de que la Ciencia se introduce en la producción, sino que estos a la vez hacen impulsar las investigaciones científicas.

Es importante para continuar elevando el desarrollo del conocimiento sobre reglas y arbitraje en los eventos de carreras del atletismo en profesor vinculado a la Educación Física y el Deporte. Estos deben estar sólidamente preparados desde el punto de vista científico, pedagógico y técnico, así como una actitud política e ideológica y moral correspondiente con el papel que juegan los educadores en la sociedad.

Se ha demostrado que el conocimiento sobre reglas y arbitraje en los eventos de carreras del atletismo puede elevar los resultados y desarrollo deportivo, en el lugar que se trate. Por lo tanto elevar el nivel científico- técnico- metodológico del personal que labora como profesores o instructor debe ser una preocupación constante.

En la clausura de la Plenaria Nacional de Educación Física, el compañero José Ramón Fernández, planteó al respecto:

Debo insistir en algo que no se dijo en lo que ustedes hablaron de superación: el auto estudio, la auto superación, la auto preparación sistemática. El profesor que deja de estudiar, deja de ser profesor, independientemente de los cursos que reciba, el que deja de estudiar deja de ser profesor, y esto es valido por el de: Matemática, Física, Química, Educación Física, Deportes, para cualquiera.” (1)

La Revolución Cubana y en especial nuestro Partido conscientes de la gran importancia que tiene el desarrollo científico técnico de nuestra patria, como una de las vías que permiten a nuestra sociedad socialista alcanzar un nivel de desarrollo superior, ha prestado el respaldo necesario en cuanto a investigaciones se refiere y especialmente en el deporte, ya que éste exige y demanda cada vez mas

fundamentos y concepciones científicas y parámetros elevados que nos permiten alcanzar y mantener logros a nivel mundial.

Lo antes expuesto ha sido el factor que más ha contribuido al desarrollo del deporte en nuestro país, pasando este a ser parte integral de la formación de nuestras jóvenes generaciones y estas desarrollen plenamente sus capacidades intelectuales, físicas y espirituales, se fomenten en ellos elevados sentimientos humanos y gustos estéticos, así como convertir los principios ideológicos, políticos y de la moral comunista en convicciones personales y hábitos de conducta diarias.

El deporte con el respaldo científico y el bagaje de experiencias adquiridas en el mundo actual, en manos de educadores aptos y capacitados tendrá siempre un lugar cimero en la historia. El estudio se inserta como parte de una investigación que se realiza en el municipio para determinar el conocimiento sobre regla y arbitraje en los eventos de carreras del Atletismo, en profesores de Educación Física procedente de escuelas rurales del municipio Sancti Spíritus. Este mismo trabajo fue realizado a los profesores de Educación Física del municipio de Trinidad por el estudiante Yuniel Berroa Sevilla (2012)

El atletismo ha sufrido cambios profundos en los últimos años en lo que a Reglas y Arbitraje se refiere. Por ello los profesores deben mantenerse actualizados respecto a las transformaciones surgidas en los eventos de carrera para que del conocimiento sobre reglas y arbitraje en los eventos de carreras del atletismo amplíe sus conocimientos y experiencias en las diferentes disciplinas. Durante el desarrollo de una competencia de Atletismo a nivel municipal en las escuelas rurales del municipio Sancti Spíritus, se observó que los profesores de Educación Física presentaban algunas deficiencias en el momento de marcar los andariveles de cada competidor y en la ejecución del accionar de cronometraje en los eventos de carreras. La situación antes expuesta conlleva al siguiente problema científico:

### **Problema científico**

¿Cuál es el conocimiento sobre reglas y arbitraje en los eventos de carreras del Atletismo, en profesores de Educación Física procedente de escuelas rurales del municipio Sancti Spíritus?

**Objeto de Estudio** es el estado cognitivo de los profesores de Educación Física de procedentes de escuelas primarias rurales.

**Campo de Acción**

Los contenidos de Regla y Arbitraje del deporte de Atletismo.

**Objetivo General**

1- Valorar el conocimiento sobre reglas y arbitraje en los eventos de carreras del Atletismo, en profesores de Educación Física procedente de escuelas rurales del municipio Sancti Spíritus.

**Objetivos Específicos:**

1- Comprobar el conocimiento sobre reglas y arbitraje en los eventos de carreras del Atletismo, en profesores de Educación Física de las escuelas rurales en Sancti Spíritus.

2.-Identificar las principales deficiencias sobre conocimiento de Reglas y Arbitraje en los eventos de carreras del Atletismo en profesores de Educación Física procedente de escuelas rurales del municipio Sancti Spíritus.

**Capitulo I**

## **1. Marco Teórico Referencial sobre el tratamiento técnico metodológico**

El profesor es una persona que instruye o entrena atletas en los fundamentos de las diferentes técnicas de un deporte. Un buen profesor se caracteriza por un conocimiento básico de la materia; un sistema de clases organizado, lógico y racional; poseer destrezas de comunicación y técnicas pedagógicas; fomentar la honestidad, justicia y simpatía/amabilidad; tener liderato y personalidad demandante y motivadora; ser estable emocionalmente y poseer auto-control en situaciones de tensión; dispuesto a compartir su conocimiento con otros interesados y tener buena apariencia. (Grosser, Brüggeman y Zintl, 1989). Para educar y moldear a los alumnos se requiere que el profesor tenga desarrolladas las cualidades morales que el desea desarrollar en sus alumnos. El debe de ser un ejemplo a seguir en todo momento.

Los logros de un alumno en el campo competitivo esta condicionado en gran medida, por el estilo de dirección que aplique el profesor en todo el proceso de preparación y competición, situación que se ve influenciada por múltiples factores, dentro de los que es preciso destacar: El dominio y nivel de actualización que posee el profesor sobre las Reglas y Arbitraje del deporte que imparte en las clases, además de los conocimientos de las bases metodológicas y de las Reglas y Arbitraje que sea capaz de asimilar, por la posibilidad de polemizar con sus compañeros de trabajo y colectivo de alumnos por el nivel de preparación que sea capaz de demostrar, por la autoridad que su imagen y posición ante la vida y antes las normas de la sociedad reflejen, por la tenacidad y por la actividad que realice, demuestre e inculque a sus alumnos, por su capacidad de cohesión al colectivo, etc. (Cortegaza, 2003).

El profesor que ame su profesión, que irradie optimismo y muestre orgullo de lo que hace, que trace metas objetivas a cada alumno, que lo estimule, tanto en los momentos de éxitos como en los de fracasos, que sea un ejemplo de hechos y de palabras tendrá éxitos en su trabajo; si lógicamente, ostenta los conocimientos requeridos para la función que desempeña.

El profesor debe retomar lo más avanzado de la metodología general y especial de las Reglas y Arbitraje adaptándolas a las condiciones y requisitos específicos, situación que le garantice proponer nuevas formas de juzgar, a partir de sus consideraciones y las necesidades de los alumnos de forma individual y colectiva. Dentro de las formas que se llevan a cabo para un control de las actividades deportivas encontramos:

### **1.1: Inspección deportiva**

Es la actividad de control, fiscalización y supervisión del cumplimiento de los objetivos trazados por el Instituto Nacional de Deportes y Educación Física (INDER) y de las Comisiones Nacionales de Educación Física, para la obtención de logros en lo que respecto a las Reglas y Arbitraje se refiera.

### **1.2: Capacitación**

Conjunto de acciones de preparación que desarrollan las entidades laborales dirigidas a mejorar las calificaciones y recalificaciones para cumplir la calidad de las funciones del puesto de trabajo y alcanzar los máximos resultados. Este conjunto de acciones permite crear, mantener y elevar los conocimientos, de los profesores de Educación Física para asegurar su desempeño exitoso.

En la época actual el campo científico investigativo requiere profundizar en los conocimientos y utilizar los mismos como medio que permitan resolver los muchos y complejos problemas que el desarrollo del deporte requiere.

Considerando lo antes expuesto se presenta una gran tarea en la dirección y encauzamiento de la practica sistemática y científica de los profesores como parte de la educación integral de acuerdo con la política educacional trazada por el partido y que se basa en las concepciones marxistas leninistas acerca de la educación de las nuevas generaciones.

Como factor de gran importancia el trabajo educativo y formativo en especial, velar por el cuidado de los medios que se encuentran a nuestro alcance como parte de la propiedad social y buscar iniciativas que coadyuven al desarrollo exitoso de nuestro trabajo.

Partiendo de los resultados obtenidos considerado que la tarea priorizada con relación a este deporte, es la de encontrar soluciones adecuadas para elevar el nivel de conocimiento sobre Regla y Arbitraje en los eventos de carreras del Atletismo en profesores de Educación Física lo cual caracteriza la importancia de este trabajo. Dada la unanimidad de la investigación se dieron tarea de efectuar estudios de diferentes libros y materiales mimeografiados para aumentar el caudal de conocimientos que permitan efectuar el mismo, profundizando en conferencias especializadas, así como en el Reglamento de la IAAF.

Para conocer un poco más allá de deporte Atletismo es una de competición entre individuos o grupos que abarca un gran número de pruebas que pueden tener lugar en pistas cubiertas o aire libre.

Las principales disciplinas del atletismo son:

- Marcha deportiva o atlética.
- Lanzamientos.
- Saltos.
- Eventos Múltiples o Combinados.
- Velocidad.

**Marcha deportiva o atlética:** Es una progresión de paso, donde el atleta debe de estar en contacto con el suelo o la pista donde se compite.

**Lanzamientos:** Es la facultad que presenta el atleta de impulsar o lanzar el implemento lo más lejos posible.

**Saltos:** Es la facultad que presenta el atleta de saltar lo más alto o largo posible, de forma vertical o horizontal.

**Eventos múltiples o combinados:** Son un conjunto de pruebas que se llevan a cabo en el campo y en la pista y que tiene la finalidad de otorgar puntos a los competidores en cada evento en que participan.

### **1.3.1: Carreras de velocidad**

Las carreras más cortas son las denominadas de velocidad. En pista cubierta se corren sobre distancias de 50 y 60 metros. Al aire libre, sobre 100, 200, 400 y 110 metros con vallas. En este tipo de pruebas, el atleta se agacha en la línea de salida y, tras ser dado el pistoletazo de inicio por un juez de salida, se lanza a la pista y corre a la máxima velocidad posible hacia la línea de meta, siendo fundamental una salida rápida. Los corredores alcanzan la tracción inicial situando los pies contra unos bloques especiales de metal o plástico, llamados tacos de salida o estribos, diseñados especialmente para sujetar al corredor y están colocados justo detrás de la línea de salida. Las características principales de un estilo eficiente para carreras de velocidad comprenden una buena elevación de rodillas, movimientos libres de los brazos y un ángulo de penetración del cuerpo de unos 25 grados.

Los corredores pueden usar diversas estrategias durante las carreras. En una carrera de 400 metros, por ejemplo, el corredor puede correr a la velocidad máxima durante los primeros 200 metros, relajarse en alguna medida durante los siguientes 150 metros, para finalizar de nuevo con otro golpe de velocidad punta en los 50 metros finales. Otros corredores prefieren correr 200 ó 300 metros a la máxima velocidad y luego intentar resistir el resto de la carrera. Cuando el corredor aminora la marcha, lo hace para conservar energía, que utilizará en el momento en que efectúe de nuevo un esfuerzo máximo.

### **1.3.2.-El Atletismo como contenido de la Educación Física:**

En la actualidad el Atletismo no solo se practica para demostrar quién es el atleta más veloz o de más resistencia, cual es capaz de saltar lo más largo o alto posible, o quien alcanza la mayor distancia en el lanzamiento, sino que también se practica como modo de esparcimiento y ocupación del tiempo libre, permitiendo además, recuperar o mantener un buen estado de salud en aquellas personas que lo practiquen de manera asidua, propiciando también un mejor desempeño de los mismo en el entorno social que los rodea. Por todas estas posibilidades que ofrecen esté y otros deportes, en la actualidad y desde hace ya un buen tiempo, se utilizan para lograr una educación integral de niños, adolescentes y jóvenes, permitiendo que

los mismos no solo sean útiles a la sociedad desde el punto de vista intelectual sino también físico.

La denominación educativo, dado al deporte, asociada con las características de este tipo de práctica deportiva, donde destaca el elemento pedagógico en contraposición con lo que se conoce como deporte espectáculo, en el cual prima una exigencia al alto rendimiento. Según Rodríguez (1995):

En esta forma educativa de práctica del deporte, no es el movimiento (generalmente en forma de técnica deportiva) el que ocupa el lugar central, sino la persona que se mueve, que actúa, que realiza una actividad física. Interesa menos el deporte y más el deportista. Así entendiendo, el deporte educativo debe permitir el desarrollo de las aptitudes motrices y psicomotrices en relación con los aspectos afectivos, cognitivos y sociales de su personalidad, respetando los estadios del desarrollo humano (Velásquez, 1995).

**El Profesor de educación física**, más interesado en la formación de sus alumnos, debe concebir este proceso guiado por principios psicopedagógicos y está más preocupado en estimular al niño y proporcionarle unas bases de acción motriz que le permitan que le permitan el acceso para posteriores aprendizajes. En la educación física, por encima de la búsqueda de rendimientos, se sitúa la creación de hábitos y actitudes positivas y favorables a la práctica deportiva.

El profesor podrá hacer adecuaciones al programa solo cuando no cuente con las condiciones mínimas necesarias para impartir algún contenido (dificultades materiales o de área de trabajo). En este caso se podrá adaptar el contenido a las condiciones reales de trabajo tratando siempre de cumplir con los objetivos de las unidades, elaborando los medios de enseñanza necesarios.

### **1.3.3.-Programas de enseñanza en el II ciclo:**

Después de observar todos los aspectos anteriores debemos hacernos una pregunta, ¿Qué enseñar? Para lo cual se crean los programas docente educativo. El contenido de los mismos varía en dependencia de los intereses de las clases

dominantes y el desarrollo científico-social, es una de las bases fundamentales con la ayuda de la cual se garantiza el proceso docente- educativo.

Los escolares de segundo ciclo de la educación primaria

Los niños que estudian en quinto y sexto grados (segundo ciclo) en nuestras escuelas tienen como promedio de diez a doce años. Conocer las características de los escolares de estas edades es de gran importancia y constituye un requisito para el trabajo de los maestros y para que la labor docente educativa que realizan pueda cumplirse con éxito.

El hecho de que los escolares de quinto y sexto grados tengan características psicológicas, sociales y otras muy cercanas, y evidencien conductas y formas de enfrentar la enseñanza y el mundo en general de manera muy similar, posibilita que se pueda delinear una caracterización conjunta para estas edades.

Comencemos nuestra exposición abordando las características de estos alumnos en el área de su desarrollo social. De diez a doce años, el campo y las posibilidades de acción social del niño se han ampliado considerablemente en relación con los alumnos de primer ciclo. Ya los alumnos de estos grados han dejado de ser, en gran medida, los pequeñines de la escuela y de la casa, para irse convirtiendo de forma paulatina en sujetos que comienzan a tener una mayor participación y responsabilidad social.

Al observar el desenvolvimiento del niño en la casa, inmediatamente se constata que, por lo común, ellos tienen mayor incidencia en los asuntos del hogar, en el cumplimiento de las tareas familiares más elementales y cotidianas; el niño comienza a hacer mandados con más frecuencia, tareas que en muchas ocasiones se le atribuye como responsabilidad que debe cumplir con cierta sistematicidad.

Ya no solo es capaz de realizar su aseo personal como le era característico en el primer ciclo; sino, que si tiene más hermanos pequeños, vela por ellos y actúa comunicándoles formas de conducta, patrones y hábitos elementales, tanto personales como en relación con las actividades de la casa y sociales en general.

Estos escolares tienen, por lo común, una incorporación activa a las tareas de los pioneros, en los movimientos de exploradores y otras actividades de la escuela; ya salen solos con otros compañeros y comienzan a participar en actividades de grupo

organizadas por los propios niños. Es el comienzo, por ejemplo, de la participación en fiestas que aumentará después en la adolescencia. En este sentido, tiene gran importancia el conocimiento por parte de los educadores, de las relaciones interpersonales de los alumnos entre sí en su grupo escolar.

Los alumnos de este ciclo muestran, respecto a los del ciclo anterior un aumento en las posibilidades de autocontrol, autorregulación de la conducta; lo que se manifiesta sobre todo en situaciones fuera de la escuela tales como el juego, el cumplimiento de encomiendas familiares y otras.

Sin embargo, estas posibilidades no se hacen patentes cuando se trata de la realización de las tareas docentes. Este hecho no indica una incapacidad del alumno; sino que la escuela y en particular los maestros no explotan al máximo las posibilidades de autocontrol de las tareas en las diferentes asignaturas y situaciones escolares. Es necesario dotar a los alumnos de procedimientos de control y autorregulación, haciéndoles ver la importancia de este componente de la actividad.

Los niños del segundo ciclo son pre - adolescentes por lo que poseen necesidad de independencia. A esta edad comienzan a identificarse con personas y personajes que se convierten en modelos o patrones. Esta identificación puede producirse a partir de una valoración crítica de estos; por tanto el proceso de aceptación de patrones y modelos personales se produce mediado por la valoración y el juicio.

Ya en esta edad los niños se representan claramente cómo debe ser, cómo les gustaría que fuera y cómo es su maestro; además, tienen maestros preferidos y no preferidos. El efecto del maestro preferido muchas veces se extiende a la asignatura y eso es muy importante. No es raro que el interés de un niño de estas edades por una asignatura decaiga precisamente porque antes decayó el prestigio del maestro, o lo contrario. Una esfera en la que los alumnos experimentan un notable cambio es la intelectual; en particular en lo que al pensamiento se refiere. Experimentan un aumento notable en las posibilidades cognoscitivas, en las funciones y procesos psíquicos; lo cual sirve de base para que se hagan altas exigencias a su intelecto.

En el segundo ciclo se pone de manifiesto el cambio que han experimentado los escolares en lo que al desarrollo anatomofisiológico. Se aprecia en estos niños el aumento de talla, peso y volumen de la musculatura. Comienzan a despuntar las

desproporciones (el tronco con respecto a las extremidades) y aumenta la fuerza muscular.

Los caracteres sexuales secundarios comienzan a hacer su aparición. Por lo general en las niñas estos cambios hacen su aparición de forma más prematura. Muchas de ellas han experimentado la primera menstruación a los 11 años. En correspondencia con dichos cambios aparece también el interés más marcado hacia las cuestiones del sexo, con lo cual se hace necesaria una correcta y oportuna educación sexual.

Los cambios hasta aquí descritos hacen que el profesor brinde a los alumnos un tratamiento especial, pues no son niños pero tampoco adolescentes; por lo que se debe actuar con cautela y tacto para influir favorablemente sobre ellos contribuyendo a una adecuada y armónica formación en el terreno emocional, moral y físico de la personalidad.

El deporte de atletismo en la Educación Física tiene como objetivos principales del II ciclo de enseñanza:

- 1.-Aumentar el nivel de desarrollo de las capacidades físicas y habilidades motrices básicas de modo que les permita cumplir con las actividades propias de su grado, edad y sexo.
2. Realizar con un nivel de desarrollo grueso los complejos de habilidades arrancada baja, pasos transitorios y pasos normales durante la carrera de 50 metros y carrera de impulso, despegue, vuelo y caída en el salto de altura técnica tijeras.
3. Aplicar las reglas fundamentales del atletismo en correspondencia con cada habilidad.

**Pruebas de distancias cortas:**

- 100 metros planos (M y F)
- 200 metros planos (M y F)
- 400 metros planos (M y F)
- Relevé 4x100 metros planos (M y F)
- Relevé 4x400 metros planos (M y F)

**Partes en que se dividen para su estudio las carreras planas:**

- Arrancada.

- Pasos transitorios.
- Pasos normales.
- Final

#### **Tipos de Arrancada:**

- Arrancada alta.
- Arrancada media.
- Arrancada Baja.

#### **Partes en que se dividen para su estudio las carreras planas:**

- Arrancada.
- Pasos transitorios.
- Pasos normales.
- Final.

#### **Voces de Mando**

- A sus marcas.
- Listos.
- Fuera( Se realiza con un disparo)

#### **Metodología de la enseñanza en las distancias cortas:**

Familiarización.

1. Enseñanza de los pasos normales.
2. Enseñanza de la arrancada y pasos. transitorios.
3. Enseñanza de la colocación de los bloques y la arrancada en la curva.
4. Enseñanza del final en la meta.
5. Perfeccionamiento de la técnica.

#### **Errores más comunes.**

1-La fase de impulso es incompleta y por la pobre elevación del muslo de la pierna de péndulo el atleta no se impulsa.

2.-El trabajo de los brazos es demasiado alto o demasiado bajo, estos cruzan la línea media del cuerpo y sobrepasan en gran medida, la cadera en el retroceso.

3.-La cadera queda baja y se corre sentado con poca elasticidad y dinámica en la colocación de los pies en la pista o terreno, se produce un freno.

.4-El tronco se lleva demasiado erguido, o hacia atrás o hacia delante.

5.-Se corre con poca soltura, contracción del cuello, hombros y brazos, lo cual limita los movimientos.

6.-Nos se mantiene una línea recta en toda la carrera.

7.-Se baja la velocidad antes de la meta y no se pasa por ella con óptima velocidad.

#### **1.3.4.-Importancia que brinda el conocimiento de las Reglas del Atletismo.**

En la actualidad la formación y educación de los niños y profesores exige de una mayor y mejor preparación de quienes dirigen ese proceso, se hace cada vez más imperante el elevar las competencias profesionales de los mismos, por lo que debe existir una constante superación para la asimilación de las nuevas tecnologías y/o tendencias. Esto constituye una importante vía para el logro de tales propósitos, ya que su desarrollo posibilitará la asimilación de ese nuevo conocimiento, necesario para ser revertido en la formación y desarrollo de los niños y profesores, el mismo garantiza además la consolidación de habilidades profesionales propias de la labor que es la investigación, la selección, la planificación y por consiguiente la ejecución o aplicación, partiendo siempre de la independencia cognoscitiva del profesional.

El asimilar los contenidos que se proponen garantizará que estos profesores de Educación Física sean capaces de conducir una competencia de atletismo así como sus interioridades de anotar y arbitrar una competencia al nivel escolar en el municipio, le posibilitará también ejercer y desarrollar una mejor clase con este deporte, ya que en consecuencia, será la transmisión de contenidos en los programas de Educación Física. Una competencia de Atletismo requiere, por su elevado número de pruebas, un material importante.<sup>[57]</sup> Para las carreras (de 60 a 400 m) es obligatorio la presencia de tacos de salida, si es posible conectados con un sistema de control de salidas en falso. Permiten un mayor impulso y salidas sin deslizamientos. Además, los postes de partida deberán indicar las «calles» atribuidas a los atletas. Para aprobar las marcas, la [IAAF](#) requiere la presencia de un [anemómetro](#) para medir y registrar la velocidad del viento,<sup>[58]</sup> y un sistema de cronometraje completamente automático a la centésima de segundo. El «testigo» utilizado en las carreras de relevos no deberá exceder de 50 gramos y 30 cm. Se deben utilizar paneles para informar a los atletas y espectadores de las marcas alcanzadas. La vestimenta típica de un atleta se compone de un maillot, un [short](#) y

zapatillas de carreras. Las utilizadas por un velocista no tienen talón ni arco plantar, y cuentan con 11 crampones que no deben exceder los 9 mm de longitud.

### **1.3.5 Jueces y Reglamento**

Una prueba de atletismo está integrada por diversos jueces encargados de garantizar el buen funcionamiento de las pruebas y la validez de las [marcas](#), velando por la aplicación coherente de la normativa internacional. Para las [carreras](#), el [juez-árbitro](#) coordina al jurado para que se respeten las diferentes reglas de las competiciones. El juez de salida es responsable de asegurar el correcto inicio de las carreras, especialmente en la colocación de los atletas o en el posicionamiento en la salida.<sup>[60]</sup> También vigila cualquier salida en falso, avisando al atleta en la primera falta y excluyendo al responsable la segunda vez. Los comisarios de carrera deben notificar al juez cualquier interferencia al reglamento durante el desarrollo de las carreras, especialmente en los casos de invasión de la «calle» próxima en las [carreras de velocidad](#), mal franqueo de obstáculos, empujones, o mal traspaso del «testigo».<sup>[61]</sup> Los jueces de meta determinan la clasificación de los atletas tras cruzar la línea con la primera parte del cuerpo (hombro o torso). El jurado de la carrera es secundado por los [cronometradores](#) oficiales que necesariamente tienen que tener una herramienta para la medición automática a una centésima de segundo y un [anemómetro](#).

### **1.3.6 Reglas de competición.**

Posicionamiento de los atletas durante un 100 m antes del golpe de pistola del juez de salida. La IAAF ha promulgado normas estrictas y rigurosas en las competiciones para garantizar una competencia leal en las pruebas. En una competición oficial, el primer atleta debe estar registrado y apuntando en la secretaría para recibir su dorsal. Cuenta con una «zona de calentamiento» para ese fin y debe presentarse en la «zona de llamada» a una hora establecida. A continuación, debe dirigirse a la zona de las pruebas con los otros competidores. Los atletas deben llevar sus equipamientos reglamentarios reconocidos por su federación. Estos equipamientos

no deben ser ofensivos y no deben dificultar de ser vistos por los jueces. Un atleta tiene la oportunidad de participar descalzo o llevar calzado en uno o en ambos pies.

En las carreras de velocidad, los atletas corren en la «calle» que se les asigna de un extremo a otro de la prueba y deberán salir obligatoriamente de los tacos de salida, donde un juez de salida da las órdenes de salida siguientes: «a sus puestos» y ¿«listos»? , antes de efectuar el disparo de [pistola](#) cuando los corredores están inmóviles.<sup>[62]</sup> Los competidores no debe cambiar de «calle» ni interferir en la línea interior, especialmente en las curvas. A partir de los 800 metros, los atletas comienzan en una posición de pie, sin la segunda orden. Durante la carrera, no deben obstaculizar ni empujar. Para los relevos, los atletas deberán respetar las zonas de transmisión marcadas en la pista y llevar el testigo hasta la línea de meta. En las carreras de obstáculos, los corredores deberán pasar por encima de las vallas y no al revés de forma deliberada.

## Capítulo II

### Métodos y procedimientos.

#### 2.1: Población y Muestra.

Para la realización de este trabajo investigativo se tomó la población de 7 profesores de Educación Física de las escuelas rurales procedentes del municipio de Sancti Spíritus, Bonifacio Byrne, Benito Juárez y Mariana Grajales lo que representa el 100% de la población.

No.	Edad biológica	Años de experiencia	Licenciados		Categoría científica			Grado que imparten		
			Si	No	Msc	Dr.	Ninguno	1ro	a	6to
1	35	10	X				X	x		x
2	31	6	X				X	x		x
3	47	22	X				X	x		x
4	25	3	x				X	x		x
5	27	3	X				x	x		x
6	33	8	X				X	x		x
7	34	9	x				x	x		x

Todos son Licenciados en Cultura Física y Deportes, dentro de la población solo existe un profesor del sexo femenino y el resto masculino, la edad promedio es de 33 años, oscilan entre las edades de 25 a 47 años, y 8 años de experiencia de trabajo, y ninguno de ellos fue atleta.

#### 2.2: Métodos y Técnicas de investigación utilizados.

- Es importante destacar los métodos que empleamos en la investigación.

##### Métodos de Nivel Teóricos

- Histórico lógico: Propicia los cambios, desarrollo, y evolución de los sujetos a lo largo del proceso, lo que permitió la flexibilidad para los reajustes y variaciones surgidas dentro del problema investigado.
- Analítico Sintéticos: Para realizar la exploración descomponiendo los elementos relacionados con el conocimiento sobre reglas y arbitraje de los

profesores en los diferentes eventos de carreras y arribar posteriormente a conclusiones sobre las carencias más generales que presentan los investigados.

### **Métodos de Nivel Empíricos.**

- Encuestas: Se aplica con el objetivo de determinar el conocimiento sobre las Reglas y Arbitraje de los profesores de Educación Física.

### **Métodos de Nivel Estadístico o Matemático.**

- Procedimiento Matemático (Análisis Porcentual): Nos permitió cuantificar en por ciento las respuestas dadas en algunos instrumentos aplicados, ayudándonos en la interpretación de los resultados.

### **2.3. Metodología.**

A todos se les aplicó la encuesta (Anexo # 2) para que de esta manera recoger los aspectos generales que deben ser del dominio de todos los profesores de Educación Física y que a la vez permitan conocer el conocimiento de los mismos. Se encuestó en el horario de la mañana. Se aclararán las dudas surgidas sobre las preguntas de la encuesta.

### **TÉCNICAS ESTADÍSTICAS Y PROCEDIMIENTOS PARA EL ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS.**

Para el procesamiento de los datos de este trabajo se utilizó el cálculo porcentual, que permitió valorar en porcentos los resultados de las respuestas dadas por los encuestados, según la valoración de correctas o incorrectas previamente establecidas.

### **ESCALA PARA VALORAR EL NIVEL DE CONOCIMIENTO (Comisión Nacional de Atletismo para la calificación de los árbitros)**

- 95-100 ----- Muy alto. Dominio
- 80-94 ----- Alto .Dominio.
- 79-70 ----- Poco. Dominio
- 70 ----- Bajo .Dominio.

### **CAPITULO III**

.Análisis e interpretación de los Resultados.

Con el desarrollo de esta investigación acerca del diagnóstico sobre el conocimiento de reglas y arbitraje en los eventos de carreras del Atletismo, en los profesores de Educación Física de las escuelas rurales en Sancti Spíritus se llegó a los siguientes resultados.

#### **3.1: Tabla No 1**

En esta tabla se observa el tiempo de graduado de cada profesor, el nivel de calificación, cursos recibidos y ayuda que estos cursos le han brindado. Sobre la literatura, se refleja si posee referencia del deporte, actualización de la misma y tiempo libre que dedique a su auto-superación mediante la lectura de literatura relacionada con su trabajo.

Observando el tiempo de graduado de cada profesor se obtuvo que el 57% oscila entre 5-10 años de trabajo en el deporte de atletismo, lo que demuestra que si se posee la experiencia práctica en esta actividad.

El 100% procede de la Universidad de la Ciencias de la Cultura Física y Deporte o sea de la Facultad de Cultura Física de Sancti Spíritus.

Un aspecto de gran importancia en la elevación del nivel técnico metodológico radica en los cursos que reciben los entrenadores de manera tal que les permita estar actualizados y se comporta así:

Al analizar lo antes expuesto con los resultados obtenidos en la encuesta en relación con los cursos recibidos, se pudo observar que el 85% (6) no han recibido cursos, dato que nos ayuda a reafirmar la predicción. En cuanto a la ayuda de estos cursos el 85%(6) plantean que nada le han ayudado y el 15%(1) si le ha ayudado mucho en su profesionalidad. La calidad de los cursos que han recibidos argumentan que solo el 15%(1) es bueno, esto lo manifiesta el profesor que participó en el realizado a nivel Provincial y que solamente el 85%(6) no posee la calidad requerida. En cuanto al acceso de la literatura especializada para el trabajo que realiza se pudo constatar que solo el 85%(6) tiene acceso a la misma y que solo un 15%(1) no tiene acceso motivado por la lejanía del entrenador en donde labora. En la actualización de la literatura se constató que el 15%(1) plantea estar actualizado por lo que el 85%(6) plantea

no estarlo. Por último los encuestados manifiestan decir que si leen en su tiempo libre algún tipo de literatura de su deporte con un 100% (7).

Teniendo en cuenta el desarrollo actual que presenta el atletismo a nivel mundial es necesario que cada profesor esté constantemente actualizado en su especialidad por lo que la literatura que puede obtener le es de una ayuda indispensable.

## **Análisis de los Resultados por Preguntas**

### **Pregunta 1**

¿Cuál es el ancho que poseen los carriles desde el borde interno de la línea inferior,

hasta el borde externo de la línea superior?

### **R-1,22**

Profesores	Escuelas	Correctas	Incorrectas
A	Bonifacio Byrne	-	X
B	Bonifacio Byrne	-	X
C	Bonifacio Byrne	-	X
D	Benito Juárez	-	X
E	Benito Juárez	-	X
F	Mariana Grajales	-	X
G	Mariana Grajales	-	X
Total de % por preguntas		0%	100%

En la pregunta 1 artículo 160, la dimensión que tiene los carriles desde el ancho interno de la línea inferior hasta el borde externo la línea superior, los profesores tuvieron dificultades en responder, con 100% de respuesta incorrectas, presentando un bajo dominio de conocimiento sobre la pregunta.

### **Pregunta 2**

¿Cuántas vueltas a la pista debe realizar cada competidor en una distancia de 1000 m?

### R-2 vueltas y media

Profesores	Escuelas	Correctas	Incorrectas
A	Bonifacio Byrne	X	-
B	Bonifacio Byrne	X	-
C	Bonifacio Byrne	X	-
D	Benito Juárez	X	-
E	Benito Juárez	X	-
F	Mariana Grajales	X	-
G	Mariana Grajales	X	-
Total % por preguntas		100%	0%

En la pregunta 1 artículo 160 carrera de distancia media los profesores dieron un 100% de respuesta correctas presentando muy alto el dominio de conocimiento sobre la pregunta de distancia media.

### Pregunta 2.1

¿Diga cual es el punto de partida de los corredores?

### R-200m

Profesores	Escuelas	Correctas	Incorrectas
A	Bonifacio Byrne	X	-
B	Bonifacio Byrne	X	-
C	Bonifacio Byrne	X	-
D	Benito Juárez	X	-
E	Benito Juárez	X	-
F	Mariana Grajales	X	-
G	Mariana Grajales	X	-
Total % por preguntas		100%	0%

En la pregunta 2.1 el punto de partida de los corredores en una distancia de 1000 m dio un 100% de respuesta correcta presentando muy alto dominio de conocimiento sobre la pregunta.

**Pregunta 3-** (carreras de relevo)

. En las carreras de relevo, existen 2 tipos de cambio, uno con control visual y otro sin control visual. ¿Diga cual se utiliza en la distancia de 4x100 m?

**R- sin control visual**

Profesores	Escuelas	Correctas	Incorrectas
A	Bonifacio Byrne	X	-
B	Bonifacio Byrne	X	-
C	Bonifacio Byrne	X	-
D	Benito Juárez	X	-
E	Benito Juárez	-	X
F	Mariana Grajales	-	X
G	Mariana Grajales	X	-
Total de % por pregunta		71%	29%

En la pregunta 3 artículo 170 carreras de relevo, los profesores respondieron 71 % correctas y un 29% de respuestas incorrectas, mostrando poco dominio de conocimiento sobre las carreras de relevo y resaltando por escuela el Bonifacio Byrne, los 3 profesores respondieron correcto, resaltando su dominio del tema.

**Pregunta3.1**

¿Diga cual es la distancia de la zona de cambio para estos dos eventos?

**R-20m**

Profesores	Escuelas	Correctas	Incorrectas
A	Bonifacio Byrne	X	-
B	Bonifacio Byrne	-	X
C	Bonifacio Byrne	-	X
D	Benito Juárez	-	X
E	Benito Juárez	-	X
F	Mariana Grajales	-	X
G	Mariana Grajales	-	X
Total de % por pregunta		15%	85%

La distancia de la zona de cambio los profesores dieron como respuesta 15% que equivale a una respuesta correctas dada por la escuela Bonifacio byrne, y el 85% incorrectas para un bajo dominio de conocimiento de la zona de cambio.

#### Pregunta 4

EL interior de la pista estará limitada por un bordillo de material apropiado de aproximadamente:

#### R-50mm

Profesores	Escuelas	Correctas	Incorrectas
A	Bonifacio Byrne	-	X
B	Bonifacio Byrne	-	X
C	Bonifacio Byrne	X	-
D	Benito Juárez	X	-
E	Benito Juárez	X	-
F	Mariana Grajales	-	X
G	Mariana Grajales	X	-
Total de % por pregunta		57%	43%

El bordillo de la pista, las respuestas correctas fueron 57% y de las incorrectas 43% presentando un bajo dominio de conocimiento sobre las dimensiones, respondiendo correcto los 2 profesores de la escuela Benito Juárez.

#### Pregunta 5

Los tacos de salidas tienen que usarse en todas las carreras hasta.

#### R-400m

Profesores	Escuelas	Correctas	Incorrectas
A	Bonifacio Byrne	X	-
B	Bonifacio Byrne	-	X
C	Bonifacio Byrne	X	-
D	Benito Juárez	-	X
E	Benito Juárez	X	-
F	Mariana Grajales	X	-
G	Mariana Grajales	-	X
Total de % por pregunta		57%	43%

En la pregunta de los tacos de salida las respuestas correctas fueron 57% y las incorrectas un 43 %, mostrando un bajo dominio de conocimiento, solamente respondiendo correcto un profesor de cada escuela.

### Pregunta 6

La salida de una carrera deberá estar señalada por una línea blanca de

#### R-50mm

Profesores	Escuelas	Correctas	Incorrectas
A	Bonifacio Byrne	X	-
B	Bonifacio Byrne	X	-
C	Bonifacio Byrne	X	-
D	Benito Juárez	X	-
E	Benito Juárez	X	-
F	Mariana Grajales	-	X
G	Mariana Grajales	-	X
Total de % por pregunta		71%	29%

En la pregunta 6 línea blanca de salida los profesores presentaron poco dominio en la pregunta con 71% de respuestas correctas y un 29% incorrectas sobresaliendo las escuelas Bonifacio byrne y Benito Juárez con respuesta correctas de todos sus profesores.

### Pregunta 7

En las carreras de fondo las voces de mando son

#### R-A sus puestos, disparo

Profesores	Escuelas	Correctas	Incorrectas
A	Bonifacio Byrne	-	X
B	Bonifacio Byrne	X	-
C	Bonifacio Byrne	X	-
D	Benito Juárez	X	-
E	Benito Juárez	X	-
F	Mariana Grajales	X	-

G	Mariana Grajales	X	-
Total de % por pregunta		85%	15%

En la pregunta 7 carreras de fondos dieron como respuesta correctas un 85% de y de las incorrectas 15% mostrando un alto dominio de conocimiento, existiendo un solo profesor que no domina el tema, de la escuela Bonifacio Byrne.

### Pregunta 8

¿Que arbitro puede amonestar al atleta por actitud inapropiada? (amonestación)  
o

(Descalificación)

### R- juez Árbitro

Profesores	Escuelas	Correctas	Incorrectas
A	Bonifacio Byrne	X	-
B	Bonifacio Byrne	X	-
C	Bonifacio Byrne	X	-
D	Benito Juárez	X	-
E	Benito Juárez	X	-
F	Mariana Grajales	X	-
G	Mariana Grajales	-	X
Total de % por pregunta		85%	15%

En pregunta 8 que el arbitro puede amonestar las respuesta fueron de en alto dominio de los profesores con un 85% correctas y incorrectas 15% mostrando un solo profesor no dominio del tema.

### Pregunta 9

En las carreras de 800m no se correrá por la calle hasta la parte más próxima de la línea de calle libre ¿Diga si es verdadero o falso?

### R- falso

Profesores	Escuelas	Correctas	Incorrectas
A	Bonifacio Byrne	-	X
B	Bonifacio Byrne	X	-

C	Bonifacio Byrne	-	X
D	Benito Juárez	-	X
E	Benito Juárez	X	-
F	Mariana Grajales	X	-
G	Mariana Grajales	X	-
Total de % por pregunta		57%	43%

Pregunta de carrera de 800m se pudo analizar que presenta los profesores un bajo dominio de conocimiento en las carreras de fondos con un 57% correctas y un 43% incorrectas resaltando los profesores de la escuela Mariana Grajales.

### **Pregunta 10**

El Anemómetro para las carreras deberá colocarse a una altura de:

#### **R-1,22**

Profesores	Escuelas	Correctas	Incorrectas
A	Bonifacio Byrne	X	-
B	Bonifacio Byrne	-	X
C	Bonifacio Byrne	-	X
D	Benito Juárez	-	X
E	Benito Juárez	-	X
F	Mariana Grajales	-	X
G	Mariana Grajales	X	-
Total de % por pregunta		29%	71%

El anemómetro para carreras se pudo observar que en esta pregunta los profesores mostraron un bajo dominio de conocimiento con 29% de respuestas correctas y un 71% incorrectas.

### **pregunta11**

En una carrera de 100 metros el período por el cual se deberá medir la velocidad del viento desde el humo de la pistola del juez de salida será:

#### **R-10seg**

Profesores	Escuelas	Correctas	Incorrectas
A	Bonifacio Byrne	X	-
B	Bonifacio Byrne	X	-
C	Bonifacio Byrne	X	-

D	Benito Juárez	X	-
E	Benito Juárez	X	-
F	Mariana Grajales	X	-
G	Mariana Grajales	X	-
Total de % por pregunta		100%	0%

En esa pregunta como se observa los profesores mostraron muy alto dominio de conocimiento con un 100% de respuesta correctas.

**Pregunta- 12** En el cronometraje manual tiempo se empezara a tomar desde el

### R-humo de la pistola

Profesores	Escuelas	Correctas	Incorrectas
A	Bonifacio Byrne	-	X
B	Bonifacio Byrne	-	X
C	Bonifacio Byrne	-	X
D	Benito Juárez	-	X
E	Benito Juárez	-	X
F	Mariana Grajales	-	X
G	Mariana Grajales	-	X
Total de % por pregunta		0%	100%

Analizando la pregunta de cronometraje los profesores tuvieron dificultades en responder con 100% de respuestas incorrectas, presentando un bajo dominio de conocimiento.

### 13-pregunta

La distancia entre a línea de salida y la primera valla en el evento de 110m con valla es de:

### R-13,72m

Profesores	Escuelas	Correctas	Incorrectas
A	Bonifacio Byrne	-	X
B	Bonifacio Byrne	-	X
C	Bonifacio Byrne	-	X
D	Benito Juárez	-	X
E	Benito Juárez	-	X

F	Mariana Grajales	-	X
G	Mariana Grajales	-	X
Total de % por pregunta		0%	100%

En el evento de 110m con valla los profesores presentaron un bajo dominio de conocimiento con 100% de respuestas incorrectas en la distancia entre a línea de salida y la primera valla.

#### 14-pregunta

La distancia entre la última valla y línea de llegada en el evento de 100m con valla es de:

#### R-10,50m

Profesores	Escuelas	Correctas	Incorrectas
A	Bonifacio Byrne	X	-
B	Bonifacio Byrne	X	-
C	Bonifacio Byrne	X	-
D	Benito Juárez	X	-
E	Benito Juárez	X	-
F	Mariana Grajales	X	-
G	Mariana Grajales	-	X
Total de % por pregunta		85%	15%

En la pregunta14 el evento de 100m con valla las respuestas de los profesores fueron de 85% correctas y15% incorrectas presentando un alto dominio de conocimiento entre la última valla y la línea de llegada.

### RESULTADOS INDIVIDUALES DE LA ENCUESTA.

Profesor	Escuela	% de los encuestados	Evaluación
A	Bonifacio Byrne	62	Bajo Dominio

<b>B</b>	<b>Bonifacio Byrne</b>	<b>43</b>	<b>Bajo Dominio</b>
<b>C</b>	<b>Bonifacio Byrne</b>	<b>68</b>	<b>Bajo Dominio</b>
<b>D</b>	<b>Benito Juárez</b>	<b>62</b>	<b>Bajo Dominio</b>
<b>E</b>	<b>Benito Juárez</b>	<b>56</b>	<b>Bajo Dominio</b>
<b>F</b>	<b>Mariana Grajales</b>	<b>50</b>	<b>Bajo Dominio</b>
<b>G</b>	<b>Mariana Grajales</b>	<b>50</b>	<b>Bajo Dominio</b>

Teniendo en cuenta los resultados individuales de la encuesta donde se observa los profesores de Educación Física de las escuelas rurales se pudo constatar que todos poseen un bajo dominio de conocimiento en cuanto a la temática de estudio, sobre saliendo el profesor C que es el de mayor experiencia laboral respondiendo el 68% de las respuesta correcta siendo el de superior rango, pero de acuerdo a la escala evaluativa su dominio es bajo.

#### **Estado del conocimiento de los profesores por escuelas.**

##### **Anexo #3 Grafica**

El estado de conocimiento de los profesores se observa que el de mejor preparación es el de la Benito Juárez con un 59% de respuestas correctas y con un 57% los investigados de la Bonifacio Byrne, y presentando el 50 % la Mariana Grajales con los de menor conocimiento sobre reglas y arbitraje.

#### **Análisis de los resultados de forma general.**

Preguntas	%	Escala Evaluativa.
Correctas	55	Bajo dominio de conocimiento sobre regla y arbitraje
Incorrectas	45	

De las 16 preguntas realizadas a los profesores de Educación Física que laboran en las escuelas rurales del municipio Sancti Spíritus se pudo observar que el 55% de las mismas fueron correctas y que el 45% se corresponde con las incorrectas. Teniendo en cuenta la escala evaluativa reflejada en el Capítulo II representa un Bajo dominio de conocimiento sobre regla y arbitraje en el Atletismo.

## **Conclusiones.**

1. El conocimiento sobre Regla y Arbitraje de los eventos de carreras en profesores de Educación Física procedente de escuelas rurales fue de bajo dominio.

..2.- Al aplicarse la encuesta a los profesores de las escuelas primarias rurales del municipio Sancti Spíritus se pudo constatar que existe un 55% de respuestas correctas y un 45% incorrectas.

3-. Los aspectos de mayores deficiencias dentro del conocimiento sobre Regla y Arbitraje de los eventos de carreras de los profesores de Educación Física de las escuelas rurales son:

- El ancho que poseen los carriles desde el borde interno de la línea inferior, hasta el borde externo de la línea superior.
- La distancia de la zona de cambio para los eventos de relevos.
- Colocación del anemómetro para las carreras.
- En el cronometraje manual donde se empezará a tomar desde la salida del humo.
- Distancia entre la línea de salida y la primera valla en el evento de 110 metros con valla.

## **Recomendaciones.**

1- Diseñar cursos o postgrados de superación en el municipio ,con la ayuda de entrenadores y profesores de la Facultad de las Ciencias de la Cultura Física y el Deporte, más calificados, a modo a que se contribuya con la elevación de los conocimientos sobre las Reglas y Arbitraje que deben poseer los profesores de Educación Física que trabajan el deporte de atletismo en escuelas rurales del municipio de Sancti Spíritus para darles respuestas a las necesidades diagnosticadas en la investigación.

## **Bibliografía.**

- Amorin, Moráis. (1990) *Flexibilidad una capacidad global*. Buenos Aires: Editorial Stadium.
- Achour, Abdallah. (1998) *Flexibilidad*. Paraná, Editorial Actividades Física Saude.
- Álvarez De Zayaz, Carlos. (1990) *Diseño Curricular de la Educación Superior*. La Habana, Instituto Superior Pedagógico "Enrique José Varona".
- (1998) *La pedagogía como ciencia*. La Habana, Instituto Superior Pedagógico "Enrique José Varona.
- Alvira Martín, Francisco. (1991) Metodología de la evaluación de programas. Cuaderno Metodológico. No. 2, Madrid
- (1994) Diagnóstico Pedagógico: Fundamentos Teóricos. Oviedo Departamento de C.C de la Educación.
- Arnord, P.J. (1991) *Educación Física, Movimiento y Curriculum*. Morata, Madrid.
- Ballesteros, J.M. (1991) Manual de Entrenamiento Básico. /FIAA. Inglaterra.
- Blanco Prieto, Francisco. (1994): *La Evaluación en la Educación Secundaria*. España, Amarú Ediciones.
- Vázquez S&A Acute; Sánchez, Domingo. (1992): *Evaluar la Educación Física*. INDE Publicaciones.
- Colectivo de autores. (2001) Programas y Orientaciones Metodológicas, Educación Primaria, Segundo Ciclo, Educación Física.
- , Pedagogía. Ministerio de Educación, Cuba, Instituto Central de Ciencias Pedagógicas.
- Corkd, T. (1986): *Método cualitativo y cuantitativos en investigación evaluativa T. D*. Morata, S.A, Madrid.

- Diachkov, V. M. (1989) Métodos para el Perfeccionamiento de la preparación de los  
Deportistas de las categorías superiores. Moscú: Fisicultura y Sport.
- Doval Naranjo, Francisco. (1996) "Determinación de la eficiencia de la dirección del  
proceso de enseñanza de aprendizaje en la clase de Educación Física".  
*En Conferencias y Talleres. III Concurso Internacional de Clase.* La Habana, Departamento Nacional de Educación Física, INDER.
- Ferreiro, L. (1983) " La aceleración del desarrollo en escolares cubanos, en Revista  
Educación, No. 49.
- Forteza de la Rosa, Armando. (1988) Bases Metodológicas del Entrenamiento Deportivo. / Armando de la Rosa, Alfredo Ranzola Rivas. Ed. - Ciudad de la  
Habana. Editorial Científico Técnico.
- Harre, Dietrich. (1983).Teoría del Entrenamiento Deportivo. / Dietrich Harre. – Ciudad de la Habana. Editorial Científico Técnico.
- Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación. (2000) Planes y  
Programas para las Áreas Deportivas Especiales y Escuelas de Iniciación Deportiva Escolar. Deporte Atletismo, Habana, Impresora José A. Huelga.
- Klimberg, L. (1990) Control y Evaluación de los rendimientos de los alumnos. / L.  
Klimberg – Habana: Editorial Pueblo y Educación.
- Martínez Fuentes, Antonio J. (1983) Antropología Física. / Antonio J. Martínez Fuentes – La Habana: Editorial Científico Técnico.
- MINISTERIO DE EDUCACION; N. (2001): *Programas y Orientaciones Metodológicas para la Enseñanza Primaria.* La Habana, Pueblo y Educación,  
MINED.
- Ozolin, N.G. (1983) Sistema Contemporáneo del Entrenamiento Deportivo. / N.G.Ozolin. - Ciudad de la Habana, Editorial Científico Técnico.
- Ozolin, N.G. y D.P. Markov. (1991) Atletismo. Ciudad de la Habana, Edición Científico Técnico.

- Portal Gallardo Jaime A. y García Molina Marcelo. (1994): "Nuevo Programa Optativo de Educación Física para 10º grado". La Habana, Cuba, Revista *Cultura Física*.
  - Programa de la Preparación del Deportista, Área de velocidad. (2000) Ciudad de la Habana, ISCF Manuel Fajardo.
  - Ruiz Aguilera, Ariel. (1985) Metodología de la Enseñanza de la Educación Física. La Habana, Editorial Pueblo y Educación.
  - Ruiz Aguilera, A. López Rodríguez, A Dorta Basco. F. (1995) Metodología de la Enseñanza de Educación Física. / A Ruiz Aguilera, A. López Rodríguez, F. Dorta Basco. – Ciudad de la Habana: Editorial Pueblo y Educación.
- Thompson, Peter. (1991) Introducción a la Teoría del Entrenamiento. / Peter J.L. – Thompson. Inglaterra, Marhallarts Print Service.
- Torres Solís, J.A. (1998) Teoría de la Educación Física. / J.A. Torres Solís, Madrid, Gimnos.
- Valdés Casals, H. (1987) Introducción a la Investigación Científica aplicada a la Educación y el Deporte, H. Valdés Casals. – Ciudad de la Habana: Editorial Pueblo y Educación.
- Volkov, V.M. (1980) Selección Deportiva. / V.M. Volkov, V.P.Filin. – Moscú, Vesbturg. La Habana, Ed. Pueblo y Educación.
- Weinech J. (1995) Entrenamiento óptimo. Barcelona, Editorial Hispano Europea.

## Anexo 1

### Tabla No 1

Tiempo de graduado.

Años	Cantidad	%
1-5	2	29
<b>5-10</b>	<b>4</b>	<b>57</b>
+10	1	14

Lugar de procedencia.

Niveles	Cantidad	%
EPEF	-	-
FCCFD	7	100
ISF	-	-
ESEF	-	-
Otras	-	-

Profesores que han recibido cursos.

Cursos	Cantidad	%
Nacional	-	-
Provincial	-	-
Municipal	1	15
Ninguno	6	85

Ayuda en el curso del trabajo de los profesores

Ayuda	Cantidad	%
Mucho	1	15
Poco	-	-
Nada	6	85

**Acceso o posee alguna literatura especializada para el trabajo que realiza.**

Literatura especializada	Cantidad	%
SI	6	85
NO	1	15

**¿Están actualizadas?**

Literatura especializada	Cantidad	%
SI	-	-
NO	7	100

**En su tiempo libre lee Usted algún tipo de literatura sobre el Atletismo.**

Literatura especializada	Cantidad	%
SI	7	100
NO	-	-

**Anexo # 2.**

### **ENCUESTA.**

Compañero profesor: Con este estudio sobre Reglas y Arbitraje se pretende observar el nivel de conocimiento que poseen los profesores de Educación

Física en aras de de desarrollar el deporte de Atletismo y darle respuesta a uno de los proyectos que la Comisión Nacional de Atletismo orientó a todo el país. Lo cual esperamos de usted sea lo mas sincero posible en cuanto su respuesta, muchas gracias .por su gentil colaboración.

#### Articulo-160

1-En los eventos de pista durante la carrera cada competidor debe permanecer dentro de los limites de su carril. ¿Cuál es el ancho que poseen los carriles desde el borde interno de la línea inferior, hasta el borde externo de la línea superior?

-----1,00 m

-----1,22 m

-----1,20 m

2-Para las carreras de distancia media, se estima una distancia de 1000 m. ¿Cuántas vueltas a la pista debe realizar cada competidor?

-----3 vueltas

----- 2 vueltas

-----2 vueltas y media.

2.1-Siendo así: ¿Diga cual es el punto de partida de los corredores?

---- meta

-----200 m

-----300 m

#### ARTICULO-170

3-En las carreras de relevo, existen 2 tipos de cambio, uno con control visual y otro sin control visual. ¿Diga cual se utiliza en la distancia de 4x100 m?

-----con control visual

-----sin control visual

¿En los 4x400 m?

-----con control visual

-----sin control visual

3.1-¿Diga cual es la distancia de la zona de cambio para estos dos eventos?

-----10 m

-----15 m

-----25 m

-----20 m.

4-EL interior de la pista estará limitada por un bordillo de material apropiado de aproximadamente

-----70mm

-----60mm

-----50mm

-----

80mm

5-Los tacos de salidas tienen que usarse en todas las carreras hasta

-----400m

-----800m

-----500m

-----300

m

6-La salida de una carrera deberá estar señalada por una línea blanca de

-----40mm

-----30mm

-----50mm

-----20mm

7-En las carreras de fondo las voces de mando son

----- A sus marcas, listo, disparo

-----A sus puestos, disparo

8-Que arbitro puede amonestar al atleta por actitud inapropiada

(amonestación) o

(Descalificación)

----- EL juez e salida          ----- juez Arbitro

9-En las carreras de 800m no se correrá por la calle hasta la parte mas próxima de la línea de calle libre .¿Diga si es verdadero o falso ?

----- verdadero          ----- falso

10-El Anemómetro para las carreras deberá colocarse a una altura de

-----1.22m          -----3,2m          -----1,50m

11-En una carrera de 100me periodo por el cual se deberá medir la velocidad del viento desde el humo de la pistola del juez de salida será

-----13seg          -----11seg          -----10seg

12-En el cronometraje manuales tiempo se empezara a tomar desde el

-----despegué posterior del atleta          -----sonido de la pistola

-----humo de la pistola

13-Las distancia entre a línea de salida y la primera valla en el evento de 110m con valla es de

-----13m          -----9,14m          -----13,72m

14-La distancia entre la ultima valla y línea de llegada en el evento de 100m con valla es de

-----8,5m

-----8,35m

-----10,50m

Anexo # 3 Estado del conocimiento de las escuelas sobre los profesores encuestados.

