

Universidad Nacional de Río  
Negro

# “METODOS DE ENTRENAMIENTO EN CATEGORIAS FORMATIVAS DE LOS CLUBES DE RUGBY DEL ALTO VALLE DE NEUQUEN Y RIO NEGRO.”

Tesis presentada para cumplir con los  
requisitos finales en la obtención del título de  
Licenciado en Educación Física

Autor: Prof. Gonzalo Mastracci  
Tutor: Lic. Roberto Carbajal

## INDICE

INDICE.....	1
RESUMEN .....	2
PALABRAS CLAVE.....	2
TEMA DE INVESTIGACION .....	3
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA .....	3
FUNDAMENTACION .....	4
OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN .....	5
FACTIBILIDAD DE LA TESIS.....	5
ESTADO DEL ARTE .....	6
MARCO TEORICO.....	10
ENFOQUE METODOLOGICO .....	311
PRESENTACION DE LOS DATOS .....	322
ANALISIS DE DATOS CUANTITATIVOS .....	33
ANÁLISIS DE DATOS CUALITATIVOS .....	477
CONCLUSIONES .....	56
BIBLIOGRAFIA.....	600
ANEXO ESTADO DEL ARTE .....	62
ANEXO ENCUESTA Y ENTREVISTA .....	65

## **RESUMEN**

El principal propósito de este trabajo de investigación fue establecer los métodos de entrenamiento más utilizados por los entrenadores de rugby de categorías juveniles del Alto Valle de Río Negro y Neuquén.

Para ello se realizó sobre una muestra de 32 entrenadores encuestados y 7 entrevistados, de los diferentes clubes pertenecientes a la URAV. El presente trabajo se desarrolló a través de un enfoque cuanti-cualitativo para responder al problema de investigación. Es un estudio de naturaleza no experimental y de carácter transversal, donde se recolectaron datos por medio de encuestas y entrevistas semiestructuradas con preguntas abiertas. Las mismas permitieron profundizar sobre las preferencias metodológicas, características sociodemográficas, la formación inicial y permanente de los entrenadores.

## **PALABRAS CLAVE**

Rugby – Categorías Juveniles – métodos de entrenamiento - formación

## **TEMA DE INVESTIGACION**

“Métodos de entrenamiento en categorías formativas de los clubes de rugby alto valle de Neuquén y Río Negro.”

## **PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

Si queremos que la formación deportiva se ajuste a los nuevos principios formativos que rigen en la actualidad, es importante que conozcamos en profundidad a los entrenadores que trabajan en las etapas de formación con jugadores de rugby juveniles (Figueres, Olmedo y Serrano; 2013) ya que adquiere una especial importancia en donde se determina en gran medida su rendimiento futuro (López, Aguilera, Cevidanes, Huete y Montilla; 2018).

Además, la práctica deportiva muestra cada vez con más claridad que los rendimientos máximos sólo se consiguen si los fundamentos necesarios se han consolidado ya en las edades juveniles. Los errores en estas etapas, y sobre todo en el trato con el joven, son las causas primordiales del abandono de la actividad deportiva, precisamente en una época en la que los estímulos del desarrollo deportivo revisten una especial atención (Weineck; 2005).

En otras palabras, el papel del entrenador es determinante para la calidad del entrenamiento durante las etapas de formación deportiva (Azpillaga, González, Irazusta y Arruza; 2012 y Lledó, Martínez y Huertas; 2014). Por tal motivo se realizó la presente tesis, con el fin de investigar los métodos de entrenamiento y la formación de los entrenadores responsables de estas edades cruciales que trabajan en los clubes de rugby de la región.

Incluso, aunque diversos estudios definan el perfil de los entrenadores, en la actualidad existe un vacío de información respecto a los formadores de rugby, sobretodo en el Alto Valle de Río Negro y Neuquén.

El presente trabajo tuvo como interrogante principal: Analizar los métodos de entrenamiento más utilizados por los entrenadores de las categorías formativas de los clubes de Rugby de la Unión de Rugby del Alto Valle (URAV). Mientras que otros interrogantes que facilitaron la investigación, fueron: ¿Cuáles son los métodos de entrenamiento aplicados por los entrenadores? ¿Cuál es la formación inicial de los

entrenadores? ¿Qué formación permanente mantienen los entrenadores? ¿Cuál es su opinión en relación a la oferta de capacitación? ¿Cuáles son las preferencias metodológicas? ¿Qué contenidos educativos consideran de mayor interés?

## **FUNDAMENTACION**

La presente investigación propone analizar los métodos de entrenamiento más utilizados por los entrenadores de las categorías formativas de los clubes de Rugby del Alto Valle de Neuquén y Río Negro.

El Alto Valle, cuenta con 10 clubes activos, que disponen de categorías formativas juveniles.

Cada entrenador utiliza los métodos de enseñanza que cree más convenientes para formar a los jugadores que tiene a su cargo. Sin embargo, la elección de estos métodos se ve muchas veces condicionada por diferentes factores, (el club en que trabaja, por los jugadores, por los materiales disponibles, por las instalaciones o su propia formación).

El rugby también exige a los entrenadores estar en un proceso de formación continuo, donde en muchas ocasiones el entrenador tiene que conocer el desempeño de la labor de otros profesionales para poder valorar y mejorar su propia actuación, con el fin de aumentar la calidad de sus sesiones de entrenamientos y, en consecuencia, la de sus jugadores. Si bien los partidos de competición son un gran escenario para el aprendizaje, es en las sesiones de entrenamiento donde el entrenador propone los ejercicios y selecciona los métodos de enseñanza que él cree más adecuados para formar a sus jugadores.

Por lo tanto, conocer las diferentes realidades de los entrenadores, nos permitió analizar los métodos de entrenamiento utilizados y la formación inicial y permanente con la que disponen.

En este sentido, los resultados obtenidos en la investigación aportaron datos para el desarrollo y formación de entrenadores, mejorar las sesiones de entrenamiento y consecuentemente la formación de los jugadores.

## **OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN**

Objetivo General:

- Establecer cuáles son los métodos de entrenamiento más utilizados por los entrenadores de las categorías formativas de los clubes de Rugby de la Unión de Rugby del Alto Valle (URAV)

Objetivos Específicos:

- Conocer la formación inicial de los entrenadores de rugby de la URAV.
- Analizar la formación permanente los entrenadores de rugby de la URAV
- Analizar los métodos de entrenamiento aplicados por los entrenadores de rugby de la URAV

## **FACTIBILIDAD DE LA TESIS**

Recurso teórico: El tema de investigación principal cuenta con suficiente acceso a la información.

Recurso humano: el estudio poblacional se realizó a los entrenadores de las categorías formativas de la URAV. Para esto se contó con la autorización y disponibilidad del presidente de la misma y están dispuestos a responder la encuesta.

Recurso temporal: el presente trabajo tuvo una duración total de aproximadamente 8 meses para la ejecución de todos los procesos de investigación y se contó con la disponibilidad de tiempo de los entrenadores, tanto para las encuestas como para las entrevistas.

Recurso financiero: se dispuso de recursos propios, por lo que no hizo falta financiamiento de algún auspiciante o entidad.

## ESTADO DEL ARTE

Al realizar la tarea de revisión bibliográfica, se puede decir que la mayoría de las investigaciones están relacionadas con la formación de los entrenadores, mientras que pocas de ellas con los métodos de entrenamiento, sobre todo en Argentina. Todo lo encontrado corresponde a trabajos realizados en España.

Los únicos que abordaron los métodos de entrenamiento, concluyendo en que el global y mixto son los más utilizados por los entrenadores fueron Verdú, Damiano, Carbonell y Pérez Turpin (2015):

“Al parecer, tras el análisis de los resultados obtenidos, el método global o integral es el más utilizado por los entrenadores de fútbol que ejercen su labor en categorías de formación. Quizás esto se debe a que, como mencionan Sans y Frattarola (2007), «el método global incide simultáneamente en aspectos técnicos, tácticos, y físicos, lo que permite, durante un juego, desarrollarlos todos en forma conjunta, aunque sea de una manera genérica»”. (Verdu, 2015, p.96)

Y el de González-Cárdenas, Bravo-Navarro, Ávila-Mediavilla, Moscoso-García. (2020):

“Durante el proceso investigativo se evidenció que la metodología aplicada en las prácticas de entrenamiento de mayor incidencia es el método mixto utilizado por los entrenadores con experiencia de un año hasta 15 años en adelante, mismo que consiste en combinar ambos métodos global y analítico tratando de sacar lo positivo de cada uno siendo el más utilizado. (Carlos & Rincón Gómez, 2017), mencionan que el método más empleado reside en la realización de ejercicios que conduzcan progresivamente a la acción del juego empleado alternativamente el método global y el método analítico hasta que los jugadores alcancen un nivel óptimo, es aquel que por sus tipos de movimientos afectan a los músculos y articulaciones en cada una de las cualidades físicas, ya que es una combinación de los sistemas continuos y fraccionarios. (Osorio, Merchán, Flórez, & Cely, 2017) manifiestan que el método mixto es el más utilizado por entrenadores para formar deportistas en categorías infantiles y juveniles en las escuelas de formación deportiva de la ciudad de Tunja, Boyacá, durante las sesiones de entrenamiento que llevan a cabo semanalmente, el desarrollo de

este método se inicia con tareas globales seguidas de analíticas, y finaliza con actividades globales. Con relación a lo expuesto se puede mencionar que este método constituye en una herramienta fundamental para el entrenamiento de cualquier destreza deportiva es por ello que se deben considerar como una unidad fundamental.” (Gonzalez – Cardenas, 2020, p.387)

Los cuales también focalizan que esto depende de la formación, aptitudes, conocimientos y experiencias que tengan los mismos:

“Es necesario que el entrenador - educador de fútbol reúna no solo una serie de conocimientos técnicos - pedagógicos, sino que además posea una variedad de actitudes que favorezcan el aprendizaje futbolístico y la inserción de sus participantes en la sociedad. Además de contar con un método adecuado de enseñanza, la planificación y el estudio de las condiciones del grupo de deportistas de cierta categoría jugarían un papel fundamental para mejorar el proceso de aprendizaje y los resultados esperados del entrenamiento.” (Gonzalez – Cardenas, 2020, p.389)

La investigación de Robles (2010), estaba abocada al ámbito futbolístico y se diferencia de las otras ya que la mayoría de los técnicos abordan sus entrenamientos con método directivos:

“Aproximadamente la mitad de los entrenadores suele utilizar métodos de enseñanza directivos.

Los métodos de enseñanza que predominan se basan en la instrucción directa, los directivos, aunque deberían utilizarse con más frecuencia los basados en la resolución de problemas”. (Robles, 2010, p.474)

y no tienen titulación:

“Existen muchos entrenadores sin titulación o con la pre titulación denominada Aspirante a Técnico Deportivo en Fútbol”. (Robles, 2010, p.473)

Por su parte, la investigación de López-Muñiz, López-Meneses, Jaenes-Sánchez, Arenas- Muñiz (2019) concluye que la mayoría de los entrenadores de rugby tienen capacitaciones o cursos realizados y muestran interés por la formación permanente:

“Los resultados relacionados con la Formación Inicial reflejan que la mayoría de los entrenadores de rugby de Almería tienen un certificado de entrenador de nivel I o II. En este sentido, Feu (2004), Martínez y Gil (2001) encontraron que la mayoría de los entrenadores deportivos en Aragón (España), así como los en-

trenadores nacionales de balonmano, respectivamente, tienen una certificación de entrenador de nivel I. Esto refleja que los entrenadores cuentan con la formación mínima necesaria, además de que hay un grupo de entrenadores que continúa su formación, al tener un certificado de entrenador de nivel II, para mejorar su desarrollo. Estos datos contrastan con los obtenidos por López-Muñiz, Vázquez-Cano, Jaenes y López-Meneses (2018) en entrenadores de Cádiz (España), en los cuales la mayoría de los casos solo tienen un certificado de monitor de rugby.

En relación con los contenidos que los entrenadores han considerado más importantes para su formación, el más valorado fue la “Metodología” del coaching, seguido de “Actividades prácticas”, “Técnica individual y colectiva” así como “Tácticas y sistemas de juego”, “Rugby Gradual”, “Normas y reglamentos” y “Entrenamiento físico”. La valoración de los aspectos metodológicos se relaciona con los obtenidos por Ibáñez, Delgado, Lorenzo, Del Villar y Rivadeneyra (1997) en entrenadores de baloncesto de España, así como con los resultados de Giménez (2003a) en entrenadores de minibasket en Andalucía (España). Asimismo, Gilbert (2017) menciona que el primer paso para convertirse en un entrenador exitoso implica trabajar en la metodología, sugiriendo la importancia de identificar el propósito y los valores de sus programas, y de trabajar arduamente en crear un entorno apropiado para sus atletas. Los entrenadores también consideraron importantes los contenidos sobre “Técnica y táctica” en los cursos para su labor formativa, aspectos que adquieren una relevancia especial porque son los contenidos específicos de cada modalidad deportiva. Estos datos corresponden a los hallados por Marín (2004) en entrenadores de fútbol juvenil de Almería, y a la opinión de Sir Clive Woodward en relación a los entrenadores de rugby (Cottrell, 2015). Por otro lado, el “Entrenamiento físico” ha sido calificado como normal, coincidiendo con Giménez (2003b) en el deporte juvenil, y con Yagüe (1998) en entrenadores de fútbol nacionales de Castilla y León (España), quienes trabajan en diferentes niveles. La mayoría de los entrenadores encuestados coincide en la duración de los cursos, los contenidos, así como su importancia tanto en el trabajo teórico como práctico. Estos datos confirman la correcta organización de los cursos en Andalucía, así como la distribución de los contenidos. Cuando

se les preguntó sobre “El tipo de entrenador que aprendió a ser durante los cursos de formación”, casi todas las respuestas indican que han aprendido a ser entrenadores “Democráticos”, siendo este perfil considerado el más adecuado por (Kidman, 2005).

El trabajo de López Muñiz, Jaenes Sánchez, Vázquez Cano, López Meneses (2019), considera la experiencia en su trabajo suficiente para ejercer su labor y motivado porque no consideran que exista una oferta adecuada ni de su interés. La mayoría lleva a cabo una formación permanente de manera no formal, siendo el intercambio de opiniones con otros entrenadores del propio club o escuela, así como externos el procedimiento más utilizado para mantenerse actualizados:

“Por este motivo, es necesario analizar la opinión sobre la oferta de cursos, jornadas... que se ofrece a través de la Federación Andaluza de Rugby y si dicha oferta es interesante para los técnicos. A estas cuestiones los encuestados responden en desacuerdo o muy en desacuerdo con respecto a la oferta, sin embargo, la mayoría de los técnicos opina que los cursos que se proponen no son de su interés. Estos datos concuerdan con Gilbert et al. (2006) que reconocen que existe poco tiempo dedicado a la formación formal permanente por parte de los entrenadores de softball, fútbol americano y voleibol en EE.UU. Siendo estos los resultados, cabe esperar que los docentes realicen una formación permanente no formal, ya sea estudiando por su cuenta o compartiendo e intercambiando información entre ellos. En esta línea, parece razonable que muchos de los sujetos analizados respondan que suelen leer libros, revistas, etc., con la intención de estar al día y seguir formándose, lo que se corresponde con el trabajo de Yagüe (1998) en entrenadores nacionales de Castilla y León. En relación a las consultas e intercambio de información, los técnicos responden con un mayor grado de acuerdo, convirtiéndose en una de las formas más usuales e importantes en la formación permanente del entrenador de rugby”.

Los trabajos mencionados anteriormente abordan diversas dimensiones que nos ayudan a crear nuestra propia investigación. Señalan una clara perspectiva de cuál debería ser el camino a tomar del entrenador de una categoría formativa, en relación a los métodos de entrenamiento y la formación, sea cual sea el deporte.

La presente tesis puede aportar significativamente en el Alto Valle de Río Negro y Neuquén, ya que no se han encontrado antecedentes en la región, todos los trabajos son de otros países.

## **MARCO TEORICO**

### **Entrenamiento deportivo**

El entrenamiento deportivo es un proceso complejo a través del cual un deportista puede, partiendo de su potencial genético, conseguir un determinado nivel de rendimiento, de acuerdo con los procesos de adaptación del organismo.

En el sentido más amplio, la definición del término entrenamiento deportivo, se utiliza en la actualidad, para toda enseñanza organizada que esté dirigida al rápido aumento de la capacidad de rendimiento físico, psíquico, intelectual o técnico-motor del hombre (Hohmann et al., 2005).

A continuación, se citaran un grupo de conceptos sobre el tema de entrenamiento deportivo expresados en las últimas décadas por algunos profesionales del deporte.

“El entrenamiento deportivo es un proceso pedagógico especial que se concreta en la organización del ejercicio físico, que varía en cantidad e intensidad, produciendo una carga creciente, que por una parte estimula los procesos fisiológicos de sobrecompensación y mejora las capacidades físicas, técnico - tácticas y psíquicas del atleta, a fin de exaltarlo y consolidar su rendimiento” (Quezada, 1997).

El entrenamiento deportivo desde la perspectiva biológica, puede interpretarse como un proceso de estímulo y reacción. Las actividades deportivas desencadenan procesos de adaptación en el organismo en donde los estímulos son las causas y las adaptaciones son los resultados. La ejecución de un contenido de entrenamiento, de acuerdo a un programa planificado y dosificado, produce estímulos de movimiento que llevan a adaptaciones morfológicas, funcionales, bioquímicas y psicológicas en el organismo (Pérez, 2009).

La planificación en el entrenamiento deportivo es un proceso sistemático y complejo que debe estar muy bien organizado. Para obtener un buen rendimiento, cualquier

entrenador o preparador físico debe planificar cronológicamente el proceso global de entrenamiento mediante unas determinadas acciones o pasos a seguir (López, 2007).

Para (Navarro, 2002) el término “teoría del entrenamiento” se ha utilizado en dos sentidos diferentes: Uno está referido al conocimiento de subdisciplinas tales como la biomecánica deportiva, la psicología deportiva, la pedagogía, la medicina deportiva, etc. y su aplicación a todos los deportes. Una mención especial debería hacerse acá a la “metodología del entrenamiento”.

“Independientemente de ciertos hábitos y modas presentes en los principios inherentes a la planificación, periodización y aplicación de las cargas de entrenamiento, los principios, por si mismos, están basados en teoremas fisiológicos y biológicos, etc. La metodología del entrenamiento no es un sustituto de la teoría del entrenamiento, y su predominio refuerza el énfasis sobre las variables de rendimiento. Sin embargo, es útil recordar que el proceso de entrenamiento cubre un amplio y ecléctico abanico de disciplinas y subdisciplinas.”

El segundo uso del término de “teoría del entrenamiento” se refiere a aquellos aspectos genéricos de la conducta y práctica del entrenamiento que son comunes a todos los procesos de entrenamiento de los deportes. Otra forma de expresarlo es que la práctica de entrenamiento solo puede ser realmente entendida desde un análisis del proceso de entrenamiento y no simplemente desde un análisis del entrenador.

Desde esta posición, el proceso de entrenamiento pretende la mejora decidida del rendimiento deportivo en competición, mediante un programa planificado de preparación y competición, donde el entrenador gestiona este proceso dentro de un contexto y tiempo acordado, y en la que existirá una amplia variedad en la puesta en práctica del proceso. Esto significa asumir una serie de postulados que son la clave para conceptualizar la idea de entrenamiento que aquí defendemos y que coinciden con la expuesta por otros autores (Lyle 1996).

(Navarro, 2002) plantea que la aceptación de la naturaleza del proceso de entrenamiento tiene implicaciones sobre las habilidades claves del entrenador. Con el fin de apreciar la práctica de los entrenadores y empezar a distinguir las habilidades o pericia requerida, se debe distinguir entre entrenamiento para la participación y entrenamiento para el rendimiento. El primero describe mejor los contextos en los que el principal objetivo no

es el éxito en la competición. El entrenamiento para el rendimiento es el término más apropiado para los procesos de entrenamiento que implican a deportistas que se prepararan para la competición y quienes establecen objetivos a largo plazo:

El entrenador principiante para el rendimiento no es un entrenador para la participación. El entrenador para la participación experimentado no es un entrenador para el rendimiento. Esta es un área de investigación que ha estado muy desatendida. Necesitamos conocer mejor como los entrenadores deben ser seleccionados para el entrenamiento de rendimiento y que papeles deberían desarrollar hasta alcanzar posiciones de mayor responsabilidad en el entrenamiento. Por tanto, es evidente que la pericia requerida del entrenador para la participación y del entrenador para el rendimiento es diferente. El entrenador para la participación se concentra más en actuaciones o sesiones aisladas, mientras que el entrenador para el rendimiento necesita poner una mayor atención en la planificación, monitorización y gestión. Estas habilidades son necesarias al considerar el entrenamiento como un proceso. El intento por controlar los factores que influyen en la mejora y manifestación del rendimiento de los deportes es tan complejo, y el proceso tan vasto, que las capacidades del entrenador en la planificación, regulación, integración, coordinación, gestión, dirección y resolución de problemas serán cruciales. Estas habilidades estarán complementadas con las habilidades de desarrollo requeridas para la intervención directa (por ejemplo, en las sesiones de entrenamiento dirigidas).

Todos los entrenadores deberán desarrollar, con cierta extensión, las habilidades de comunicación, enseñanza y organización, las cuales deberán ser complementadas con la capacidad para las habilidades sociales interpersonales.. Por supuesto, no todos los entrenadores necesitarán exhibir sistemáticamente todas estas cualidades, pero si es necesario que estas cuestiones sobre el desarrollo de estas capacidades sean formuladas en los planes de formación si queremos afrontar una mayor calidad en la educación del entrenador. Sería un error, ante la concentración en la inmediatez de la práctica, desatender las habilidades de proceso a favor de las habilidades de desarrollo y conocimiento técnico. Esto ha sido motivo de un debate innecesario sobre el “arte” y la “ciencia” del entrenamiento (Woodman 1993). El entrenamiento no puede ser siempre aplicado en una manera sistematizada (Lyle 1992), y algunos deportes (particularmente los deportes de equipo interactivos) son tan multivariantes que la complejidad puede abrumar la capacidad de los entrenadores para planificar adecuadamente y controlar las

variables. También es verdad que la mejora del rendimiento del deportista tiene una fuerte base de apoyo científico, mientras que el proceso de entrenamiento como un todo, a pesar de muchos enunciados de principios, ha sido investigado mucho menos rigurosamente. Los entrenadores operan sobre una aplicación aparentemente intuitiva de su conocimiento basado en la experiencia. El resultado de este dilema es el recurso a la manera de arte como explicación de lo que es realmente una práctica poco investigada de los entrenadores.”

### **Entrenamiento infanto juvenil**

Para Martin, D., Nicolaus, J., & Ostrowski, C. (2004). En su libro *Metodología general del entrenamiento infantil y juvenil* (Vol. 24), el entrenamiento infantojuvenil comprende:

“el período existente desde la incorporación al entrenamiento infantojuvenil orientado al rendimiento hasta la conexión con las condiciones de rendimiento específicas de la disciplina deportiva de las categorías del deporte de elite y profesional o, cuando no se pueden conseguir estas condiciones, hasta la conexión con el ámbito de los juniors y los adultos de una disciplina deportiva. El espacio temporal que comprende el entrenamiento infantojuvenil está vinculado al logro de unos determinados criterios de rendimiento. En el caso de disciplinas deportivas tecnicoacrobáticas de aprendizaje intensivo, finaliza ya en la juventud temprana; en otras, como las disciplinas deportivas de lucha o resistencia, posiblemente tras la juventud. Así, el entrenamiento infantojuvenil se da normalmente en la infancia y en la juventud, si bien puede durar, según la disciplina deportiva, hasta la edad júnior (18-21 años), o puede finalizar ya en la juventud, como sucede en gimnasia deportiva, natación, salto de esquí y patinaje artístico, entre otros, si se ha alcanzado en ese período la conexión con el ámbito del alto rendimiento (Martin y Rost, 1996, pág. 6)”.

Las investigaciones del IAT (1991), en colaboración con la Federación Deportiva Nacional de Sachsen, y una encuesta de la Dirección Federal del Deporte de Rendimiento/DSB sobre la estructura de las categorías de las federaciones de 1993 han demostrado que la incorporación al entrenamiento infantojuvenil en la mayoría de las disciplinas deportivas se produce en la edad escolar temprana, y la admisión en la

categoría de las asociaciones profesionales nacionales, en la edad escolar temprana y prepuberal.

La tarea principal de un sistema de entrenamiento infantojuvenil reside en elaborar las condiciones que aseguren un desarrollo del rendimiento a largo plazo con una temprana incorporación al entrenamiento y una conexión oportuna con el ámbito del alto rendimiento.

Para (Dietrich, 2004) el concepto de sistema de entrenamiento infantojuvenil fue introducido para que representara el principio de ordenación en el que -en forma de sistema- todos los elementos cooperan y se coordinan para conseguir una planificación conjunta.

Principalmente, el sistema de entrenamiento infantojuvenil necesita una propuesta de objetivos prioritarios, como orientación para la acción, dirigida a todos los participantes en este sistema. Ésta afecta al consenso de los ámbitos parciales de la organización deportiva y describe las tareas, el fin y la dirección de los resultados del sistema como un todo.

El sistema de entrenamiento infantojuvenil debe proporcionar unas estructuras de desarrollo y organización muy unificadas para la satisfacción de estas tareas, de modo que hagan posible la realización de las condiciones de este desarrollo del rendimiento a largo plazo.

Todos los entrenadores, profesores, asesores y funcionarios que actúan en este sistema de entrenamiento infantojuvenil tienen la responsabilidad pedagógica de que el entrenamiento infantojuvenil se rija por los principios éticos del deporte de rendimiento limpio, ético y humano, del desarrollo de la personalidad de los jóvenes deportistas que se entrenan y de la disminución al máximo de los riesgos mediante la realización de esfuerzos adaptados a la edad y al desarrollo.

La formación de rendimiento a largo plazo se subdivide en el entrenamiento infantil y juvenil y en el entrenamiento de alto rendimiento. El entrenamiento infantil y juvenil tiene una función muy diferente de la del entrenamiento de alto rendimiento. Martin, Rost, Krug y Reiss (1988, pág. 24) destacan tres características diferenciales fundamentales:

- “• Tiene carácter prospectivo. En su transcurso se destacan condiciones de rendimiento para el posterior desarrollo y aumento de las exigencias del entrenamiento y de la tolerancia al esfuerzo.

- El objetivo prioritario del entrenamiento infantojuvenil no es alcanzar el rendimiento deportivo más alto posible en la categoría de edad correspondiente. Es decisivo satisfacer las tareas de los contenidos de cada etapa de formación.
- El entrenamiento infantil y juvenil tiene sobre todo una función condicional (orientación a las tareas) para los objetivos del entrenamiento que deben construirse sobre ella. La dificultad en el entrenamiento infantil y juvenil está en armonizar la secuencia de los puntos importantes del contenido de la formación de rendimiento a largo plazo con las peculiaridades del desarrollo psíquico, físico y motor de los niños y jóvenes”.

En resumen, se puede confirmar que mediante la vinculación de cada etapa de formación a objetivos, tareas y contenidos claramente definidos se determinan objetivos intermedios de acuerdo con la edad y la formación a cuya realización deben corresponder determinados contenidos, métodos, ejercicios de entrenamiento y soluciones organizativas. El objetivo de cada etapa de formación está en el desarrollo de las capacidades de rendimiento correspondientes a la categoría y a la edad. En el entrenamiento infantil y juvenil, frente al entrenamiento de alto rendimiento, estas capacidades de rendimiento se construyen mediante otras estructuras de competición y entrenamiento que cambian continuamente a lo largo del desarrollo de éste. Para la formación general de base, el entrenamiento de base y en parte también para el entrenamiento de profundización, esto significa programas de competición y entrenamiento planificados de acuerdo con el desarrollo, en relación con la edad y por categorías. Así, la formación se planifica como un proceso de especialización continuada.

### **Categorías formativas**

Los Clubes poseen una estructura en la que indispensablemente habitan las llamadas divisiones inferiores o formativas, que como las palabras anuncian, son jóvenes que recibirán en estas edades la formación necesaria para que cuando tengan edad adulta o de participar en el deporte de manera profesional o superior lo puedan hacer de la mejor manera desplegando la gama de conocimientos adquiridos dentro y fuera del campo de juego. Según la reglamentación UAR, pertenecen a esta categoría las Divisiones creadas o a crearse que agrupan jugadores, clasificadas por la edad de los mismos entre 15 y 19 años cumplidos durante el año de la competencia; salvo aquellas decisiones que se

tomen anualmente con relación a agrupamientos que exceden los límites de edad determinados anteriormente. En las categorías juveniles, será la edad lo que limite la participación en cada una de ellas, siendo el valor que resulte de la diferencia entre el año de la competencia y el año del nacimiento del jugador lo que determine la categoría en que podrá participar. En el Caso de Rugby Femenino, las categorías juveniles van desde los 14 hasta los 18 años.

### **Métodos de entrenamiento**

Según (Madir-Isidri, 2017), es el camino que utiliza el entrenador para favorecer el proceso de enseñanza aprendizaje y conducir a la formación integral de los jugadores en función de la participación en temas pedagógicos-didácticos que se consideran trascendentales y que respondan al desarrollo integral del individuo, es decir, los factores físicos, cognitivos y emocionales no solo en el ambiente deportivo, así como también desde la perspectiva, psicosocial, psicofísico y técnico táctico que se imparten en clubes de rugby en la promoción del deporte para convertir en un instrumento y optimizar las cualidades que posee cada ser humano con la finalidad de mejorar el rendimiento deportivo.

Según Pacheco (2004), «en el proceso de la enseñanza/aprendizaje del fútbol, se debe intentar utilizar métodos de enseñanza eficaces, es decir, aquellos que permitan asimilar más y mejor los aprendizajes». Una revisión bibliográfica sobre los métodos de enseñanza que son utilizados actualmente.

### **Método Global o Integral**

Consiste en presentar una situación de juego real de forma completa donde intervienen varios elementos (balón, reglamento, compañeros, adversarios...) y varios aspectos (entrenadores, tácticos, preparación física...). Ejemplo: Juego reducido (posesión) 3x3.

Como señala (Madir-Isidri, 2017), los modelos utilizados en el deporte se apoyan en el enfoque tradicional y el alternativo que consiste en presentar una situación del juego real de forma completa, en la que el proceso de enseñanza aprendizaje se realiza por medio de tareas para conseguir un objetivo común teniendo en cuenta el entorno, los compañeros y el balón, donde el jugador en situaciones de problema es quien decide.

Además, se trabaja simultáneamente aspectos técnicos, tácticos, físicos e incluso psicológicos. La forma completa o global de este modelo se fundamenta en el sincretismo o percepción sincrética, siendo esta una función psicológica del individuo por medio de la cual percibe las cosas u objetivos en su totalidad sin poder diferenciar las partes consecutivas de ese todo ya que las situaciones son imprescindibles, siendo necesario una correcta rapidez de acuerdo a la variación del balón, compañeros y adversarios para una correcta toma de decisiones en resolver y ejecutar las acciones propias del deporte.

Durante el calentamiento se busca que los músculos estén en perfectas condiciones. Evidentemente el trabajo previo tiene que ir en aumento a la temperatura corporal y con énfasis en las partes del cuerpo que más vamos a utilizar, este es un trabajo que sirve para preparar los músculos y a su vez realizar esfuerzos mayores después. Se realiza un trabajo coordinativo acompañado de velocidad que debe ser progresivo igualmente la dificultad y la fuerza en el trabajo.

Según Jiménez, J. F., Molina, J., & Tovar, J. A. (2012), para empezar a entrar en el tema debemos comprender inicialmente que es un método, ya que en la aplicación del método global es en lo que se basara la presente investigación, el método debe ser entendido como ese camino que se debe recorrer para llegar a un fin, como lo expresa Delgado (1991) en una de sus interpretaciones

“los métodos de enseñanza o didácticos son camino que nos llevan a conseguir un aprendizaje en los alumnos, es decir, a alcanzar los objetivos de enseñanza. El método media entre el profesor, el alumno y lo que se quiere enseñar. El método es sinónimo de: estilo de enseñanza, técnica de enseñanza, recursos de enseñanza y estrategias en la práctica”.

En el campo de la educación física y el entrenamiento deportivo una gran cantidad de autores han planteado distintos métodos y algunos procesos para poder tener un mejor desarrollo en las distintas capacidades y componentes del rendimiento deportivo, como lo es la conducta motriz la cual es una de las de mayor importancia en el rendimiento de toda la modalidad deportiva. Se encuentran en la literatura diferentes métodos de enseñanza de la conducta motriz, para este caso se escoge solo uno en el cual distintos autores lo plantean, método global el cual lo enfatizamos para el entrenamiento y el

desarrollo de la práctica y llevándolo al final hacia la técnica deportiva.

Estos autores tienen diferentes conceptos de lo que es la metodología o el método global, para Blázquez, D. (1992), plantea que el método global consiste en el aprendizaje de la acción motriz desde el inicio hasta el final, es decir, la ejecución de forma integral, la cual se utiliza fundamentalmente en las acciones motrices simples que son fáciles de ejecutar y que su estructura permite dividirla para su ejecución. Según este autor podemos darnos cuenta que la ejecución de las diferentes acciones motrices que hacen los niños al momento de realizarlas debe llevarse su ejecución desde los movimientos más fáciles llevándolos hasta la ejecución de los más complejos y con ello llevar una organización el momento de llevar su práctica. Se tiene también una concepción de método global, para Grosser, M. (1988), es el más efectivo para el aprendizaje de la coordinación superficial que cualquier otro método. El método global suele ser más eficaz en la modificación de una conducta motriz o para la eliminación de fallos del movimiento, igualmente para perfeccionar partes específicas del movimiento, el método global requiere, en general, una mayor experiencia motora y pone más a prueba las capacidades cognitivas del deportista; lo mejor para la enseñanza y el aprendizaje es que es un método fácil que lleva grandes combinaciones de experiencias motoras, con el cual se pueda lograr un aprendizaje del movimiento y los ejercicios no como un gesto motriz sino como un todo.

Otro de los autores que plantean el método global en la ejecución de las conductas motrices es Coll (2006) para el cual el método global permite trabajar simultáneamente aspectos técnicos, tácticos, físicos y psicológicos. El método global permite incluir todos los elementos del juego, la mejora obtenida en el entrenamiento se ve reflejada rápidamente en la competición. En la conducta motriz el método global permite obtener resultados más eficaces utilizando un corto periodo de tiempo. En culminación con lo que nos indican estos importantes autores que intervienen en la implementación del método global en la ejecución de las prácticas motrices nos damos cuenta que cada uno tiene su punto de vista para algunos es más importante la ejecución y aplicación en la técnica y la táctica para el momento de la práctica en la competencia y para otros la maduración motriz de los movimientos motrices para luego si poder llegar a una ejecución clara de la técnica y la táctica al momento de realizar una práctica.

## **Método Analítico**

Consiste en presentar la tarea descompuesta por partes aisladas del juego real, habitualmente a modo de repeticiones. El juego se descompone de forma que solo se tienen en cuenta algunos elementos y aspectos (normalmente técnica con balón). Ejemplo: En parejas, pases y controles.

Presenta un análisis de los elementos de un conjunto por separado de forma que solo se tiene en cuenta algunos aspectos. Normalmente técnica a modo de repeticiones, esta metodología se basa en trabajar las tareas físicas técnicas y tácticas aisladas por lo que sigue predominando en todo tipo de categorías, lo que se ve reflejado a nivel sistemático en los jugadores y equipo. Las actividades son descontextualizadas del juego, ya que no existe un trabajo de oposición real y busca producir comportamientos a través de automatizar y mecanizar distintos patrones. (Garzón -Cifuentes & Pirococa-Castro, 2014), consideran que el método analítico es la presencia de los contenidos tácticos en su realización y se consiguen un elevado número de repeticiones para mejorar el rendimiento físico de los jugadores así también para mecanizar comportamientos específicos en distintas fases del juego que han resultado positivas a través de una buena adaptación en el trabajo. Se puede mejorar patrones que se identifican a la hora de la competencia.

La pedagogía analítica propone un modelo de entrenamiento aislado en la cual se entrena la habilidad técnica en la ejecución repetitiva sin preocuparse cómo encajan o se maniobra dentro de las exigencias del juego.

Según manifiesta (Frattarola y Sans, 2006) en su libro “entrenamiento del fútbol base”:

El método analítico es donde el jugador realiza una serie de actividades dirigidas específicamente al aprendizaje, de uno o varios fundamentos de manera aislada del juego, en este enfoque de enseñanza el objetivo de cada actividad o ejercicio está claramente definido, por lo tanto, el jugador deduce conscientemente y ejecuta cada uno de los movimientos necesarios para llegar a alcanzar la tarea técnica que le fue encomendada. Este método es difícil mantener durante largos periodos de tiempo la motivación y rendimiento de los jugadores, ya que las situaciones propuestas son poco estimulantes por no poseer el elemento lúdico, que se da continuamente en el juego”.

## Método Lúdico

Se trata de un método a través del cual se enseña al deportista a desarrollar la capacidad del juego complejo de una manera integral que implica activamente la solución de los problemas técnico - tácticos en donde es el protagonista de las evoluciones de diversos modos de juego. Para Guambo-Reliche (2016) el entrenamiento lúdico en el deporte permite una cohesión grupal de contextos de trabajo y una comunicación clara donde el jugador aprende diferentes técnicas al mismo tiempo y se divierte. En varias ocasiones ha sido considerado como una forma de entretenimiento en el deporte. La didáctica del juego está basada en situaciones concretas que permite un aprendizaje de acuerdo a cada una de las estrategias diseñadas para crear un ambiente de armonía.

Según Aman Caiza, S. Y. (2022):

“El método lúdico se hace referencia al grupo de estrategias pedagógicas de manera lúdica con la intervención de juegos, eso no quiere decir que solo es de recreación si no que se considera de manera de conocimiento educativo, se recomienda más en edades pequeñas interactuarlo:

- En edades de 3 años a 6 se considera aplicar juegos con actividades motrices y sensoriales.
- En edades de 7 a 12 años se añade juegos con imaginación y de manera integradora.
- En edades de 13 a 18 se aconseja ser de manera competitivos.

El aprendizaje con el método lúdico permite que los estudiantes sean de manera:

- Beneficioso para su desarrollo
- Divertida
- Participativo en la sociedad
- Dinámica
- Interactivo”.

Este método es utilizado por los docentes, ya que es de mucha facilidad para la elaboración de sus clases y permite que el conocimiento impartido en sus clases sea captado por sus estudiantes de manera divertida. Los docentes también deben acatarse al

currículo de educación e interactuar sus clases con el método lúdico, cumpliendo los diferentes objetivos, destrezas, indicadores de logro, bloques curriculares, destrezas con criterio de desempeño, sus ejes transversales que son de importancia para una ejecución de clases efectiva.

El aprendizaje de este método se la puede encontrar en diferentes características dentro o no de un aula de clases, dentro del aula se puede incluir juegos digitales, juegos en la pizarra de clases. En la cancha se puede realizar juegos físicos como el agua de limón, el gato y ratón y diversos juegos que son de mucha ayuda para impartir enseñanza en las clases, con la única finalidad de educar y despertar el interés por la asignatura propuesta.

### **Método Mixto**

Consiste en combinar el método analítico y el método global. La ejecución de este método se comienza con un ejercicio global, después se realiza un ejercicio analítico, y se termina volviendo a un ejercicio global. La secuencia sería: Tarea Global – Tarea Analítica – Tarea Global. Ejemplo: Juego reducido (posesión) 7x7 – Regate 1x1 – Juego reducido (posesión) 7x7 prestando atención en el regate.

Para Cárdenas, J. M. G., Navarro, W. H. B., Mediavilla, C. M. Á., & García, R. F. M. (2020), consiste en combinar progresivamente la acción del juego empleando alternativamente el método analítico y el método global. La ejecución de este método se comienza con un ejercicio global, después se realiza un ejercicio analítico, y se termina volviendo a un ejercicio global para tener mejores resultados y grandes éxitos (Verdú, Ariño, & Martínez, 2017).

La ejecución de este método es una acción más cercana a la realidad del juego donde la presencia del adversario provoca la toma de decisiones en la que presenta un nivel más alto de motivación con respecto a la forma de jugadas.

### **Método Deductivo**

El entrenador dispone de la información que consiste en comunicar a sus jugadores cada una de las directrices a tomar durante el juego, mismas que pueden llegar a automatizarse hasta el punto de perder su capacidad de maniobra a emplear. Tite (2020)

señala que el deportista realiza diversas actividades, las mismas que están ligadas al aprendizaje de una serie de fundamentos, pero de una manera completamente aislada al juego teniendo como objetivo de esta metodología conseguir que el jugador sea capaz de deducir conscientemente los movimientos correctos a ejecutar para alcanzar la táctica que solicita el entrenador siendo el protagonista principal de la sesión del entrenamiento. En cada una de las prácticas deportivas a su vez explica los diferentes ejercicios mientras tanto los jugadores deben obedecer las órdenes para alcanzar el objetivo.

El método deductivo en la educación física tiene varias ventajas, entre las cuales se destacan las siguientes:

1. Claridad en la enseñanza: Al comenzar con principios generales y luego aplicarlos a situaciones específicas, los estudiantes pueden comprender mejor la lógica detrás de las técnicas y tácticas que se están enseñando.
2. Fomento del pensamiento crítico: Este método invita a los alumnos a analizar y razonar sobre las decisiones que toman en situaciones deportivas, lo que promueve el desarrollo de habilidades críticas.
3. Estructura y organización: Los docentes pueden planificar las lecciones de manera más estructurada, lo que facilita el seguimiento del aprendizaje y la evaluación de los estudiantes.
4. Interrelación de conceptos: Permite conectar teoría y práctica al relacionar principios generales con actividades específicas, ayudando a los estudiantes a ver la relevancia de lo aprendido en contextos reales.
5. Adaptabilidad: El método puede adaptarse a diferentes niveles de habilidad, permitiendo a los educadores ajustar la complejidad de las actividades según las necesidades de sus alumnos.
6. Motivación y comprensión: Al entender el "por qué" detrás de las actividades, los estudiantes pueden estar más motivados para participar y mejorar en su rendimiento.

7. Facilita el aprendizaje autónomo: Los estudiantes pueden aplicar los principios generales a nuevas situaciones, lo que fomenta un aprendizaje más autónomo y duradero.

Estas ventajas permiten que el método deductivo sea efectivo en la educación física, contribuyendo a un desarrollo más holístico de las habilidades y conocimientos de los estudiantes.

También presenta algunas desventajas, tales como:

1. Rigidez: Este método puede ser demasiado estructurado, limitando la creatividad y la flexibilidad necesarias para adaptarse a diferentes estilos de aprendizaje y situaciones espontáneas en la práctica deportiva.
2. Dependencia de la teoría: Al enfocarse en principios generales, los estudiantes pueden desinteresarse si no ven aplicaciones prácticas inmediatas, lo que puede llevar a la desconexión entre teoría y práctica.
3. Falta de personalización: Puede no considerar las diferencias individuales en habilidades, intereses y motivaciones de los alumnos, lo que puede resultar en un aprendizaje menos efectivo para algunos.
4. Menos enfoque en la experimentación: Al centrarse en la deducción y la lógica, se puede relegar la importancia del aprendizaje a través de la experiencia y la exploración, que son fundamentales en la educación física.
5. Ritmo del aprendizaje: Los estudiantes que requieren más tiempo para asimilar conceptos generales pueden sentirse abrumados o frustrados, mientras que otros pueden avanzar más rápidamente, creando desigualdades en el aprendizaje.
6. Interacción limitada: A menudo, este método se basa en la exposición del docente, lo que puede reducir el tiempo de interacción práctica entre estudiantes, limitando el desarrollo de habilidades sociales y de trabajo en equipo.
7. Evaluación de rendimiento: La medición del progreso a través de un enfoque deductivo puede no reflejar con precisión las habilidades prácticas si se centra demasiado en la teoría.

En resumen, aunque el método deductivo puede ser útil, es importante equilibrarlo con otras estrategias de enseñanza que fomenten el aprendizaje activo, la personalización y la experimentación en el contexto de la educación física.

### **Otros métodos**

Además de los métodos antes mencionados, es posible que algún entrenador use personalmente otros métodos de enseñanza o algunos métodos creados por el mismo, que nada tienen que ver con los ya comentados anteriormente, por ello, a fin de aunar criterios, a estos métodos los englobaremos bajo el término de «otros métodos».

### **Entrenador**

Según definiciones de Oxford Languages:

“el entrenador es una persona que se dedica a la preparación física y a la dirección técnica de un equipo deportivo, designando los jugadores que deben jugar en cada partido y la función determinada que cada uno debe desempeñar, en especial si se dedica a ello profesionalmente.”

Pérez Ramírez, (1998:93) también caracteriza al entrenador de alto rendimiento deportivo como:

“Una persona que tiene un conocimiento en profundidad del deporte de su especialidad además de una alta motivación hacia la práctica de su profesión, y que sabe organizar, planificar e integrar de forma creativa la estrategia, táctica y técnica deportivas para conseguir el máximo rendimiento de los atletas”.

Graca – Mezquita (2006, p.3) plantean que:

“la capacidad instruccional del entrenador no se define en el vacío, sino que se reporta siempre a tiempos y lugares, a contextos históricos, sociales e institucionales determinados, por lo que la primera tarea del entrenador es comprender su situación, lo que espera de él la sociedad, lo que debe hacer para mejorar la situación de los practicantes que orienta y lo que suele hacer en favor del desarrollo de su deporte”

De esta manera el entrenador podrá a la vez llevar a cabo la misión institucional y contribuir a especificarla. dentro de un panorama deportivo complejo y

multidimensional respecto a propósitos, sentidos y condiciones de las prácticas y de los practicantes.

Es importante conciliar la excelencia deportiva y una experiencia deportiva agradable que son dos objetivos de la formación deportiva, uno más selectivo y el otro más accesible e inclusivo.

Hay que subrayar que el talento no es suficiente para alcanzar la excelencia. En este respecto, el mayor discriminador de la diferencia entre los practicantes de elite y los medianos es la cantidad de tiempo de práctica deliberada, lo que otorga autoridad a la “regla de los 10 años”, o de 10 000 horas de una práctica dedicada al desarrollo de las estructuras de la performance, de una práctica sistemática e intensa, como requisito necesario para alcanzar el grado de experto, sea en la música o en el deporte”.

### **Formación inicial y permanente**

Uno de los aspectos sobre los cuales las políticas e investigaciones educativas ponen un especial énfasis, tiene que ver con la formación inicial de educadores; es decir, el momento en el que los futuros docentes se acercan a las realidades del ejercicio docente forman una identidad profesional dentro de los marcos globales, locales, académicos y laborales.

La formación inicial de docentes se ocupa de promover espacios para que el futuro educador apropie los fundamentos y saberes básicos, y desarrolle las competencias profesionales necesarias para efectuar su labor como profesional de educación.

"Para esto se requiere formar a los educadores en un ámbito de interpretación y comprensión de la realidad educativa nacional y regional, además de estudiar las implicaciones sociales, culturales, cognitivas, personales y disciplinares de la educación desde sus distintos niveles y desarrollos. Esto es, incursionar en un proceso de formación integral, permanente y de mejoramiento continuo que permita al educador actuar ante las necesidades de la educación. La formación como educador está dirigida a aprender a enseñar, a posibilitar el aprendizaje de diversos conocimientos, competencias, contenidos conceptuales, actitudinales y

procedimentales, con el fin de crear posibilidades vitales para la constitución de los sujetos sociales a través de la educación." (MEN, 2013, p.72).

La formación permanente es el proceso continuo de aprendizaje y mejora que los educadores deben seguir a lo largo de su carrera. Su objetivo es asegurar que los docentes estén actualizados en conocimientos y habilidades, lo que contribuye a ofrecer una educación de calidad. Este proceso incluye cursos, talleres y actividades de desarrollo profesional.

## **Rugby**

En el presente apartado se extrajo de apuntes de cátedra de 1er Año de los profesores Walter Occhiuzzi y Claudio Guzman del ISEF N°2 Federico W. Dickens.

### **Historia del rugby**

Establece la leyenda que el Rugby nació un día de Noviembre de 1823, en un condado de Inglaterra, en la Public School contando éste con un gran campo de recreo escolar. Existe aquí una placa que inmortaliza la leyenda con estas palabras: “esta lapida conmemora la hazaña de williams webb ellis, que haciendo galas de gran desenvoltura hacia las reglas del futboll que en aquel tiempo se jugaba, corrio con el balon entre sus manos, dando origen al hecho diferencial del juego del rugby”.

Existen historiadores que cuestionan la verdadera forma de los comienzos, teniendo en cuenta que se han encontrado huellas en la China. En la antigua Grecia, los juegos de pelota eran muy apreciados; uno de los deportes que aquí se practicaban era el “NARPASTUN “(juego muy similar al Rugby). De otros datos históricos se rescata el hecho ocurrido en 1313, en donde se decide suspender éstos juegos por cinco años debido a los destrozos que provocaban en la ciudad de Londres; los juegos duraban aproximadamente tres días y jugaban 200 personas por bando, finalizando cuando la pelota llegaba al pórtico del otro bando. Con el correr del tiempo se empezaron a establecer ciertas reglas, se puso límite al terreno de juego, al número de participantes, y se estableció un tiempo de duración. El futbol, deporte de donde proviene el Rugby se fue instaurado en Inglaterra por el Colegio de Rugby. Una vez establecido éste deporte y debido a la proliferación de nuevos colegios y clubes volvió haber cambios en las reglas; el primer club de Rugby nació en 1858 y fue en Blackeat. Cada institución tenía sus reglamentos pero la obtención de la pelota mediante los scrum era un punto en

común entre ellos. El primer match internacional fue entre Escocia e Inglaterra (1871), se jugaron dos tiempos de 50 minutos y 20 jugadores por bando. En 1875 adquirió en forma oficial en el ámbito internacional con el match entre Inglaterra e Irlanda la cantidad de 15 jugadores por bando. Desde 1987 se juega el campeonato mundial organizado por la Federación Internacional de Rugby Amateur (F.I.R.A.)

### **Historia de la forma de la pelota**

Son muchas las personas que no ocultan su sorpresa cuando contemplan por primera vez la ovalada pelota de Rugby. En este aspecto el Rugby ha respetado una tradición sin la cual, por otra parte, el juego perdería todo interés, al comienzo las pelotas eran objetos sin forma ni ley, simples envoltorios de un haz de paja, de salvado, de papel o de trapos. Más adelante se usaron vejigas de cerdo infladas, pero como resultaban demasiado frágiles para resistir las duras competencias medievales, hábiles artesanos idearon después una envoltura de cuero en las que se introducía la vejiga de cerdo aún fresca; se inflaba convenientemente y luego se mantenía suspendido el balón hasta que se secase y adquiriera forma. En los árboles del siglo pasado, William Gilbert, zapatero de la ciudad de Rugby tenía un negocio que aún existe en el 5 de la calle St. Mathew, tan apreciados eran sus productos que decidió exhibir uno de sus balones en la gran exposición de la industria en Londres 1851 y ganó una medalla de plata. Esa rara forma de los balones se debió a un capricho de la naturaleza ya que las vejigas de cerdo utilizadas tenían esa forma.

Las primeras pelotas eran pesadas y más grandes que las actuales, mejoraron cuando en 1870 en la misma ciudad de Rugby, Mr. Lindon inventó la primera vejiga de caucho, respetando la forma. A partir de ese momento crecieron las fábricas de cámaras y de pelotas, que se confeccionaban tanto para el Rugby como para el Fútbol.

### **Evolución del rugby en Argentina**

El primer partido es jugado el 14 de mayo de 1874, dos equipos asociados al Club Buenos Aires Fútbol. Se siguió jugando esporádicamente hasta 1882, donde se puso en marcha el Club Atlético de Rosario. En 1886 se fundó el Buenos Aires Fútbol Club. Ese año se realizaron los partidos en Buenos Aires y Rosario, el 10 de abril de 1889 se funda la “The River Plate Rugby Unión Champion Ship”, antecesor directo de la U.A.R.

(Unión Argentina de Rugby). El primer campeonato lo ganó Lomas Atlétic. Los equipos fundadores son: Buenos Aires Rugby (1864), Lomas Atlétic (1891), Belgrano Atlétic (1896) y Atlético de Rosario. (1887). El primer equipo formado por jóvenes criollos fue el equipo de la Facultad de Ingeniería en 1904. En 1908 cambió su nombre por el de River Plate Rugby Unión, que tan solo en 1930 se convirtió en la Unión de Rugby del Río de la Plata y en 1951 llegó a ser la U.A.R. En 1920 se inicia la época del Club Atlético San Isidro que gana 11 años consecutivos hasta 1931 que logra ganar el Club Universidad de Buenos Aires. En 1932 nos visita un equipo sudafricano y la calidad del juego argentino fue mejorando, alcanzando eficiencia y brillo por los años `35 y `40, época dominada por los Old Georgians formado por ex alumnos del Saint Georges College de Quilmes. Este equipo se adjudica los torneos `37, `38 y `39 compartiendo éste último torneo con Gimnasia y Esgrima El San Isidro Club. En 1941 comienza la época de C.U.B.A., que gana 8 torneos en 11 años. En 1945 se disputa por primera vez el torneo argentino. La primera gira en 1936 a Chile, en 1951 se realizaron los juegos Panamericanos, con este motivo la U.A.R. organizó el primer torneo Internacional Sudamericano adjudicándosele su representativo. En 1965 señala una etapa trascendente del rugby argentino, junto al nacimiento de LOS PUMAS, nuestro seleccionado estaba de gira en Sudáfrica y en aquella oportunidad obtuvimos un calificativo que de ahí en adelante iba a identificarnos, cuando un periodista confunde con un puma al yagareté que lucían en la casaca. En esa gira se implantó una mística en cada puma, un sentido de respeto en cada adversario, el resultado de esa gira de 16 partidos fue de 10 partidos ganados, 1 empatado y 5 derrotas.

### **El rugby como deporte**

En este juego los principios éticos, filosóficos, técnicos y tácticos están permanentemente entrelazados para configurar un deporte absolutamente único. Pretender enseñar Rugby partiendo de bases exclusivamente técnicas o tácticas puede llevar a un error fundamental y pretender enseñarlo únicamente basado en sus principios filosóficos que conforman el espíritu del juego puede llevar también a un error, puesto que no se logra así materializar cosas que si se pueden conseguir a través del juego es por ello ésta introducción referida a los principios fundamentales del juego; principios que nosotros como encargados de transmitirlos nunca debemos perder de vista para bien y gloria del Rugby amateur . Luego como aplicación práctica de esos principios

fundamentales, aparecen principios técnicos que nos ayudan justamente al desarrollo de lo que uno pretende de nuestro juego fuera y dentro de la cancha. Hay muchas formas de enfocar la parte fundamental y filosófica del juego. Hay muchas formas de enunciar los principios fundamentales y todas han sido utilizadas exitosamente a lo largo de la vida del Rugby. Pero hay una sola frase que contempla todo: “El rugby es un medio y no un fin en sí mismo”, inmediatamente surge la pregunta: ¿un medio para qué? Y también allí uno puede contestar de muchas maneras distintas, pero apuntando a 3 cosas básicas: 1- Un medio para educar. 2- Un medio para relacionar. 3- Un medio para divertir.

### **Objetivo del Juego**

El objetivo del juego es que dos equipos de 15 jugadores por bando, observando un juego de fair play de acuerdo a las reglas y con un buen espíritu deportivo: portando, pasando, pateando, y poniendo la pelota en el piso, marquen la mayor la mayor cantidad de puntos posibles. Todos los jugadores deben tener un propósito en la mente: marcar tries. El equipo defensor trata de frenar al equipo atacante para que no marque tries y lo hace tacleando y/o poniendo presión para que cometan errores y tratar de recuperar la pelota para su bando. Los puntos se logran de la siguiente manera: Try: 5 puntos, cuando un jugador apoya la pelota detrás de la línea de ingoal de la oposición. Conversión: 2 puntos, después de un try. Se pateo desde el suelo o de drop dentro de la cancha a la altura de donde se apoyó el try a una línea perpendicular a la línea de ingoal. Penal: 3 puntos, se pateo desde el suelo o de drop, desde el lugar en que el árbitro sanciona la infracción, la pelota debe pasar por encima del travesaño. Drop: 3 puntos, se puede ejecutar desde cualquier situación del juego y la pelota debe pasar por encima del travesaño (No vale desde un free kick). Un equipo de rugby consta de 15 jugadores, un grupo se denomina Forwards y otro grupo se denominan tres cuartos. Los primeros se numeran del 1 al 8 y los segundos del 9 al 15. Los forwards deben de concentrarse en obtener la pelota y asegurar la posesión, llevándola para delante una vez lograda. Los backs lanzan ataques pasando o pateando la pelota. Los forwards son el N° 1 Pilar izquierdo. N° 2 Hoocker. N° 3 Pilar derecho. N° 4 Segunda línea. N° 5 Segunda línea. N° 6 Ala o wing forwards. N° 7 Ala o wing forwards. N° 8 Octavo. Los tres cuartos son el N° 9 Medio scrum. N° 10 Medio apertura. N° 11 Wing izquierdo. N° 12 Centro izquierdo. N° 13 Centro derecho. N° 14 Wing derecho. N° 15 Fullbacks.

## **Principios básicos del juego**

El Rugby tiene tanta riqueza como juego, que hay lugar en él para cualquier conformación o aptitud física, para cualquier tamaño y para cualquier virtud individual (velocidad, fuerza, salto, resistencia, etc.). Pero más allá de eso su ESENCIA es aplicable a todos los jugadores, en todas las situaciones. La esencia del juego está formada por principios básicos que van más allá de una destreza individual o de una estrategia de conjunto; están por sobretodo ellos y deben ser compartidos y aplicados por todos, no importa que puesto ocupan en la cancha. Los cuatro principios básicos del juego son: ir hacia adelante, apoyo, continuidad y presión.

**Ir hacia adelante:** Este concepto de ir siempre hacia delante, lo más paralelo posible a la línea de touch, es la base de lo que encierra esta idea. Tratar de jugar yendo hacia atrás o hacia el costado es hacer más difícil el juego. Esto es algo que la totalidad del equipo debe estar preparado para hacer.

**Apoyo:** no debe entenderse solamente como la función de acompañamiento en el juego suelto. Por supuesto que este apoyo es vital e importante, pero el apoyo como concepto es más que eso, es apoyo en ataque y en defensa. Un scrum no funciona si todos sus componentes no cumplen la función de ir hacia delante; un pilar necesita de su segunda línea en el scrum, un saltador necesita el apoyo de su pilar en el line out, un forward necesita el apoyo de un compañero para entrar juntos y agarrados en un ruck, un centro necesita el apoyo de un compañero a quien ceder la pelota cuando atrae su marca.

**Continuidad:** Gracias al apoyo se consigue la continuidad, o, mejor dicho, ir hacia delante de manera continua. La continuidad sólo se consigue si los jugadores logran mantener la posesión de la pelota en las distintas facetas del juego suelto, retener la posesión en las instancias de contacto con el rival, o recuperar la posesión a causa de una defensa efectiva. Y esto se logra con apoyo permanente.

**Presión:** En circunstancias normales podemos decir que la oposición tendrá la pelota durante un partido más o menos el mismo tiempo en que la tengamos nosotros, ante esta situación debemos llevar el juego hacia ellos, negándole espacio y tiempo. En otras palabras, los estamos poniendo bajo presión, es esta le que provoca errores en la oposición.

## **ENFOQUE METODOLOGICO**

### **TIPO DE INVESTIGACIÓN**

El presente trabajo se ha desarrollado a través de un enfoque mixto, que representan un conjunto de procesos sistemáticos, empíricos y críticos de investigación e implican la recolección y análisis de datos cuantitativos y cualitativos, así como su integración y discusión conjunta, para realizar inferencias producto de toda la información recabada (meta inferencias) y lograr un mejor entendimiento del fenómeno bajo estudio (Hernández Sampieri y Mendoza, 2008).

Se ha desarrollado a través de un enfoque cuanti-cualitativo para responder al problema de investigación. Será un estudio de naturaleza no experimental y de carácter transversal, cuyo procedimiento de recolección de información fue una encuesta que utilizo la técnica del cuestionario y entrevistas semi estructuradas abiertas.

### **POBLACIÓN**

En el presente estudio trabajo con el total de la población, ya que son pocos los clubes que cuentan con categorías formativas y por consiguiente no son muchos los entrenadores. Las unidades de análisis fueron los entrenadores de las categorías formativas de los clubes de la URAV.

### **RECOLECCION DE DATOS**

Para la recolección de datos, se contactó con la URAV para la autorización y posterior contacto con los referentes y entrenadores de los diferentes clubes. Se plantearon los objetivos y formas de abordar la recolección de datos para lograr su colaboración.

Las técnicas implementadas fueron la encuesta, con preguntas cerradas y fáciles de entender, en las cuales se plantea un listado de preguntas cerradas para obtener datos precisos. El hecho de tener preguntas cerradas, permite calcular los resultados y obtener porcentajes que permitan un análisis rápido de los mismos; y la entrevista semiestructurada con preguntas abiertas, las cuales ofrecen al investigador un margen de maniobra considerable para sondear a los entrenadores, además de mantener la estructura básica de la entrevista. Incluso al tratarse de una conversación guiada entre el investigador y entrevistados, existe flexibilidad, y se considera que a través de la

entrevista se pueden obtener más y mejor información que la que se derivaría de un cuestionario (Dudovskiy, 2017).

La encuesta cuenta de 23 preguntas con múltiples opciones de respuestas, mientras que la entrevista con 16 preguntas de guía para lograr los objetivos de la investigación. Los métodos elegidos tuvieron lugar por medio de reuniones por Meet, las cuales fueron grabadas para mejor análisis. En ambos casos se le aclaró a los entrenadores que la participación era anónima y voluntaria.

### **PROCEDIMIENTO PARA LA APLICACIÓN DEL INSTRUMENTO DE RECOLECCION DE DATOS**

Le encuesta se realizó mediante un cuestionario validado por la investigación de López-Muñiz (2019) sobre “La formación en rugby de los entrenadores de Almería”, y adaptado para esta investigación.

La entrevista fue a cargo del investigador siguiendo una guía de preguntas elaborada con anterioridad, llevada a cabo de forma virtual a los entrenadores de rugby de las categorías juveniles del Alto Valle. Cada entrevista fue grabada y luego fueron transcritas.

Las transcripciones de las entrevistas fueron enviadas a los participantes con el fin de que pudiesen comprobar el contenido y la calidad de las mismas. Sobre todo, para que constaten que no se ha realizado ningún tipo de cambio en sus respuestas.

### **PRESENTACION DE LOS DATOS**

A continuación, se presenta los datos de la aplicación de la encuesta y la entrevista para su respectivo análisis, contemplando todas las respuestas de los entrenadores.

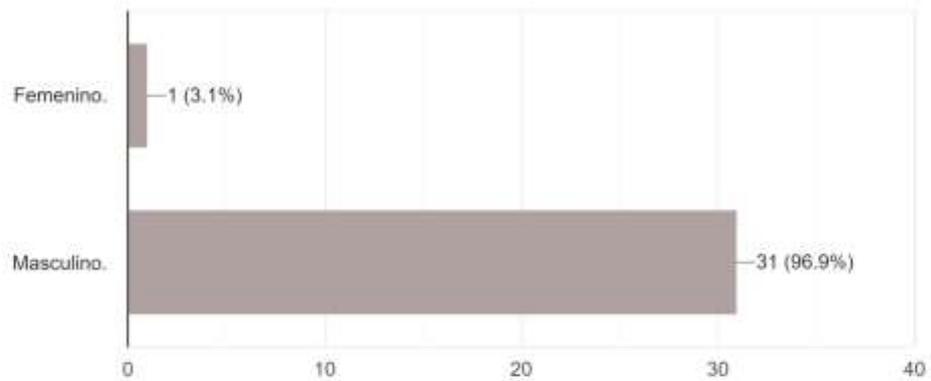
Resulta necesario recordar que la entrevista está dividida en cuatro dimensiones, donde se consideraron:

- Conocimiento de los métodos de entrenamiento.
- Métodos Predominantes.
- Formación y capacitación.
- Intereses, motivaciones y dificultades de capacitación.

## ANÁLISIS DE DATOS CUANTITATIVOS

### 1. Género.

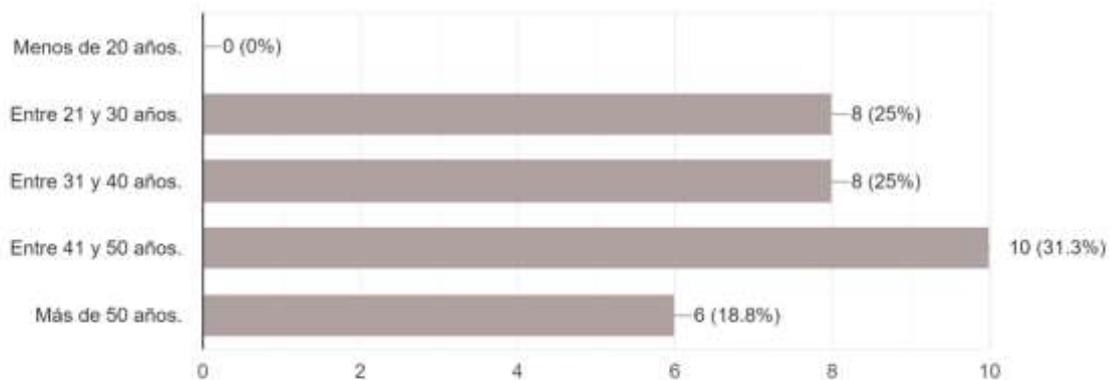
32 respuestas



El 96.9% de los encuestados son de género masculino, mientras que el 3.1% de género femenino.

### 2. Edad.

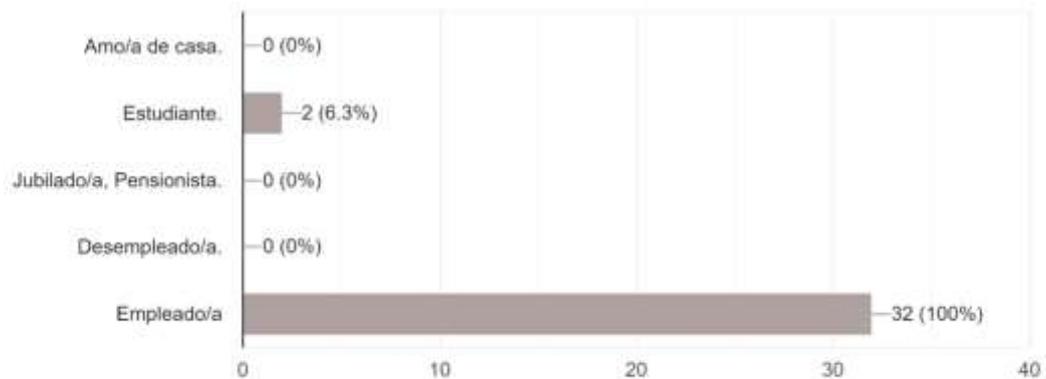
32 respuestas



El 25% de los encuestados tiene entre 21 y 30 años, otro 25% entre 31 y 40 años, mientras que el 50% es mayor de 41 años.

### 3. Ocupación.

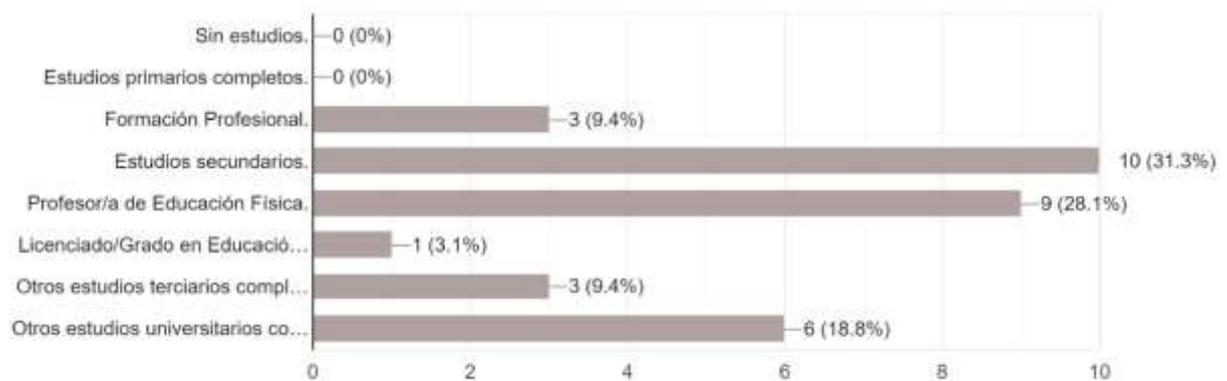
32 respuestas



Todos los encuestados cuentan con trabajo formal en diferentes ámbitos, y del total el 6% es también estudiante.

### 5. Indica la MÁXIMA titulación académica que hayas COMPLETADO.

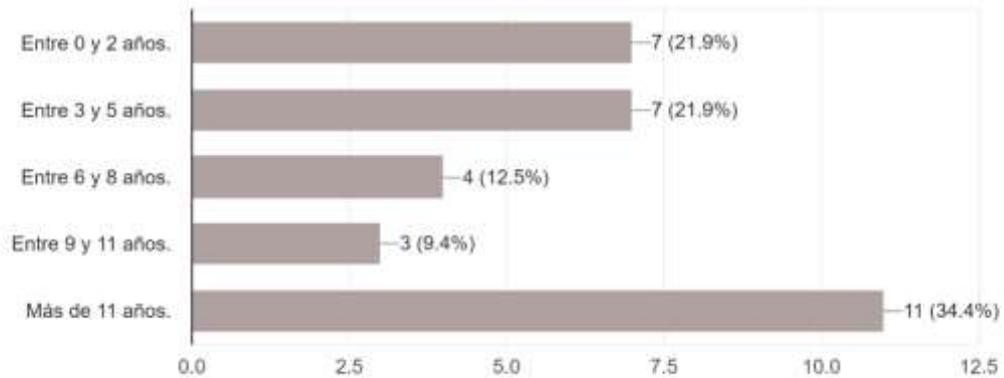
32 respuestas



El 31% de los encuestados posee como máxima titulación académica algún título terciario o universitario, otro 31% posee secundario completo, el 9.4% titulación en formación profesional y el 28.1% son profesores de educación física.

### 6. Experiencia como entrenador de rugby.

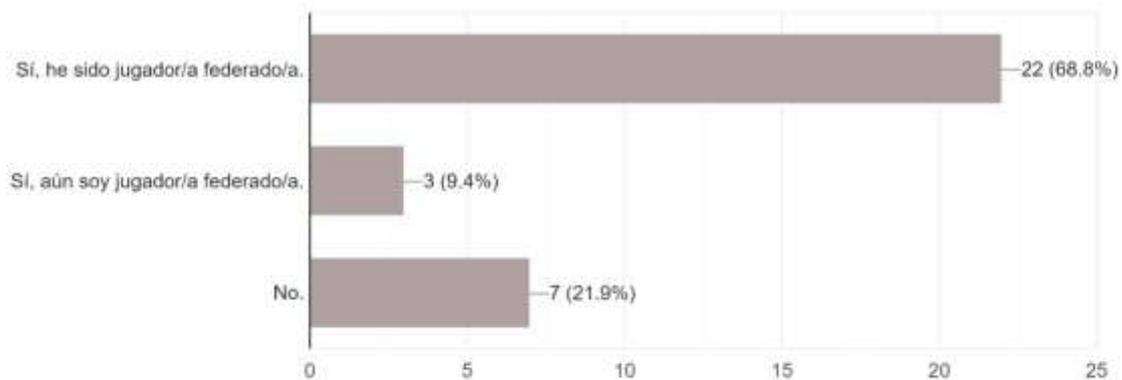
32 respuestas



El 43,8% de los encuestados tiene entre 0 y 5 años de experiencia como entrenador, el 21,9% entre 6 y 11 años y el 34,4% más de 11 años de experiencia.

### 8. ¿Has sido jugador/a federado/a de rugby?

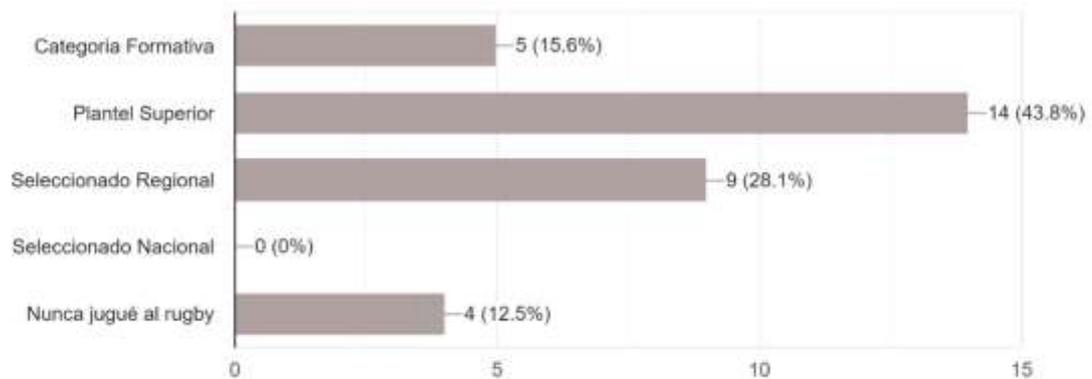
32 respuestas



El 78,2% de los encuestados es o ha sido jugador de rugby en algún momento, mientras que el 21,9% jamás ha sido jugador federado de rugby.

### 9. ¿Cuál ha sido la máxima categoría en la que has participado como jugador?

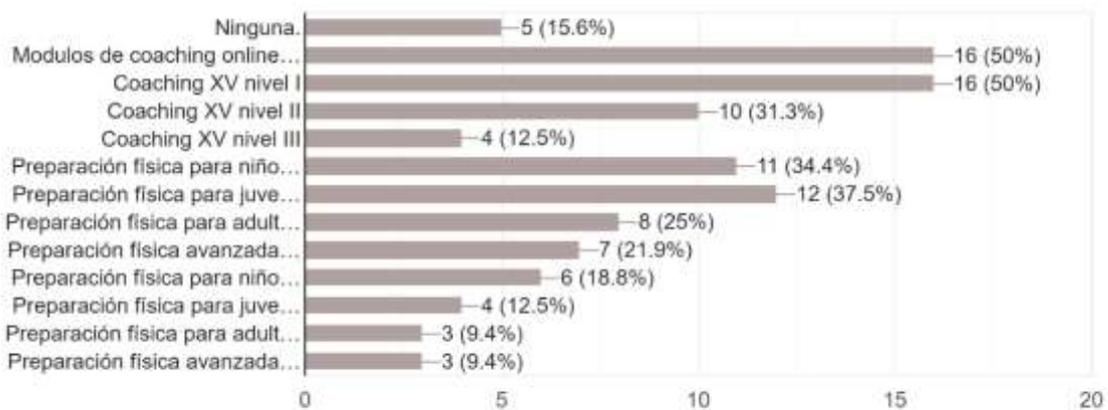
32 respuestas



El 12,5% de los encuestados nunca jugó al rugby, el 15,6% jugó hasta categoría formativa, el 43,8% hasta plantel superior, el 28,1% seleccionado regional y ninguno fue seleccionado nacional.

### 10. ¿Qué titulaciones de rugby posees (World Rugby)?

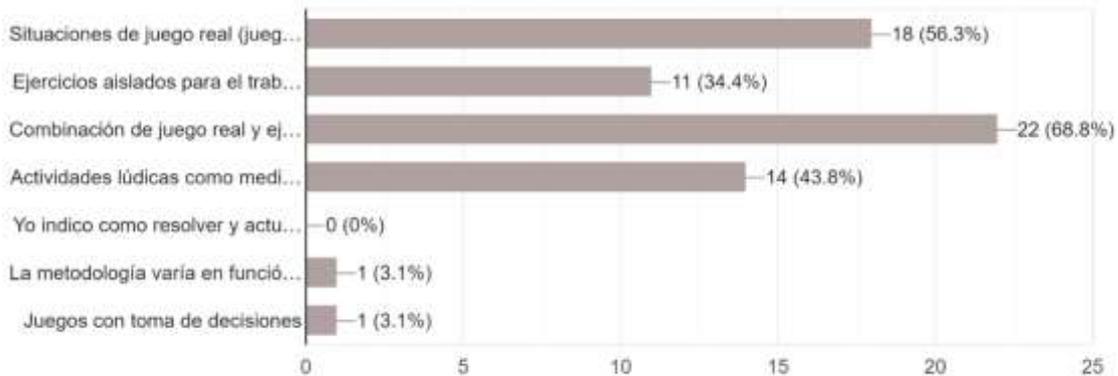
32 respuestas



El 15,6% de los encuestados no posee ningún tipo de titulación en rugby, el 6,3% sólo poseen titulaciones de preparación física, el 34,4% de preparación física y coaching y el 43,7% únicamente de coaching.

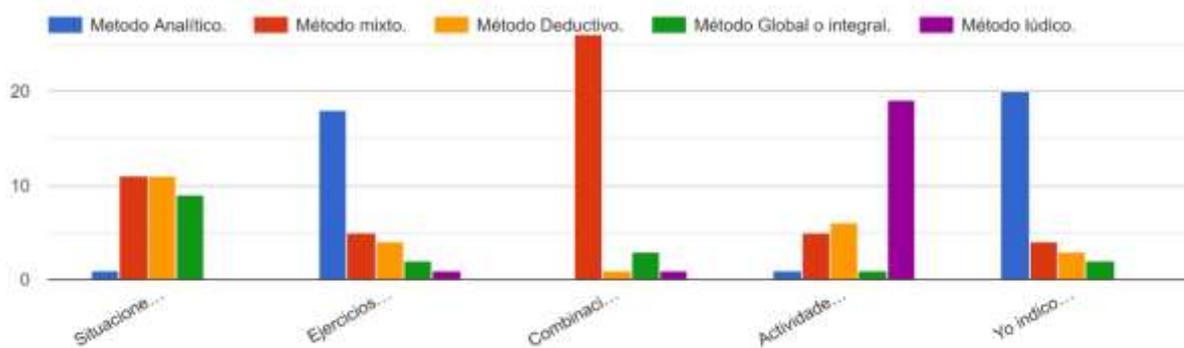
## 12. ¿Con que metodologías prevalecen en tus entrenamientos?

32 respuestas



La mayoría de los entrenadores coinciden en la utilización de metodologías de juego real combinadas con ejercicios analíticos aislados, resolución de problemas y métodos lúdicos.

## 13. En relación a las características mencionadas anteriormente, ¿Cuáles crees que corresponden a los diferentes METODOS DE ENTRENAMIENTO?



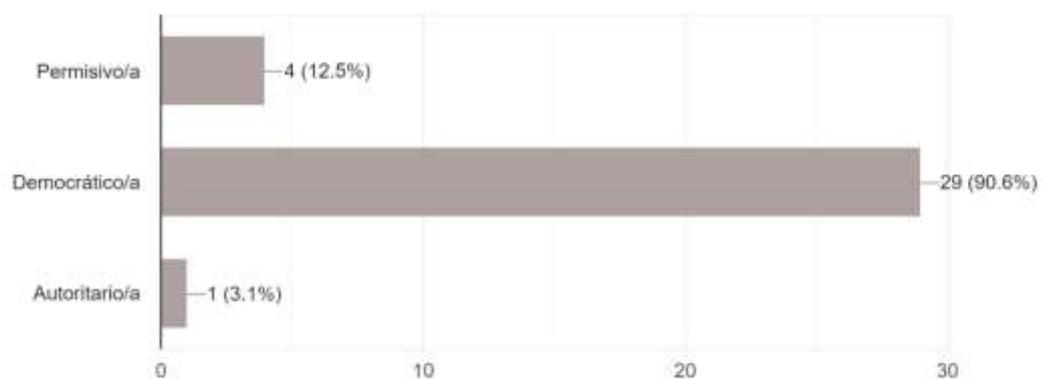
En relación a las siguientes frases:

- Situaciones de juego real (juego completo o reducido). Situaciones problema y toma de decisiones por parte de los jugadores: el 34,4% cree que corresponde al método mixto, el 34,4% al método deductivo, el 28,2% al método global integral y el 3,1 al método analítico.

- Ejercicios aislados para el trabajo técnico táctico por repeticiones: el 56,3% cree que corresponde al método analítico, el 15,6% al método mixto, el 12,5% al método deductivo, el 6,3% al método global, el 3,1% al método lúdico y el 6,3% no respondió.
- Combinación de juego real y ejercicios aislados: el 81,3% cree que corresponde al método mixto, el 9,4% al método global integral, el 3,1% al método deductivo, al igual que al método lúdico y el mismo porcentaje no respondió.
- Actividades lúdicas como medio de entrenamiento y aprendizaje. Cohesión grupal. Comunicación. Diversión: el 59,4% cree que corresponde al método lúdico, el 18,8% al método deductivo, el 15,6% al método mixto, y el 6,2% al método analítico y global integral.
- Yo indico cómo resolver y actuar ante los diversos escenarios: el 62,5% cree que corresponde al método analítico, el 12,5% al método mixto, el 9,4% al método deductivo, mismo porcentaje de encuestados que no respondió y el 6,2% al método global integral.

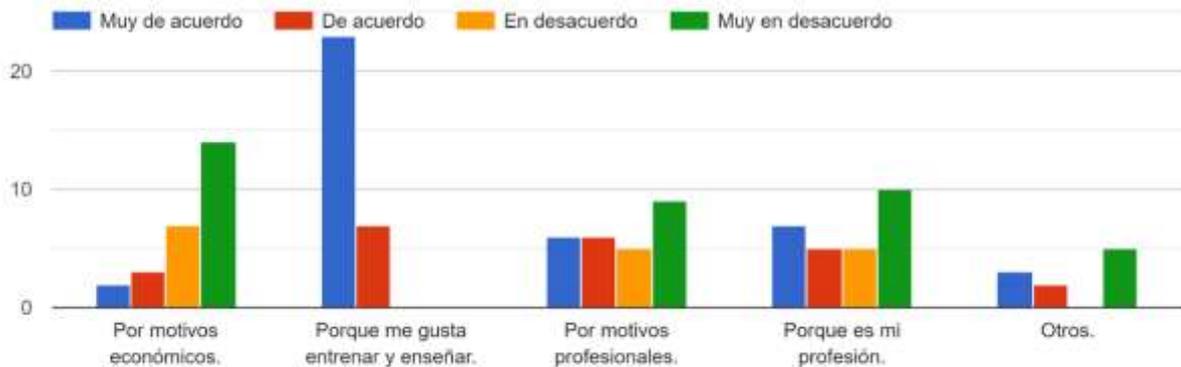
15. Con la formación que usted ha recibido en cada uno de los cursos realizados, básicamente ha aprendido a ser un entrenador/a de tipo...

32 respuestas



El 90.6% de los encuestados ha aprendido a ser un entrenador democrático, el 12,5% permisivo y el 3,1% autoritario.

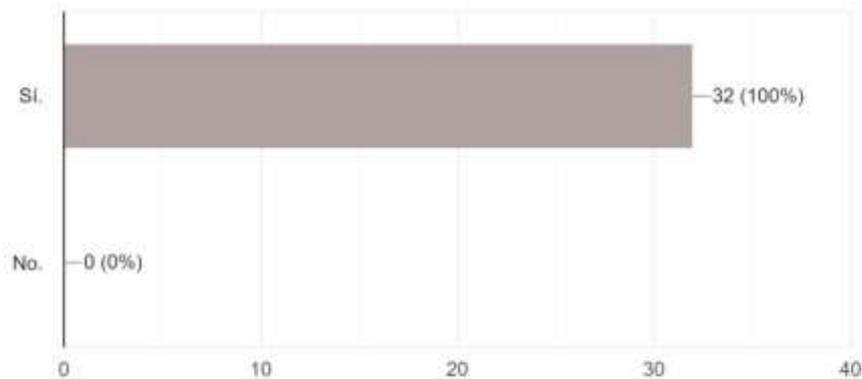
16. Actualmente, ¿POR QUÉ SE DEDICA A ENTRENAR?



El 100% de los encuestados coinciden en que se dedican a entrenar porque les gusta. El 65,6% está en desacuerdo que lo haga por motivos económicos. El 46,2% lo hace por motivos profesionales, mientras que el 53,8% no lo hace por este motivo. El 44,4% lo hace porque es su profesión, mientras que el 55,6% no lo hace como profesión.

18. ¿Cree que PODRÍA MEJORAR su formación como entrenador/a de rugby?

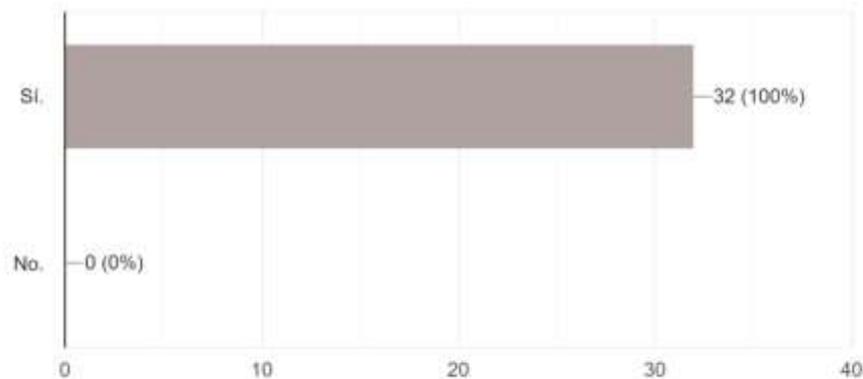
32 respuestas



La totalidad de los encuestados cree que podría mejorar su formación como entrenador/a

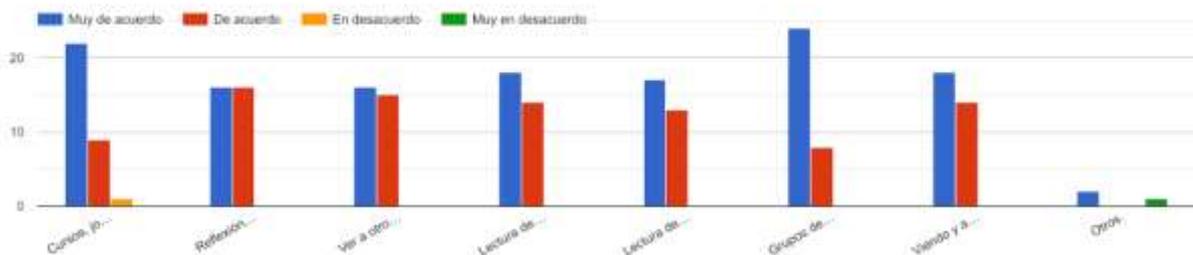
19. En este momento, ¿está dispuesto a SEGUIR FORMÁNDOSE?

32 respuestas



La totalidad de los encuestados está dispuesta a seguir formándose.

20. Exprese su GRADO DE ACUERDO O DESACUERDO, según su disposición, para SEGUIR FORMÁNDOSE como entrenador/a de rugby a través de la realización de...

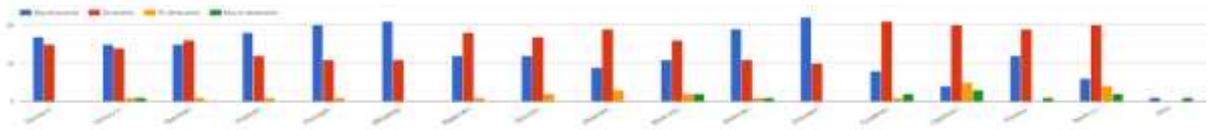


La totalidad de los encuestados está de acuerdo o muy de acuerdo a seguir formándose de diferentes formas:

- Reflexión sobre la propia práctica.
- Ver a otros compañeros/as entrenar.
- Lectura de libros, revistas específicas de rugby.
- Lectura de libros, revistas relacionadas con el entrenamiento deportivo.
- Grupos de trabajo entre entrenadores/as de rugby.
- Viendo y analizando partidos y entrenamientos de rugby en vídeo.

A diferencia de 1 de los encuestados que está en desacuerdo de formarse mediante cursos, jornadas y seminarios.

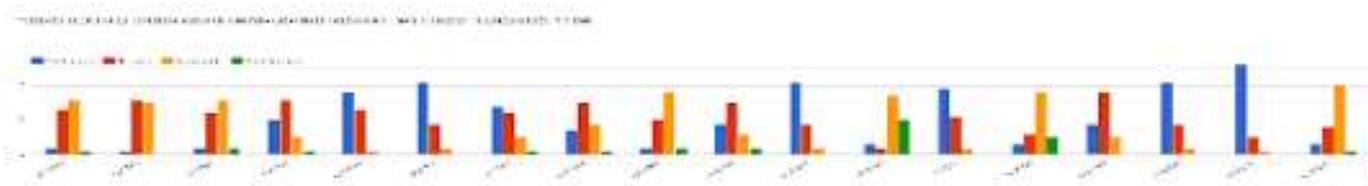
32. ¿Qué le gustaría mejorar dentro de los temas de: TÉCNICA, TÁCTICA, SISTEMAS DE JUEGO, SEGURIDAD DEPORTIVA, PREPARACIÓN FÍSICA, PSICOLOGÍA DEL ENTRENAMIENTO, METODOLOGÍA DE LA ENSEÑANZA Y DEL ENTRENAMIENTO DE RUGBY, REGLAS DEL JUEGO, DIRECCIÓN DE EQUIPOS, DESARROLLO PROFESIONAL, BASES ANATÓMICAS Y FISIOLÓGICAS DEL DEPORTE, BASES PSICOPEDAGÓGICAS DE LA ENSEÑANZA Y DEL ENTRENAMIENTO, ENTRENAMIENTO DEPORTIVO?



En relación a los siguientes temas para continuar formándose, las respuestas de los encuestados fueron:

- Técnica individual y colectiva: el 100% de los encuestados está de acuerdo o muy de acuerdo.
- Táctica y sistemas de juego: el 48,4% está muy de acuerdo, el 45,2% está de acuerdo, y el 6,45% está en desacuerdo o muy en desacuerdo.
- Seguridad deportiva: el 96,9% está de acuerdo o muy de acuerdo, y el 3,13% está en desacuerdo.
- Preparación física: el 58,1% está muy de acuerdo, el 38,7% está de acuerdo y el 3,22% en desacuerdo.
- Psicología del entrenamiento: el 64,5% está muy de acuerdo, el 35,5% está de acuerdo y el 3,22% en desacuerdo.
- Metodología de la enseñanza y del entrenamiento de rugby: el 65,6% está muy de acuerdo, el 34,4% está de acuerdo.
- Reglas del juego: el 38,7% está muy de acuerdo, el 58,1% está de acuerdo y el 3,22% en desacuerdo.
- Dirección de equipos: el 38,7% está muy de acuerdo, el 54,8% está de acuerdo y el 6,45% en desacuerdo.
- Desarrollo profesional: el 29% está muy de acuerdo, el 61,3% está de acuerdo y el 9,68% en desacuerdo.
- Bases anatómicas y fisiológicas del deporte: el 35,5% está muy de acuerdo, el 51,6% está de acuerdo y el 12,9% en desacuerdo o muy en desacuerdo.
- Bases psicopedagógicas de la enseñanza y del entrenamiento: el 59,4% está muy de acuerdo, el 34,4% está de acuerdo y el 6,3% en desacuerdo o muy en desacuerdo.
- Entrenamiento deportivo: el 100% de los encuestados está de acuerdo o muy de acuerdo.

- Fundamentos sociológicos del deporte: el 8% está muy de acuerdo, el 65,6% está de acuerdo y el 9,4% en desacuerdo o muy en desacuerdo.
- Organización y legislación del deporte: el 75% está muy de acuerdo o de acuerdo y el 25% en desacuerdo o muy en desacuerdo.
- Primeros auxilios e higiene en el deporte: el 96,9% está muy de acuerdo o de acuerdo y el 3,1% muy en desacuerdo.
- Teoría y sociología del deporte: el 81,2% está muy de acuerdo o de acuerdo y el 18,8% en desacuerdo o muy en desacuerdo.



En relación a las siguientes afirmaciones, las respuestas de los encuestados fueron:

- 14.1 Pienso que el tiempo empleado en el curso de entrenadores/as es suficiente para entrenar en el rugby: el 46,9% está muy de acuerdo o de acuerdo, mientras que el 53,1% está en desacuerdo o muy en desacuerdo.
- 14.2 Creo que los contenidos recibidos durante el curso de entrenadores/as son suficientes para entrenar en el rugby: el 53,1% está muy de acuerdo o de acuerdo, mientras que el 46,9% está en desacuerdo.
- 14.3 Opino que algunos de los contenidos tratados durante el curso de entrenadores/as me han servido de muy poco para entrenar a mis jugadores/as: el 43,8% está muy de acuerdo o de acuerdo, mientras que el 56,2% está en desacuerdo o muy en desacuerdo.
- 14.4 Creo que la parte más importante del curso de entrenadores/as fue la práctica: el 81,2% está muy de acuerdo o de acuerdo, mientras que el 18,8% está en desacuerdo o muy en desacuerdo.
- 14.5 Pienso que tanto la teoría como la práctica, fueron importantes en el curso de entrenadores/as: el 96,9% está muy de acuerdo o de acuerdo, mientras que el 3,1% está en desacuerdo.

- 14.6 Creo que el entrenador de rugby ha de estar al día en su formación: el 93,7% está muy de acuerdo o de acuerdo, mientras que el 6,3% está en desacuerdo.
- 14.7 Habitualmente suelo hacer cursos, jornadas, etc. para estar al día: el 81,2% está muy de acuerdo o de acuerdo, mientras que el 18,8% está en desacuerdo o muy en desacuerdo.
- 14.8 Considero que existe una oferta adecuada de cursos, jornadas, seminarios, etc. para estar al día: el 68,7% está muy de acuerdo o de acuerdo, mientras que el 31,3% está en desacuerdo o muy en desacuerdo.
- 14.9 Normalmente, los cursos, jornadas, seminarios, etc. que se ofertan no son de mi interés: el 37,5% está muy de acuerdo o de acuerdo, mientras que el 62,5% está en desacuerdo o muy en desacuerdo.
- 14.10 Habitualmente leo libros, revistas, etc. para continuar formándome: el 75% está muy de acuerdo o de acuerdo, mientras que el 25% está en desacuerdo o muy en desacuerdo.
- 14.11 Suelo intercambiar opiniones, experiencias, etc. con otros compañeros/as entrenadores/as para completar mi formación: el 93,7% está muy de acuerdo o de acuerdo, mientras que el 6,9% está en desacuerdo.
- 14.12 Creo que con mi experiencia diaria es suficiente para estar al día: el 15,6% está muy de acuerdo o de acuerdo, mientras que el 84,4% está en desacuerdo o muy en desacuerdo.
- 14.13 En mi opinión, el rugby es un medio a través del cual puedo educar a mis jugadores/as: el 93,7% está muy de acuerdo o de acuerdo, mientras que el 6,3% está en desacuerdo o muy en desacuerdo.
- 14.14 Para mí, los resultados obtenidos por mi equipo en las competiciones son muy importantes: el 28,1% está muy de acuerdo o de acuerdo, mientras que el 71,9% está en desacuerdo o muy en desacuerdo.
- 14.15 La competición es un aspecto más en la formación deportiva de los jugadores/as: el 84,4% está muy de acuerdo o de acuerdo, mientras que el 15,6% está en desacuerdo.
- 14.16 Considero que lo primordial es que los jugadores/as se diviertan practicando el rugby: el 93,8% está muy de acuerdo o de acuerdo, mientras que el 6,2% está en desacuerdo.

- 14.17 A través del rugby podemos enseñar valores como el respeto, el trabajo en equipo, la disciplina, etc.: el 96,9% está muy de acuerdo o de acuerdo, mientras que el 3,1% está en desacuerdo.
- 14.18 Suelo utilizar con más frecuencia métodos de enseñanza directivos: el 34,4% está muy de acuerdo o de acuerdo, mientras que el 65,6% está en desacuerdo o muy en desacuerdo.
- 14.19 Suelo utilizar con más frecuencia métodos de enseñanza basados en el descubrimiento: el 71,9% está muy de acuerdo o de acuerdo, mientras que el 28,1% está en desacuerdo o muy en desacuerdo.
- 14.20 Habitualmente dispongo de campo y material de entrenamiento de rugby para entrenar: el 84,4% está muy de acuerdo o de acuerdo, mientras que el 15,6% está en desacuerdo o muy en desacuerdo.
- 14.21 Normalmente utilizo, además de campo de rugby, de otras instalaciones deportivas (gimnasio, pista polideportiva, etc.): el 71,9% está muy de acuerdo o de acuerdo, mientras que el 28,1% está en desacuerdo o muy en desacuerdo.
- 14.22 Suelo disponer de material deportivo no específico de rugby (conos, aros, etc.): el 84,4% está muy de acuerdo o de acuerdo, mientras que el 15,6% está en desacuerdo o muy en desacuerdo.
- 14.23 Usualmente utilizo, al menos, un balón de rugby por pareja: el 87,5% está muy de acuerdo o de acuerdo, mientras que el 12,5% está en desacuerdo.
- 14.24 Programó la temporada antes de que comience: el 71,8% está muy de acuerdo o de acuerdo, mientras que el 28,2% está en desacuerdo o muy en desacuerdo.
- 14.25 Programó el trabajo cada mes: el 75% está muy de acuerdo o de acuerdo, mientras que el 25% está en desacuerdo o muy en desacuerdo.
- 14.26 Programó el trabajo cada semana: el 87,5% está muy de acuerdo o de acuerdo, mientras que el 12,5% está en desacuerdo o muy en desacuerdo.
- 14.27 Programó el trabajo diariamente: el 68,7% está muy de acuerdo o de acuerdo, mientras que el 31,3% está en desacuerdo o muy en desacuerdo.
- 14.28 Trabajo los medios técnico-tácticos con oposición: el 87,5% está muy de acuerdo o de acuerdo, mientras que el 12,5% está en desacuerdo.

- 14.29 Doy más prioridad a los aspectos técnico-tácticos que a los físicos: el 34,4% está muy de acuerdo o de acuerdo, mientras que el 65,6% está en desacuerdo o muy en desacuerdo.
- 14.30 Doy más prioridad a los aspectos técnico-tácticos que a los mentales: el 90,6% está muy de acuerdo o de acuerdo, mientras que el 9,4% está en desacuerdo.
- 14.31 Utilizó una metodología basada en el juego: el 90,6% está muy de acuerdo o de acuerdo, mientras que el 9,4% está en desacuerdo o muy en desacuerdo.
- 14.32 Empleo las mismas actividades, juegos, etc. para todos mis jugadores/as: el 56,2% está muy de acuerdo o de acuerdo, mientras que el 43,8% está en desacuerdo o muy en desacuerdo.
- 14.33 Suelo centrar mi enseñanza en los contenidos procedimentales (saber jugar a rugby): el 75% está muy de acuerdo o de acuerdo, mientras que el 25% está en desacuerdo.
- 14.34 Suelo centrar mi enseñanza en los contenidos conceptuales (conocer reglas, sistemas de juego, etc.): el 81,2% está muy de acuerdo o de acuerdo, mientras que el 18,8% está en desacuerdo.
- 14.35 Suelo centrar mi enseñanza en los contenidos actitudinales (saber comportarse correctamente, “juego limpio”, etc.): el 93,7% está muy de acuerdo o de acuerdo, mientras que el 6,3% está en desacuerdo.
- 14.36 Los jugadores/as asisten normalmente a los entrenamientos: el 71,9% está muy de acuerdo o de acuerdo, mientras que el 28,1% está en desacuerdo.
- 14.37 Me resulta fácil motivar a los jugadores/as: el 68,7% está muy de acuerdo o de acuerdo, mientras que el 31,3% está en desacuerdo o muy en desacuerdo.
- 14.38 Habitualmente controlo fácilmente los entrenamientos: el 84,4% está muy de acuerdo o de acuerdo, mientras que el 15,6% está en desacuerdo.
- 14.39 Tengo claro los contenidos que he de trabajar en función del nivel de los/as jugadores/as: el 93,7% está muy de acuerdo o de acuerdo, mientras que el 6,3% está en desacuerdo.
- 14.40 Los objetivos que me planteo son fundamentalmente educativos: el 87,5% está muy de acuerdo o de acuerdo, mientras que el 12,5% está en desacuerdo.

- 14.41 Los objetivos que me planteo son fundamentalmente competitivos: el 40,6% está muy de acuerdo o de acuerdo, mientras que el 59,4% está en desacuerdo o muy en desacuerdo.
- 14.42 Los objetivos que me planteo son fundamentalmente recreativos: el 46,8% está muy de acuerdo o de acuerdo, mientras que el 53,2% está en desacuerdo o muy en desacuerdo.
- 14.43 Realizó una evaluación inicial de los jugadores/as al comienzo de la temporada: el 87,5% está muy de acuerdo o de acuerdo, mientras que el 12,5% está en desacuerdo o muy en desacuerdo.
- 14.44 A partir de esa evaluación realizó la planificación: el 84,4% está muy de acuerdo o de acuerdo, mientras que el 15,6% está en desacuerdo o muy en desacuerdo.
- 14.45 Evaluó sólo al final de la temporada: el 15,6% está muy de acuerdo o de acuerdo, mientras que el 84,4% está en desacuerdo o muy en desacuerdo.
- 14.46 Utilizó la competición como un medio de aprendizaje para mis jugadores/as: el 81,2% está muy de acuerdo o de acuerdo, mientras que el 18,8% está en desacuerdo o muy en desacuerdo.
- 14.47 Creo que las competiciones están adaptadas a las diferentes características psicoevolutivas de los jugadores/as: el 59,4% está muy de acuerdo o de acuerdo, mientras que el 40,6% está en desacuerdo o muy en desacuerdo.
- 14.48 Creo que todos los jugadores han de participar en las competiciones, independientemente del resultado: el 87,5% está muy de acuerdo o de acuerdo, mientras que el 12,5% está en desacuerdo o muy en desacuerdo.
- 14.49 Habitualmente, mantengo relaciones amistosas con mis jugadores/as: el 90,6% está muy de acuerdo o de acuerdo, mientras que el 9,4% está en desacuerdo.
- 14.50 Normalmente, suelo mantener relaciones cordiales con los padres de los jugadores/as: el 90,6% está muy de acuerdo o de acuerdo, mientras que el 9,4% está en desacuerdo.
- 14.51 Usualmente intercambio conocimientos, experiencias, etc. con otros entrenadores/as de rugby: el 96,9% está muy de acuerdo o de acuerdo, mientras que el 13,1% está en desacuerdo.

- 14.52 Los entrenadores/as, dentro del club o colegio donde entrenamos, solemos trabajar en grupo: el 75% está muy de acuerdo o de acuerdo, mientras que el 25% está en desacuerdo o muy en desacuerdo.
- 14.53 Entrenar en rugby me reporta una gran satisfacción: el 96,9% está muy de acuerdo o de acuerdo, mientras que el 3,1% está en desacuerdo.
- 14.54 Me gustaría tener más tiempo para dedicárselo a la enseñanza del rugby: el 90,6% está muy de acuerdo o de acuerdo, mientras que el 9,4% está en desacuerdo.
- 14.55 Suelo tener en cuenta la opinión de mis jugadores/as en la toma de decisiones del equipo: el 96,9% está muy de acuerdo o de acuerdo, mientras que el 3,1% está en desacuerdo o muy en desacuerdo.

## **ANÁLISIS DE DATOS CUALITATIVOS**

La decisión sobre el modo de obtener los datos y de quiénes obtenerlos se tomó con anticipación para contactar con ellos y coordinar fecha y hora para la realización de la entrevista a través de la aplicación Meet o Zoom.

En la entrevista se escogieron preguntas que respondieran a nuestros objetivos. Se realizó con previa información al entrevistado sobre el motivo, y con un medio de grabación de voz para transcribir lo expresado.

Objetivos de la entrevista:

1. Saber si conocen los métodos de entrenamiento.
2. Conocer qué métodos predominan en sus entrenamientos.
3. Indagar sobre su formación y capacitación en el rugby.
4. Conocer intereses y dificultades al momento de capacitarse.

## **MATRIZ DE LA ENTREVISTA**

Las entrevistas se realizaron a través de las aplicaciones Meet y Zoom a los entrenadores de cada club deportivo, sumando un total de 6 entrevistas, con el objetivo de recabar información cualitativa de suma utilidad para el desarrollo del trabajo.

Se trató principalmente de indagar sobre los métodos de entrenamiento que utilizaban los

entrenadores y la formación de cada uno en categorías formativas de rugby del alto valle.

Los aspectos más destacados en la entrevista fueron los métodos de entrenamiento, la aplicación de los métodos, la formación y la capacitación.

### **CONOCIMIENTO DE LOS MÉTODOS DE ENTRENAMIENTO**

En este punto, se intentó indagar sobre cuál era el grado de conocimiento de los métodos de entrenamiento y cuál fue la base de aprendizaje de los entrenadores. Se pudo observar otra variable, que es el grado de conocimiento en relación a su formación de base, por ejemplo, los que son profesores de educación física con los que no.

En relación al conocimiento de los métodos de entrenamiento la mayoría de los entrevistados reconoce que sabe cuáles son y fueron aprehendidos en la facultad o cursos UAR:

E.1: *“Sí, conocí en el profesorado los diferentes métodos de guiado y demás explorativo para trabajar con los chicos trabajando en la carrera y después aplicándolo o en las prácticas o mismo con los chicos ahí”.*

E.2: *Sí, conozco desde la facultad, el bloque la parte teórica de la facultad, pero más en la práctica en lo que es dentro del club, ahí vas viendo depende la edad las consignas un poquito más lúdicas. Lo que es analítico un poquito más grande y ahí buscar un conjunto de estos métodos. yo creo que tienen que estar de los dos tanto de la analítica o bien estructural y más del juego depende la edad.”*

E.3: *“sí como te digo los utilizaba mucho en categorías infantiles en M10 M11 a donde sí tenía que aplicar todo lo que era pedagogía y organizar todo el entrenamiento. obviamente en la preparación física aplicó métodos de entrenamiento, pero físico, pero sí los conozco. los aprendí en la facultad, realmente los aprendí en la facultad. después cuando hice los cursos con la urav que siempre te llevan hacia la parte pedagógica porque hay entrenadores que van ad honorem y no tienen la parte pedagógica, Ahí también los volvía a rever”.*

E.4: *“sí los conozco. Y generalmente de bibliografía, mucho material sacado de internet, cursos hechos aparte también, en general es a la formación básica y después con los colegas también se charla mucho en el entorno”.*

E.5: *“Sí, conozco varios métodos de entrenamiento por estos cursos que hemos hecho. los aprendí en los cursos. hay varios, que use... muy pocos. conozco el método analítico, que es uno de los que por ahí a veces nosotros usamos mucho a través de las destrezas de ejercicios cerrados”.*

E.6: *“La verdad podría chamuyarte, pero no sé, no sé, realmente cuál es la respuesta correcta. Actualmente tengo recién hecho el Uar 2, el Uar 1 también dos o tres veces. Así que Uar 2 y world rugby 2 adentro junto con todos los obligatorios de conecta rugby”*

E.7: *“conozco los métodos principalmente desde la universidad, por otros entrenadores y de hacer las capacitaciones UAR”.*

Solo uno dice no saber nada de los métodos de entrenamiento:

E.6: *“La verdad podría chamuyarte, pero no sé, no sé, realmente cuál es la respuesta correcta”.*

Se puede observar una diferencia marcada entre los entrenadores los cuales son profesores de educación física y los que no. Si bien todos tienen realizados cursos UAR, aseguran haberlos aprendido en la facultad con mayor profundidad y logrando ponerlos en práctica en el día a día:

E.1: *“Sí, conocí en el profesorado los diferentes métodos”.*

E.2: *“Sí, conozco desde la facultad, la parte teórica de la facultad”.*

E.3: *“los aprendí en la facultad, realmente los aprendí en la facultad”.*

E.7: *“conozco los métodos principalmente desde la universidad”*

En cuanto a los entrenadores que lo aprendieron en cursos, se puede observar que no poseen mucho conocimiento de los métodos lo cual puede deberse a una falta de aplicación teórica o práctica:

E.3: *“Sí, conozco varios métodos de entrenamiento por estos cursos que hemos hecho. los aprendí en los cursos. Que haya usado... muy pocos. Conozco el método analítico”.*

## MÉTODOS PREDOMINANTES

En este apartado se buscó indagar sobre los métodos que más se usan en los entrenamientos. Al ser el método analítico el más utilizado, se desprende también otro interrogante cómo: ¿por qué es el más utilizado si desde los cursos UAR se busca que se usen métodos más globales?

Sin embargo, surgieron también variables como una variación entre los usos de los métodos según la edad (etapas más tempranas, métodos más lúdicos; más grandes, métodos más rigurosos) que puede deberse a la búsqueda de rendimiento; y también diferencias entre métodos de entrenamiento físico y de enseñanza del deporte específico.

Como se dijo anteriormente, parece ser que los métodos de entrenamiento analítico, lúdico y global parecieran ser los que predominan en los entrenamientos, siendo el analítico el más nombrado por ellos:

E.1: *“una metodología más global en unas actividades y ya las actividades analíticas para trabajar un poco más lo específico”.*

E.2: *“Yo soy bastante del método analítico, algunas cosas bastante repetitivas, lo que es técnica de carrera no hay con qué darle yo creo que es la parte más analítica y después vas buscando.”*

E.3: *“Que haya usado... muy pocos. Conozco el método analítico”.*

E.4: *“se entrenaba el ejercicio por ahí analítico y pasamos a una actividad de juego reducido donde tenían que aplicar el contenido ese”.*

E.6: *“Por lo general arrancamos con ejercicios cerrados (analíticos), después hacemos ejercicio abierto por ahí un pequeño partidito (global) con condiciones y después por ahí volvemos y vemos que algo faltó, a hacer un ejercicio cerrado”.*

E.7: *“uno trata de hacer un recorrido, desde situaciones globales a analíticas. En juveniles uno prioriza lo analítico y la parte de juego (global) y en infantiles el desarrollo motor.”*

Sin embargo, en los cursos UAR la intención es transmitir conocimientos sobre los diferentes métodos de enseñanza y buscar que el método global sea el más utilizado por los entrenadores, lo que nos podría alertar sobre una falta de entendimiento teórico de los métodos o falta de recursos o herramientas prácticas:

E.3: *“entonces le daba mucho a lo analítico también y obviamente después los cursos UAR, te orienta mucho hacia el trabajo de juego reducido y global y de hacer pensar al chico”.*

E.6: *“Mira la tentación, sería jugar al rugby partido, no por decirlo de alguna manera. Esa sería una gran tentación, Pero la verdad es que no lo hacemos por un montón de cuestiones”*

Se pueden identificar otras variables al momento de aplicar los métodos de entrenamiento, como por ejemplo la edad, utilizando con los más chicos modelos lúdicos, y con los más grandes métodos más rigurosos:

E.2: *“Ahí vas viendo depende la edad las consignas un poquito más lúdicas. Lo que es analítico un poquito más grande y ahí buscar un conjunto de estos métodos. yo creo que tienen que estar de los dos tanto de la analítica o bien estructural y más del juego depende la edad.”*

E.5: *“por lo general a veces se vuelve más analítico más que nada por la edad, viste como son chicos más grandes intentamos ir por allá puntos más específicos. cuando entrené categorías más chicas era por lo general mucho más lúdico”.*

E.7: *“En juveniles uno prioriza lo analítico y la parte de juego (global) y en infantiles el desarrollo motor con juegos.”*

En relación a los profesores de educación física que son entrenadores, pueden distinguir métodos de entrenamiento de la “parte física” correspondientes a las capacidades condicionales de los métodos de entrenamientos para la enseñanza del deporte específico, demostrando así la importancia de la formación de base:

E.3: *“En la preparación física aplico métodos de entrenamiento, pero físico, pero sí los conozco. los aprendí en la facultad, realmente los aprendí en la facul-*

*tad. después cuando hice los cursos con la urav que siempre te llevan hacia la parte pedagógica.”*

*E.4: “Estábamos usando mucho los bloques de gimnasio, viste trabajar al inicio bloques de fuerza potencia, por ejemplo, un lanzamiento un salto bien el trabajo de campo los trabajos lastrados con resistencia. por ahí en las específicas, por ejemplo, las aceleraciones, la Lanzada así driles muy específicos y ya después con los gestos los gestos del deporte”.*

*E.6: “Mira la tentación, sería jugar al rugby partido, no por decirlo de alguna manera. Esa sería una gran tentación, Pero la verdad es que no lo hacemos por un montón de cuestiones”*

## **FORMACION Y CAPACITACION**

En este punto se buscó indagar cuál era la formación de los entrenadores. Algunos entrenadores son profesores de educación física, pero de igual manera realizaron cursos de perfeccionamiento específico.

Todos respondieron que en algún momento de su vida haber realizado los cursos que “son obligatorios” de la UAR:

*E.1: “sí, yo arranqué hacer cursos desde el primer año que arranqué hace cuatro años que todos los años tenemos que renovar un curso de la del conectar rugby, que es un curso básico para entrenadores.”*

*E.2: “No hice ningún curso. Habré hecho. Creo que los Uar 1, 2 en su momento, pero después no”*

*E.3: “últimamente no, pero sí me acuerdo haber hecho porque antes estaban los cursos de Uar”.*

*E.4: “hice los niveles 1 y 2 eso que te daba la Uar nomas, los de entrenador y pf”.*

*E.5: “He hecho muchos la verdad, hace varios años ya cambiaron, actualmente hice el curso nivel 1 el nivel 2 que son generales también, he hecho el curso de preparador físico que no soy profe, pero bueno, me interesaba saberlo, después hice el curso de secretario deportivo poner un poco más dirigencia”.*

E.6: *“Si actualmente tengo recién hecho el Uar 2, el Uar 1 también dos o tres veces. Así que Uar 2 y world rugby 2 adentro junto con todos los obligatorios de conecta rugby que necesitas para hacer el Uar 2, el de conmoción, Dopaje, introducción al rugby, APL.”*

E.7: *“tengo hechos los coaching UAR, las capacitaciones de conecta rugby, el IRB y algunos de profe.*

Se puede observar que, si bien hay un lineamiento desde la UAR a los clubes obligando a los entrenadores a realizar los cursos y renovarlo todos los años, no se aplica en muchos casos. tal vez por falta de control y desobediencia de los clubes.

E.2: *“No hice ningún curso. Habré hecho. Creo que los Uar 1, 2 en su momento, pero después no”.*

E.3: *“últimamente no, pero sí me acuerdo haber hecho porque antes estaban los cursos de Uar”.*

E.7: *“existe un lineamiento y objetivos por parte de la UAR y la URAV, pero en los clubes se trabaja demasiado libre”.*

Solo dos entrenadores han hecho cursos o perfeccionamientos por fuera de la institución (UAR):

E.6: *“estuve con Juan González Mendía que tiene Sudamérica coaching y en pandemia hicimos varias cosas con él”*

E.5: *“hice un curso de Nueva Zelanda era en un curso que bueno te explicaba más o menos lo que serían destrezas básicas, viste, me lo pasó un entrenador. Lo hice la verdad que me sirvió mucho”.*

## INTERESES, MOTIVACIONES Y DIFICULTADES DE CAPACITACIÓN

En el siguiente apartado, se busca conocer los intereses y dificultades de cada entrenador para continuar capacitándose. En relación surgen propuestas como la presencialidad de los cursos y mayores herramientas prácticas; y los métodos de entrenamiento como principal necesidad de aprendizaje.

Así también argumentan que la falta de tiempo, la situación económica y la falta de cursos prácticos son la principal dificultad de capacitación.

En relación al interrogante de si es suficiente la capacitación brindada por la UAR a los entrenadores, los entrevistados están de acuerdo en que no es suficiente y debería haber una mayor oferta:

*E.1: “sí para mí tendría que haber una capacitación constante y quizás un poco más obligatoria. falta más capacitación.”*

*E.2: “siento que voy aprendiendo más que nada con la práctica.”*

*E.3: “No, estaría bueno que hubiera mayor oferta, he visto poco por ahí. Igual que hoy, hay acceso a cualquier curso por lo general, hay muchos cursos online. Entonces está accesible”.*

*E.4: “por parte de la Unión estaría bueno que haya más propuestas.”*

*E.5: “suficiente no creo que sea, nosotros estamos haciendo un curso de un lineamiento desde un pensamiento que es la Unión Argentina, Debe haber varios pensamientos y varias formas que no las conocemos lamentablemente”.*

*E.6: “Creo que tendría que ser más práctico desde el Uar 1 respecto a herramientas de cómo planificar un entrenamiento o cómo conducir una sesión”.*

Como también veíamos anteriormente la necesidad de obligatoriedad y control hacia los entrenadores que no realizan capacitaciones para estar frente a un grupo:

E.1: *“sí para mí tendría que haber una capacitación constante y quizás un poco más obligatoria. falta más capacitación.”*

En la mayoría de los entrevistados surge como primordial la falta de cursos presenciales, argumentando que la virtualidad ha dejado de lado la práctica y la puesta en acción de herramientas para abordar durante el entrenamiento:

E.1: *“más cursos de manera práctica porque para hacer de manera virtual o hacer uno mismo desde la casa o con actividades hay”.*

E.3: *“No estoy en desacuerdo con el tema de la virtualidad, hoy en día traer un preparador físico de renombre Es difícil por ahí, pero bueno, tendría que haber más y que tiene haber más accesibilidad con respecto a los profes de cada club, o sea que lleven y si se pueden presencial mucho mejor.”*

E.6: *“Creo que tendría que ser más práctico desde el Uar 1”*

E.7: *“no hubo más cursos prácticos, hace mucho hice el último de preparación física, estaría bueno que haya más oferta desde lo presencial”.*

En relación a los temas de interés a profundizar, concuerdan en su mayoría con que los métodos de entrenamiento y la forma de dar las clases es fundamental:

E.1: *“yo creería que las metodologías de entrenamiento porque uno como profesor las tiene, pero más encaminadas o más encasilladas en el ámbito escolar y no tanto en los clubes o en la parte por fuera de las escuelas”.*

E.3: *“metodología enseñanza, que eso falta mucho porque muchos entrenadores no son profes de Educación Física”.*

E.4: *“los métodos de entrenamiento, la información técnica está muy buena, el tema de los lineamientos para la preparación física formativa también”.*

E.5: *“Creo que lo prioritario es la forma de enseñar”.*

E.6: *“herramientas de cómo planificar un entrenamiento o cómo conducir una sesión”.*

E.7: *“métodos de entrenamiento y enseñanza esta bueno”.*

En relación al interrogante de cuáles son las dificultades para continuar capacitándose, además de la falta de oferta de cursos por parte de la UAR, surge que en su mayoría son lo económico, el tiempo y la falta de cursos prácticos y seguimiento en cuanto a la aplicación de los conocimientos aprendidos.

E.1: *“trabajar un poco más la parte práctica. Quizás el hacer tantos cursos virtuales o tanto de manera teórica yo lo veo como que está bien, tiene una base de cada uno necesita tener una base amplia teórica, pero también se necesita tener una base práctica que te complemente toda la teoría”.*

E.2: *“la economía, tanto para irte afuera como para irte a 100 kilómetros te cobran una fortuna”.*

E.4: *“por ahí la mayoría de las capacitaciones que hay ahora por ahí la parte económica por ahí el tema de disponibilidad del tiempo. el tiempo necesario por ahí está tapado de laburo y se te pasa por alto.”*

E.7: *“lo virtual para mí es un impedimento porque muchas veces se necesita más lo presencial”.*

## CONCLUSIONES

En este apartado se presentan las conclusiones sobre los métodos de entrenamiento más utilizados por los entrenadores de las categorías formativas de los clubes de rugby del alto valle de Río Negro y Neuquén, como también lo referido a la formación inicial y permanente de los entrenadores.

Con respecto a las características sociodemográficas se determina que los entrenadores son predominantemente de sexo masculino, tienen edades diversas y viven en diferentes puntos del alto valle de Río Negro y Neuquén.

Al momento de interiorizarse en estas características de los entrenadores, en primer lugar, se destaca que solo participa una persona de sexo femenino y que tienen edades diversas que van de los 20 a mayores de 50 años. Los datos sugieren que hay escasa participación femenina como entrenadoras de rugby y que las edades de los entrenado-

res son variadas, al igual que la procedencia de los mismos, ya que la URAV abarca localidades de dos provincias (Neuquén y Río Negro).

El total de los encuestados tiene un trabajo fuera del ámbito del rugby, 2 de ellos son estudiantes, y 9 poseen estudios terciarios o universitarios completos, demostrando que más allá del compromiso con su club, tienen otras ocupaciones por fuera del ámbito deportivo, siendo el rugby algo secundario en sus vidas.

Esto hace pensar que es muy difícil dedicarse plenamente a ser entrenador, se requiere tener un empleo principal ya que las entidades deportivas demandan a los formadores a prestar un servicio sin ningún contrato definido o sin remuneración alguna.

Casi la mitad de los encuestados tiene entre 0 y 5 años de experiencia como entrenador, y la otra mitad un poco más, lo que nos hace considerar que se está viviendo un recambio de personal en los clubes, con gente con nueva formación y saberes más frescos y novedosos.

Cabe destacar que nueve de los encuestados son profesores de educación física, dato sumamente relevante ya que pertenecen al ámbito del entrenamiento deportivo. Además, solo 5 del total de los entrenadores no posee ninguna capacitación o perfeccionamiento, el resto poseen uno o más cursos otorgados por la UAR. Esto nos permite ver la importancia y el lineamiento generado por esta entidad, la cual obliga a los entrenadores a capacitarse para estar frente a grupos. De todas maneras, podemos discutir el control sobre los clubes, ya que pudimos observar que sigue habiendo entrenadores que no se capacitan y que en entrevistas realizadas solicitaron mayor control en este punto.

Se reconoce también la diferencia de conocimientos entre los profesores de educación física (los cuales pueden conocer y diferenciar los métodos de entrenamiento, no solo para la adquisición de herramientas técnico-tácticas, sino también para las capacidades físicas) y los entrenadores sin titulación,

En relación a los métodos de entrenamiento, el que se encuentra más presente es el mixto, yendo de lo analítico a lo global y viceversa, así como también las situaciones de juego o lúdicas en menor medida. Sin embargo, los entrevistados manifiestan y reconocen que el método analítico es muchas veces el más recurrido, debido, en parte, a la falta de herramientas prácticas para aplicar otros métodos, o a la creencia de que las repeticiones hacen a la adquisición del conocimiento.

Otro de los factores que motivan la elección de métodos a los entrenadores es la edad, haciendo uso de métodos más lúdicos en edades tempranas y más rigurosos a medida que van creciendo y así como también adentrándose en mayor medida a la competencia.

Igualmente, se ratifica que los entrenadores no tienen preponderancia por una metodología y una parte no sabe diferenciar el procedimiento que propicia en sus entrenamientos. Estos últimos refuerzan la idea que realizan las prácticas de sus grupos en base a lo que ellos mismos presenciaron y vivieron en su época como deportistas, como también por lo adquirido de los cursos UAR. Pero en términos generales, los que más utilizan son analítico, global y mixto. Esto puede deberse en parte a la falta de conocimiento en relación a los diferentes métodos de entrenamiento, como también de herramientas metodológicas en las capacitaciones, es decir que les es difícil volcar la teoría a la práctica.

Así mismo, se observa que la totalidad de los encuestados y entrevistados tienen un gran interés por capacitarse y continuar formándose de manera permanente, para poder estar a la altura del entrenamiento deportivo de categorías en plena formación; creen que las capacitaciones UAR no son suficientes, debería haber mayor y más variada oferta, preferentemente presencial y práctica. Es necesario resaltar que también valoran positivamente la formación que recibieron a lo largo de su vida, en donde no solo destacan a los grandes educadores que tuvieron, sino que les aportó muchas herramientas para desenvolverse como entrenadores e introducirse en la sociedad.

Otro factor de gran relevancia para remarcar es que no todos los entrenadores tienen experiencias como deportistas en el rugby. Cuatro de ellos nunca han jugado al rugby, catorce jugaron en primera división de sus clubes y nueve en seleccionados regionales. No obstante, teniendo en cuenta que la gran mayoría posee titulación en rugby, también cuentan con la experiencia personal como deportistas la cual podría o no ser la base principal de su conocimiento a la hora de realizar sus entrenamientos. Que precisamente vienen realizando hace años no solo con estas edades, sino también con categorías infantiles.

Se identifica también que desde la UAR proponen un lineamiento modelo de planificación, el cual no es respetado por los clubes, ya que cada entrenador realiza su propio modelo con sus contenidos independientes.

Los entrevistados difieren a la hora de establecer los contenidos que creen prioritarios, yendo desde la técnica específica, hasta el juego global. De todos modos, valoran mu-

cho las capacidades físicas y afirman que están muy presentes en sus entrenamientos. Inclusive, pese a la variedad de sus perspectivas, en términos generales demuestran interés por buscar diferentes maneras para entrenar las capacidades condicionales a través de estímulos lúdicos y específicos. Pero sí coinciden que a la hora de continuar capacitándose es primordial, como se dijo anteriormente, como contenido los métodos de entrenamiento y los cursos presenciales.

Con respecto a la formación permanente de los entrenadores, se puede decir que principalmente resaltan el valor de estar preparados para realizar sus entrenamientos. En esta línea, vuelven a destacar la importancia de estar formados. Sin embargo, surgen impedimentos a la hora de realizar cursos o capacitaciones. Estos suelen originarse por problemas económicos, falta de oferta presencial y práctica y, sobre todo, tiempo y disponibilidad. Esto último se debe a que el entrenamiento es algo secundario en la vida de cada entrenador, todos tienen sus trabajos fuera de los clubes y sus familias. El poco tiempo disponible en la vida de cada uno de ellos lo utilizan para estar en el club y al no ser su fuente de ingreso principal, no le dan la importancia que corresponde a la formación y capacitación.

## **RECOMENDACIONES**

Se recomienda principalmente que los entrenadores se formen profesionalmente en carreras o cursos relacionados al campo deportivo no solo para afrontar con mayores garantías sus funciones sino para asegurar calidad en sus entrenamientos e incidir de forma óptima en el desarrollo integral de los deportistas.

En el presente estudio, se pudo observar que, si bien los lineamientos de la UAR buscan que el deportista obtenga herramientas desde una perspectiva global e integral, los entrenadores tienen dificultades a la hora de poner la teoría en acción. Por este motivo se cree conveniente que se realicen mayor cantidad de cursos prácticos, así como también un mejor acompañamiento en los primeros pasos frente a los grupos.

Así mismo, se pudieron recabar datos de intereses y dificultades a la hora de mantener una formación permanente, que pueden ser útiles para abordar las necesidades actuales de los entrenadores de rugby de la región.

Por otro lado, sería conveniente seguir estudiando a los entrenadores ya que puede aportar datos interesantes que mejoren su intervención y consecuentemente el desarrollo de

aprendizaje de los jugadores. De hecho, resultaría interesante si fuera a través de estudios observacionales, para que se puedan verificar los datos obtenidos, sobre todo aquellos relacionados a la forma de trabajar de los entrenadores.

Por último, y no menos importante se recomienda mayor control de la UAR y la URAV en dos puntos importantes. El primero es el seguimiento de los lineamientos de trabajo creados por dichos organismos en los clubes. Y por último el control de que todos los integrantes de los Staff de entrenadores cuenten con los cursos correspondientes para estar frente a grupos de niños o adolescentes, ya que esto por momentos no ocurre. Por ende, a nivel clubes se van cambiando e ignorando los lineamientos y reglamentaciones de las principales instituciones.

## BIBLIOGRAFIA

- Abad Robles, M. T. (2010). *La formación del entrenador en el proceso de enseñanza-aprendizaje de jóvenes futbolistas*.
- Aman Caiza, S. Y. (2022). *El método de modelación y lúdico en la enseñanza de las técnicas básicas del baloncesto en escolares de Educación General Básica Media* (Bachelor's thesis, Carrera de Pedagogía de la Actividad física y deporte).
- Bernal-Reyes, F., Peralta-Mendivil, A., Gavotto-Nogales, H. H., & Placencia-Camacho, L. (2014). Principios de entrenamiento deportivo para la mejora de las capacidades físicas. *Biotecnia*, 16(3), 42-49.
- Cárdenas, J. M. G., Navarro, W. H. B., Mediavilla, C. M. Á., & García, R. F. M. (2020). Métodos de entrenamiento en escuelas de fútbol de Azogues. *Polo del Conocimiento: Revista científico-profesional*, 5(11), 379-391
- Ferreres, J. O. (2011). Aspectos metodológicos a considerar en las escuelas de iniciación al fútbol. *Movimiento humano*, 77-87.
- Graça, A., & Mesquita, I. (2006). La actividad del entrenador desde una perspectiva didáctica. *Revista Española De Educación Física y Deportes*, (378), 57-57.
- Jimenez, J. F., Molina, J., & Tovar, J. A. (2012). El método global, como herramienta en la formación de las capacidades motrices, durante el proceso de

enseñanza del tenis de campo para niños de 6 a 8 años en la escuela de tenis de campo back swing.

- López-Muñiz, G., López-Meneses, E., Jaenes-Sánchez, J. C., & Arenas-Muñiz, C. La formación en rugby de los entrenadores de Almería The rugby training in coaches from Almeria.
- Maldonado, A. S., & Noguera, M. Á. D. (2011). Buenas prácticas profesionales en la enseñanza de la Educación Física. Formación inicial y actualización. Un estudio exploratorio. *Journal of Movement & Health*, 12(1).
- Martin, D., Nicolaus, J., & Ostrowski, C. (2004). *Metodología general del entrenamiento infantil y juvenil* (Vol. 24). Editorial Paidotribo.
- Muñiz, G. L., Sánchez, J. C. J., Cano, E. V., & Meneses, E. L. (2019). Formación permanente y necesidades de formación de los entrenadores de rugby en Andalucía. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (36), 115-120.
- Navarro, F. (2002). LA ESTRUCTURA CONCEPTUAL DEL PROCESO ENTRENAMIENTO DEPORTIVO. *Polo del Conocimiento: II Congreso de la Asociación Española de Ciencias del Deporte*.
- Pascual Verdú, N., Alzamora Damiano, E. N., Carbonell Martínez, J. A., & Pérez Turpin, J. A. (2015). Análisis de los diferentes métodos de enseñanza utilizados en el fútbol base.
- Pérez Ramírez, . (1998). Entrenadores de alto rendimiento deportivo: Perfil de personalidad, formación y modelo de entrenamiento. Tesis. Universidad de Barcelona.
- Ramírez, M. D. C. P. (2002). Caracterización del entrenador de alto rendimiento deportivo. *Cuadernos de psicología del deporte*, 2(1).
- Sánchez Mestra, L. J., Andrade Palencia, A. F., & Parra Arce, K. A. (2023). Comparación de los métodos analítico, global y mixto en el pase corto, conducción y recepción de los jugadores de 9 a 12 años de la escuela de fútbol FGL de Apartadó-Antioquia.
- Vegas Haro, G. (2006). Metodología de enseñanza basada en la implicación cognitiva del jugador de fútbol base. Tesis doctoral. Universidad de Granada, Granada.

- Valcárcel Izquierdo, N., Suárez Cabrera, A., López Espinosa, G. J., & Pérez Boda, E. (2019). La formación permanente y continuada: principio de la educación médica. *Edumecentro*, 11(4), 258-265.
- Verdú, N. P., Ariño, D. G., & Martínez, J. A. C. (2017). Análisis comparativo de la metodología mixta y la basada en juegos reducidos en el fútbol base. *RETOS. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, (32), 199-203.

## ANEXO ESTADO DEL ARTE

### Investigación 1:

- Tema: “La formación del entrenador en el proceso de enseñanza-aprendizaje de jóvenes futbolistas”
- Autor: Manuel Tomás Abad Robles
- Año de realización: 2010
- Institución ejecutora: Universidad de Huelva
- Esta tesis tuvo como objetivo: conocer mejor la realidad de la enseñanza del fútbol a través del estudio de la formación de los entrenadores de fútbol base de la provincia de Huelva. Es una investigación mixta, en la que combina la metodología cuantitativa y la cualitativa. En cuanto a los resultados más destacados, podemos decir, que el perfil del entrenador de fútbol base de la provincia de Huelva se corresponde con el siguiente: hombre de entre 21 y 30 años, con estudios secundarios, bachillerato, B.U.P./C.O.U., que juega o ha jugado al fútbol y que lleva entrenando en el fútbol base entre 0 y 5 años. Otro dato a subrayar es que la satisfacción personal es una de las principales razones por las que los entrenadores de fútbol base se dedican a entrenar. Además, los datos indican que el entrenador debe reunir una serie de características, las cuales son: educador, con formación y con habilidades personales y sociales. Por otro lado, hemos de hacer notar que existen muchos entrenadores sin titulación o con la pre titulación denominada Aspirante a Técnico Deportivo en Fútbol. En cuanto a la formación permanente, los expertos creen que las estrategias de formación más adecuadas son: cursos, jornadas, seminarios (sobre todo, con orientación práctica), intercambio de experiencias, grupos colaborativos, aprender del día a día y la lectura (libros, revistas y materiales on-line). En relación con los contenidos de los cursos de entrenadores, los más útiles son: Medicina deportiva, entrenamiento deportivo y E.F. de Base, mientras que los que han

de mejorar son los de metodología y psicología. Por otro lado, cabe destacar que los métodos de enseñanza que predominan se basan en la instrucción directa, los directivos, aunque se deberían utilizar con más frecuencia los basados en la resolución de problemas. Respecto a la concepción de la enseñanza del fútbol que tienen los entrenadores, éstos suelen dar demasiada importancia a la competición, predominando así, los objetivos de rendimiento sobre los formativos y educativos.

#### Investigación 2:

- Tema: “La formación en rugby de los entrenadores de Almería”
- Autores: Guillermo López-Muñiz, Eloy López-Meneses, José Carlos Jaenes-Sánchez, Carlos Arenas- Muñiz.
- Año de realización: 2019
- Institución ejecutora: Revista Internacional de Investigación e Innovación Educativa.
- Esta tesis tuvo como objetivo: comprender mejor la realidad de los cursos de entrenadores de rugby en la provincia de Almería (España). Se ha llevado a cabo una metodología cuantitativa. Se realizó un análisis descriptivo y, de acuerdo con los resultados más relevantes, se puede deducir que la mayoría de los entrenadores de rugby encuestados tienen el nivel mínimo de titulación como entrenador, y que están de acuerdo con la duración, el contenido y la distribución de Actividades teóricas y prácticas durante los cursos realizados por la federación andaluza.

#### Investigación 3:

- Tema:” Análisis de los diferentes métodos de enseñanza utilizados en el fútbol base”
- Autor: Norberto Pascual Verdú, Eduardo Nicolás Alzamora Damiano, José A. Martínez Carbonell y José A. Pérez Turpin.
- Año de realización: 2015
- Institución ejecutora: Universidad de Alicante.
- Esta tesis tuvo como objetivo: El objetivo de este estudio es conocer qué métodos de enseñanza se están utilizando actualmente en las diferentes categorías de fútbol de formación (Benjamín y Alevín) y el resultado de los mismos. Es un estudio descriptivo - comparativo. Los principales resultados fueron: El método de enseñanza global o integral es más utilizado que el analítico por los entrenadores en categorías de

formación (Benjamín y Alevín). El método sistémico, debido a su desconocimiento, es poco utilizado por los entrenadores de fútbol base. La combinación de varios métodos de enseñanza es la forma más idónea para la enseñanza del fútbol.

#### Investigación 4:

- Tema: “Formación permanente y necesidades de formación de los entrenadores de rugby en Andalucía”
- Autores: Guillermo López Muñiz, José Carlos Jaenes Sánchez, Estevan Vázquez Cano, Eloy López Meneses.
- Año de realización: 2019
- Institución ejecutora: Universidad Pablo de Olavide
- Esta tesis tuvo como objetivo: conocer la formación permanente que mantienen los entrenadores y entrenadoras de rugby en Andalucía, en cuanto a la importancia otorgada a la misma, su opinión en relación la oferta formal como a las oportunidades no formales encontradas; a comprender las preferencias metodológicas para el desarrollo de esta formación; y a analizar los contenidos educativos que consideran de mayor interés. Se trata de un diseño de naturaleza no experimental y de carácter transversal, cuyo procedimiento de recogida de información se realiza mediante una encuesta, utilizando la técnica del cuestionario. Los principales resultados fueron: los entrenadores de rugby de Andalucía encuestados muestran interés por la formación permanente, no considerando la experiencia en su trabajo suficiente para ejercer su labor. Este colectivo no realiza aprendizaje permanente de manera formal, en algunos casos motivado porque no consideran que exista una oferta adecuada ni de su interés. La mayoría lleva a cabo una formación permanente de manera no formal, siendo el intercambio de opiniones con otros entrenadores del propio club o escuela, así como externos el procedimiento más utilizado para mantenerse actualizados. Los técnicos consideran que necesitan mejorar sus conocimientos y están dispuestos a seguir formándose, principalmente, en los contenidos sobre metodología de la enseñanza y del entrenamiento, táctica y sistemas de juego y técnica individual y colectiva, así mismo muestra preferencia por el uso de metodologías como el análisis de vídeo, realización de cursos, seminario y la organización de grupos de trabajo con otros entrenadores en el que puedan analizarse mutuamente.

#### Investigación 5:

- Tema: “Métodos de entrenamiento en escuelas de fútbol de Azogues.”
- Autor: Juan Miguel González-Cárdenas, Wilson Hernando Bravo-Navarro, Carlos Marcelo Ávila-Mediavilla, Raúl Fernando Moscoso-García.
- Año de realización: 2020
- Institución ejecutora: Polo de conocimiento.
- Esta tesis tuvo como objetivo: El objetivo de este estudio es analizar los métodos de entrenamiento aplicados por los entrenadores en las escuelas de fútbol de la ciudad de Azogues en la categoría sub 13 y sub 14. Se realizó una investigación cualitativa y cuantitativa de tipo no experimental con corte transversal con un enfoque mixto y un alcance descriptivo. Los principales resultados fueron: la metodología más empleada por los entrenadores de las escuelas de fútbol en la ciudad de Azogues es el método mixto mismo que representa un conjunto de procesos sistemáticos. También gran parte de los entrenadores están de acuerdo con la implementación del método lúdico ya que permite mejorar el aprendizaje del deporte basada en los valores, habilidades y emociones del ser humano. Es necesario que el entrenador - educador de fútbol reúna no solo una serie de conocimientos técnicos - pedagógicos, sino que además posea una variedad de actitudes que favorezcan el aprendizaje futbolístico y la inserción de sus participantes en la sociedad. Además de contar con un método adecuado de enseñanza, la planificación y el estudio de las condiciones del grupo de deportistas de cierta categoría jugarían un papel fundamental para mejorar el proceso de aprendizaje y los resultados esperados del entrenamiento.

## **ANEXO ENCUESTA Y ENTREVISTA**

### **ENCUESTA**

La encuesta fue elaborada por medio de google forms y enviada a los entrenadores para su respuesta. La misma cuenta con un cuestionario de 23 preguntas y en cada uno diferentes opciones. A continuación, se adjunta link donde puede observarse dicho elemento de recolección de datos. <https://forms.gle/64seGPueMXg6F3a19>

## ENTREVISTA

- 1- ¿Cuál es tu nombre y a que club perteneces?
- 2- ¿De qué categoría sos entrenador/a?
- 3- ¿Cuál es tu formación o trayectoria en el rugby?
- 4- Los métodos de entrenamiento, ¿los conoces? ¿Dónde los aprendiste?
- 5- ¿Cuáles crees que están más reflejados en tus entrenamientos?
- 6- ¿Crees que son los adecuados? ¿Por qué?
- 7- ¿Cómo los aplicas en tus entrenamientos?
- 8- ¿Qué tipo de ejercicios predominan? ¿quierés contar como es una sesión de entrenamiento usualmente?
- 9- En tu experiencia como entrenador ¿has tenido que variar tus métodos de acuerdo al grupo o siempre usas el mismo? ¿me darías un ejemplo?
- 10- Desde el club, la Urav o la Uar ¿tienen algún lineamiento a seguir en relación a cómo realizar los entrenamientos o que métodos usar? ¿o son elaborados enteramente por los entrenadores?
- 11- ¿Hiciste algún curso o perfeccionamiento para ser entrenador? ¿Cuál?
- 12- ¿Alguno que no sea dictado por la UAR o la WR?
- 13- ¿Sentís que es suficiente o te gustaría que hubiese mayor oferta? ¿De qué tipo?
- 14- ¿Seguís capacitándote de manera permanente? ¿Cómo?
- 15- ¿Qué contenidos te parecen prioritarios?
- 16- ¿Qué impedimentos surgen a la hora de continuar capacitándote?