

DETERMINACIÓN DE LOS OBJETIVOS EN EL EQUIPO DE KARATE DO REPRESENTATIVO DE HERMOSILLO

DETERMINATION OF OBJECTIVES IN THE KARATE DO TEAM REPRESENTATIVE OF HERMOSILLO

Hugo Helio Gavotto-Nogales*, Omar Iván Gavotto-Nogales, Fernando Bernal-Reyes, Hugo Alexis Gavotto-Duarte, Griselda Henry Mejía

Departamento de Ciencias del Deporte y de la Actividad Física. Universidad de Sonora. Reforma y Navarrete s/n. C.P. 83000. Hermosillo, Sonora, México.

RESUMEN

El presente trabajo de investigación tuvo como finalidad conocer la determinación de los objetivos en el equipo de karate do femenino categoría 16-18 años representativo de Hermosillo Sonora. Se realizó un estudio de carácter descriptivo – exploratorio, teniendo como muestra la totalidad de integrantes de la selección de Hermosillo. Los propósitos fundamentales en esta investigación fueron el determinar los objetivos en el entrenamiento del equipo de karate do, tanto de manera individual como grupal, conocer cómo se comporta el nivel de jerarquía de las objetivos del equipo con respecto a las del entrenador y finalmente ofrecer recomendaciones y orientaciones metodológicas a los entrenadores del equipo a partir de los resultados obtenidos. Para lograr esto, se utilizaron varios instrumentos como entrevistas y cuestionarios. En base a los resultados, se determinó que la mayoría de los atletas del equipo han considerado que los objetivos más importantes para el grupo son: estar entre los primeros cinco lugares en la competencia estatal y tener un rendimiento alto, estable en los toques de preparación.

Palabras Claves: Preparación psicológica, Competencia deportiva, Determinación de objetivos.

ABSTRACT

This research work was aimed to identify the determination of objectives in the 16-18 years female category karate do team representing Hermosillo, Sonora. A descriptive-exploratory study was conducted with all members of the selection of Hermosillo. The main purpose in this research was to determine the training objectives in the karate do team both individually and as a group, also to determine the team's objectives importance perception is with respect to the coach's, and finally provide recommendations and methodological orientations to the team coaches from the results obtained. To achieve this, we used various instruments as interviews and questionnaires. Based on to results, it was determined that the athletes have considered that the most important objectives for the group are: To be among the top five in the state competition and have high performance.

Keywords: Psychological preparation, Sports competition, Objectives determination.

INTRODUCCIÓN

El entrenamiento deportivo contemporáneo contempla dentro de la preparación física, técnico, táctica y teórica, la planificación de la preparación psicológica, se conoce además por las direcciones de la preparación del deportista (Forteza, 2003, Cañadas et al., 2010) en las cuales interactúan y complementan las diferentes preparaciones en función del rendimiento deportivo. Para aplicar un sistema entrenamiento, es necesario definir el objetivo técnico, pedagógico y la orientación biológica a que responde y con qué volúmenes e intensidades se alcanza, ya que entrenamos capacidades en seres humanos y es necesaria la organización de los estímulos que desarrollan éstas (Romero, 2003).

Pinzón (1999) plantea que la investigación de los objetivos en la actividad constituye uno de los aspectos fundamentales para una investigación de un grupo, pues son un elemento entre muchos que determinan su funcionamiento, así se pone en evidencia uno de los aspectos sociopsicológicos más importantes de los procesos integrativos del grupo. Según Banny (1971), los objetivos grupales se refieren a la consecuencia que determinado grupo de personas trata de conseguir. En la literatura es vista con más frecuencia como la condición o estado que lleva a la culminación de la conducta que lo motiva.

En la determinación de objetivos es necesario tener en cuenta las motivaciones fundamentales de la personalidad; éstas constituyen un aspecto esencial en el desempeño o rendimiento individual, que parte de la interacción entre las habilidades y capacidades vinculadas con la tarea y la motivación del individuo hacia los objetivos y la actividad en general. La eficiencia del grupo está determinada en gran medida por el rendimiento que tenga cada uno de sus integrantes, es necesario entonces, conocer la motivación que estimula el logro de los resultados.

Está demostrado en la investigación de Cañizares (2004), que en los equipos deportivos el éxito no depende solamente de las cualidades y acciones individuales de los diferentes jugadores, sino también de las cualidades y acciones valorativas y de objetivos del equipo como grupo. Rusell (2003), afirma que el papel del psicólogo en el perfeccionamiento de la práctica deportiva constituye el análisis, control y optimización de los factores psicológicos que influyen en el rendimiento atlético, aún más cuando nuestro deporte y en

*Autor para correspondencia: Hugo Helio Gavotto Nogales
Correo electrónico: hugogn@hotmail.com

especial el alto rendimiento está comprometido con sustentar los éxitos internacionales.

La planificación de los objetivos en los equipos es algo de obligatorio cumplimiento. Esto no significa definitivamente una realización exitosa del proceso. En los equipos deportivos deben estructurarse adecuadamente atendiendo a una serie de expectativas y condiciones reales del grupo, así como las exigencias de los eventos competitivos. Coincidimos con la afirmación de que el equipo deportivo en un tipo específico de pequeño grupo organizado en el deporte que representa las características de un grupo sociopsicológico en el desarrollo de su dinámica, y cuyo objetivo fundamental es elevar su rendimiento cuantitativo y cualitativo durante el proceso de entrenamiento para demostrarlo en la competencia, sin excluir las dimensiones educativas de la actividad que ejerce gran influencia en la vida del individuo (Palao y López-Martínez, 2012).

En nuestro trabajo analizamos el proceso de establecimiento de los objetivos grupales en el equipo de karate do, con el fin de realizar recomendaciones metodológicas al colectivo de entrenadores para optimizar su trabajo. Para lograr esto se utilizaron y se aplicaron instrumentos psicológicos para la valoración de la determinación de objetivos en los equipos deportivos, para la mejor conducción y dirección del rendimiento deportivo. Actualmente, no se cuenta con instrumentos disponibles que permitan el análisis de este proceso en el ámbito de la psicología del deporte en Sonora, México.

MATERIALES Y METODOS

Sujetos de estudio

Para el desarrollo de esta investigación, se seleccionó como muestra el total del equipo representativo de karate do femenino de Hermosillo, Sonora. El equipo consiste en 12 deportistas cuyas edades oscilan entre los 16 y 18 años de edad. El grupo se caracteriza por su continuidad (de 4 años) en el trabajo, compuesto por un entrenador y las 12 alumnas, los atletas al llegar al equipo del representativo provenían de la práctica del karate desde diferentes estilos: Wado Kay, ShotoKan, Goyo Ryo y Shito Ryo.

Desarrollo de la Investigación

Primeramente, se les impartió una charla a las atletas sobre temas relacionados con el equipo: sus expectativas, trabajo, vida como deportistas, competencias, aspectos que nos permitieron un acercamiento al grupo, aspecto de vital importancia para el estudio. También, dentro de la charla, se trataron sobre temas de importancia con relación al estudio (metas, logro de objetivos, tareas, y el grupo, entre otros). Esto les permitía a los atletas una mejor comprensión del trabajo a desarrollar. Además, se explicaron los instrumentos psicológicos que se iban a utilizar en el estudio y la forma como se desarrollarían.

Evaluación de los instrumentos psicológicos

Se aplicaron los instrumentos psicológicos como las

entrevistas a los deportistas y entrenadores, el cuestionario de objetivos grupales, instrumentos de jerarquización de objetivos y el de completamiento de frases. Estos instrumentos se aplicaron en cuatro sesiones de trabajo, donde los atletas mostraron buena disposición para realizar el trabajo.

Sesión 1: Entrevistas a entrenadores y atletas.

Inicialmente se presentó el instrumento, que fue aplicado en primer lugar para obtener una visión más clara de los pensamientos de entrenadores y atletas, posibilitando además un mejor conocimiento de estos y así lograr que ellos tomaran confianza en la realización del trabajo. Tanto la entrevista dirigida al entrenador como a los atletas tiene como objetivo fundamental conocer las características del equipo en cuanto al determinación de objetivos. Estas entrevistas permitieron obtener información directa de aspectos de interés de nuestra investigación. Los indicadores de estas entrevistas se encuentran resumidos en la tabla 1.

Tabla 1. Indicadores evaluados en las entrevistas a atletas y a entrenadores en la sesión 1.

Table 1. Indicators evaluated in interviews with athletes and coaches in session 1.

Indicadores	Bien	Regular	Mal
Situación real del equipo	Cuando se manifiesta la normalidad y satisfacciones grupales	Cuando se manifiesta algún inconveniente que afecte la normalidad y la total satisfacción grupal	Cuando se afectada gravemente y existe insatisfacción en el grupo
Estado de las relaciones interpersonales atleta-atleta, atleta-entrenador	Cuando existen satisfactorias relaciones de comunicación entre los atletas y atleta-entrenador	Cuando existen algunas dificultades que interfieren en las relaciones entre los atletas y atletas-entrenador	Cuando existen grandes dificultades en las relaciones entre los atletas y atletas-entrenador
Satisfacción por la pertenencia al equipo	Mucha Los miembros se manifiestan positivamente por pertenecer al equipo	En alguna medida Cuando los miembros manifiestan en algún momento deseos de pertenecer al equipo	Ninguna Cuando los miembros no se manifiestan o se proyectan negativamente al pertenecer al equipo

Sesión 2: Cuestionario de las metas grupales

Este instrumento se aplicó con la presencia de los entrenadores, quienes presentaron la actividad a los atletas antes del entrenamiento. Se entregó a cada uno de los atletas el cuestionario de objetivos grupales, se leyó en voz alta para aclarar dudas que pudieran surgir. Este fue desarrollado en forma individual con la mejor disposición de los atletas.

Este instrumento fue seleccionado y se aplicó con el objetivo de determinar las características de las metas grupales en el equipo deportivo. Consta de 24 ítems, que

constituyen preguntas relacionadas con la actividad deportiva (Tabla 2). En cada uno de los ítems los sujetos tienen 5 alternativas de respuesta, las cuales reflejarán en que medida se aprecian las características descritas dentro del equipo. Para la calificación, se asignan puntuaciones de 4 a 0 a cada respuesta, desde las más favorables a las más desfavorables en relación con las características de las metas que implican cada pregunta.

Tabla 2. Indicadores del cuestionario para el establecimiento de metas.

Table 2. Indicators of questionnaire for establishing goals.

Indicadores	Descripción
Participación (ítems 1, 2 y 3)	Acción de participar y tomar parte del establecimiento de metas, que implica contribución, cooperación y responsabilidad
Satisfacción (ítems 4, 5 y 6)	conjunto favorable y desfavorable, mediante los cuales los miembros del grupo perciben sus metas y reflejan la coincidencia o no de los objetivos individuales con las metas del grupo
Adecuación (ítems 7, 8 y 9)	Grado de correspondencia entre los objetivos del grupo, las capacidades y habilidades de sus miembros
Aceptación (ítems 10, 11 y 12)	grado de recibir voluntariamente las metas establecidas y realizar las tareas que conllevan al logro de las mismas
Especificidad (ítems 13, 14 y 15)	cuando los objetivos son claramente delimitados con respecto a la meta global en cuanto a su contenido y el tiempo requerido para su cumplimiento
Claridad: (ítems 17, 18 y 19)	Grado en que el contenido del objetivo, vías y medios para alcanzarla son percibidos con distinción.
Expectativa (ítems 19, 20 y 21)	esperanza de obtener un resultado, si se presenta una oportunidad deseada o prevista
Retroalimentación (ítems 22, 23 y 24)	Grado en que la realización de actividades del trabajo exigido permite al sujeto obtener información clara y directa sobre la eficiencia de su desempeño

Se establecen los valores medios en cada categoría. Estos valores reflejarán las características de los objetivos que predominan en el equipo y en que medida estas se aprecian en el establecimiento de objetivos. La escala de calificación fue la siguiente: de 4 a 3: se manifiesta siempre la característica; de 3 a 2: se manifiesta la mayoría de las veces esa característica; de 2 a 1: se manifiesta algunas veces; de 1 a 0: se manifiesta rara vez; 0: no se manifiesta nunca.

Sesión 3: Instrumento de jerarquización de objetivos

Este instrumento se aplicó con la presencia de los entrenadores, los cuales presentaron el trabajo que fue bien recibido por los miembros del grupo. Luego se entregó a cada atleta el instrumento, que fue leído en voz alta por si se presentaba alguna duda y así poderla aclarar.

El instrumento consta de 11 proposiciones, que constituyen metas concretas del equipo deportivo en relación con un evento determinado, las cuales deben ser ordenadas. Se conformaron y relacionaron con los criterios de los entrenadores, atletas y expertos. El instrumento se califica de forma cualitativa. Obteniendo el orden y estructura jerárquica de las metas en el grupo, determinando las tres consideradas como las más importantes, mediante un procedimiento de ponderación.

Sesión 4: Instrumento de completamiento de frases

Éste fue el último instrumento aplicado a los atletas, con la presencia de los entrenadores, fue distribuido en el grupo y leído en voz alta para que hubiera una comprensión de todos los ítems del instrumento, luego se procedió a la realización del trabajo de forma individual. Después de finalizado éste, se reunieron a los entrenadores y atletas dándoles gracias por la disposición tenida para con el trabajo e informándoles que los resultados obtenidos se les darán a conocer al terminar el estudio, para beneficio del equipo.

Este instrumento; está formado por frases incompletas o inductoras, las cuales fueron elaboradas con el objetivo de revelar factores motivacionales, en relación con la actividad deportiva y las proyecciones generales del atleta para estructurar las metas del equipo.

Para la calificación se establecieron cuatro áreas o esferas, que son las siguientes:

Esfera de objetivos individuales: (ítems 1, 9, 12, 15, 24, 25). Está enfocada fundamentalmente para determinar las aspiraciones personales del sujeto, sus objetivos en la actividad deportiva y en general.

Esfera de objetivos grupales: (ítems 4, 5, 10, 11, 16, 23). Incluye los ítems que reflejan el grado de concientización del sujeto en relación con los objetivos del equipo, así como su implicación personal, las proyecciones y actitudes generales hacia las metas colectivas.

Esfera motivacional: (ítems 3, 6, 8, 13, 18, 19, 20, 22). Intenta determinar de manera general las motivaciones, orientaciones, valores y actitudes del sujeto hacia la actividad deportiva, así como sus necesidades y actitudes más relevantes.

Esfera grupal: (ítems 2, 7, 14, 17, 21). Se dirige a la determinación de las actitudes del individuo hacia sus compañeros de equipo y hacia las actividades en las que éste se relaciona con aquellos, así como las situaciones que requieran de la participación de los miembros del grupo.

Las respuestas de cada área son categorizadas en:

Respuestas de conflictos: indican una tendencia negativa del sujeto hacia las actividades que realiza y en sus motivaciones en general hacia las metas del equipo, así como en sus objetivos personales. Este tipo de respuestas se clasifican en respuestas negativas y muy conflictivas, atendiendo a la mayor o menor implicación del conflicto en la actividad del individuo.

Respuestas negativas: son aquellas en que se expresan preocupaciones por problemas concretos, dificultades

más o menos específicas que no incapacitan al sujeto en sus actividades dentro del grupo ni en sus relaciones, o en la consecución de sus objetivos.

Respuestas muy conflictivas: son aquellas que indican serios problemas en sus motivaciones hacia la actividad que realiza; son respuestas referidas a dificultades más amplias y generalizadas que las anteriores. Aquí se incluyen la ausencia de metas, problemas generalizados en las relaciones interpersonales, actitudes negativas hacia el grupo y las tareas.

Respuestas no conflictivas: indican una tendencia adecuada y optimista hacia las actividades que realiza el individuo y hacia el grupo en que se encuentra, así como motivaciones sanas y amplias en relación con metas a alcanzar. Se califican es respuestas positivas y altamente positivas.

Respuestas positivas: son aquellas que expresan interés manifiesto en el deporte, los entrenamientos, actitudes positivas hacia las actividades y metas del grupo, simpatía hacia los compañeros, necesidades de logro y aceptación de las tareas.

Respuestas altamente positivas: incluye las respuestas que indican optimismo real, sentimientos positivos generalizados hacia la actividad deportiva, expresiones de extrema simpatía hacia los compañeros, solidez en las aspiraciones, compromiso emocional manifiesto con las metas y tareas colectivas.

Respuestas neutrales: estas respuestas no pueden ser ubicadas dentro de las categorías anteriores; son expresiones carentes de tono emocional o implicación personal. Incluyen respuestas formales, estereotipadas, descriptivas, también respuestas sin significado específico o sin relación alguna con el deporte.

Respuestas de omisión: son aquellas en las que no aparece una idea expresada de forma íntegra, donde el pensamiento que las conforma está incompleto. Estas respuestas omitidas o fragmentadas no se califican individualmente, excepto cuando llegan a expresar un pensamiento completo dentro de otro que no ha sido concluido.

Si el instrumento tiene más de 12 omisiones el protocolo se invalida. La calificación es cualitativa, valorando la cantidad de respuestas según la categorización realizada por esferas y análisis de los conflictos.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Entrevistas a entrenadores y atletas

Mediante la entrevista a los entrenadores, se logró conocer varios aspectos de interés con relación a las metas del equipo. Se establecieron objetivos a corto y largo plazo, individuales y del grupo, las cuales se definen al comenzar la preparación del equipo. Los objetivos son planteados a los atletas y no siempre se tienen en cuenta la opinión de cada uno de ellos acerca de su cumplimiento.

Los objetivos de los entrenadores están muy relacionados con los resultados obtenidos por los deportistas y el equipo en eventos anteriores. Por otra parte los objetivos se establecen en dependencia de la etapa de preparación en que se encuentra el equipo. En unas etapas es más impor-

tante la preparación física, en otras se da mayor énfasis en la preparación técnica o táctica y a partir de esto se establecen objetivos más inmediatos y concretos. En sentido general estos plantean que la meta principal y más importante del equipo en su conjunto lo constituye estar dentro de los cinco primeros lugares a nivel estatal en el año 2014.

Los objetivos individuales establecidos son específicos, se tiene en cuenta el tiempo de cumplimiento de los mismos en relación con la etapa de preparación y la ubicación de los topes en el macrociclo. Los objetivos se puntualizan en cada uno de los entrenamientos, topes de preparación y competencias. Con respecto a la dificultad de los objetivos del equipo de acuerdo con la opinión de los entrenadores, son adecuados al nivel de preparación de los atletas, así como a los resultados en competencia anteriores, aunque la meta se refiera a estar entre los primeros cinco lugares, los atletas deben esforzarse aun más con vistas a superar el nivel de preparación de los contrarios que participarán en estatal 2014. En el cumplimiento de los objetivos se da una retroalimentación y esta es de forma constante. Se produce un control externo por parte de los entrenadores. Los entrenadores realizan señalamiento de errores y/o estimulan las acciones positivas, de esta manera los atletas pueden conocer la calidad de su desempeño; en relación con la preparación física, técnica y táctica.

Las entrevistas realizadas a los atletas arrojaron resultados similares a la información obtenida mediante la entrevista a los entrenadores y permitieron corroborar sus opiniones. Existe el criterio unánime se manifiesta en cuanto a la valoración de objetivos trazados en el equipo, las cuales son consideradas muy positivas y adecuadas, constituyendo el móvil fundamental del desempeño del equipo en su totalidad.

Podemos ver que de acuerdo a los datos obtenidos en la entrevista, la determinación de objetivos grupales en el equipo se ajusta a lo siguiente:

Los objetivos se encuentra definidos, tanto la meta a largo plazo como la de corto plazo.

Los objetivos son específicos, con vías de obtención y contenidos claramente definidos.

Los objetivos tienen suficientemente grado de dificultad, estimulando los atletas a su logro.

Se produce la retroalimentación necesaria acerca del cumplimiento de los objetivos.

Los objetivos del grupo se plantean a los atletas pero no siempre son discutidas en el grupo por lo que se afecta la estimulación de la participación (implicación) del atleta en ella. Esto afecta sus compromisos con el equipo.

Estos aspectos tienen una positiva incidencia en sentido general, en la preparación del equipo a fin de lograr sus propósitos en la competencia aunque se debe trabajar más en lograr que la totalidad exprese sus compromisos hacia las metas.

Instrumento de completamiento de frases

En la figura 1, se observa que la esfera predominante

del equipo estudiado es la esfera de metas grupales. Las respuestas del 100% de los atletas son no conflictivas. Existe un predominio de respuestas positivas y en menor medida de respuestas altamente positivas. Se evidencia conocimiento y responsabilidad hacia las metas y tareas del equipo, además de gran identificación hacia las mismas. Se aprecia además, la importancia que le atribuyen a la perseverancia y disciplina para lograr las metas. En esta esfera no se presentaron

encontradas. Los resultados que se obtienen en cada esfera evidencian que en el equipo existe una fuerte motivación hacia la actividad deportiva, actitudes positivas en relación con las metas del equipo y hacia los compañeros. La actividad deportiva constituye la principal atracción para atletas y hacia ella se dirigen sus mayores aspiraciones. En este sentido se manifiestan en la mayoría de los atletas necesidades de éxito en el deporte, satisfacciones por los logros y buenos resultados de su equipo.

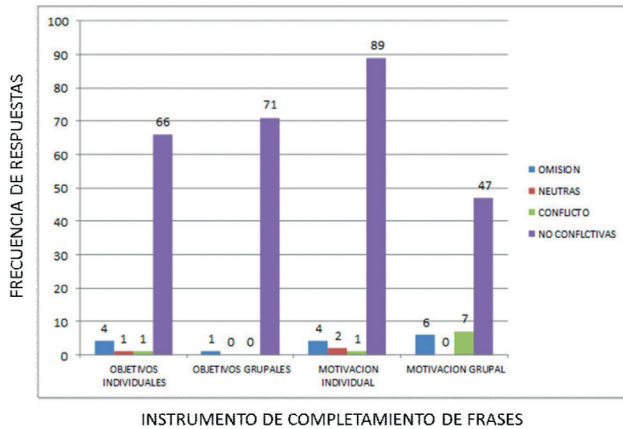


Figura 1. Análisis de los resultados generales del instrumento de completamiento de frases.

Figure 1. Analysis of the overall results of the completion of sentences instrument.

respuestas de conflicto, de omisión ni neutras.

En la esfera de metas individuales el 93.9% de las respuestas posibles son no conflictivas, predominando las positivas y las altamente positivas. Esto indica la presencia de objetivos individuales sólidos y bien definidos con actitudes muy positivas hacia las metas y a la actividad deportiva, por ejemplo: "mi mayor aspiración es ser campeón universitario". No se presentan respuestas de omisión o de conflicto de importancia, ni se presentaron respuestas neutras.

En la esfera motivacional, el 92.9% de las respuestas posible, son no conflictivas, predominando las positivas y altamente positivas. Estas nos expresan motivaciones fuertes hacia la actividad que realizan los atletas, además presentan actitudes positivas frente a las tareas y entrenamientos, por ejemplo: "Creo que el entrenamiento es muy importante". Se presenta un índice menor de respuestas de omisión y neutras, referidas fundamentalmente a intereses ajenos al deporte, que de manera general son positivas, por ejemplo: "Quiero terminar mi carrera universitaria, tener una buena profesión". Esto está dado por las propias características de los inductores de respuesta, pues algunos están relacionados con actividades y motivaciones generales. No se presentaron respuestas conflictivas de importancia, sólo se obtuvo una respuesta negativa.

Se presentan respuestas neutras, y la mayor cantidad de respuestas de omisión y negativas (conflictivas) de las cuatro esferas. Pero son cifras de poca importancia, ante el porcentaje de respuestas positivas y altamente positivas

Instrumento de jerarquización de objetivos

En la figura 2, se muestra la cantidad de atletas que coinciden en otorgar un orden determinado a cada una de los 11 objetivos, los puntos que acumula cada objetivo y el orden definitivo que se le atribuye a cada una de estos.

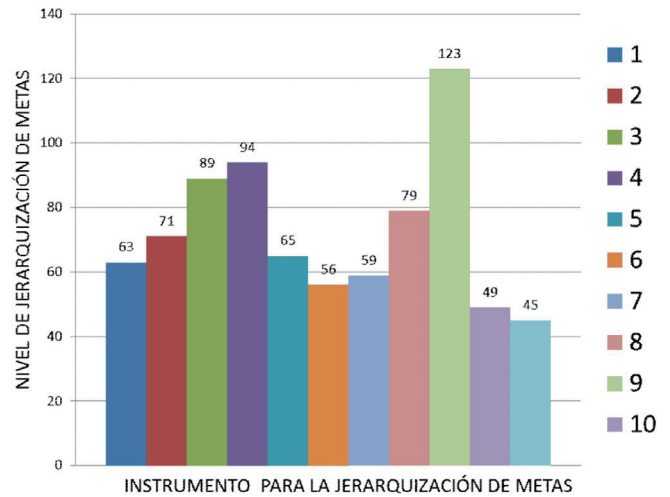


Figura 2. Análisis de los resultados de los cuestionarios para la jerarquización de metas.

Figure 2. Analysis of the results of the ranking of goals questionnaires.

Se determinó que la mayoría de los atletas del equipo han considerado que los tres objetivos más importantes para el grupo son:

Estar entre los primeros cinco lugares en la competencia.

Tener un rendimiento alto, estable en los toques de preparación y en las tareas previas a las competencias.

Estar entre los dos primeros lugares en las competencias.

Estos objetivos están en dependencia de la autoevaluación individual que realizó cada atleta. Los entrenadores deben conocer estas expresiones de sus atletas, conociendo las motivaciones de estos y aprovecharlas en función del logro de sus objetivos.

Cuestionario de las metas grupales

En la tabla 3 se muestran los valores medios de las respuestas a las preguntas relacionadas con las características obtenidas por cada uno de los atletas. Las tablas resumen las distribuciones de las frecuencias de las características de