

Título: Modelo temperamental para corredoras de 100 y 200 metros planos.

Title: Temperant Model for runners of 100 and 200 flat meters.

Autor: Lic. en. Física y Astronomía MSc. *Marcos Beltrán Fernández.
Profesor Principal Asistente. Jefe de disciplina. Profesor de Metodología de la Investigación. Facultad de Cultura Física Guantánamo. INDER.

Autor: Lic. en Física y Astronomía. MSc. Eudis Milán Leyva. Profesor Principal Asistente. Jefe de Departamento de Métodos de Análisis e Investigación. Profesor de Metodología de la Investigación. Facultad de Cultura Física Guantánamo. INDER.

E-mail: dptoma@fcf.edusol.rimed.cu

Resumen

En el trabajo se plantea elaborar un modelo psicodinámico que reúna las cualidades del temperamento ideal para ejecutar exitosamente las carreras de 100 metros en el atletismo.

Se ofrecen algunos argumentos generales acerca de la influencia del temperamento en la conducta humana, teniendo en cuenta el medio en que se desarrolla y las redes de apoyo social que determinan la personalidad de cada sujeto, así como una metodología ya validada por la doctora Magaly E. Fuentes Parra para la determinación de las propiedades del sistema nervioso central y cualidades temperamentales, lo cual es fundamental para la determinación del modelo temperamental en las corredoras de 100 metros en el atletismo.

La muestra que se utiliza está compuesta por las integrantes del equipo nacional de atletismo en los eventos de 100 metros femenino, así como los entrenadores de estas atletas.

Summary

In the work is elaborated a model that gathers the qualities of the ideal temperament to execute the careers of 100 meters successfully in the athletics.

They offer some general arguments about the influence of the temperament in the human behavior, keeping in mind the means in that it is developed and the nets of social support that determine each fellow's personality, as well as a methodology already validated by the doctor Magaly E. Fuentes Vine for the determination of the estates of the central nervous system and temperamental qualities, that which is fundamental for the determination of the temperamental pattern in the corredoras of 100 meters in the athletics.

Palabras claves: MODELO TEMPERAMENTAL/ SISTEMA NERVIOSO CENTRAL/ PSICODINÁMICAS.

Key words: TEMPER MODEL / NERVOUS CENTRAL SYSTEM / PSICODINAMIC.

Introducción.

La experiencia como investigadores ha permitido constatar que algunos atletas, aunque cumplen con las exigencias generales del deporte desde el punto de vista físico, técnico y fisiológico presentan dificultades en el proceso de aprendizaje y en la ejecución de algunas acciones técnicas- tácticas que dependen de su dinamismo, esto se debe posiblemente, a que los mismos presentan cualidades temperamentales que no responden con efectividad a las exigencias psicodinámicas de este deporte. En relación con esto se cree

que otro problema fundamental puede ser la selección de los talentos, ya que por lo general a la hora de seleccionar a un individuo para realizar una actividad física determinada se tiene muy en cuenta las condiciones desde el punto de vista del somatotipo del sujeto y los resultados en las pruebas de eficiencia físicas y obviamos algo tan sensible como las características psicológicas del sujeto. Si se tiene presente que en la actualidad los especialistas les confieren a este aspecto una gran importancia para el logro de los objetivos trazados en el entrenamiento, donde además de las condiciones del atleta se tiene muy presente la respuesta emocional del mismo, ante diversos estímulos externos e internos y la manera de que el mismo es capaz de adaptarse y superarlos, entonces se esta de acuerdo en la afirmación de que las características psicofisiológicas temperamentales del atleta es un campo donde todavía se puede explorar para obtener beneficios deportivos.

Lo anteriormente señalado está entre los motivos que estimularon para realizar una investigación que de alguna forma contribuya a la solución de este problema.

¿Cuáles son las propiedades del sistema nervioso central, las propiedades psicodinámicas y las cualidades del temperamento ideales que contribuyen al desempeño de las corredoras de 100 y 200 metros?

Los métodos de investigación utilizados fueron: histórico – lógico, análisis – síntesis, inducción – deducción, modelación, sistémico – estructural, encuestas, observaciones y las técnicas e instrumentos de investigación:

- IDETEM-1: para la caracterización del temperamento.
- TEMPEX: para la determinación de criterios de especialistas.
- IDETEM-2: para la evaluación de los indicadores del modelo.

Desarrollo

La doctora Magalys Fuentes, construyó una **Metodología para la determinación de la idoneidad temperamental (MEDITEM)**, a través de la cual es posible elaborar Modelos temperamentales en actividades específicas, demostrando su validez y efectividad en muestras de deportistas. Los deportes objeto de modelación han sido: La lucha Libre, el Voleibol y el Judo masculino, todos con deportistas élite.

Hasta el momento en que comenzamos la investigación, no se habían encontrado reportes de que este modelo se haya elaborado en el atletismo, por lo que, teniendo en cuenta los argumentos anteriores la disposición estuvo encaminada a emprender este reto.

La aplicación del Tempex, permitió evaluar el desempeño de las atletas de velocidad desde el punto de vista técnico-táctico, determinadas por la influencia de la dinámica psíquica de las características temperamentales que exige este deporte.

Se empleo el método de criterio de especialistas a través del cual un grupo de entrenadores del área de velocidad del alto rendimiento dieron su opinión acerca de los elementos más utilizados en las carreras de velocidad. Posteriormente se hizo un estudio por parte del autor de cómo se ponían de manifiesto en la práctica cada una de esas acciones y de cuales son las propiedades Psicodinámicas y del Sistema Nervioso que intervienen en cada una de ellas, con lo cual se creó un instrumento cuya función sería evaluar a cada atleta de la muestra.

RESULTADOS DE LA APLICACIÓN DEL TEMPEX

Como cualidades necesarias en general para todo el proceso de entrenamiento y competitivo, seleccionaron las que se relacionan a continuación. Las mismas conformaron el **Modelo Propuesta**.

Las cualidades y propiedades identificadas en este análisis conformaron el modelo propuesta, teniendo en cuenta que en opinión de los especialistas son las que se necesitan para desempeñar con éxito las carreras de 100 metros planos femeninos.

Para conformar el modelo psicodinámico o temperamental, comparamos los modelos anteriores y seleccionamos aquellas cualidades y propiedades coincidentes, obteniendo el siguiente resultado:

MODELO TEMPERAMENTAL

PROPIEDADES DEL SISTEMA NERVIOSO CENTRAL.	Equilibrio
	Movilidad
	Inercia
	Dinamismo Psíquico
	Fuerza
PROPIEDADES PSICODINAMICAS.	Excitabilidad de la atención
	EXTROVERSION
	Resistencia Psíquica
	PLASTICIDAD
CUALIDADES TEMPERAMENTALES.	Precisión de los movimientos
	Adaptabilidad
	Paciencia.
	Control emocional
	Tenacidad
	Abstracción.
	Decisión premeditada

	Rapidez de reacción
	Agilidad mental
	Seguridad en sí mismo
	Perseverancia
	Ecuanimidad
	Concentración de la atención.
	Alta capacidad de trabajo psíquico
	Sociabilidad.
	Desarrollo de la visión periférica
	Analítico.
	Resistencia Psíquica
	Autodominio.
	Respuesta rápida ante los estímulos.

CONCLUSIONES

El modelo Psicodinámico o temperamental de los corredores de 100 metros planos en el atletismo fue elaborado a partir de los criterios de especialistas de alto nivel en el atletismo, así como el resultado del diagnóstico del temperamento de atletas élite.

Se demuestra la utilidad práctica del diagnóstico del temperamento en el proceso de entrenamiento deportivo al constatarse:

A través del estudio bibliográfico, la influencia del temperamento en el desempeño del deportista.

El criterio de los especialistas al seleccionar las cualidades del temperamento ideales para la práctica de este deporte, los cuales, al mismo tiempo demostraron la manifestación de las mismas, en las principales acciones técnicas de esta modalidad deportiva

BIBLIOGRAFÍA

1. Colectivo de Autores. (2000). Problemas teóricos de la psicología de la personalidad. La Habana, Ed. Orbe
2. EYSENCK, H. I.(2000) Fundamentos biológicos de la personalidad en conducta humana.Barcelona, Ed. Fontanellas
3. FRIEDRICH, W. (2000) Sociopsicología para la práctica. Berlín, Ed. VEB.
4. FUENTES P., M. Y J. ROMÁN HERNÁNDEZ. (2000) El Cuestionario de Tipos Temperamentales. Revista del Hospital Psiquiátrico de La Habana. Vol. VIII Sept-Dic. 1986.
5. FUENTES PARRA, M. (1978) Tipología del SNC y su influencia en la selección de la música en Gimnasia Rítmica Deportiva. Trabajo de Diploma- La Habana.
6. _____ (2000). La determinación de la idoneidad temperamental del deportista. Tesis en opción al título de Dr. en Ciencias Pedagógicas Ph.D. La Habana. .
7. _____ (2000) La DIMITEM: una tecnología de avanzada. En proceso de edición.
8. _____ (2006) El temperamento en la formación del deportista. Editorial Deportes. La Habana.
9. RUDIK, P.A. (1990) _Psicología. La Habana, Ed. Pueblo y Educación