

# CONJUNTO DE ACCIONES PARA FAVORECER UNA MEJOR COMPRENSIÓN Y APLICACIÓN DE LOS ENTRENADORES MATANCEROS DE LA PREPARACIÓN PSICOLÓGICA DEL DEPORTISTA.

**Dr. C. Norma Sainz de la Torre León<sup>1</sup>, Dr. C. Dr. Dencil Escudero Sanz<sup>2</sup>, MS. c.  
Rossana Rodríguez Cabrales<sup>3</sup>, MS. c. Pedro Lima García<sup>4</sup>**

1. *Universidad de Matanzas “Camilo Cienfuegos”, Vía  
Blanca Km.3, Matanzas, Cuba*
2. *Universidad de Matanzas “Camilo Cienfuegos”, Vía  
Blanca Km.3, Matanzas, Cuba*
3. *Universidad de Matanzas “Camilo Cienfuegos”, Vía  
Blanca Km.3, Matanzas, Cuba*
4. *Universidad de Matanzas “Camilo Cienfuegos”, Vía  
Blanca Km.3, Matanzas, Cuba*

*CD de Monografías 2010  
(c) 2010, Universidad de Matanzas “Camilo Cienfuegos”*

## **Resumen:**

Aunque la preparación psicológica es una de las etapas del proceso de formación del deportista, en la provincia de Matanzas son muy pocos los entrenadores que aplican controles y/o tareas de carácter psicológico, a pesar de que durante las asignaturas del pregrado y los cursos de la enseñanza de postgrado se imparten estos contenidos. Esta investigación pretende determinar los factores relacionados con los aspectos curriculares, de dirección y supervisión de este proceso, que afectan la comprensión e implementación de la preparación psicológica en los equipos deportivos en el territorio, así como las acciones que puedan favorecer la superación de esta omisión imperdonable.

***Palabras claves:** Preparación psicológica, formación del deportista, formación del profesional.*

---

## **I. Introducción:**

Dentro del proceso de formación del deportista aparece la preparación psicológica como uno de sus componentes fundamentales. Junto con la preparación física, técnica, táctica y teórica, la misma posee un gran protagonismo en el fenómeno del aprendizaje y perfeccionamiento motor, así como en la creación de las disposiciones y capacidades de rendimiento necesarias para la participación eficiente y exitosa del mismo en las competiciones.

A pesar de su importancia, en nuestro país – y en especial en el territorio matancero – la mayoría de los entrenadores no implementan la preparación psicológica en su labor cotidiana con sus equipos, afectándolos doblemente, de forma involuntaria:

- a) Al no favorecer de forma planificada el desarrollo de los componentes psicoreguladores que se encuentran en la base del dominio de las acciones deportivas, con lo cual alargan el proceso del logro de las habilidades y hábitos motores requeridos y complejizan el enfrentamiento diario a los esfuerzos de los miembros del equipo, lo cual afecta la autovaloración de los deportistas.
- b) Al no desarrollar las habilidades psicológicas en los mismos para enfrentar las competiciones deportivas en un estado ideal para el logro de altos rendimientos.

Como se conoce, la preparación psicológica no implica cambios en la planificación del entrenamiento, ni altera la dosificación de las cargas, se extiende durante todo el macrociclo y como el resto de las preparaciones, es responsabilidad del entrenador, pero en la actualidad estos aspectos continúan ignorándose en la práctica cotidiana en las escuelas deportivas, así como en los equipos de 1ra. Categoría, dejándose toda esta esfera alejada de la planificación de las tareas y por tanto, de la realidad.

En este fenómeno están incidiendo, a juicio de los autores, varias variables:

- Comprensión, disposición y actuación de la Dirección del INDER, sus funcionarios y metodólogos, responsables del control del proceso de formación deportiva en los equipos del territorio.

- Comprensión, disposición y actuación de los entrenadores deportivos, artífices del proceso formativo directamente en los terrenos.
- Dominio teórico – práctico y competencias profesionales de los docentes encargados de la formación de los estudiantes de la carrera de Licenciatura en Cultura Física y de la educación de posgrado en el territorio, incluyendo a los programas de las asignaturas encargadas de brindar los conocimientos y habilidades necesarias para la implementación de la preparación psicológica en la práctica social y sus vínculos multidisplinaros.

Lo anteriormente expuesto condujo a la Disciplina de Psicopedagogía de la Facultad de Cultura Física de Matanzas a elaborar un Proyecto de Investigación Institucional que permitiera organizar un conjunto de acciones para favorecer una mejor comprensión y aplicación de la preparación psicológica del deportista por parte de los entrenadores matanceros. El contenido de esta monografía comprende un resumen de este esfuerzo.

## **II Desarrollo:**

### **2.1. Importancia de la preparación psicológica del deportista.**

El carácter sistémico de la formación deportiva obliga a los entrenadores deportivos a tener en cuenta cada una de las etapas que conforman la misma, si desean obtener buenos resultados en los entrenamientos y especialmente en las competiciones.

No basta con el desarrollo de las capacidades condicionales y coordinativas inherentes al buen desempeño en un deporte dado. No es suficiente con planificar el volumen y la intensidad de la carga diaria, semanal o mensual a la cual se enfrentarán los miembros del equipo con el cual se labora; si no se planifica paralelamente las tareas que permitan la educación de aquellos componentes que regulan los esfuerzos y cada una de las acciones, las tareas del entrenamiento no repercutirán de la forma deseada en cada uno de los deportistas, pues no solo los mismos deben participar conscientemente en la apropiación de sus conocimientos y habilidades motrices – y ello se produce gracias a los motivos y la voluntad – sino que además es imposible el logro del dominio técnico, táctico y teórico, sin que este empeño no sea apoyado por los componentes de la regulación ejecutora de carácter psicológico, como el control propioceptivo, la atención, las percepciones espaciales y el resto de las especializadas, la representación motora, el pensamiento táctico, el control de las tensiones, etc.

Por todo ello, la preparación psicológica posee, por derecho propio, un lugar destacado dentro del proceso de formación del deportista y la misma debe ser planificada rigurosamente para que alcance sus propósitos establecidos: conducir al deportista a alcanzar el estado ideal de rendimiento en las competiciones.

### **2.2. Responsabilidad del entrenador en la aplicación de la preparación psicológica.**

Se ha declarado en la introducción que la preparación psicológica, al igual que el resto de las preparaciones, es responsabilidad del entrenador y se desea insistir sobre este particular.

Por existir en todas las provincias representaciones territoriales del Instituto de Medicina del Deporte (IMD) y dentro de los mismos laborar profesionales graduados de psicólogos, que desempeñan su trabajo coordinando y asesorando la atención psicológica a los equipos deportivos, prevalece en los entrenadores y funcionarios del INDER el criterio de que los mismos son los encargados de llevar a cabo la preparación psicológica de los deportistas. Comúnmente se escuchan las valoraciones de los entrenadores que trabajan en la EIDE, relacionadas con la necesidad de que se amplíe la plantilla de dichos psicólogos, para que esta esfera se pueda llevar a cabo de una forma eficiente en cada equipo, como si los mismos tuvieran la responsabilidad de enfrentar de forma directa con los deportistas la misma. Estas valoraciones parten precisamente de aquellos que no acaban de comprender que al desempeñar el rol de entrenadores en un deporte y colectivo dado, son los encargados de preparar a los deportistas desde el punto de vista físico, técnico, táctico, teórico y psicológico y dichos criterios son, lamentablemente, de la mayoría.

Las responsabilidades de entrenadores y psicólogos del IMD están muy bien delimitadas, a partir de la creación de esta institución en el país y son:

a) *Entrenadores:*

Planificar, aplicar y valorar integradamente las tareas de la preparación psicológica del deportista con su equipo de forma sistemática.

b) *Psicólogos del IMD:*

Asesorar y controlar el proceso de la preparación psicológica de forma eficiente en los equipos deportivos, interviniendo de forma directa en aquellos casos que se presenten dificultades poco comunes, que requieran de su participación directa, por exceder la amplitud o naturaleza del problema constatado a los conocimientos y habilidades del entrenador, siempre que la Comisión de dicho deporte así lo solicite.

Sobre este particular Riera, J. (1985), uno de los más prestigiosos psicólogos deportivos de España, desde el pasado siglo afirmó:

**“Hay infinidad de <problemas> psicológicos del deportista que parecen requerir la intervención del psicólogo, pero que podrían haberse evitado o disminuido con una adecuada formación o asesoramiento al entrenador. A nuestro entender, el psicólogo debería intervenir solo cuando estos recursos resultasen insuficientes, siempre que él (los) deportista (s) lo solicitase (n) y el entrenador lo considerase oportuno.” (2, 4)**

Sin embargo, a pesar de lo anteriormente expuesto, la preparación psicológica no posee protagonismo en el proceso de formación de los equipos deportivos en la provincia de Matanzas y los entrenadores consideran que es una labor ajena a sus responsabilidades.

### **2.3. Deficiencias en la formación académica del profesional de la Cultura Física:**

Dentro de las principales deficiencias que se confrontan en la formación del profesional de Cultura Física, relacionadas con la comprensión y aplicación de la preparación psicológica

en los equipos deportivos se encuentran las siguientes:

- Al implementarse el Plan de Estudios “D” en nuestra carrera, desapareció la Psicología II, la cual impartía los contenidos de la preparación psicológica del deportista, creándose la asignatura de Psicopedagogía, que se imparte en el III Año y solo contempla este contenido en una clase. Es imposible que con tan pobre protagonismo en el programa, los estudiantes se apropien de los conocimientos y habilidades requeridos para poder implementar de forma adecuada, una vez laborando como entrenadores, las tareas de la preparación psicológica de forma eficiente, como tampoco con tan breve tratamiento de la temática, se convenzan de la necesidad y pertinencia de la misma dentro de la formación del deportista y su carácter permanente en el macrociclo.
- El resto de las asignaturas que conforman las Didácticas especiales de los deportes y en la propia Teoría y Metodología del Entrenamiento Deportivo se brindan clases teóricas que abordan las etapas de la preparación del deportista de forma específica, sin profundizar en la preparación psicológica.
- No existen vínculos intermateria adecuados que favorezcan el desarrollo de conocimientos y habilidades en este campo.
- Los diferentes cursos pertenecientes a la educación del posgrado académico sí comprenden contenidos específicos relacionados con la preparación psicológica del deportista, pero al parecer los métodos aplicados en dichas actividades docentes no han sido los adecuados, cuando los entrenadores que son Master en Ciencias o Especialistas continúan con deficiencias en esta esfera del trabajo con sus equipos.

#### **2.4. Influencia de otras circunstancias adversas:**

La inexistente aplicación de la preparación psicológica en los equipos deportivos de la provincia en las diferentes categorías de la pirámide de los altos rendimientos no depende solo de la pobre comprensión e interés de los entrenadores, máximos implicados en la tarea; también tienen responsabilidad en esta situación los directivos del INDER en sus diferentes instancias y los directores de Combinados Deportivos, que debieran exigir en sus actividades sistemáticas por la puesta en práctica de dicha preparación.

En este sentido, también los metodólogos provinciales y municipales, que son los responsables de visitar en los terrenos de entrenamientos a los técnicos del territorio y controlar el nivel de planificación de sus tareas, poseen responsabilidad en la no aplicación de la preparación psicológica del deportista, así como de los psicólogos del Instituto de Medicina Deportiva, que desde su posición de asesores, deberían incidir con más fuerza en la consecución de este fin.

Por todo lo anteriormente expuesto, el objetivo general trazado en el Proyecto de Investigación Institucional es el siguiente:

**Organizar un conjunto de acciones para favorecer una mejor comprensión y aplicación de la preparación psicológica del deportista por parte de los entrenadores matanceros.**

**Se parte de la siguiente hipótesis:**

*Un conjunto de acciones, que comprenda mayor capacitación y exigencia por parte de metodólogos y directivos, mayor protagonismo de métodos participativos en clase de pregrado y posgrado y mejores vínculos multidisciplinarios en la esfera curricular, favorecerá una mejor comprensión y aplicación de la preparación psicológica del deportista por parte de los entrenadores matanceros.*

Este proyecto se ha llevado a cabo con una **muestra de 235** sujetos, de los cuales:

- **127** entrenadores de 22 deportes: (Tiro con arco, Béisbol, Voleibol, Tenis de mesa, Tenis de campo, Atletismo, Nado sincronizado, Hockey Esgrima, Gimnasia, Pesas, Lucha, Baloncesto, Ciclismo, Canoa, Kayak, Vela, Taekwondo, Polo acuático, Fútbol, Pelota Vasca y Natación.
- **16** metodólogos del INDER.
- **9** miembros de la dirección del INDER provincial.
- **72** estudiantes de 5to. Año de la carrera de Licenciatura en Cultura Física.
- **11** docentes de la Facultad de Cultura Física.

Dentro de los métodos empleados se encuentran los teóricos: analítico – sintético, inductivo – deductivo, histórico – lógico, hipotético – deductivo y enfoque de sistema y los métodos empíricos: la entrevista, la encuesta, el análisis de documentos y el experimento pedagógico.

La presente investigación basa su proceso de diagnóstico en dos vertientes principales:

- a) Los criterios brindados por todos los recursos humanos que se encuentran vinculados a la formación del deportista (entrenadores, funcionarios del INDER y del IMD y metodólogos deportivos).
- b) Todos los participantes en la formación del profesional de la Cultura Física (docentes y estudiantes), incluyendo aspectos del Plan de Estudios. A continuación, en las figuras 1 y 2, se muestran los elementos controlados:



Figura 1: Aspectos contemplados en el diagnóstico a la formación del deportista.



Figura 2: Aspectos contemplados en el diagnóstico de la formación del profesional.

## 2.5. Análisis de los resultados del diagnóstico:

### 2.5.1. Esfera de la formación del deportista.:

#### 2.5.1.1. Diagnóstico a los entrenadores:

Los entrenadores controlados – 127 de 22 deportes – son representativos de la población del territorio. De los mismos, la mayoría laboran con equipos escolares en sus diferentes categorías, fundamentalmente en la EIDE, aunque también existe una representación de entrenadores de base, de equipos juveniles y de 1ra. Categoría, lo cual se muestra en la figura 3.

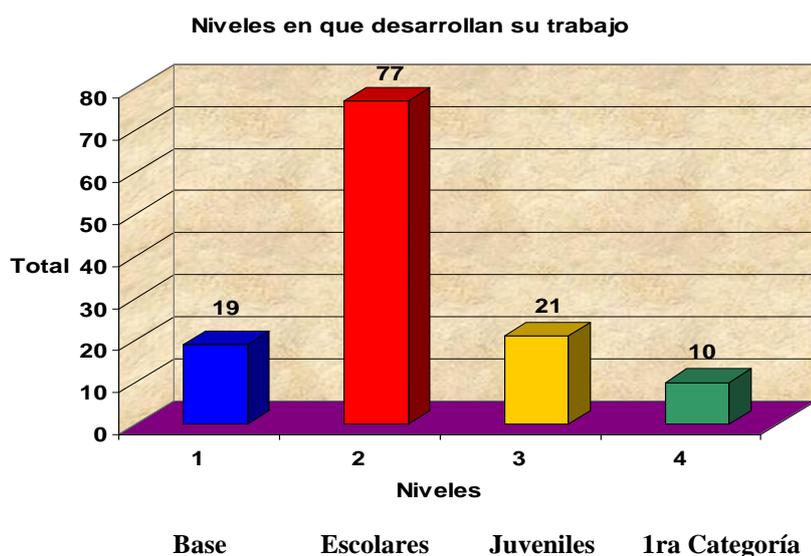


Figura 3

Los criterios que poseen los entrenadores sobre la no aplicación de la preparación psicológica son variados. (Ver figura 4)

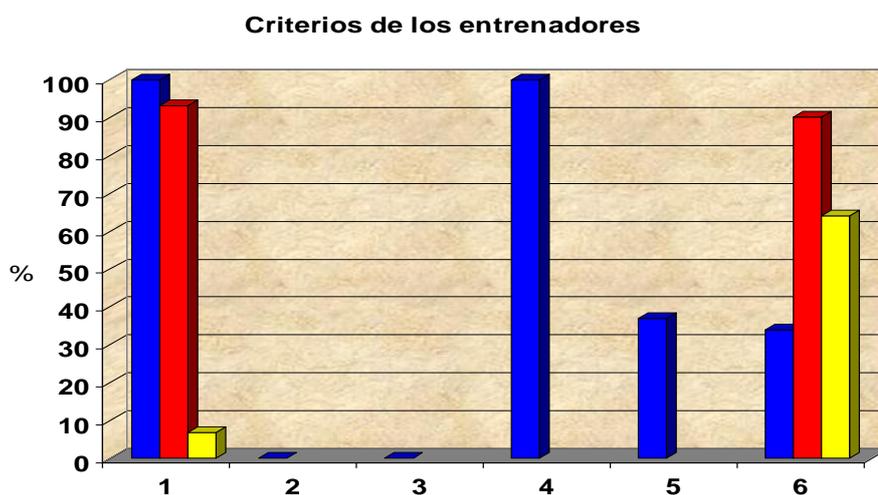


Figura 4

#### Leyenda:

1. Poseen objetivos en los planes de entrenamiento vinculados a la preparación psicológica (generales y concretos)
2. Existencia del plan, con tareas y pruebas de control psicológico.
3. El plan posee correspondencia con el deporte.
4. Presentan disposición a enfrentar esta tarea.
5. Existe reconocimiento de la responsabilidad del entrenador en la preparación psicológica.

6. Plantean como necesidades más medios, capacitación específica y exigencia por parte de los metodólogos.

Mientras que todos afirman que poseen objetivos relacionados con la preparación psicológica de su equipo para el macrociclo dentro del plan de entrenamiento, la gran mayoría los han redactado de forma muy general y menos del 7% redacta los mismos de manera concreta, relacionados con componentes psicológicos específicos, los cuales son base de las acciones en su deporte, como se pudo constatar en la revisión de los documentos.

La totalidad de la muestra carece de planes de preparación psicológica independientes de los planes de entrenamiento, por lo que no poseen un documento rector de esta función en el equipo y por ello no se puede analizar si los mismos se relacionan con el deporte dado.

Todos se muestran dispuestos a enfrentar la tarea, aunque menos de la mitad consideran que la preparación psicológica es de su responsabilidad, planteando que no la han realizado, por ser una tarea de los psicólogos del IMD, lo cual indica desconocimiento y lagunas en la formación profesional.

Se destacan como causas para su no implementación la carencia de medios, criterio inadecuado desde el punto de vista conceptual, pues se puede desarrollar una eficiente intervención psicológica en los equipos sin medio alguno, ya que son numerosas las tareas de carácter psicológico con los deportistas que solo depende de una comunicación eficiente. También resaltan la necesidad de mayor capacitación en esta esfera, en forma de cursos de postgrado y más de la mitad destacan que los metodólogos del deporte en el cual laboran, cuando les inspeccionan su labor, no exigen planes ni tareas concretas.

Llama la atención el hecho de que el 92,5% conceden entre el 5 y el 15 % del tiempo del macrociclo a la preparación psicológica, resultado de informaciones erróneas en la formación del pregrado y del posgrado.

### 2.5.2. Resultado del diagnóstico con los metodólogos deportivos:

La encuesta con los metodólogos de los diferentes deportes, a los cuales se tuvo acceso, manifiestan en su totalidad que no poseen ni las orientaciones al respecto de las instancias nacionales del INDER, ni los conocimientos necesarios para poder llevar a cabo de forma eficiente la labor de controlar la implementación de la preparación psicológica por parte de los entrenadores de su deporte. (Ver figura 5)

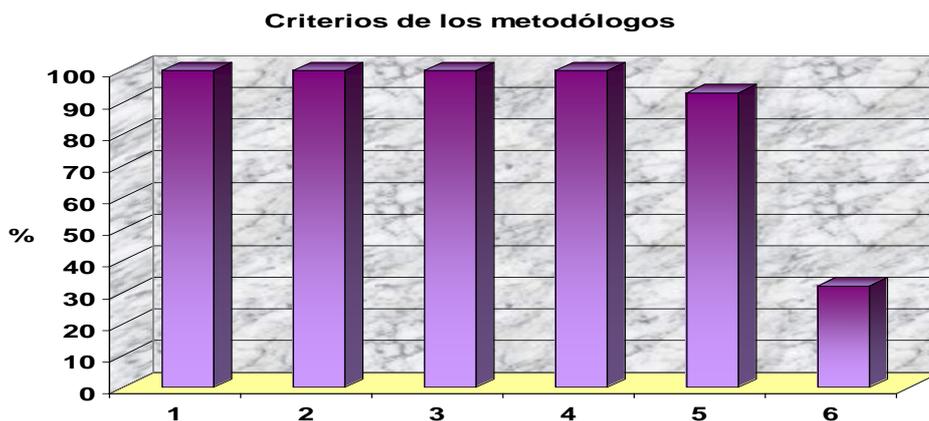


Figura 5

1. Pobre nivel de información en la esfera para poder controlar de forma efectiva.
2. Controlan la existencia del plan de preparación psicológica.
3. Consideran que se le concede el 5% del tiempo en el macrociclo.
4. Disposición a enfrentar la tarea.
5. Necesitan capacitación específica.
6. Reconocimiento de la responsabilidad del entrenador en esta preparación.

### 2.5.3. Criterios de los directivos del INDER provincial:

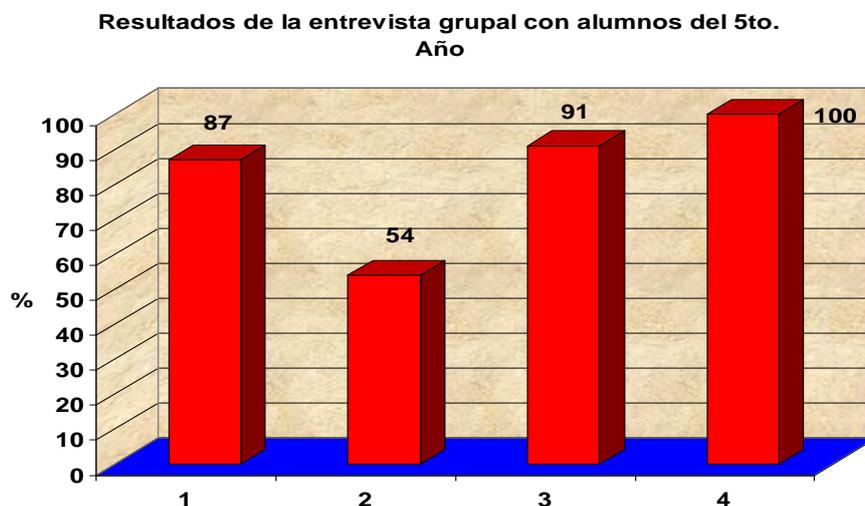
El Director Provincial, los subdirectores y jefes de departamentos reconocen la responsabilidad del entrenador en la preparación psicológica, pero no comprenden el por qué de su no implementación en los equipos deportivos del territorio, considerando que se trata de una negligencia por parte de los entrenadores.

Todos se comprometen a apoyar cualquier acción que permita la comprensión e implementación de la preparación psicológica en los equipos y exigir a metodólogos y técnicos por esta tarea.

### 2.5.2. Esfera de la formación del profesional.

#### 2.5.2.1. Entrevista con los estudiantes del 5to. Año de la carrera en Cultura Física:

Los alumnos que cursan el último año de la carrera en la Facultad de Cultura Física de Matanzas, los cuales ya recibieron en los años precedentes la asignatura de Psicopedagogía, donde se aborda la preparación psicológica del deportista en solo una clase, y que a su vez ya han cursado Teoría y Metodología del entrenamiento deportivo y las asignaturas deportivas casi en su totalidad manifiestan con sus criterios grandes lagunas de conocimiento sobre esta temática. (Ver figura 6)



## Figura 6

### Leyenda:

1. No recuerdan como elaborar un plan de preparación psicológica.
2. Consideran que es responsabilidad del entrenador.
3. No recuerdan la forma de evaluación de las técnicas de control ni tareas concretas para el desarrollo de sus componentes.
4. Le conceden entre el 5 y el 10% del tiempo del macrociclo a esta preparación.

Como se observa, la gran mayoría de los estudiantes no desarrollaron las habilidades para elaborar un plan de preparación psicológica para un equipo en concreto, a pesar de haberlo recibido en la conferencia impartida sobre el tema y casi la mitad considera que es responsabilidad del psicólogo y no del entrenador.

Casi la totalidad de los alumnos de este último año no pueden explicar la forma de evaluación de las diferentes técnicas del control psicológico que recibieron en clases prácticas, lo que es preocupante, por haberse dedicado en el programa 16 horas lectivas a las mismas.

Todos le conceden un periodo mínimo de tiempo a la aplicación de la preparación psicológica en un equipo dentro del macrociclo – entre el 5 y el 10 % del total – lo cual va en contra de lo explicado en Psicopedagogía y refuta el criterio de que la misma se encuentra presente en la preparación física, técnica, táctica y teórica. Es muy probable que esta opinión generalizada tenga su origen en los planteamientos de otros docentes, los cuales mantienen diferentes criterios sobre el particular e imparten asignaturas en 4to y 5to. Año, por lo cual esta información se encuentra guardada más reciente en la memoria.

### 2.5.2.2. Criterios de los docentes de las Facultad:

Los profesores que imparten las asignaturas de Didácticas deportivas, Deporte I, II y III y Teoría y Metodología del Entrenamiento Deportivo que conformaron esta muestra plantean aspectos interesantes a tenerse en cuenta. (Ver figura 7)

El 80% de los mismos consideran que los entrenadores no aplican la preparación psicológica, pues son insuficientes los conocimientos que poseen para su implementación, porque, a pesar de ser nuestra carrera de corte pedagógico, la misma necesita de mayor número de horas para el desarrollo de dichos conocimientos y habilidades.

Todos manifiestan que en sus asignaturas no imparten contenido alguno relacionado con la preparación psicológica dentro del deporte específico, ni hacen mención a la misma, ni le dedican tiempo específico a destacar su necesidad y protagonismo.

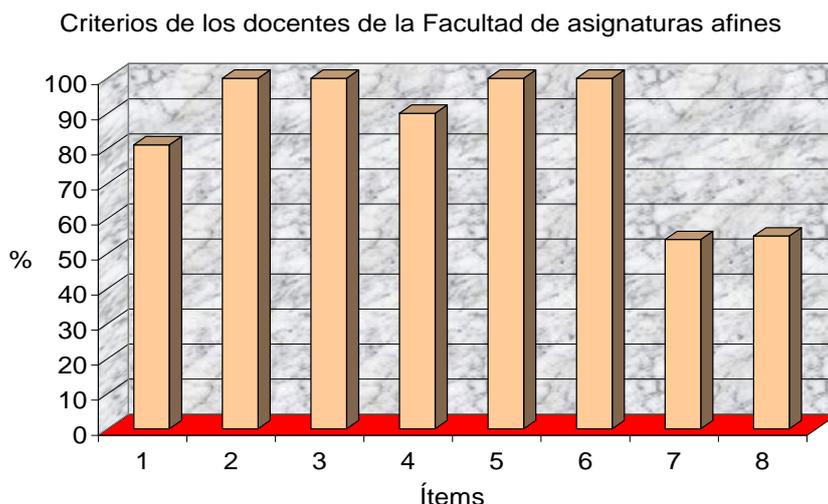


Figura 7

Leyenda:

1. Son insuficientes los conocimientos de los entrenadores y por ello no la aplican.
2. No aparece contenido alguno en el programa que aluda a la preparación psicológica.
3. No se le dedica tiempo alguno.
4. Es responsabilidad de entrenadores y psicólogos.
5. No posee protagonismo alguno en evaluaciones frecuentes o parciales.
6. Está presente durante todo el macrociclo.
7. Debe reincorporarse la asignatura Psicología II.
8. Necesidad de mayor vínculo intermateria en asignaturas afines sobre este particular.

El 90% de los profesores diagnosticados consideran que la preparación psicológica del deportista es tanto responsabilidad del entrenador como de psicólogos.

Tampoco aparece reflejada esta temática en evaluaciones parciales ni frecuentes y todos reconocen su protagonismo durante las diferentes etapas de la formación del deportista.

La mitad de los docentes reconocen la necesidad de que se reincorpore la asignatura de Psicología II para poder desarrollar los conocimientos y habilidades que se requieren para que el egresado se incorpore a su futuro trabajo, en el caso de fungir como entrenadores, con la preparación adecuada en este campo. También más de la mitad de los entrevistados consideran que es necesario llevar a cabo mejores actividades metodológicas en la Facultad, haciendo énfasis en el vínculo intermateria e interdisciplinario en dicha esfera.

### 2.5.2.3. Resultado del análisis de documentos:

Del estudio de los documentos curriculares se pudo obtener lo siguiente:

- En las 12 asignaturas del Plan de Estudios “D” que imparten, solo las denominadas Deporte I, II y III se imparten conferencias donde se contempla el proceso de formación deportiva, por lo que necesariamente deben mencionar a la preparación psicológica, aunque no aparecen orientaciones metodológicas o invariantes del conocimiento relacionadas con la misma.
- Los programas de las asignaturas conocidas como Didácticas de los deportes no

tienen dentro de sus orientaciones metodológicas, sistema de conocimientos y sistema de evaluaciones indicación alguna que permita relacionar a la preparación psicológica con los contenidos de las clases.

## 2.6 Conjunto de acciones para favorecer una mejor comprensión y aplicación de los entrenadores matanceros de la preparación psicológica del deportista.

Una vez aplicado el diagnóstico y analizado sus resultados, fueron detectadas las principales dificultades que inciden en el pobre protagonismo de la preparación psicológica dentro del proceso de formación deportiva en el territorio matancero por parte de los entrenadores que se encuentran al frente de dicha labor.

Las acciones diseñadas para intentar dar solución a dichas dificultades, por ser las que a nivel de Facultad pueden llevarse a cabo, fueron las siguientes:

- 4 Conferencias con la Dirección del INDER Provincial sobre la importancia de la preparación psicológica del deportista, la responsabilidad de entrenadores y metodólogos en esta tarea y la forma de controlarla.
- Curso de postgrado con metodólogos provinciales y municipales del INDER sobre el tema.
- Curso de postgrado en la EIDE a entrenadores deportivos de equipos escolares y juveniles.
- Ciclo de conferencias sobre preparación psicológica con colectivos de entrenadores que laboran con equipos de 1ra Categoría en deportes priorizados en la provincia.
- Asesoramiento para la elaboración de planes de preparación psicológica por áreas y deportes.
- Impartición de una nueva asignatura optativa “Preparación psicológica del deportista” con alumnos de 5to Año de la carrera.
- Modificación de los métodos de impartición de dicha asignatura en las 16 actividades docentes: Apropiación de las tareas de intervención psicológica por vía de la práctica en el aula y en terrenos. Elaboración de planes de preparación psicológica en clase, una vez ejercitadas las tareas de intervención, para cada componente psicológico. Informe del protagonismo de dicha preparación en el deporte donde realizan la práctica laboral – investigativa.
- Incorporación de contenidos prácticos relacionados con las tareas de intervención psicológica en conferencias de Psicopedagogía con alumnos del 3er. Año.
- Elaboración de materiales digitales para apoyar los sugerentes cursos a entrenadores, metodólogos y estudiantes:
  - Monografía sobre preparación psicológica del deportista.

- Catálogo de pruebas de diagnóstico en el deporte.
  - Catálogo de tareas de intervención psicológica por componentes de la preparación.
  - Componentes psicológicos básicos por modalidad deportiva y eventos.
- 3 Actividades metodológicas intermaterias e interdisciplinas para modificar criterios erróneos y reforzar contenidos sobre la temática.

### **III Conclusiones:**

Se confirma la hipótesis de trabajo, ya que se está logrando una mejor comprensión e implementación de la preparación psicológica del deportista por parte de los entrenadores matanceros, a partir del conjunto de acciones que comprendió una mayor capacitación y exigencia por parte de metodólogos y directivos, un mayor protagonismo de métodos participativos en clase de pregrado y posgrado y mejores vínculos multidisciplinarios en la esfera curricular.

### **BIBLIOGRAFÍA:**

1. COL. DE AUTORES Plan de Estudios “D” de la carrera de Licenciatura en Cultura Física. Instituto Superior de Cultura Física”Manuel Fajardo”, 2005.
2. SAINZ DE LA TORRE, N. (2003) La llave del éxito. Preparación psicológica para el triunfo deportivo. BUAP – UJED. Puebla. Editorial Siena.
3. RIERA, J. (1985): “Introducción a la Psicología del deporte.” Ediciones Martínez – Roca S. A. Barcelona.