



UNIVERSIDAD DE GUAYAQUIL

FACULTAD DE EDUCACIÓN FÍSICA, DEPORTES Y RECREACIÓN

CREACIÓN DEL DEPARTAMENTO DE CULTURA FÍSICA EN LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DE MACHALA

TESIS

PRESENTADA COMO REQUISITO PARA OPTAR POR EL GRADO DE MAGÍSTER EN CULTURA FÍSICA

MAESTRANTE

Ing. Mario Efrén Ontaneda Rosales

TUTOR

Lcdo. Héctor Iván Rivas Cún Mg. Sc.

Guayaquil -Ecuador

2013



UNIVERSIDAD DE GUAYAQUIL
FACULTAD DE EDUCACIÓN FÍSICA, DEPORTES Y RECREACIÓN

Esta Tesis cuya autoría corresponde al Ing. Mario Efrén Ontaneda Rosales ha sido aprobada, luego de su defensa pública, en la forma presente por el Tribunal Examinador de Grado nominado por la Universidad de Guayaquil, como requisito parcial para optar el Grado de **MAGÍSTER EN CULTURA FÍSICA**.

Dr. Wilson Pozo Guerrero, PhD.
PRESIDENTE DEL TRIBUNAL

Ab. Fanny Flores Arce
MIEMBRO DEL TRIBUNAL

Lcda. Joly Fabre Cavanna, M.Sc.
MIEMBRO DEL TRIBUNAL

Ab. Fidel Romero Bajaña, Esp.
SECRETARIO
FAC. EDUCACIÓN FÍSICA,
DEPORTES Y RECREACIÓN

CERTIFICADO DEL TUTOR

En mi calidad de tutor del trabajo de investigación de tesis para optar el título de magíster en cultura física de la facultad de educación física, deportes y recreación de la Universidad de Guayaquil.

Certifico que: he dirigido y revisado la tesis de grado presentada por el sr. Ingeniero Mario Efrén Ontaneda Rosales con C.I.# 0701473415, cuyo tema de tesis es **“CREACIÓN DEL DEPARTAMENTO DE CULTURA FÍSICA EN LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DE MACHALA”**

Revisada y corregida que fue la tesis, se aprobó en su totalidad, lo certifico:

**LCDO. HÉCTOR IVÁN RIVAS CÚN Mg. Sc.
TUTOR**

CERTIFICADO DEL GRAMÁTICO

Lcda. Mercedes Solís Plúas, con domicilio ubicado en la ciudadela Samanes de la ciudad de Guayaquil; por medio del presente tengo a bien **CERTIFICAR:** Que he revisado la tesis de grado elaborada por el Sr. Ing. **Mario Efrén Ontaneda Rosales** con C.I. # 0701473415, previo a la Obtención del título de **MAGISTER EN CULTURA FÍSICA.**

TEMA DE TESIS: “CREACIÓN DEL DEPARTAMENTO DE CULTURA FÍSICA EN LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DE MACHALA”

La tesis revisada ha sido escrita de acuerdo a las normas gramaticales y de sintaxis vigentes de la lengua española.

Lcda. Mercedes Solís Plúas

C.I. # 0900616483

Registro # 1006-90-690248

Teléfono # 0986205931

DEDICATORIA

A mi esposa Irma que en los momentos más difíciles estuvo a mi lado, alentándome para que continúe adelante, a mis hijos a quienes vedé sus ratos de esparcimiento por dedicarme a este trabajo y todos aquellos que creyeron y estimularon este proyecto, con todo mi corazón, el producto de mi esfuerzo.

Mario Efrén

AGRADECIMIENTO

A mis Profesores que me brindaron desinteresadamente sus conocimientos, a mi tutor Lcdo. Héctor Iván Rivas Cún, que me guió estoicamente y a todos aquellos que de una u otra forma contribuyeron con su aporte a la culminación de esta investigación, mi gratitud imperecedera.

Ing. Mario Efrén Ontaneda Rosales

RESUMEN

La ausencia de un organismo deportivo en la Universidad Técnica de Machala, se ha constituido en uno de los factores por los cuales la actividad física y el deporte que se practica, sea muy limitado; al no existir el incentivo necesario y la guía técnica indispensable para un entrenamiento eficiente, el estudiante generalmente opta, en un gran porcentaje a abandonar toda práctica deportiva y con ello al crecimiento alarmante del sedentarismo; mal uso del tiempo libre y adquisición de malos hábitos que repercuten en su preparación profesional. La creación del Departamento de Cultura Física, contribuirá en la superación de estos inconvenientes, con una administración eficaz que dedique sus esfuerzos en diseñar programas deportivos y de recreación que involucre a grupos de todas las edades, el mejoramiento y ampliación de la infraestructura deportiva que permita en el futuro establecer escuelas de iniciación deportiva para niños de todas las edades y recreación para el adulto mayor; la investigación se efectuó en el recinto universitario, durante los meses de abril a septiembre del 2012, mediante encuestas dirigidas a estudiantes e información que se recopiló, de entrevistas a docentes especialistas en materias afines como planificación y cultura física; visitas a centros deportivos de varias instituciones de educación superior del país, de cuyas experiencias se tomó algunas de ellas, que resultan viables e impactantes a la realidad de nuestra universidad y que enriquecen el proyecto.

Estadísticamente se obtuvo la muestra del total de estudiantes matriculados, siendo este un estudio de tipo descriptivo-correlacional, no experimental; finalmente hubo preocupación por crear el departamento, planificador de la práctica deportiva, de tal manera que se ha brindado el apoyo para la investigación, por lo que se propone la creación del Departamento de Cultura Física.

PALABRAS CLAVE: ADMINISTRACIÓN, INFRAESTRUCTURA, DEPORTE, RECREACIÓN, SEDENTARISMO, OCIO.

SUMMARY

The absence of a sports department in the Technical University of Machala, has become one of the factors by which the physical activity and sport which is practiced, is very limited; not exist the necessary incentive and essential for efficient training technical guide, student usually choose, a large percentage out of all sports and the alarming growth of sedentary lifestyle; improper use of leisure time and acquisition of bad habits that affect their professional preparation. The creation of the Department of physical culture, will contribute to overcome these drawbacks, with effective administration that devoted its efforts in designing sports and recreation involving groups of all ages, the improvement and extension of the sports infrastructure to enable in the future establish schools of initiation sports for children of all ages and recreation for the elderly; the research was carried out on the campus, during the months of April to September 2012, using surveys directed to students and information that was gathered, from interviews with educational specialists in planning and physical culture related subjects; visits to sports centres of several higher education institutions of the country, whose experiences took some of them, which are viable and shocking to the reality of our University and that enrich the project. Was statistically obtained the sample of the total number of enrolled students, this being a descriptive-correlational, non-experimental study. Finally there was concern by creating the Department, planner of sports, in such a way that it has provided support for the research, therefore, proposes the creation of the Department of physical culture.

KEY WORDS: MANAGEMENT, INFRASTRUCTURE, SPORTS, RECREATION, SEDENTARY LIFESTYLE AND LEISURE.

INDICE

CAPITULO I

1.	INTRODUCCIÓN.....	1
1.1.	PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	3
1.1.1.	DETERMINACIÓN DEL PROBLEMA	3
1.2.	OBJETIVO GENERAL.....	4
1.3.	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	5
1.4.	HIPÓTESIS	5
1.5.	VARIABLES.....	5
1.5.1.	VARIABLE DEPENDIENTE.....	5
1.5.2.	VARIABLE INDEPENDIENTE.....	6
1.5.3.	VARIABLE INTERVINIENTE	6

CAPITULO II

2.	MARCO TEÓRICO.....	7
2.1.	ADMINISTRACIÓN DEPORTIVA	7
2.1.1.	GESTIÓN CLÁSICA.....	8
2.1.2.	GESTIÓN CONDUCTUAL	8
2.1.3.	GESTIÓN CIENTÍFICA.....	9
2.1.4.	GESTIÓN SISTÉMICA.	9
2.1.5.	GESTIÓN COYUNTURAL	9
2.1.6.	GESTIÓN EN EL CONTEXTO DEPORTIVO.....	9
2.1.7.	PLANEACIÓN	13
2.1.8.	LA ORGANIZACIÓN	13
2.1.9.	LA DIRECCIÓN	14

2.1.10.	EL CONTROL	15
2.1.11.	LA EVALUACION	15
2.2.	INFRAESTRUCTURA DEPORTIVA.....	16
2.3	LA ACTIVIDAD FÍSICA Y SUS BENEFICIOS	18
2.4	EL DEPORTE	24
2.4.1	DEPORTE DE ALTO RENDIMIENTO	28
2.4.2	DEPORTE PROFESIONAL.....	29
2.4.3	DEPORTE FORMATIVO	29
2.4.4	DEPORTE PARA TODOS.....	29
2.5	RECREACIÓN.....	30
2.6	EL SEDENTARISMO	33
2.7	CALIDAD DE VIDA.....	38
2.8	TIEMPO LIBRE	40

CAPITULO III

3	MATERIALES Y MÉTODOS.....	43
3.1	MATERIALES	43
3.1.1	LUGAR DE LA INVESTIGACIÓN.....	43
3.1.2	PERIODO DE LA INVESTIGACIÓN	43
3.1.3	RECURSOS HUMANOS	43
3.1.4	RECURSOS FÍSICOS	44
3.1.5	EL UNIVERSO.....	44
3.1.6	MUESTRA	45
3.2	MÉTODOS.....	47
3.2.1	TIPO DE INVESTIGACIÓN.....	47
3.2.2	DISEÑO DE INVESTIGACIÓN	47
3.2.3	TÉCNICAS DE INVESTIGACIÓN	47

3.2.3.1	La entrevista	48
3.2.3.2	La encuesta.....	48

CAPITULO IV

4	RESULTADOS Y DISCUSIÓN.....	50
---	-----------------------------	----

4.1	ENCUESTAS A ESTUDIANTES DE LA UTMACH.....	51
4.2	ENCUESTA A DOCENTES DE LA UTMACH.....	72
4.3	ENTREVISTA A DIRECTIVOS DE OTRAS UNIVERSIDADES	80
4.3.1	DECANO DE CULTURA FÍSICA DE LA UCE.....	80
4.3.2	COORDINADOR DE CULTURA FÍSICA DE LA UNL	84
4.3.3	DOCENTES DE CULTURA FÍSICA DE LA ESPE	88

	CREACIÓN DEL DEPARTAMENTO DE CULTURA FÍSICA	91
--	---	----

4.4	DESCRIPCIÓN DE LA PROPUESTA.....	92
4.4.1	PROPÓSITO	94
4.4.2	ACTIVIDADES INMEDIATAS	95
4.4.3	ESTRUCTURA ADMINISTRATIVA	96
4.4.4	EL DIRECTOR	96
4.4.5	LOS DOCENTES	97
4.4.6	LOS PROFESIONALES DE CIENCIAS AFINES	97
4.4.7	PERSONAL ADMINISTRATIVO.....	97
4.4.8	PERSONAL DE SERVICIOS.....	98
4.4.9	SISTEMA DE ESTUDIOS	98
4.4.10	LOS CLUBES.....	99
4.4.11	PROGRAMAS DEPORTIVOS PARA TODOS	100
4.4.12	CURSOS VACACIONALES	102

4.4.13	FINANCIAMIENTO	102
CAPITULO V		
5	CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	108
5.1	CONCLUSIONES	108
5.2	RECOMENDACIONES	109
CAPITULO VI		
6	BIBLIOGRAFÍA	110
	ANEXOS	117
	INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN	118
	ENCUESTA A ESTUDIANTES DE LA UTMACH	119
	ENCUESTA A DOCENTES DE LA UTMACH.....	124
	ENTREVISTA A DIRECTIVOS DE OTRAS UNIVERSIDADES	127
	FOTOGRAFÍAS.....	129



Presidencia
de la República
del Ecuador



Plan Nacional
de Ciencia y Tecnología



SENESCYT

SECRETARÍA NACIONAL DE EDUCACIÓN SUPERIOR,
CIENCIA, TECNOLOGÍA E INNOVACIÓN

REPOSITORIO NACIONAL EN CIENCIA Y TECNOLOGIA

FICHA DE REGISTRO DE TESIS

TÍTULO Y SUBTÍTULO: CREACIÓN DEL DEPARTAMENTO DE CULTURA FÍSICA EN LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DE MACHALA		
AUTOR/ES: ING. MARIO EFRÉN ONTANEDA ROSALES	REVISORES: LCDO. HÉCTOR IVÁN RIVAS CÚN Mg.Sc.	
INSTITUCIÓN: UNIVERSIDAD DE GUAYAQUIL	FACULTAD: DE EDUCACIÓN FÍSICA, DEPORTE Y RECREACIÓN	
CARRERA: MAESTRÍA DE CULTURA FÍSICA		
FECHA DE PUBLICACIÓN: 06 DE JUNIO DEL 2013	No. DE PÁGS: 147	
ÁREAS TEMÁTICAS: <i>DEPORTIVO - SOCIAL</i>		
PALABRAS CLAVE: ADMINISTRACIÓN, INFRAESTRUCTURA, DEPORTE, RECREACIÓN, SEDENTARISMO, OCIO		
RESUMEN: <i>La ausencia de un organismo que planifique eventos deportivos, la poca motivación al deportista y dirección técnica que guíe, genera en el estudiante al abandono de la práctica deportiva y al mal uso del tiempo libre; por lo expuesto, se acrecienta el sedentarismo, que se espera reducir con la ejecución de este proyecto, organizando actividades físicas y deportivas para todos; la presente investigación se efectuó de Abril a Septiembre del 2012 para lo cual se realizaron encuestas y entrevistas a estudiantes, docentes y se visitó otros centros educativos del país con este fin, concluyendo y recomendando la creación del departamento de Cultura Física.</i>		
No. DE REGISTRO (en base de datos):	No. DE CLASIFICACIÓN:	
DIRECCIÓN URL (tesis en la web):		
ADJUNTO PDF:	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO
CONTACTO CON AUTOR/ES:	Teléfono: 0986522779 072153138	E-mail: Mario.ontaneda@yahoo.com
CONTACTO EN LA INSTITUCIÓN:	Nombre:	
	Teléfono:	

Quito: Av. Whymper E7-37 y Alpillana, edificio Delfos, teléfonos (593-2) 2505660/1; y en la Av. 9 de octubre 624 y Carrión, edificio Promete, teléfonos 2569898/9. **Fax: (593 2) 2509054**

1. INTRODUCCIÓN

El avance incontenible de la tecnología, sin lugar a dudas ha provisto al ser humano de las herramientas necesarias para vivir con comodidad en los hogares y hacer más sencillas las actividades que a diario se ejecutan ya sea por obligación o necesidad; las actividades más pequeñas, se prefiere hacerlas provistas de aparatos y maquinarias, utilizando al mínimo el esfuerzo físico; es común observar jóvenes estudiantes, dedicando gran parte de su tiempo libre al uso del teléfono, la computadora, viendo la televisión e inclusive en el uso de sustancias nocivas al ser humano; son pocos los deportistas que se destacan y cuando así ocurre, es por iniciativa propia o al apoyo de instituciones particulares o entrenadores que ven la capacidad individual y se dedican a pulir estas destrezas.

El Sedentarismo ha ido ganando espacios en el ser humano justamente por estos nuevos inventos que progresivamente nos crean dependencias que antes cubríamos realizando actividad física; como el hecho de visitar un familiar para saber como está, hoy con solo llamar por teléfono o acudir en automotor, evitamos ese desgaste energético que en algún momento de nuestra vida va a repercutir en nuestra salud.

Esa nueva forma de vida que prácticamente se ha convertido en parte de nuestra cultura, venimos transmitiendo a nuestros hijos desde nuestros hogares, al proveerles de aparatos que utilizan como recreación como es un nintendo y relegando a un segundo plano el desarrollo corporal, realizando caminatas, participando en eventos deportivos o simplemente dando rienda suelta a la recreación sana con las amistades; esto conlleva que acudan a sus centros de estudios con estas costumbres y una vez liberados del control de los padres, emplean el tiempo libre en actitudes que les ocasionan problemas de índole social y un limitado desenvolvimiento académico e intelectual.

En efecto aquí los centros de estudio, tienen la obligación tal cual dice la constitución y la ley del buen vivir de crear espacios de recreación para todos, donde el ser humano acuda

sin distinción de raza, política, de género, etc. a hacer uso de la infraestructura deportiva que se cree con este fin y en eso el actual gobierno está dirigiendo sus esfuerzos en concretar la creación de nuevos escenarios deportivos con la finalidad de que tenga acceso toda la población incluyendo los grupos de personas con discapacidad y la universidad no puede ser la excepción, debe constituirse en un referente de la actividad física en todas sus formas.

La ausencia de cuerpo técnico calificado para dirigir la práctica física es otro de los problemas que enfrentan la mayoría de universidades, generalmente su preparación es espontánea, no siendo lo más aconsejable, por las que puede ocasionar lesiones en el cuerpo, entrenamiento deficiente; por lo que es importante exista un organismo que promueva el desarrollo físico bajo control, proponiendo metodologías calificadas para una correcta preparación.

La investigación se realizó para conocer las causas que están ocasionando todos estos problemas y auscultar de los encuestados directamente que inconvenientes hoy están repercutiendo en sus estudios y en su comportamiento social y en base a ello encontrar mecanismos que contribuyan a reducir el sedentarismo, con la creación de un organismo que se encargue de la promoción de la actividad física, el deporte y la recreación, de manera que se vaya asumiendo poco a poco una cultura diferente en la actitud del alumno.

Debe existir personal técnico como especialistas en áreas de la fisiología, psicología deportiva, etc., de tal manera que se haga un seguimiento del desempeño del deportista, con la finalidad a largo plazo del deporte competitivo. La investigación sirve para establecer propuestas en el desarrollo integral del ser humano, programas de ejercicios y deportes alternativos para que esta actividad sea lúdica que genere predisposición hacia el ejercicio.

Estudios realizados, con anterioridad señalan ya la necesidad de crear un centro deportivo, de estos varios fueron realizados dentro de la universidad como, la de crear el Instituto de

Cultura Física, cuya finalidad sería la enseñanza pedagógica y profesional ⁽¹⁰⁾, siendo la prioridad, preparar profesionalmente a los docentes de cultura física de los colegios, que en ese entonces solamente eran bachilleres. Posteriormente, en la antes llamada Facultad de Sociología y Ciencias Políticas, consideraron crear la “Carrera de Cultura Física”, destinada a formar profesionales y a la práctica deportiva obligatoria ⁽⁹⁾.

Estudios posteriores investigaron la problemática del deporte universitario y determinaron que la comunidad universitaria reclamaba ya la presencia de un organismo institucional que planificara y regulara la actividad física,⁽⁶⁾. Luego se planteó la creación del “ Instituto de Cultura Física, Arte y recreación, ICFAR⁽⁷⁾, sin embargo ninguna de ellas cubrió las expectativas y solamente quedaron en propuestas.

1.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

1.1.1. DETERMINACIÓN DEL PROBLEMA

La ausencia de políticas deportivas en la mayoría de universidades del país, ha provocado que los estudiantes abandonen la actividad física; a pesar que el año 2005 y posteriormente en el año 2010 se aprobó la Ley del Deporte, Cultura Física y Recreación, que en su parte pertinente señala como una obligatoriedad el impartirse esta asignatura en los pensum de estudios de las carreras universitarias; sin embargo no ha sucedido así, de tal manera que la Universidad Técnica de Machala aún no cuenta con un organismo que planifique y sirva de guía a deportistas destacados y para aquellos que lo hacen como una actividad de recreación o en preservación de una buena forma física y mental; al contrario es elemental deducir que hacen mal uso del tiempo libre y en casos extremos, el consumo de alcohol.

El departamento debe constituirse en el precursor del cambio de actitud del estudiante mediante la socialización del ejercicio físico, programas de recreación y eventos deportivos permanentes que favorezcan la integración institucional, sin descuidar el apoyo que debe

brindar a la colectividad Orense en la ejecución de programas deportivos para todas las edades.

La práctica de la cultura física debe ser asumida por quienes dirijan el departamento con la apropiación de herramientas que faciliten y mejoren esta actividad, ofreciendo adecuada ejercitación a personas con diversos problemas de salud, cumpliendo desde el campo deportivo con respecto a las grandes metas de su organización, pero sin descuidar la formación del ser humano como tal.

La administración debe prepararse para liderar a gran escala que anteponga la parte afectiva, emocional de la persona contribuyendo a su desarrollo en la predicación con el ejemplo, con credibilidad y moral, para que inculquen predisposición en sus educandos.

La práctica deportiva es generadora de un bienestar físico y mental que favorece una actitud positiva, sin embargo también se puede convertir en perjudicial si se la realiza indiscriminadamente; la presencia de un guía experimentado que dirija el entrenamiento con las cargas, intensidad y frecuencias aplicadas correctamente ayuda al deportista para que progresivamente vaya avanzando en su preparación física.

Se hace indispensable que los entrenadores también respondan a un cronograma de trabajo y por ello es imprescindible el organismo deportivo que regule, planifique y ejecute la práctica deportiva en la universidad.

1.2. OBJETIVO GENERAL

Crear el Departamento de Cultura Física, como organismo encargado de la planificación, regulación y socialización de la práctica deportiva.

1.3. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

1. Auscultar los requerimientos de escenarios para una práctica eficiente y las disciplinas deportivas que deben impartirse.
2. Fortalecer espacios de diálogo para consensuar sobre el recurso humano que debe integrar el departamento de cultura física.
3. Inventariar estadísticamente el nivel de ejercitación deportiva, sedentarismo y mal uso del tiempo libre, para establecer un tiempo adecuado de práctica.
4. Conformar clubes y escuelas deportivas con la finalidad de perfeccionar al practicante en la representación institucional.

1.4. HIPÓTESIS

Con la creación del Departamento de Cultura Física, se logrará motivar a una práctica permanente y adecuada del ejercicio y se reducirá el nivel de sedentarismo, mejorando la calidad de vida de los estudiantes en la UTMach, con lo que se logrará una mejor formación profesional, con aplicación de valores y una mejor predisposición afectiva y psicológica.

1.5. VARIABLES

1.5.1. VARIABLE DEPENDIENTE

Alto nivel de sedentarismo, mal uso del tiempo libre y entrenamiento inadecuado que provoca la presencia de enfermedades

1.5.2. VARIABLE INDEPENDIENTE

Inexistencia del departamento de cultura física y ausencia de guía técnica para el ejercicio

1.5.3. VARIABLE INTERVINIENTE

Regulación de la actividad física a través de profesionales en diversas áreas del deporte.

2. MARCO TEÓRICO

2.1. ADMINISTRACIÓN DEPORTIVA

La administración es una ciencia aplicable con las mismas definiciones en cualquier campo de acción y en el campo deportivo no es la excepción y sus etapas deben cumplirse meticulosamente para que la organización funcione y cumpla los objetivos propuestos:

Un gran porcentaje de directivos se dedican a la dirigencia , pero son muy pocos los que lo hacen porque les gusta el deporte o es su pasión o están motivados por situaciones de orden deportivo, sino que por el contrario son factores de carácter político, de escalar posiciones sociales o económicas en el sector público. Dentro del deporte, los bienes lo constituyen los deportistas, mientras los servicios son las experiencias que se viven y se recuerda, el producto final son los títulos conseguidos que en ningún momento reflejan el cumplimiento de las metas establecidas, ya que los éxitos que se buscan dependen de muchos factores como, una dirección técnica de un cuerpo profesional capaz y de prestigio, el entorno en que se desenvuelve el deportista, esto es el ambiente del grupo, las motivaciones, el factor climático; el impacto social y económico del deportista es enorme e importante ⁽¹²⁾.

El organismo que regule el deporte y quienes estén dirigiéndolo debe apropiarse de todas las herramientas necesarias que le faciliten el concretar sus objetivos, ahí es donde intervienen otras ciencias que tienen interrelación con la administración y que están ligadas al deporte, tales como:

La psicología, ya que al tratarse como producto a la persona, entonces debe motivarse positivamente la parte afectiva para prepararlo con una mentalidad de competición cuya meta final es el triunfo, pero también debe estar preparado para los resultados adversos; de igual forma otra ciencia muy útil e importante es la pedagogía, porque el entrenador debe

saber llegar con sus conocimientos a sus dirigidos y provocar una correcta utilización de las técnicas y enseñanzas, por parte del sujeto entrenado.

Al igual que en una empresa, hablando de quién la dirige, el líder deportivo debe tener autoridad moral, credibilidad, transparencia y un carácter determinante para que se constituya en ejemplo de sus seguidores, generando confianza en los grupos de trabajo y debe tener presente que las conquistas que se dan son el resultado de procesos que tienen sus bases en la construcción homogénea de los grupos ⁽¹⁷⁾.

Las tareas gerenciales están orientadas hacia la planificación, organización, coordinación y el control. Un buen gerente de deportes necesita estas competencias, así como habilidades para tomar decisiones y debe demostrar rendimiento. Los conceptos tradicionales de gestión han sido clasificados según su enfoque, a saber:

2.1.1. GESTIÓN CLÁSICA.

Basada fundamentalmente en la creencia según la cual cada gerente debe tener un perfecto dominio de las destrezas y habilidades necesarias para planear, organizar, coordinar y controlar en el marco de las relaciones laborales, no sólo a los empleados y colaboradores, sino también a las unidades locales y regionales de toda la organización, los miembros afiliados, los clubes, las ligas y otras organizaciones afiliadas ⁽¹⁾.

2.1.2. GESTIÓN CONDUCTUAL

Está basada en la motivación del personal; la productividad individual mejora cuando la persona está motivada por sus propios deseos, necesidades y tendencias. Un trato humano que combine dignidad y consideración individual contribuye a que la gente se identifique con la organización.

2.1.3. GESTIÓN CIENTÍFICA.

La gestión científica recurre a las estadísticas, las matemáticas y la alta tecnología para lograr una gestión más eficaz. La introducción de los ordenadores y los robots ha dado un impulso significativo a operaciones como la fabricación de bienes.

2.1.4. GESTIÓN SISTÉMICA.

Este concepto está basado en la coordinación de la planificación, organización y control, del comportamiento y las actividades de los empleados, de manera que todo junto funcione como un sistema integrado. Toda organización es un sistema que consiste en partes debidamente integradas. En consecuencia, deben funcionar como un todo para que individualmente y la organización en conjunto obtenga los objetivos asignados ⁽¹⁾.

2.1.5. GESTIÓN COYUNTURAL

Este concepto supone que no existe una manera ideal para conducir una organización determinada. La gestión depende de las condiciones que caracterizan cada situación particular. Los gerentes encontrarán soluciones adecuadas en función de la situación específica.

2.1.6. GESTIÓN EN EL CONTEXTO DEPORTIVO.

El contexto de las organizaciones deportivas nacionales está constituido por factores internos y externos. El éxito de las operaciones depende del conocimiento que los gerentes tengan de factores internos como los niveles de trabajo, las habilidades y capacidades de los empleados, las responsabilidades y la motivación en cuanto a los objetivos de la organización. De igual importancia son los factores externos, como son la economía mundial, la economía local, la tecnología, la política, la penetración del mismo mercado por

parte de otros competidores, las necesidades y tendencias de la juventud y el contexto social y cultural de esta ⁽¹⁾.

Quién dirija una organización deportiva, debe ser un buen gerente que haga un seguimiento permanente y adecuado de todas las actividades, de tal manera que se conviertan en núcleos de participación deportiva y los docentes instructores conjuntamente con los demás involucrados miembros de la organización deben compartir la visión impulsora del departamento con un comprometimiento total de entregarse a la consecución de los objetivos.

La institución debe constituirse en proveedora de servicios deportivos, culturales y sociales, al cual se agregan los concepto de educación y promoción de la salud tomando como instrumento el deporte; la iniciación deportiva debe tener especial atención y constituirse en base fundamental para desarrollar un esquema sólido y óptimo de cada una de las ramas del deporte, donde al deportista se le permitirá, en primer lugar, seleccionar el rumbo que desea y como consecuencia obtendrá mejor calidad de vida, buen desarrollo psicofísico, amplitud en el campo de socialización e incorporará un aspecto de responsabilidad que le permitirá administrar su tiempo de ocio.

Cada institución imprescindiblemente debe contar en su proyecto educativo institucional con un plan que dé cuenta de la necesidad de prever, como parte del currículo, actividades que promuevan el ocio como un valor que adecuadamente desarrollado, posibilite la construcción de una personalidad fuerte y equilibrada.

En los centros de educación a todo nivel debe promoverse la práctica de ejercicios físicos que despierten el interés del alumno, lo motiven dentro de un ambiente de diversión, le enseñen a convivir con el grupo y le lleven a un fortalecimiento moral que le haga capaz de resolver sus problemas, a seguir las normas de conducta ante el juego y a obtener éxitos

personales, cuyos beneficios le impulsen a la formación integral y al rendimiento académico positivo.

La buena organización constituye el denominador común de las personas con éxito, en consecuencia requiere la aplicación del método y ciencia, pero fundamentalmente se debe confiar más en el aprendizaje. La idea de organizar, parte del hecho de que una persona sola no puede satisfacer todas sus necesidades y deseos, de allí su pertenencia a grupos y la necesidad de esfuerzos coordinados.

El logro de objetivos comunes, es posible a través de la coordinación de actividades. Un concepto de organización supone, coordinar de forma planificada, las actividades de un grupo de personas para procurar el logro de un objetivo común, a través de la división del trabajo y funciones, y de jerarquía de autoridades y responsabilidades.

La implementación de los Centros deportivos dedicados a la actividad física revisten gran importancia porque permite el mejoramiento de la calidad de la educación; si a esto le añadimos docentes calificados para impartir sus clases, tenemos una gran estrategia para brindar un servicio de calidad, cuya preparación empiece por el desarrollo integral de los niños y jóvenes a través de una enseñanza de la cultura física en forma adecuada.

Los docentes tendrán la oportunidad de expresar sus experiencias deportivas, desde el conocimiento propio, en metodologías, actividades, juegos y evaluación. Favorecen la integración institucional, dándole a la comunidad estudiantil la oportunidad de proyectarse en todos los eventos y actividades recreativas, culturales y deportivos.

El proyecto del departamento de cultura física debe funcionar como una destreza en el campo pedagógico y administrativo donde participen todas las organizaciones gremiales de la Universidad Técnica de Machala y para ello se debe aplicar conocimientos técnicos, científicos, tecnológicos y lúdicos, contribuyendo así al desarrollo humano. Debe constituirse en el pionero de la formación de un individuo reflexivo, crítico, creativo, participativo, que tienda al desarrollo del pensamiento lógico.

Internamente debemos identificar las fortalezas que tiene la universidad en el campo deportivo, ya que son aspectos positivos que contribuyen a una adecuada administración, estas deben incentivarse e incrementarse, no así con las debilidades que son aspectos que se constituyen en trabas u obstáculos para un normal funcionamiento y deben desecharse o por lo menos corregirse, entre ellos están las condiciones de trabajo y el aspecto administrativo de la organización deportiva.

De la misma manera en el análisis externo se debe identificar las tendencias que pueden incidir en la organización, como son las condiciones económicas, políticas, culturales y sociales que afrontan las personas involucrados en la práctica deportiva; las oportunidades que se nos presentan para efectuar el proyecto así como la presencia de obstáculos que se constituyen en amenazas.

Hay que saber utilizarlas para un óptimo funcionamiento y poder llegar a una administración de calidad del departamento, convirtiendo las debilidades y amenazas en aspectos positivos para la buena marcha de la organización.

Los objetivos en educación física podemos agruparlos en: Objetivos encaminados a la adquisición de conductas motrices nuevas, a la modificación de conductas anteriores, a la mejora de la condición física, a la vivencia de métodos correctos de práctica física, a la recreación y disfrute personal, a la asimilación de conceptos relacionados con la educación física.

Tal como lo hemos indicado ya, muchos autores han definido las etapas del proceso administrativo desde diferentes puntos de vista, las cuales definiremos a continuación ⁽⁵⁾.

2.1.7. PLANEACIÓN

Es imprescindible determinar anticipadamente los resultados que se pretende alcanzar, así como los pasos necesarios para lograrlo; carecer de estos fundamentos implica graves riesgos, desperdicio de esfuerzos, recursos y tiempo. Planear significa tomar por anticipado las decisiones adecuadas para la buena marcha del grupo social ⁽¹⁹⁾.

Otros autores señalan que planificar es el proceso que comienza con la visión de quién preside la organización; la misión de la organización; fijar objetivos, las estrategias y políticas organizacionales, usando como herramientas el mapa estratégico; todo esto teniendo en cuenta las fortalezas y debilidades de la organización y las oportunidades y amenazas del contexto (análisis FODA) ⁽²²⁾.

2.1.8. LA ORGANIZACIÓN

Es un conjunto de cargos cuyas reglas y normas de comportamiento, deben sujetarse a todos sus miembros y así, valerse de este medio que permite a una empresa alcanzar sus objetivos.

La organización nació de la necesidad humana de ayuda mutua. Los hombres se han visto obligados a cooperar para obtener sus fines personales, por razón de sus limitaciones físicas, biológicas, sociológicas y sociales.

Se dice que con buen personal cualquier organización funciona; es obvio que aún personas capaces que deseen cooperar entre sí, trabajarán mucho más efectivamente si todos conocen el papel que deben cumplir y la forma en que sus funciones se relacionan unas con otras. Así, una estructura de organización debe estar diseñada de manera que se eliminen las dificultades que se ocasionan en la asignación de responsabilidades y se logra un sistema de comunicación y de toma de decisiones que refleja y promueve los objetivos de la empresa.

Así trabajarán más efectivamente si conocen el papel que deben cumplir y la forma en que sus funciones se relacionan unas con otras ⁽²⁴⁾.

Organizar no es más que identificar y clasificar las actividades requeridas de manera que se agrupen para dar respuesta a los objetivos, así como coordinar en forma horizontal y vertical la estructura de la organización asignando a cada grupo un directivo con autoridad necesaria para supervisarlos.; si se delega responsabilidades, se puede eliminar los obstáculos al desempeño que resultan de la confusión e incertidumbre respecto de la asignación de actividades ⁽²³⁾.

2.1.9. LA DIRECCIÓN

Esta etapa del proceso administrativo comprende la influencia del administrador como guía o conductor en los esfuerzos de los subordinados, en la realización de los planes de acuerdo con la estructura organizacional, utilizando conocimientos y experiencias como la comunicación, liderazgo, creatividad, supervisión y motivación necesaria para incentivar y obtener respuestas positivas de sus empleados. La dirección es trascendental porque con ella se logran las formas de conducta más deseables en todos los miembros, ⁽²⁵⁾.

Frente a la administración de una agrupación o institución, quien lleva esta gestión es el responsable y debe proveer todas las herramientas para realizar las operaciones fundamentales de la empresa frente al control, en las inversiones, en la efectividad en el manejo de recursos, en la consecución de nuevas fuentes de financiación, en mantener la efectividad y eficiencia operacional y administrativa, en la confiabilidad de la información financiera, en el cumplimiento de las leyes y regulaciones aplicables, pero sobretodo en la toma de decisiones ⁽²⁶⁾.

2.1.10.EL CONTROL

Es la verificación de los resultados comparado con estándares; es la fase del proceso administrativo que mantiene la actividad organizacional dentro de límites tolerables, al compararla con las expectativas que pueden ser implícitas o explícitas en función de objetos, planes, procedimientos, reglas y reglamentos, que se aplican bajo circunstancias cambiantes, por lo que pueden variar de manera esencial ⁽²⁷⁾.

Es un esfuerzo sistemático para establecer normas de desempeño con objetivos de planificación para diseñar sistemas de re-información, para comparar los resultados reales con las normas previamente establecidas, para determinar si existen desviaciones y para medir su importancia, así como para tomar aquellas medidas que se necesiten para garantizar que todos los recursos de la empresa se usen de la manera más eficaz y eficiente posible para alcanzar los objetivos de la empresa ⁽²⁸⁾.

Todas las etapas de la administración son ineludibles y están estrechamente entrelazadas entre sí de tal manera que no es admisible error en alguna de ellas, porque significa el fracaso de la agrupación. Permanentemente se debe verificar que se está haciendo y como se hace, para aprobar o desestimar con la finalidad de asumir correctivos, esto ocurre en todas las etapas del proceso. Es una forma de prevenir errores para garantizar que las cosas se den correctamente; se puede aplicar como prevención de lo que puede acontecer, como concurrente en el momento del error y como retroalimentación.

2.1.11.LA EVALUACION

La administración siendo igual en todos los campos de acción, sin embargo en el campo deportivo tiene características muy particulares en el proceso de producción, en el producto y en los impactos. El administrador debe decidir que se espera lograr con la evaluación, e igualmente que se espera obtener en el campo deportivo.

2.2. INFRAESTRUCTURA DEPORTIVA

Los Escenarios deportivos nacen desde la antigua Grecia; culturas como la de los Romanos hicieron de la actividad física una costumbre de tal forma que continuamente se preparaban para las vicisitudes diarias y como una forma de vida, tal es así que pensaron en construir espacios y construcciones adecuadas para sus prácticas deportivas que en su inicio era una manera de sobrevivir al cuidarse de los animales salvajes y de prepararse para las continuas guerras que libraban; tomaron esta actividad como algo sumamente arraigado a sus costumbres y formas de vida, iniciándose de esta manera lo que se denominaría la arquitectura deportiva ⁽²¹⁾.

En nuestro país, a la construcción de escenarios deportivos, no se le ha dado la importancia necesaria por parte de los gobiernos y se observa en el territorio ecuatoriano la escasa inversión en infraestructura deportiva, lastimosamente quienes han ocupado altos sitios a nivel directriz en el deporte, poco o nada han hecho de tal manera que el abandono de los deportistas ha sido elocuente salvo el caso de algunas de las provincias consideradas grandes, que de una u otra forma a través de quienes han sido sus representantes han logrado la atención de los organismos competentes; la poca infraestructura existente se ha ido deteriorando con el paso del tiempo y no se ha renovado, salvo en contadas ocasiones.

Existen muchos lugares donde jamás llegó la ayuda gubernamental o seccional de tal manera que la promoción del deporte ha sido escasa, de allí que nuestra juventud se ha desenvuelto en lugares inadecuados y muchas de las veces sin dirección técnica calificada.

El actual Gobierno ante esta realidad le ha dado prioridad al deporte y se han empezado a construir muchos escenarios deportivos en el País, siendo aún insuficientes los esfuerzos en este sentido; a través de la Asamblea Nacional se dio paso a la ley del deporte, cuya última reforma se realizó en el año 2010, en la que se enfatiza en la masificación deportiva y a regularlo dando su apoyo a la construcción de escenarios deportivos de calidad y

promoviendo el deporte para todos, incluyendo a sectores de personas que tienen capacidades especiales ⁽²⁾.

Los esfuerzos del actual Gobierno, contemplados en la ley del buen vivir como una razón fundamental la construcción de escenarios donde se encuentren los ciudadanos para construir mentalmente espacios de participación equitativa, donde no existe el racismo, sexismo o cualquier tipo de discriminación, posibilitando lugares de encuentros comunes, aún están en proceso ⁽⁸⁾.

Resulta absolutamente imposible fomentar el deporte entre los jóvenes ecuatorianos si no hay canchas ni implementos para que lo practiquen. Las necesidades de infraestructura abarcan un sinnúmero de aspectos: la creación de espacios públicos (parques y complejos deportivos), de canchas y entrenadores especializados para las escuelas, de escenarios para competiciones de alto nivel; crear los incentivos para que los jóvenes se dediquen permanentemente al acondicionamiento físico ⁽²⁹⁾.

La creación de los espacios públicos donde se promueva la expresión artística, creativa, física y recreativa para todos los grupos de edades en el uso racional del tiempo libre, indudablemente mejorará las condiciones de salud y motivará el espíritu de los habitantes. Considera igualmente, una prioridad en el buen vivir disponer de la infraestructura de fácil y adecuada utilización, donde se pueda encontrar la gente y dar rienda suelta al reforzamiento espiritual, físico e intelectual de la población.

Conforme cambian las reglas de las disciplinas deportivas y evolucionan los deportes, se hace indispensable cambiar la infraestructura deportiva, de manera que la utilidad que prestan sea de calidad para una correcta preparación del deportista ⁽⁸⁾.

Entonces vemos como en los últimos tiempos en todos los países se destinan presupuestos considerables para ser invertidos en la construcción de infraestructuras para que las

personas puedan realizar diferentes tipos de actividad física y deporte; particularmente en nuestro país se da una especial atención a los niños y al adulto mayor, situación que no ocurría en años anteriores.

2.3 LA ACTIVIDAD FÍSICA Y SUS BENEFICIOS

La actividad física es innata en el ser humano y lo acompaña desde sus inicios; sin embargo lo que hoy conocemos como deporte, nace cuando el hombre logra organizarse y constituir culturas; de esta manera civilizaciones antiguas como China, Grecia, Roma, etc. ya desarrollaban aunque en poca medida la actividad física, evidencias encontradas como esculturas, retratos, dan cuenta del inicio al movimiento de la educación física y deportes.

En Roma los nuevos reclutas eran sometidos a un entrenamiento implacable, luego del cual los supervivientes pasaban a ser soldados, mientras que los demás eran rechazados; primero se les enseñaba a desfilarse marcando el paso, para seguidamente llevarlos a marcha, forzándolos al máximo. Después tendrían que recorrer la misma distancia cargados con todo su equipo, que incluía armas y armaduras, utensilios de cocina, estacas para la empalizada, instrumentos para cavar y provisiones para varios días, pues al final de cada marcha tenían que levantar un campamento con terraplenes y fosos de defensa. El entrenamiento continuaba hasta que eran capaces de recorrer 36 km en cinco horas, con el equipo que debía pesar por lo menos 30 kg y las armas y armaduras más de 20 kg⁽⁴²⁾.

Los legionarios realizaban marchas tres veces al mes durante 25 años. Este entrenamiento y capacidad de desplazamiento fue una de las causas por la que el ejército romano fuera tan superior a otros ejércitos. Esto era solo parte de la instrucción, puesto que el programa de entrenamiento también incluía carreras, salto, equitación y natación; cuando se consideraba que se encontraba en buena forma física comenzaba la instrucción en el manejo de las armas⁽⁴²⁾.

En la India se daba mayor apertura a lo espiritual y prácticas religiosas y la Educación Física no era parte de la educación de sus habitantes. Se participaba en juegos y actividades físicas, pero la naturaleza general del sistema, junto con el énfasis en la virtud, piedad y religiones místicas, crearon una posición cultural muy particular.

Las actividades físicas se relacionaban con la religión, tal como el baile que además se lo hacía en bodas y en festivales. El baile, música y otras actividades formaban parte de la educación integral, particularmente para la clase alta.

La primera fiesta de gran relevancia se celebró en el templo de Olimpia y se remonta varios siglos atrás, en Grecia y sus principales ciudades como Corinto, Delfos, Argólida, sin embargo la más importante era la que se celebraba en honor al Dios Zeus y que eran juegos realizados cada cuatro años eran los de mayor prestigio. Estas competencias duraban cinco días en el mes de agosto, estos juegos abarcaban una simple carrera, pronto incluyó el pentatlón, la lucha, el boxeo, entre otros. Los eventos eran concursos de música, de bailes, de literatura, atletismo ⁽³⁾ etc.

Así, los Juegos Olímpicos nacieron en el 776 A.C. y durante cerca de tres mil años fueron el marco de competencias en las que participaban atletas de todas partes de Grecia y en las cuales siempre reinaba la paz, pues aunque existiera guerra en el momento que se efectuaban los juegos, se imponía una tregua entre los contendientes para no interferir en la realización de la olimpiada.

En sus primeros años, esta justa fue realizada mediante una sola competencia: una carrera de aproximadamente 190 m., en las inmediaciones de la ciudad; pero con el paso del tiempo, los antiguos griegos decidieron añadir más disciplinas, como las carreras de distancia, la lucha y el pentatlón (en éste se combinaban el salto de longitud, el lanzamiento de jabalina y disco, así como carreras de velocidad y lucha).

Personas de todos los rincones del territorio griego asistían a ver las competencias, y se instalaban en tiendas de campaña en los alrededores de Olimpia y la ciudad vecina Élide. En aquellos antiguos juegos participaban solamente hombres libres que hablaran griego, y las mujeres, tenían estrictamente prohibido intervenir, a tal grado que aquellas que atrevieran a contravenir esta disposición podían ser castigadas incluso con la muerte si se les descubría en los juegos; Sin embargo había competencias de carrera para mujeres, las más famosas eran las que se llevaban a cabo en el estadio Olímpico en honor de la Diosa Hera ⁽⁴³⁾.

Ya en la modernidad se suscitan diversidad de campeonatos en varias disciplinas deportivas, siendo la de mayor connotación el mundial de fútbol, actividad que se realiza cada cuatro años y que capta la atención de millones de personas.

La actividad física se entiende a todos los movimientos naturales y/o planificados que realiza el ser humano obteniendo como resultado un desgaste de energía, con fines profilácticos, estéticos, desempeño deportivo o rehabilitadores. La "actividad física" es todo tipo de movimiento corporal ya sea natural o planificado que realiza el humano durante un determinado periodo de tiempo, ya sea en su trabajo o actividad laboral y en sus momentos de ocio, que aumenta el consumo de energía considerablemente.

Y las variables que determinan el desgaste de energía son, tiempo de la actividad física que se realiza, el peso de la persona que lo ejecuta y el ritmo. Ahora, el realizar una actividad física diaria es beneficioso para la salud, de tal manera que las mejores actividades físicas son las actividades cotidianas de la vida diaria, como andar, montar en bicicleta, subir escaleras, hacer las labores del hogar, hacer la compra, si éstas se realizan frecuentemente; pero lo más recomendable es practicar un ejercicio físico programado y de intensidad física moderada.

No sólo aumenta el consumo de calorías sino también el metabolismo basal, que puede permanecer elevado después de 30 minutos de una actividad física moderada y un 10 % después de 48 horas de la actividad física; En cuanto al apetito, la actividad física moderada no lo aumenta, incluso lo reduce; cosa igual sucede con la grasa corporal que se reduce al combinarlas con una dieta equilibrada de alimentos. Si hablamos de beneficios, estos son muchos como, aumento de la elasticidad y movilidad articular. Mayor coordinación; a nivel cardíaco se aprecia un aumento de la resistencia orgánica, mejoría de la circulación, regulación del pulso y disminución de la presión arterial, los pulmones aumentan su capacidad y se eleva la oxigenación ⁽³¹⁾.

Se previene la osteoporosis. Mejoría de la posición corporal por el fortalecimiento de los músculos lumbares; prevención de enfermedades como la diabetes, la hipertensión arterial, a nivel cardiovascular: disminuye la frecuencia cardíaca y la presión arterial, mejora la eficiencia del funcionamiento del corazón y disminuye el riesgo de arritmias cardíacas ⁽³¹⁾.

La alimentación y sus consecuencias con respecto al riesgo de padecer diversas enfermedades han constituido el objeto de numerosos estudios dedicados a la nutrición y la salud. Sin embargo, no se ha prestado tanta atención a la frecuencia con la que practicamos ejercicio físico. En la actualidad, esto está cambiando gracias a que cada vez contamos con más pruebas de que la actividad física potencia el bienestar del cuerpo y la mente y reduce el riesgo de contraer enfermedades crónicas ⁽³⁰⁾.

Para definir a la actividad física como tal, que no solamente esté ligada al campo competitivo, se considera como un constituyente de nuestras vidas, como una necesidad imperiosa para hombres y mujeres de todas las edades, ya que el poder preventivo de muchas enfermedades es una realidad, aparte de que mejoramos las condiciones físicas; las relaciones sociales y la calidad de vida de las personas sufren un cambio positivo muy importante, que contribuye al bienestar físico, psicológico y social del ser humano ⁽³²⁾.

Observamos que vivir más años también presenta problemas; conocemos la mayoría de factores que contribuyen hasta la prolongación de la vida; el mejoramiento del sistema de salud, de nutrición, de actividad física y mental, etc. Investigaciones han confirmado que el 60 por ciento de las limitaciones de la capacidad física pueden ser evitadas, por una actividad física moderada y enfermedades típicas en la edad avanzada pueden ser limitadas con entrenamiento físico moderado ⁽²⁰⁾.

Si hacemos encuestas sobre los beneficios que encuentran al realizar actividad física o deportiva, la mayoría responderá que sirve para la estética personal y aunque tienen razón, los beneficios son muchos más y depende de la edad y de las circunstancias de cada persona ⁽¹⁴⁾.

Diversos estudios han demostrado que la práctica del deporte es beneficioso para la salud, la realización de actividad física de forma continuada prolonga la longevidad, es así que pueblos más activos suelen vivir más que poblaciones menos activas; a nivel psicológico nos ayuda a afrontar la vida con optimismo y energía, aumentando nuestra autoestima y nos hace sentir bien produciendo efectos tranquilizantes ⁽³²⁾.

Incluso a nivel mental mejora algunos trastornos como la depresión, ansiedad. Los beneficios para un niño/a que practique un deporte son entre otros:

1. Respetar reglas dentro de la sociedad
2. Superar la timidez e impulsos excesivos
3. Integrarse y no ser individualista
4. Ser responsable y cumplir sus obligaciones.
5. Físicamente con el aumento de movimientos coordinados.
6. Aumenta su crecimiento.
7. Pueden corregirse ciertos defectos físicos.
8. Estimula la higiene y la salud ⁽³³⁾.

La Organización Mundial de la Salud (OMS), define a la salud como “el estado de completo bienestar físico, mental y social y no solo la ausencia de enfermedades” y una de las motivaciones para la actividad física es lograr ese estado de bienestar que se acerque a dicho concepto, como un componente básico de la calidad de vida. Hasta nuestra adolescencia conservamos una suficiente actividad física a través de juegos, pero conforme avanzan los años perdemos esta actividad hasta convertirnos en sedentarios ⁽³⁴⁾.

Entre los posibles problemas derivados de la práctica de actividad física, el más frecuente es el riesgo de lesiones musculoesqueléticas; este es fácil de evitar si no se cometen excesos y el nivel de actividad aumenta gradualmente y mucho mejor si es guiado por el técnico para aplicar las cargas, intensidad y frecuencias necesarias.

El ejercicio físico es la actividad recreativa realizada en momentos de ocio o de tiempo libre, es decir fuera de la actividad laboral. Es una afición que obtiene una vivencia placentera, comunicativa, creativa y social de nuestras prácticas corporales, que implica planificación y diseño específico para estar en buena forma física y gozar de buena salud ⁽³⁵⁾.

La práctica metódica de ejercicios físicos está estrechamente relacionada con el desarrollo y preservación de la salud física y mental: El ejercicio físico debe ser planificado, ajustarse a un horario, establecer rutinas y ser adecuado a la edad, salud del practicante y tomar las debidas precauciones para no causarse daño.

Muchos autores e investigadores coinciden en que la actividad física le produce beneficios luego de un mínimo diario de 30 minutos de práctica deportiva moderada como, por ejemplo, caminar, correr, montar en bicicleta, bailar o simplemente jugar, pero a mayor nivel de actividad física controlada se logrará un incremento de los beneficios obtenidos, lo cual hace crecer el sentimiento de satisfacción psicomotriz.

De igual manera, el ejercicio físico disminuye el estrés mental, la razón radica en que se produce una liberación de endorfinas, sustancia propia del organismo con estructura química similar a la morfina, lo cual favorece a que la persona se sienta bien después de haber realizado ejercicio físico ⁽³⁶⁾.

2.4 EL DEPORTE

Parece haber tenido su origen en el ejercicio de destrezas físicas cuyo objetivo único era la auto-conservación o supervivencia, así mismo muestran como el hombre con estas habilidades fue dominando la naturaleza; de aquí se cree se derivaron deportes como la jabalina, el tiro al arco, nadar, la lucha cuerpo a cuerpo, entre otros más.

En las cuevas de Europa que contienen pinturas hechas por el hombre del paleolítico se pueden observar, la flecha y el arco.

Hay evidencias que en China se practicaban regularmente los deportes para el 4000 A.C. con un fuerte componente gimnástico. En el antiguo Egipto se practicaba el nado, la pesca, el salto alto y la lucha, todo con elaboradas técnicas y reglas. En la antigua Persia se originó el Polo y fue en Grecia donde se celebraban las primeras Olimpíadas; para los griegos el deporte era parte integral e inseparable de su cultura ⁽⁴⁹⁾.

Los indios americanos, dejaron huellas de los juegos a la pelota, realizada por mayas y aztecas, también la práctica de surf en las islas hawaianas; ya en la época medieval el deporte fue experimentando mayor desarrollo, con más reglas y considerándose más un hobby que una necesidad, cabe destacar los deportes a caballo especialmente practicados en la zona del Reino Unido; Inglaterra, Escocia e Irlanda. Ya entrada la modernidad, la revolución industrial trajo consigo una gran movilidad de personas y así se fue difundiendo el deporte promovido principalmente por Inglaterra, esto queda evidenciado con el gran número de competencias que se llevaron a cabo entre distintas universidades de Europa. En

el siglo XX, los deportes americanos fueron los más populares; principalmente el béisbol y fútbol americano ⁽⁴⁹⁾.

Hoy en día los deportes más practicados en el mundo son el voleibol (más de 990 millones de practicantes), baloncesto (más de 400 millones), ping pong (más de 300 millones), fútbol (más de 240 millones), bádminton (más de 200 millones) y el tenis (más de 60 millones). Otros deportes populares en el mundo son el baseball, el handball, el hockey, el judo, el rugby, el ciclismo y el cricket ⁽⁴⁹⁾.

Con el transcurrir del tiempo, ya no se trataba únicamente de competir frente a un rival, sino de ganarle al propio tiempo o a las dificultades y obstáculos naturales que se presentaban y en ello la ciencia contribuyó, proporcionando la posibilidad de medir con exactitud el tiempo y el espacio; luego fueron apareciendo el fútbol, el waterpolo, el tenis de mesa y otros muchos deportes populares hoy en día ⁽⁴⁸⁾.

Entonces los deportes son actividades físicas, conjuntos de movimientos o pensamientos en la que se sigue un conjunto de reglas y entrenamiento con una frecuencia; con un afán competitivo teniendo el objetivo de ganar a uno mismo, a una máquina o a una persona o grupo de personas ⁽⁴⁸⁾.

Pero porque es importante practicar el deporte, sencillamente porque ha demostrado su eficacia para motivar; capacita y retiene a los jóvenes en programas de desarrollo, generando un gran interés entre los jóvenes que participan, las organizaciones sin fines de lucro y el sector privado. Los programas de desarrollo que utilizan el deporte pueden facilitar la transferencia de habilidades adquiridas en el campo de juego en habilidades para la vida y habilidades para el empleo.

El deporte para el Desarrollo busca en su práctica:

- Trabajo en equipo

- El respeto
- Autodesarrollo
- Comunicación
- Disciplina
- Resolver conflictos
- Prevenir la violencia
- Promover la inclusión social⁽⁵⁰⁾

El deporte entonces es toda aquella actividad física que involucra el respeto de reglas o normas a desempeñar dentro de un espacio o área determinada (campo de juego, cancha, tablero, mesa, entre otros) a menudo asociada a la competitividad deportiva. Por lo general debe estar institucionalizado (federaciones, clubes), el deporte se refiere normalmente a actividades en las cuales la capacidad física pulmonar del competidor son la forma primordial para determinar el resultado (ganar o perder); sin embargo, también se usa para incluir actividades donde otras capacidades externas o no directamente ligadas al físico del deportista son factores decisivos, como la agudeza mental o el equipamiento, tal es el caso de, los deportes mentales o los deportes de motor.

Aunque frecuentemente se confunden los términos deporte y actividad física, en realidad no significan exactamente lo mismo. La diferencia radica en el carácter competitivo del primero, en contra de únicamente práctica del segundo ⁽⁴⁵⁾.

La capacidad y la respuesta física del deportista son muy importantes para el resultado final de la competencia, aunque otros factores también resultan vitales, como el equipamiento del competidor o su inteligencia.

Con el aumento de la popularidad de los deportes y del número de aficionados que se acercaban a ver la práctica deportiva de los atletas, agregado a ello, el auge de medios de comunicación como la televisión o la radio y el mayor tiempo que la gente le puede dedicar

al ocio en comparación con otras épocas, los deportes pasaron a profesionalizarse; de esta forma, los deportistas comenzaron a recibir dinero por dedicarse a entrenar y competir⁽⁴⁶⁾.

La popularidad de los deportes varía según el país. Mientras que en América Latina y en Europa el fútbol despierta pasión, en Estados Unidos prefieren el béisbol y el fútbol americano⁽⁴⁶⁾.

En diferentes estratos, en múltiples conversaciones y documentos que a diario se escriben de deporte, se habla de deporte y pareciera que existe un consenso general de lo que se quiere decir cuando se pronuncia o se escribe esa sola palabra. Al fin y al cabo todo ser humano puede opinar y siendo este parte del movimiento humano todos sentimos que nos pertenece y podemos hablar al respecto con toda propiedad. Pero, sí, existe una relativa complicación, cuando nos aproximamos definir lo que es deporte chocamos primero con su propia indefinición.

Realmente existe un entramado de intereses y relaciones así como de manifestaciones individuales y de trascendencia en el plano social, que hacen de este acontecer algo complejo; es abrumante en los medios de comunicación, periódicos, semanarios, radioemisoras, canales de televisión, y cualquier medio especializado o no, tienen su propio espacio de deporte. En ellos se dedican grandes extensiones de páginas, minutos tratando de capturar la mayor audiencia del caso. Aquí los temas son abordados por gente especializada o no. Lo que interesa a los empresarios es la avidez que tienen los radios oyentes, y los lectores de saber sobre deporte⁽⁴⁷⁾.

Otros campos del saber, hacen sus aportes y participan como la medicina del deporte, psicología deportiva, biomecánica etc. Tampoco debe dejarse de apuntar el hecho que dentro de su complejidad la tecnología también influencia el deporte, materiales e instalaciones altamente especializados, como también equipos e instrumentos de computación lo hacen más eficiente. Nuevas profesiones y profesionales incursionan en

este campo, como los periodistas deportivos, gerentes deportivos, abogados del deporte y arquitectos especializados en el campo de la infraestructura deportiva.

Aun así con esta gama y amplitud alcanzada, se dificulta conceptualizarlo, prueba de ello es que la visión de algunos, de los que se han atrevido hacerlo, manifiestan que el deporte "es una forma no agresiva para la conservación de la especie, es una lucha ritualizada, producto de la vida cultural humana, procede de luchas serias a manera de combates codificados, de duelos de honor e impide los defectos de la agresión perjudiciales para la sociedad" y además cumple la tarea especialmente importante de enseñar al ser humano a dominar consciente y responsables sus reacciones instintivas en el combate ⁽⁴⁷⁾.

2.4.1 DEPORTE DE ALTO RENDIMIENTO

Para lograr la excelencia en el alto rendimiento deportivo es fundamental maximizar todos los recursos disponibles, físicos, técnicos y mentales, sólo así se pueden traspasar los propios límites, expandir las capacidades y aspirar a estar en la cima de la disciplina.

En los altos niveles de competición la diferencia la marca la performance mental del deportista, siendo fundamental en el juego, sin embargo por lo general los jugadores o equipos no cuentan con especialistas en la materia; lo mental está librado a la buena voluntad y al sentido común, no se considera necesario el asesoramiento profesional; pero las exigencias actuales del alto rendimiento demandan otro nivel de profesionalismo para estar a la altura de los mejores⁽⁵¹⁾.

Muchas estrategias que funcionan para un rendimiento aceptable, no funcionan para el alto rendimiento. Si el jugador o el entrenador pueden disponer de su estado mental a voluntad para que rinda en su máximo potencial, sin que suceda por casualidad, entonces no necesita un profesional de la psicología del deporte. Pero, si esa performance está librada al azar, entonces sí necesita del apoyo especializado.

La mejora de la performance mental es un proceso que exige tiempo y paciencia, esperar resultados instantáneos es no comprender el funcionamiento de la mente en el deporte. Un trabajo profesional con el deportista debe considerar el aspecto mental al inicio del camino. Buscar al psicólogo deportivo en una situación de crisis de resultados demuestra la falta de importancia que se le dio al aspecto mental⁽⁵¹⁾.

2.4.2 DEPORTE PROFESIONAL

Se basa en el modelo del deporte de alto rendimiento, la diferencia sustancial está en el hecho que los deportistas viven de él; se caracteriza porque produce espectáculo, le gusta por lo tanto al público, se obtiene ganancias, es rentable y comercializa en esencia al deporte⁽⁴⁷⁾.

2.4.3 DEPORTE FORMATIVO

Su finalidad es adquirir una formación motriz que capacite al individuo para responder mejor a los estímulos físicos que impone la vida diaria y actúa también como la educación física de la persona; está ligado a las edades tempranas donde el niño y la niña aprende gestos, habilidades, destrezas comunes, que le permitirán ir descubriendo sus capacidades funcionales, sin que signifique especializarse a ese joven en nada concreto⁽⁴⁷⁾.

2.4.4 DEPORTE PARA TODOS

Recreativo o salud; cuya finalidad es mejorar la salud y divertirse, alcanzando el mayor nivel de bienestar y calidad de vida. Justamente ante los excesos del deporte de alto rendimiento, el deporte para todos germina en la idea de que la actividad física mesurada y controlada es beneficiosa para la salud, está al alcance de todos y su práctica resulta placentera. A la vez sus objetivos sociales lo convierten en el tipo de práctica más popular,

en ese sentido lo importante es participar, practicar, hacer actividad físico-deportiva y si es en forma regular y constante mucho mejor.

Lo que sí es básico es que se pueda orientar a los objetivos que realmente se quieren y que quienes lo practiquen se sientan plenamente satisfechos, esta es la máxima más importante. Lo que resulta un hecho irrefutable es que este fenómeno es muy complejo, para poder conceptualizarlo plenamente y más dentro de una sociedad cambiante y evolutiva, segundo a segundo, de ahí que otros autores pueden definir de otra manera al deporte ⁽⁴⁷⁾.

2.5 RECREACIÓN

Los seres humanos desde el principio han estado sujetos a diversos tipos de presiones que con el tiempo crean cansancio, stress, hasta llegarse a sentir, desanimados y es por ello que las personas han buscado maneras de escapar de estas influencias del diario vivir, dándose espacios en los que puedan descansar, disfrutar y divertirse, alejados de las obligaciones que no pueden evitar; es decir que la recreación es la acción y efecto de recrear, alegrar o deleitar como una forma de alivio del trabajo diario. En términos populares a esta diversión también le llamamos entretención, que conlleva luego de ese alivio temporal a asumir otra etapa de responsabilidades, con energías renovadas que permitan un mejor desenvolvimiento en las actividades diarias⁽⁵²⁾.

El recrearse permite al cuerpo y a la mente una restauración o renovación necesaria para tener una vida más prolongada y de mejor calidad, por el contrario si ejerciéramos nuestras actividades sin parar y sin momentos de recreación, tanto el cuerpo como la mente llegarían a un colapso que sin dudarle daría lugar a la presencia de una serie de enfermedades y finalmente a la muerte; debido a eso, la recreación se considera, socialmente, un factor trascendental, los beneficios de recrearse más allá de una buena salud física y mental, nos proporcionan un equilibrio de éstas con factores espirituales, emocionales y sociales; una

persona integralmente saludable realiza sus actividades con mucha más eficiencia que una persona enferma.

La recreación en los jóvenes estimula el factor intelectual y tiene una mejor respuesta educativa; diversas investigaciones han demostrado que niños y jóvenes aprenden mucho más en ambientes relajados, sin presión, a la vez que proporciona en sí, una forma de aprendizaje a través de experiencias propias y de la relación de la persona con el exterior.

Es importante que la recreación sea voluntaria, ya que cada persona es diferente y se recrea como considere necesario, de allí que hay un sinnúmero de áreas en las que se puede incursionar como, el arte, la música, el baile, la lectura, el servicio a la comunidad, los deportes, los juegos y la vida al aire libre, entre otras⁽⁵²⁾.

El interés por las muchas formas de recreación varía según la edad, intereses, habilidad física, capacidad intelectual y deseos del individuo por cambiar; por otro lado, algunas actividades se pueden practicar y son disfrutables a través de toda la vida. La recreación, pues, puede incluir leer un libro, sembrar flores en el patio, observar un espectáculo de titiriteros, escuchar un concierto sinfónico, crear una pintura al óleo, cuidar los nietos, acampar con la familia, jugar baloncesto con los amigos, coleccionar estampillas o cartas de béisbol, ir a bailar, jugar solitaria, dar la bienvenida a los amigos en una fiesta. La recreación se puede experimentar por una persona mientras se encuentre sola, con otros, o en un grupo grande⁽³⁸⁾.

La recreación se refiere a toda clase de distracciones dentro y fuera del trabajo para cualquier edad contraponiéndose a la idea de trabajo en lo siguiente: En la recreación uno hace aquello que le gusta, mientras que el trabajo lo hace uno aunque no le guste, sin embargo dentro del trabajo puede encontrar acciones que le resulten placenteras y es lo que nos lleva a determinar si es por gusto (recreativo) o por obligación (trabajo), o también por gusto en busca de una necesidad (trabajo placentero).

El ritmo acelerado de la vida moderna, la búsqueda que el hombre en cada una de sus etapas establece para lograr una personalidad humana, llena de dignidad, de una íntegra adaptación a la vida nos conduce a determinar que es importante desarrollar actividades recreativas constructivas desde el niño; no sólo con la aplicación directa del juego como juego sino por la realización de actividades agradables que dejen conocimientos de progreso para un futuro más amplio, en el que la recreación sea un arte en el mejoramiento social del ser humano.

Es importante que la acción de la educación hacia el desarrollo del niño como la del adulto se vea rodeada de métodos que en vez de ser impuestos y obligatorios, sean de tipo recreativo-constructivo para que ellos mismos exploren sus propias capacidades usando actividades que los divierta y les desarrolle sus habilidades, para ello necesitamos que los maestros perfeccionen las destrezas y habilidades recreativas como complemento de la enseñanza regular, modificando la metodología usada, reforzando lo anterior con un seguimiento de los logros obtenidos por cada uno de los alumnos.

En base a lo anterior, notaremos en los grupos que aparecerán niños con capacidades superiores de asimilación y destrezas que podemos aprovechar para incentivar el desarrollo de los más lentos y en esta forma estimular las inclinaciones de liderazgo que existan y en esto juegan un rol importante la familia que se extiende hasta cuando llega a adulto ⁽⁵³⁾.

La recreación posee los siguientes atributos o características:

- Ocurre principalmente en el tiempo libre.
- Es voluntaria, la persona la elige sin compulsión de imaginación.
- La recreación provee goce y placer.
- Ofrece satisfacción inmediata y directa.
- Se expresa en forma espontánea y original.
- Ofrece oportunidad de auto-expresión y de ella extrae la diversión.
- Le da la oportunidad al individuo de manifestar su creatividad.

- Provee un cambio de ritmo de la vida cotidiana.
- La recreación es sana, constructiva y socialmente aceptable.
- Incluye actividades tanto pasivas como activas
- Puede ser novedosa

En cuanto a la calidad de vida, tiene que ver con estilos de vida saludable, la satisfacción personal, la alegría de vivir, el disfrute de la existencia. Es un indicador de desarrollo humano, aunque no siempre este infiera estilos de vida de la mayor calidad. La modernidad enajenante que caracteriza a las sociedades de consumo, si bien puede ser expresión de determinados niveles de desarrollo desde el bienestar en lo material, conspira contra la calidad de la vida al desencadenar la pérdida de valores, la devastación ecológica, la degradación moral y la destrucción física de la propia humanidad⁽⁵⁴⁾.

2.6 EL SEDENTARISMO

A medida que aumenta la edad disminuye la proporción de personas que practican algún tipo de ejercicio. Los profesionales de la salud reconocen que la realización de ejercicio físico es fundamental para el equilibrio psicológico y como prevención de numerosas enfermedades, sin embargo el estrés de la vida moderna hace que la mayoría de las personas no tengan tiempo suficiente para desarrollar algún tipo de actividad física y con los adelantos tecnológicos existentes cada vez resulta más fácil no moverse, ni para hacer la compra.

Se entiende por actividad física a todo movimiento corporal producido por los músculos y que requiere un gasto energético; cuando el movimiento es programado, estructurado, repetitivo y es realizado para mejorar o mantener uno o más de los componentes del estado de forma física, lo denominamos ejercicio físico.

El sedentarismo se refiere a la mínima actividad física, que nos permite mantener un estado saludable, para disfrutar de la vida y enfrentarnos a los desafíos diarios; desde hace

algunos años se recomienda cada vez más la práctica de ejercicio de forma regular, esto es debido a que el cuerpo humano ha sido diseñado para moverse y requiere por tanto realizar ejercicio físico de forma regular para mantenerse funcional y evitar las enfermedades ⁽⁵⁵⁾.

Se define como aquella persona que hace actividad física regular menos de 30 minutos diarios y por lo menos cuatro días a la semana; estas personas son una población con alto riesgo y tienen el mayor índice de mortalidad que otros grupos que se entrenan adecuadamente.

El sedentario es una persona más propensa a las enfermedades y a un más rápido envejecimiento; este estilo de vida es un obstáculo en la salud de las personas jóvenes y en edad productiva, sin embargo es más preocupante en los adultos mayores.

Los niveles de inactividad física son altos en todo lugar, los pasatiempos como la televisión, han aumentado de una manera considerable, lo que se ha traducido en un incremento de la obesidad y la consecuente aparición de enfermedades como la diabetes y las enfermedades cardiovasculares, que son hoy la principal causa de mortalidad en todo el mundo, la obesidad y el sedentarismo se han constituido en el mayor problema de salud pública ⁽¹¹⁾.

Está comprobado que los estilos de vida sedentarios constituyen una de las 10 causas fundamentales de mortalidad, morbilidad y discapacidad; constituyendo el segundo factor de riesgo más importante de una mala salud, después del tabaquismo. El sedentarismo duplica el riesgo de enfermedad cardiovascular, de diabetes tipo II y de obesidad; asimismo, aumenta la posibilidad de sufrir hipertensión arterial, osteoporosis, cáncer de mama y colon, entre otros.

En la población adulta el sedentarismo es más frecuente entre las mujeres, es mayor en las edades más avanzadas y en los analfabetos funcionales, siendo indiferente en relación a la clase social, aunque en la población urbana es mayor: las niñas tienen el doble de riesgo de

sedentarismo que los niños. Según la O.M.S., el 17% de los adultos de la población global es físicamente inactivo y el 41% es sólo insuficientemente activo para obtener beneficios en salud. Según estimaciones de este Organismo, la inactividad física causa 1,9 millones de muertes prematuras cada año globalmente y alrededor de 600.000 sólo en la Región Europea⁽⁵⁶⁾.

La Organización Mundial de la Salud, reconoce claramente como uno de los flagelos modernos que provocan una situación crítica en la vida de los habitantes al sedentarismo, definiéndolo como “una forma de vida con poco movimiento”.

La salud, es considerada por la OMS, como el estado de completo bienestar físico, mental y social y no la simple ausencia de enfermedades; la actividad física y el deporte, junto a los hábitos higiénicos y alimentarios son herramientas claves para combatir la vida sedentaria y paralelamente ayuda al hombre a adquirir, mantener o incrementar la salud y favorecer además el concepto de prevención sanitaria. El estilo de vida sedentaria no sólo atenta contra la calidad de vida de la población provocando la aparición de enfermedades, sino que además, tiene un alto costo económico para el país ⁽³⁷⁾.

La probabilidad de muerte aumenta mucho más si a esta inactividad se suma el hecho de sufrir una enfermedad cardiovascular, diabetes, sobrepeso u obesidad, muchas de estas provocadas justamente por el sedentarismo; se ha comprobado que permanecer sentado mucho tiempo altera la función metabólica, que induce al incremento de triglicéridos en la sangre, la reducción del colesterol asociado a lipoproteínas de alta densidad (colesterol "bueno") y la disminución de la sensibilidad a la insulina ⁽¹⁶⁾.

La inactividad física está considerada uno de los factores de gran riesgo en el desarrollo de la enfermedad cardíaca e incluso existe una relación directa entre el estilo de vida sedentario y la mortalidad cardiovascular; una persona sedentaria tiene más riesgo de sufrir una variedad de enfermedades adquiridas.

Sin embargo el sedentarismo es transformable, lo que significa que si se lleva un estilo de vida con la inclusión de una actividad física moderada, pero permanente, influirá indiscutiblemente en mejorar la salud del sedentario, reduciendo el riesgo cardiovascular ⁽³⁹⁾.

Aquí debemos destacar la importancia de inducir al ser humano, desde la infancia a estar físicamente activo como medida de prevención. Actualmente se observa a los niños con malos hábitos de alimentación y el ejercicio físico se limita a lo que reciben en la escuela, mientras dedican un tiempo mayor a los videojuegos y la televisión que se convierten en sus principales sitios de esparcimiento ⁽¹⁸⁾.

Debemos empezar por brindar a los infantes una educación tal, para que en el futuro se convierta en un adulto sano, pero dicha introducción a la ejercitación física debe hacerse con una actividad moderada, de tipo recreativo y que incluya actividades lúdicas, de manera que se sienta atraído hacia la realización de la práctica deportiva, sabiendo que con ello también estamos ayudando a que los niveles de colesterol y sobrepeso disminuyan considerablemente.

Cuando no se utilizan todas las estructuras orgánicas, los tejidos se reducen y debilitan. Especialmente los musculares y tendinosos, que se acortan: el músculo se fatiga con facilidad y ese cansancio genera contracturas dolorosas que suelen derivar en molestias crónicas.

La actividad física involucra a todos los sistemas y no sólo al aparato muscular haciéndolos adaptarse a esa actividad. Por su parte la falta prolongada de ejercicio, conocida como sedentarismo o vida sedentaria, incide en las funciones orgánicas, que comienzan a deteriorarse: si por una fractura, por ejemplo, se inmoviliza una pierna, al cabo de unas semanas ésta habrá perdido buena parte de su masa muscular y casi toda su fuerza, lo que obligará a un proceso de rehabilitación, ocurre algo similar tras largos períodos de convalecencia en cama.

La falta de ejercicio o sedentarismo disminuye la capacidad de adaptación a la actividad física posterior cayendo así en un círculo vicioso. A su vez, la proporción de grasa es cada vez mayor en relación con los demás tejidos, aunque no necesariamente haya aumentado de peso, debido a la disminución de la masa muscular.

Si una persona que realiza un trabajo sedentario (como estar sentado frente a una computadora) corre o camina unos kilómetros sin haber realizado un entrenamiento previo, pasará los días siguientes con dolores y molestias.

El sedentarismo acarrea también disfunciones orgánicas: estreñimientos, várices, propensión a la inflamación de los órganos abdominales (provocada por distensión de los músculos debilitados de la pared abdominal), sensación de fatiga. Muchos dolores de espalda que no tienen origen en traumatismos o enfermedades se deben a la debilidad de los músculos de esa zona, que se contractura de forma casi permanente. A menudo, el simple esfuerzo de mantener erguida la espalda representa para el sedentario una exigencia mayor de la que sus músculos son capaces de soportar.

Cuando se lleva una vida sedentaria, el esqueleto se vuelve frágil y débil y pierde paulatinamente su aptitud para cumplir funciones más allá de los movimientos rutinarios. El hueso, contrariamente a lo que se cree, es un tejido muy activo: a lo largo de toda su vida modifica su estructura interna según los requerimientos de resistencia y tensiones a los que se ve sometido.

En el complicado entramado microscópico de los huesos, unas células llamadas osteoblastos fabrican tejido óseo en las zonas que necesitan ser reforzadas a causas de las demandas externas de resistencia. Como contrapartida, otro grupo de células, los osteoclastos se dedican a destruir hueso reabsorbiendo el calcio y los demás componentes óseos en aquellos lugares donde no hacen falta. Por eso el esqueleto del individuo sedentario se descalcifica progresivamente (lo que deviene en osteoporosis) y se vuelve menos resistente a tensiones, más frágil a los traumatismos y más propenso a artritis.

Sin embargo, la capacidad del hueso para reacondicionarse requiere cierto tiempo de adaptación progresiva a las nuevas exigencias; si no se toma en cuenta ese proceso pueden producirse desgastes y lesiones por abuso tanto o más graves que las provocadas por desuso (44).

2.7 CALIDAD DE VIDA

El punto de partida de la política deportiva, es la búsqueda de lo que es bueno y útil para la sociedad, es la determinación del bien común, en efecto es una realidad científica que mejora la calidad de vida de los individuos y evita oscuros procedimientos a la violencia y el ocio. Tener calidad de vida no significa contar con buena salud o tener suficiente dinero para darse los lujos necesarios; por el contrario es una suma de parámetros que se conjugan en un solo objetivo que significa el desarrollo personal en lo afectivo, en lo corporal y en la integración misma en la sociedad que nos desarrollamos.

La realización permanente de ejercicios físicos debe constituirse en un elemento que mejore la calidad de vida de los ciudadanos, entendiendo la calidad de vida como la experiencia que las personas tienen de sus propias maneras de vivir y las condiciones en que se desarrolla, dando mucho más valor a esa experiencia que a las condiciones materiales.

La calidad de vida contiene lo personal que es la satisfacción con la vida y el desarrollo personal que se define como estar comprometido con la vida, crecer con libertad y darle a la vida un sentido positivo.

Una persona no tiene un buen bienestar cuando está insatisfecho con su forma de ver la vida, experimenta poca alegría y con regularidad se rodea de emociones negativas tales como ira o ansiedad. La medición del bienestar se basa en reportes personales de quienes se juzgan y manifiestan su propia satisfacción con la vida, la frecuencia de sus afectos placenteros o no.

La calidad de vida, es concebida como evaluaciones que hacemos de nuestras propias vidas, proceso que incluye aspectos emocionales, dominio de las satisfacciones vivenciales y percepciones globales de bienestar en diferentes campos.

De igual manera para aquellas personas que están en la etapa de la vejez, significa una gran responsabilidad para los profesionales de la actividad física, que deben elaborar programas que permitan aparte de aumentar la longevidad, mejorar la calidad de vida, permitiendo al adulto mayor disfrutar de lo que la vida pueda ofrecerle sin que ello signifique vivir en dependencia de otras personas para realizar sus actividades diarias de alimentación, cuidado, etc.

Diversas definiciones señalan que la calidad de vida está asociada con el bienestar total del individuo en lo referente al bienestar físico, psíquico y social. Un programa de actividad física puede beneficiar en esta etapa de la vida, en: ser mucho menos dependientes que aquellos que no realizan la actividad física y esta dependencia llega mucho más tarde, reduciendo consecuentemente la mortalidad y manteniendo a la persona más lúcida mentalmente.

En lo referente a su capacidad afectiva, esta mejora notablemente, fortaleciendo su sentido de integración y aumento de contactos sociales, incrementando su participación social de manera más jovial.

El ejercicio físico realizado regularmente por la persona mayor le proporciona bienestar físico, que le ofrece una mejor calidad de vida y al bienestar social en general.

La calidad de vida de una persona se puede medir según distintos parámetros. Uno de ellos es el envejecimiento neurológico, por el cual se va teniendo menor respuesta y menor capacidad de reacción ante los estímulos, como por ejemplo un bocinazo, un cambio de luces o una situación de emergencia. Esto está íntimamente relacionado con la velocidad: a medida que pasa el tiempo nos ponemos más lentos y la lentitud es un gran indicador de la pérdida de rendimiento y no hay que mirar muy lejos para encontrar ejemplos: observe a

personas mayores que caminan mucho o hacen gimnasia, trabajan y se mueven todo el día y luego a inactivos contemporáneos de éstos, que se sientan a mirar televisión y dan apenas los pasos imprescindibles para satisfacer sus necesidades; verá que la diferencia física e incluso la mental es notable.

Por eso, la actividad física beneficia la función cardiorrespiratoria y de ella depende nuestra resistencia al esfuerzo. Una vida sedentaria, que suele ir acompañada por una mala alimentación y un mal descanso, desemboca irremediabilmente en un deterioro del organismo y en muchos casos, en una enfermedad crónica ⁽⁴⁴⁾.

2.8 TIEMPO LIBRE

En países con sistema socialista, además de ocupar el tiempo en laborar en su trabajo, en el estudio, también existe la preocupación por aquellas actividades que les causan satisfacción, como la práctica del deporte y de todo aquello que significa la cultura física; al eliminar la explotación del hombre por el hombre, crea las condiciones para reducir el tiempo de trabajo, aumentando con ello el tiempo libre; mientras que en el sistema capitalista el tiempo laborable es trabajo de toda la vida ⁽¹⁵⁾.

El tiempo libre no sólo excluye las obligaciones laborales, sino también el tiempo invertido para la satisfacción de necesidades básicas como comer o dormir.

Significa entonces que el tiempo libre se refiere al descanso del trabajo, al ocio, por lo tanto, debe dársele un sentido, como es dedicándose al deporte, caminatas, etc., de lo contrario es posible que sea un tiempo desperdiciado y que conduciría al aburrimiento.

Ocurre que las actividades que unas personas hacen como obligación, se constituye en una diversión para otras, como ocurre en la práctica del montañismo, donde el guía generalmente lo hace a cambio de un pago, mientras que los demás lo hacen por puro placer de alcanzar grandes alturas.

La rutina diaria, nos induce a la pasividad alejándonos de prácticas creativas y del uso de nuestra imaginación para utilizar nuestro tiempo convenientemente en actividades saludables ⁽⁴⁰⁾.

Entonces el tiempo que tenemos a disposición para utilizarlo como a nosotros nos parezca mejor, es decir que lo podemos ocupar en actividades provechosas cuando así lo hacemos, favoreciendo nuestro desarrollo y equilibrio personal que definitivamente nos crea experiencias favorables o también el tiempo libre que utilizamos en actividades que nos gustan y para crecer en lo personal.

El tipo de sociedad que vivimos y que gradualmente nos deja en la desocupación, necesariamente nos conduce a ocuparnos de actividades que nos gustan; el aprovechamiento del tiempo libre que posibilite aplicar nuestra voluntad y la libertad, permitir el desarrollo de nuestra autonomía haciendo aquello en que sentimos una gran satisfacción y un verdadero sentido, lo que significa que tiempo libre debe ir de la mano de lo que significa tiempo personal.

El tiempo libre se presenta también como una apertura a los demás, como búsqueda para establecer las relaciones sociales que queremos voluntariamente y no aquellas que prácticamente se nos impone ya sea por asuntos de lo laboral o por la vida cotidiana que llevamos.

En lo personal, considero que el tiempo libre en estas épocas está mal utilizado y es penoso observar como no existen políticas educativas al respecto, la juventud pasa sus horas de estudio en las aulas, en un promedio diario de siete horas y posteriormente lo dedican al ocio que no necesariamente tiene que ser negativo y esto sucede cuando lo dedicamos a actividades que llena nuestras vidas de expectativas como es el perfeccionamiento de nuestra personalidad. Lastimosamente son pocas las personas que destinan un gran tiempo de la vida personal a ocupar en la realización de la actividad física ⁽⁴¹⁾.

el tiempo libre es el espacio de tiempo empleado para realizar lo que más nos guste hacer, es un fenómeno social que surge de manera más clara en las sociedades industrializadas; con la llegada de aparatos domésticos introduce el principio de la economía del tiempo en las tareas comunes y corrientes, como la preparación y cuidado de los alimentos o la limpieza y mantenimiento del hogar, Las amas de casa supuestamente trabajan menos y muchas de las personas que habitan en las ciudades, pasan la mayoría del tiempo libre en el espacio familiar usando las grabadoras y la computadora personal; es decir pasamos demasiado tiempo en la televisión o computadora y no lo aprovechamos en la lectura u otras cosas que nos diviertan o distraigan ⁽¹³⁾.

De los resultados de la investigación se propondrá el funcionamiento adecuado del departamento, para brindar servicio a través del ejercicio físico como factor preventivo e incluso curativo de enfermedades, incrementando el número de personas en las prácticas con diferentes objetivos

Es indudable que las actividades deportivas son requeridas en las comunidades educativas, por ser importantes para desarrollar física e intelectualmente y elevar el nivel socio-afectivo de las generaciones jóvenes.

Se observará, encuestará, entrevistará, consultará y recopilará información disponible sobre administración deportiva, ejercicios físicos, infraestructura deportiva y hábitos deportivos:

3 MATERIALES Y MÉTODOS

3.1 MATERIALES

3.1.1 LUGAR DE LA INVESTIGACIÓN

La investigación se realizó en la Universidad Técnica de Machala, ubicada en el kilómetro 5 ½ de la vía Machala a Pasaje y cuyas coordenadas geográficas son:

LATITUD : 03 ° 17 ‘ Sur
LONGITUD: 79 ° 54 ‘ Oeste
ALTITUD : 5 msnm

3.1.2 PERIODO DE LA INVESTIGACIÓN

El periodo de investigación se ejecutó durante los meses comprendidos entre abril a septiembre del año 2012

3.1.3 RECURSOS HUMANOS

1. El investigador
2. Tutor
3. Docentes
4. Administrativos
5. Estudiantes

3.1.4 RECURSOS FÍSICOS

1. Computadora XP
2. Impresora HP Deskjet-2360
3. 1500 Hojas de papel bond A4
4. 10 Bolígrafos
5. 1 Pen Drive
6. 5 Cartuchos de tinta
7. Encuestas

3.1.5 EL UNIVERSO

El Universo se conformó por todos los estudiantes de la Universidad Técnica de Machala, que está dividida en cinco Facultades:

Cuadro 1. Población estudiantil periodo 2010-2011, por Facultad y género.

No	FACULTAD	M	F	TOTAL
1	INGENIERIA CIVIL	788	282	1070
2	CIENCIAS SOCIALES	1914	2799	4713
3	CIENCIAS QUIMICAS Y DE LA SALUD	409	888	1297
4	CIENCIAS EMPRESARIALES	1797	3902	5699
5	CIENCIAS AGROPECUARIAS	447	164	611
	TOTAL	5355	8035	13390

Fuente: Departamento de planificación de la UTMach

3.1.6 MUESTRA

Del total del universo, que correspondió a 13 390 alumnos en la Universidad Técnica de Machala, se tomó la muestra estadística, para lo que se utilizó la fórmula universalmente aceptada:

$$n = \frac{N}{E^2(N - 1) + 1}$$

Donde:

N = Universo

n = Tamaño de la muestra

E = Error estándar admisible(0,05)

Para el caso de la investigación, en aplicación de la fórmula propuesta se obtuvo la siguiente muestra:

$$n = \frac{13\ 390}{0,05^2(13390 - 1) + 1}$$

$$n = 388 \text{ estudiantes}$$

De la muestra total. Se estratificó conforme el porcentaje que corresponde a cada Facultad y en las proporciones existentes de acuerdo al género, de tal forma que la muestra fue más

representativa y porque la práctica del ejercicio es diferente en hombres como en mujeres; finalmente se alcanzó los resultados siguientes:

Cuadro 2. Población estudiantil en porcentaje por facultad y género 2010 - 2011

No	FACULTAD	M	%	F	%	TOTAL	%
1	INGENIERIA CIVIL	788	6	282	2	1070	8
2	CIENCIAS SOCIALES	1914	14	2799	21	4713	35
3	CIENCIAS QUIMICAS	409	3	888	7	1297	10
4	CIENCIAS EMPRESARIALES	1797	13	3902	29	5699	42
5	CIENCIAS AGROPECUARIAS	447	4	164	1	611	5
	TOTAL	5355	40	8035	60	13390	100

Fuente: cuadro 1

Elaboración: autor

Cuadro 3. Estudiantes a ser encuestados por Facultades y género

No	FACULTAD	M	F	TOTAL
1	INGENIERIA CIVIL	23	8	31
2	CIENCIAS SOCIALES	54	82	136
3	CIENCIAS QUIMICAS Y DE LA SALUD	12	27	39
4	CIENCIAS EMPRESARIALES	50	113	163
5	CIENCIAS AGROPECUARIAS	15	4	19
	TOTAL	154	234	388

Fuente: cuadro 2

Elaboración: autor

3.2 MÉTODOS

3.2.1 TIPO DE INVESTIGACIÓN

El trabajo fue: Descriptivo y correlacional

3.2.2 DISEÑO DE INVESTIGACIÓN

No experimental.

Las encuestas se propusieron de tal manera que permitieron diferentes opciones de respuesta y además permitió la inclusión de criterios propios de la persona encuestada, obteniendo resultados fehacientes en cuanto a lo que estiman los diversos sectores de la universidad; se entrevistó a profesionales con conocimientos en el área y a las autoridades del centro educativo; adicionalmente se visitó la Universidad Central del Ecuador, ESPE, en la ciudad de Quito, la Universidad Nacional de Loja en la ciudad de su mismo nombre y la Universidad de Guayaquil, donde se recabó información sobre la organización y funcionamiento de los centros de cultura física; obtenidos los resultados, estos fueron tabulados estadísticamente mediante tablas y gráficos de distribución de frecuencias y a partir de su interpretación se llegó a las conclusiones y recomendaciones que en el capítulo respectivo se exponen.

3.2.3 TÉCNICAS DE INVESTIGACIÓN

En el proceso de la investigación se aplicó dos formas generales de las técnicas utilizadas como son:

3.2.3.1 La entrevista

Técnica documental estructurada que se utilizó para obtener de los directivos de centros deportivos de otras universidades del país, la información necesaria referente al funcionamiento, infraestructura y experiencias que hayan obtenido en el tiempo de funcionamiento institucional.

De igual manera se procedió a realizar este tipo de entrevista a docentes de la UTMach, especialistas en cultura física, administración y ciencias afines, quienes libremente expusieron sus respuestas al cuestionario previamente elaborado, donde tuvieron la opción de incluir opiniones que consideraron adecuadas a nuestra realidad.

3.2.3.2 La encuesta

Se recurrió a esta técnica en la investigación propuesta, debido a la amplitud de la muestra; se entregó a los estudiantes un listado de preguntas politómicas escritas, en el cual únicamente se identificaron por el género y que les permitió incluir razonamientos personales.

Muchos autores llaman a esta técnica como cuestionario e inclusive unen en un mismo concepto a la entrevista y al cuestionario, llamándolo encuesta, ya que en los dos casos lo que se trata es obtener datos de personas que tienen alguna relación con el problema, materia de investigación.

Esta última técnica presentó sus riesgos, en tanto el encuestado en algunos casos no contestó con sinceridad las preguntas y para reducir estos datos equivocados, se hizo previamente una introducción sobre la investigación, vigilando en el momento mismo de la encuesta, que no se ofrezca una respuesta antojadiza sobre los temas; finalmente se analizó

la encuesta y se depuró las respuestas, de tal manera que los datos se ajustan a la realidad de lo que acontece en la institución.

4 RESULTADOS Y DISCUSIÓN

En la investigación se elaboraron encuestas de fácil comprensión para quienes fueron dirigidas, posteriormente se analizó, tabuló, se hizo los gráficos concernientes para luego interpretar; los datos obtenidos reflejan una triste realidad que acontece en la sociedad moderna y que ha determinado la imperiosa necesidad de crear el departamento de Cultura Física, que se encargue de revertir lo que está aconteciendo, en beneficio de los estudiantes.

Debe señalarse que los encuestados en determinadas preguntas tuvieron la opción de acoger dos o más respuestas, en ese caso se observa que los datos superan a los estudiantes.

Además de haberse requerido de respuestas de los estudiantes, también se consultó a varios docentes especialistas en el área y materias afines y se visitó otras universidades con la finalidad de observar la infraestructura deportiva existente y la organización de la cultura física.

Por último debe destacarse que varios estudiantes, aunque minoritariamente sugerían se incluyan dentro de los deportes conocidos tradicionalmente, otro tipo de actividades que en la actualidad están en auge como es el caso de la bailoterapia y de aventura y riesgo.

4.1 ENCUESTAS A ESTUDIANTES DE LA UTMACH

Cuadro 4.1.1. Estudiantes encuestados por Facultad y género

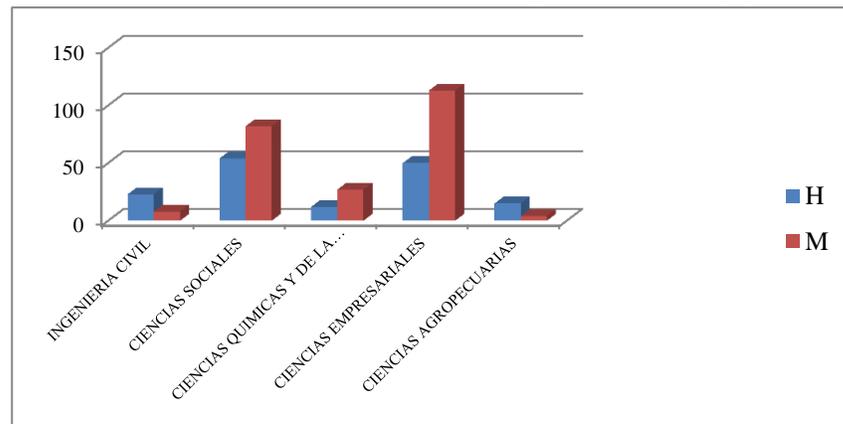
FACULTAD	H	%	M	%
INGENIERIA CIVIL	23	14,94%	8	3,42%
CIENCIAS SOCIALES	54	35,06%	82	35,04%
CIENCIAS QUIMICAS	12	7,79%	27	11,54%
CIENCIAS EMPRESARIALES	50	32,47%	113	48,29%
CIENCIAS AGROPECUARIAS	15	9,74%	4	1,71%
TOTAL	154	100%	234	100%

Fuente: estudiantes

Elaboración: autor

En el cuadro 4.1.1. se observa los alumnos encuestados, siendo la facultad de Ciencias Empresariales donde se concentra el mayor porcentaje de mujeres con el 48,29 % y la facultad de Ciencias Sociales donde estudian mayor cantidad de hombres con el 35,06 %; la Facultad de Ciencias Agropecuarias donde se encuestó menos alumnas 1,71 % y con menos cantidad de alumnos la Facultad de Ciencias Químicas.

Gráfico 4.1.1. Estudiantes encuestados por Facultad y género



Fuente: Cuadro 4.1.1.

Elaboración: autor

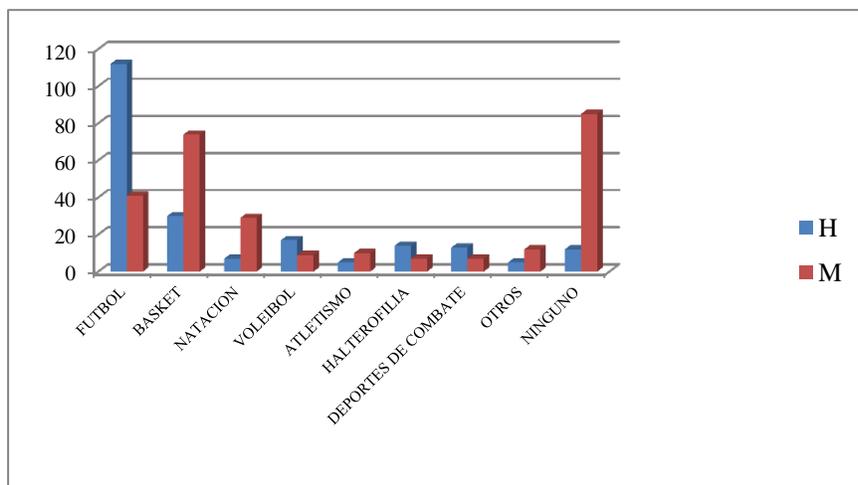
Cuadro 4.1.2. Deportes practicados con mayor frecuencia

DEPORTES	H	%	M	%
FÚTBOL	112	52,08	41	14,96
BASKET	30	13,95	74	27,01
NATACIÓN	7	3,26	29	10,58
VOLEIBOL	17	7,91	9	3,28
ATLETISMO	5	2,33	10	3,65
HALTEROFILIA	14	6,51	7	2,56
DE COMBATE	13	6,05	7	2,56
OTROS	5	2,33	12	4,38
NINGUNO	12	5,58	85	31,02
TOTAL	215	100,00	274	100,00

Fuente: estudiantes

Elaboración: autor

Gráfico 4.1.2. Deportes practicados con mayor frecuencia



Fuente: Cuadro 4.1.2

Elaboración: autor

En el cuadro 4.1.2 se puede deducir que existe una clara inclinación por los deportes tradicionales como son el fútbol en el caso de los varones con una aceptación porcentual de 52,08 %, mientras que el básquet es el deporte preferido del grupo femenino con 27,01 %; otros deportes también son practicados en un mínimo porcentaje.

Se concluye indicando que esta polarización, se va acortando como se puede observar que las mujeres en un 14,96 % actualmente están incursionando al fútbol, un deporte que lo practicaban únicamente hombres; un alto porcentaje de 31,02 del sector femenino manifiesta no tener predilección por ningún deporte.

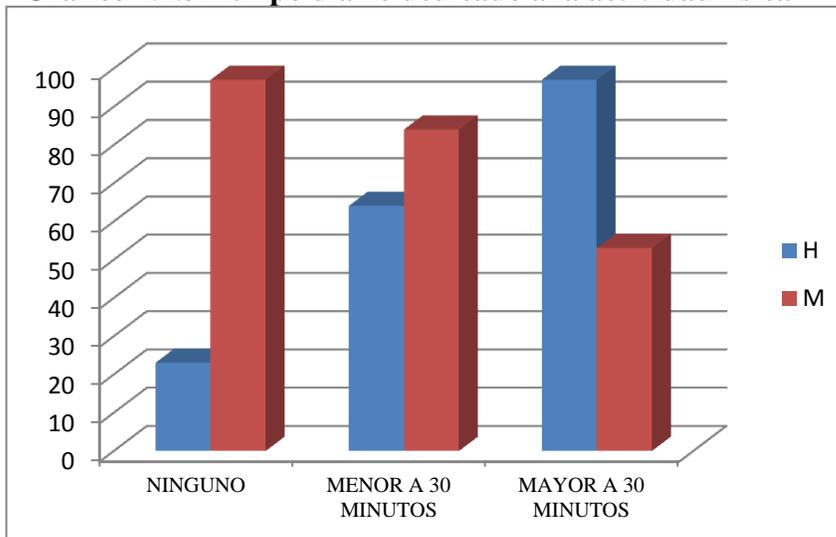
Cuadro 4.1.3. Tiempo diario dedicado a la actividad física

TIEMPO DE PRÁCTICA	H	%	M	%
NINGUNO	23	14,94	97	41,45
HASTA 30 MINUTOS	54	35,06	84	35,90
MAS DE 30 MINUTOS	77	50,00	53	22,65
TOTAL	154	100,00	234	100,00

Fuente: estudiantes

Elaboración: autor

Gráfico 4.1.3 Tiempo diario dedicado a la actividad física



Fuente: cuadro 4.1.3

Elaboración: autor

Interpretando el tiempo dedicado a la actividad física, un alto porcentaje de mujeres y hombres está bajo el rango de los 30 minutos diarios, en un porcentaje del 50 % para los hombres y del 77,35 % para las mujeres; del porcentaje total de las mujeres, el 41,45 % señala que no realiza actividad física.

La mayoría, llevan una vida sedentaria que puede ocasionarles problemas de salud; de allí la necesidad de tomar acciones que reviertan este tipo de problema

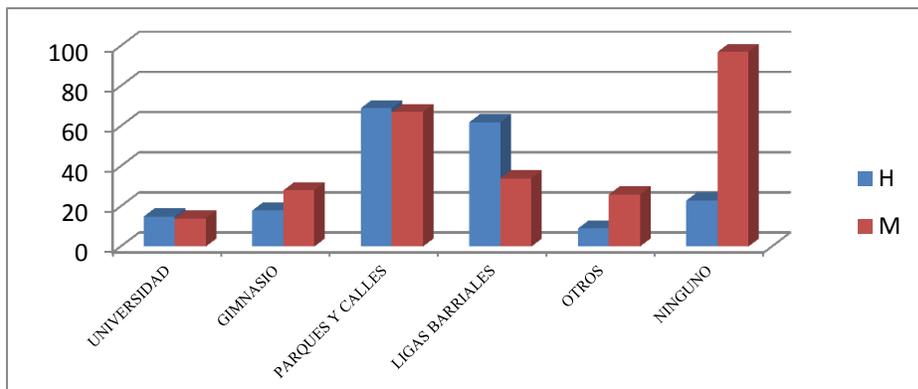
Cuadro 4.1.4. Lugares frecuentados para la práctica deportiva

LUGARES FRECUENTADOS	H	%	M	%
UNIVERSIDAD	15	7,65	14	5,26
GIMNASIO PARTICULAR	18	9,18	28	10,53
PARQUES Y CALLES	69	35,21	67	25,19
LIGAS BARRIALES, FEDEORO	62	31,63	34	12,78
OTROS	9	4,59	26	9,77
NINGUNO	23	11,74	97	36,47
TOTAL	196	100,00	266	100,00

Fuente: estudiantes

Elaboración: autor

Gráfico 4.1.4 Lugares frecuentados para la práctica deportiva



Fuente: cuadro 4.1.4

Elaboración: autor

De los lugares predilectos para la actividad física, el 35,21 % de los hombres suele hacerlo en parques y calles y el 31,63 % en ligas barriales y federaciones y las mujeres coinciden con esta preferencia con el 25,69 % y 12,78 % respectivamente; Se debe mencionar que los espacios deportivos de la universidad, no son mayormente considerados para realizar actividad física por los dos géneros, lo que obliga a establecer políticas deportivas que permitan la inclusión mayoritaria a la práctica del ejercicio con programas y creación de infraestructura deportiva.

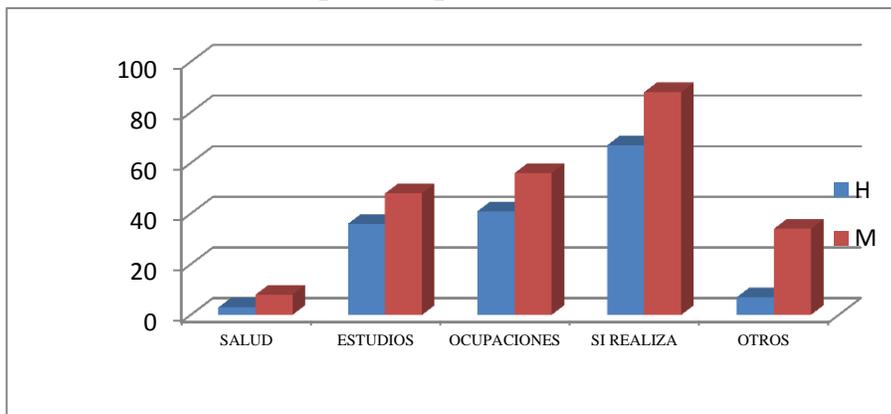
Cuadro 4.1.5. Motivos que le impiden realizar actividad física

MOTIVOS	H	%	M	%
SALUD	3	1,95	8	3,42
ESTUDIOS	36	23,38	48	20,51
OCUPACIONES	41	26,62	56	23,93
SI REALIZA	67	43,51	88	37,61
OTROS	7	4,54	34	14,53
TOTAL	154	100,00	234	100,00

Fuente: estudiantes

Elaboración: autor

Gráfico 4.1.5 Motivos que le impiden realizar actividad física



Fuente: cuadro 4.1.5

Elaboración: autor

Entre los motivos que a decir de los encuestados, les impiden realizar o limitar la actividad física, son otras ocupaciones que con el 23,93 % en el caso de las mujeres y en los hombres el 26,62 %; aunque argumentan que los estudios también les impiden con 20,51 % en las mujeres y 23,38 % en los hombres.

Según el cuadro 4.1.5, la salud no es limitante para la ejercitación. Debe difundirse programas de concientización de las personas, sobre la importancia de la actividad física y los daños que puede ocasionar el sedentarismo; además de programación de eventos permanentes que involucre la participación efectiva de los alumnos.

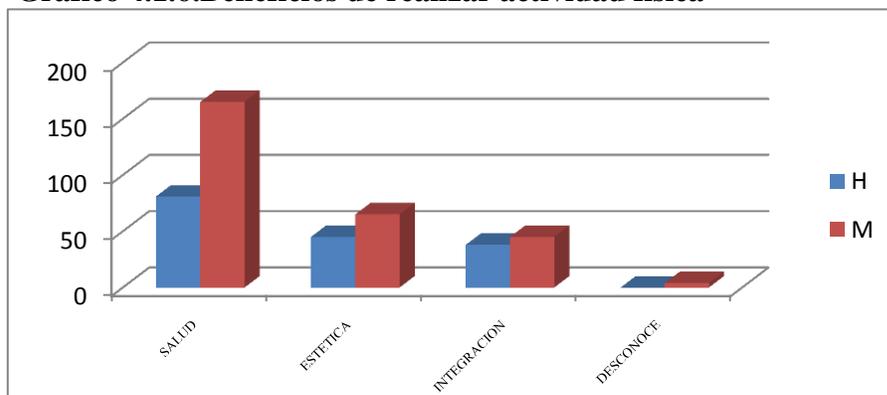
Cuadro 4.1.6. Beneficios de realizar actividad física

BENEFICIOS	H	%	M	%
SALUD	87	51,18	165	59,14
ESTETICA	45	26,47	65	23,30
INTEGRACION	38	22,35	45	16,13
DESCONOCE	0	0	4	1,43
TOTAL	170	100,00	279	100,00

Fuente: estudiantes

Elaboración: autor

Gráfico 4.1.6. Beneficios de realizar actividad física



Fuente: cuadro 4.1.6

Elaboración: autor

Al preguntarse sobre los beneficios que se obtienen al desarrollar actividad física, la mayoría de hombres 51,18 % mencionó la salud y el 59,14 % de las mujeres se inclinó por esta opción; la respuesta menos favorecida fue que mejoraba la integración dentro de la sociedad, como lo indica el 22,35 % de hombres y el 16,13 % de las mujeres.

Es importante manejar estadísticamente y publicar periódicamente las ventajas que se obtienen al realizar actividad física, en vista que el cuerpo humano necesita de un cuidado adicional a la práctica de buenas costumbres y buenos hábitos.

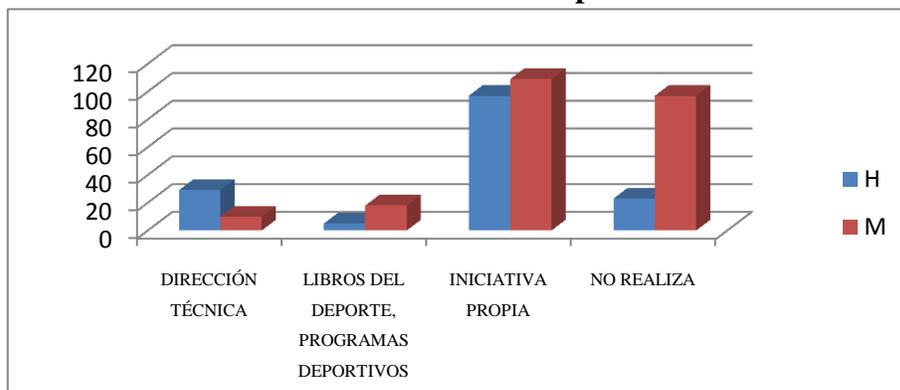
Cuadro 4.1.7 Guía en su entrenamiento deportivo

GUIA DE ENTRENAMIENTO	H	%	M	%
DIRECCIÓN TÉCNICA	29	18,83	10	4,27
PROGRAMAS DEPORTIVOS	5	3,25	18	7,69
INICIATIVA PROPIA	97	62,99	109	46,59
NO REALIZA	23	14,93	97	41,45
TOTAL	154	100,00	234	100,00

Fuente: estudiantes

Elaboración: autor

Gráfico 4.1.7 Guía en su entrenamiento deportivo



Fuente: cuadro 4.1.7.

Elaboración: autor

En el cuadro anterior se deduce que realizan actividad física sin dirección técnica adecuada y lo hacen por iniciativa propia, el 62,99 % de los hombres y el 46,59 % de las mujeres; mientras que si son guiados por un experto en deportes únicamente el 18,83 % de los varones y el 4,27 % de las mujeres; otros siguen indicaciones de programas y textos como ocurre con el 3,25 % de hombres y 7,69 % de las mujeres. La importancia de contar con técnicos en el área del deporte es elocuente para que se pueda perfeccionar las destrezas de los deportistas.

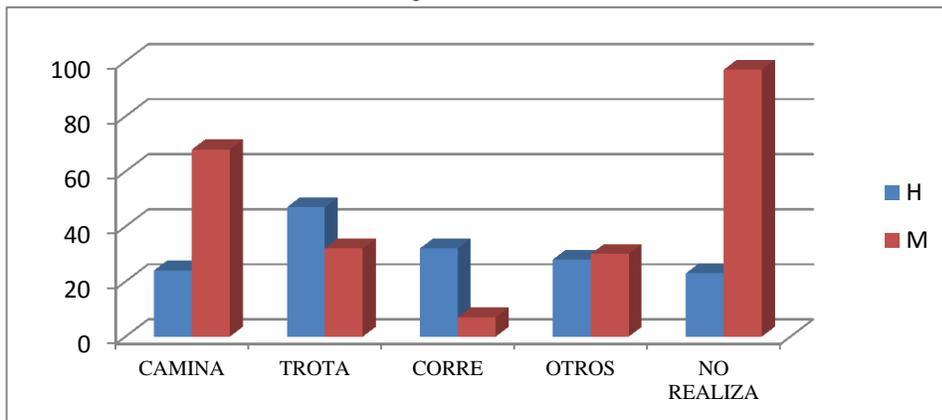
Cuadro 4.1.8 Intensidad del ejercicio

INTENSIDAD	H	%	M	%
CAMINA	24	15,58	68	29,06
TROTA	47	30,52	32	13,68
CORRE	32	20,78	7	2,99
OTROS	28	18,18	30	12,82
NO REALIZA	23	14,94	97	41,45
TOTAL	154	100,00	234	100,00

Fuente: estudiantes

Elaboración: autor

Gráfico 4.1.8. Intensidad del ejercicio



Fuente: cuadro 4.1.8

Elaboración: autor

En el cuadro 4.1.8 podemos concluir, que mientras las mujeres tienen preferencia por caminar en un 29,06 %, los hombres asimilan un ritmo de trote en un porcentaje del 30,52 %; cabe destacar que el 18,18 % de varones, así como el 12,82 % del sector femenino se dedica a otro tipo de actividades cuyo nivel de exigencia es diferente.

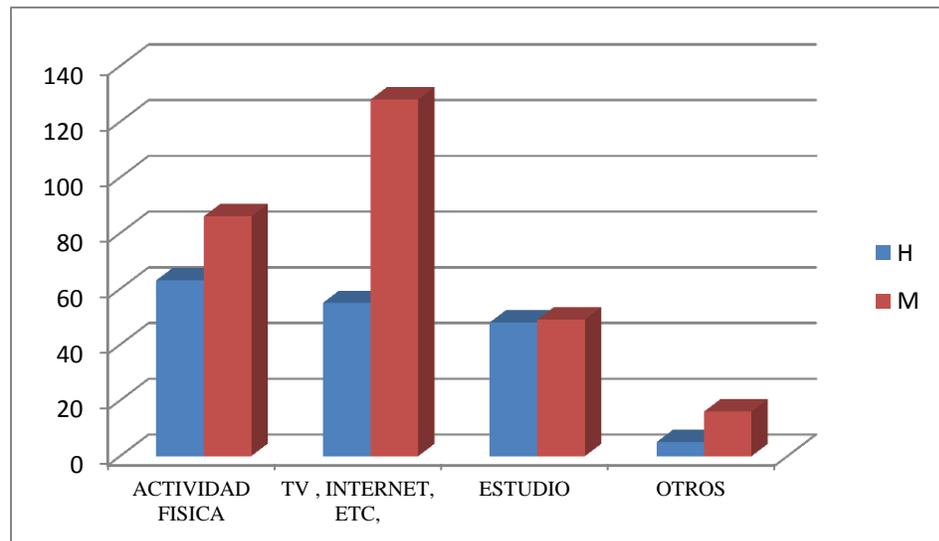
Cuadro 4.1.9. Uso del tiempo libre

USO DEL TIEMPO LIBRE	H	%	M	%
ACTIVIDAD FISICA	63	36,85	86	30,82
TV , INTERNET, ETC,	55	32,16	128	45,89
ESTUDIO	48	28,07	49	17,56
OTROS	5	2,92	16	5,73
TOTAL	171	100,00	279	100,00

Fuente: estudiantes

Elaboración: autor

Gráfico 4.1.9 Uso del tiempo libre



Fuente: cuadro 4.1.9

Elaboración: autor

Los hombres en un porcentaje de 32,16 % y las mujeres en el 45,89 % se dedica en sus ratos libres al uso de internet, de la televisión y de aparatos similares, sin embargo el 36,85 % de varones y el 30,82 de mujeres algún momento de sus ratos libres lo destinan a ejercitar su cuerpo de diferente manera; por otra parte algunos estudiantes minoritariamente prefieren otro tipo de actividades.

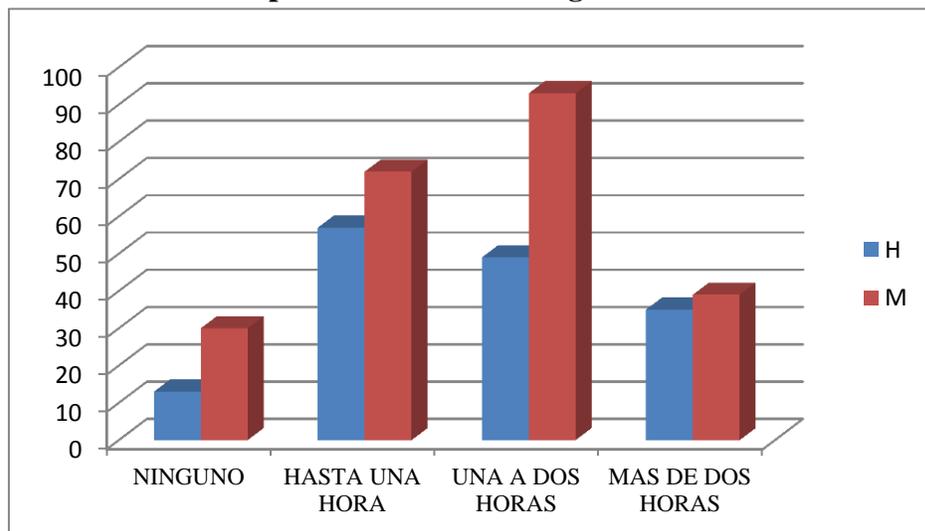
Cuadro 4.1.10. Tiempo dedicado al ocio negativo

TIEMPO DE OCIO NEGATIVO	H	%	M	%
NINGUNO	13	8,44	30	12,82
HASTA UNA HORA	57	37,01	72	30,77
UNA A DOS HORAS	49	31,82	93	39,74
MAS DE DOS HORAS	35	22,73	39	16,67
TOTAL	154	100,00	234	100,00

Fuente: estudiantes

Elaboración: autor

Gráfico 4.1.10 Tiempo dedicado al ocio negativo



Fuente: cuadro 4.1.10

Elaboración: autor

El 16,67 % de mujeres dedican más de dos horas en actividades que no les brindan ningún beneficio, el 39,74% entre una a dos horas y el 30,77 hasta una hora; en tanto el 22,73 % de los hombres destina más de dos horas, el 31,82 entre una a dos horas y el 37,01 % hasta una hora al ocio negativo.

Con lo que concluimos que un alto porcentaje de hombres y mujeres dedican mucho de su tiempo libre al uso de la tecnología y ante ello se vuelve a evidenciar la necesidad de establecer programas que fomenten al buen uso del tiempo libre y la urgencia de crear el departamento que se encargue del deporte y recreación.

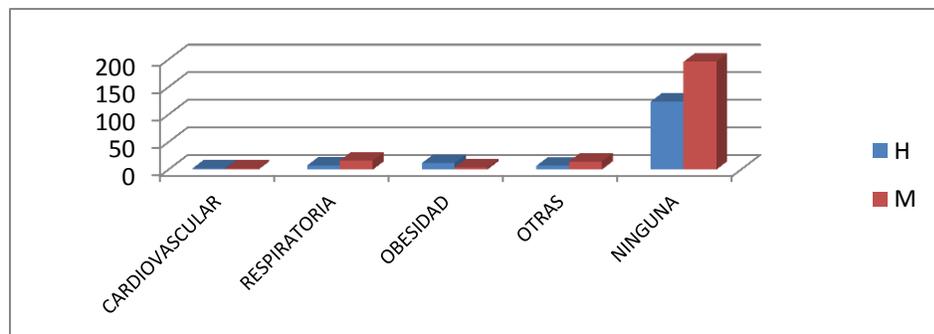
Cuadro 4.1.11. Presencia de enfermedades

ENFERMEDAD	H	%	M	%
CARDIOVASCULAR	3	1,95	2	0,85
RESPIRATORIA	8	5,19	17	7,27
OBESIDAD	12	7,79	4	1,71
OTRAS	7	4,55	15	6,41
NINGUNA	124	80,52	196	83,76
TOTAL	154	100,00	234	100,00

Fuente: estudiantes

Elaboración autor

Gráfico 4.1.11. Presencia de enfermedades



Fuente: cuadro 4.1.11

Elaboración: autor

El 83,76 % en mujeres y el 80,52 % en varones no presentan al momento síntomas de enfermedad que les impida realizar actividad física y únicamente un mínimo porcentaje señala la presencia de enfermedades. Lo que implica que si no realizan ejercitación deportiva, no es el factor salud que se los impide.

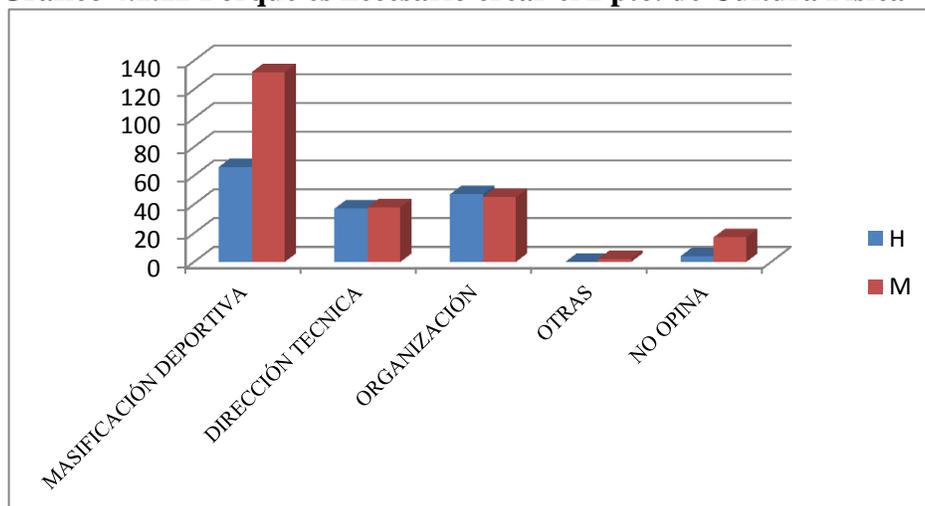
Cuadro 4.1.12 Porqué es necesario crear el Dpto. de Cultura Física

PORQUE CREAR EL DPTO. CC.FF.	H	%	M	%
MASIFICACIÓN DEPORTIVA	66	42,86	132	56,41
DIRECCIÓN TECNICA	37	24,02	38	16,24
ORGANIZACIÓN	47	30,52	45	19,23
OTRAS	0	0	2	0,85
NO OPINA	4	2,60	17	7,27
TOTAL	154	100,00	234	100,00

Fuente: estudiantes

Elaboración: autor

Gráfico 4.1.12 Porqué es necesario crear el Dpto. de Cultura Física



Fuente: cuadro 4.1.12

Elaboración: autor

Los hombres con el 42,86 % y las mujeres con el 56,41 % consideran que el departamento de Cultura Física es importante crearlo, para que haya más inclusión de los alumnos en el deporte, pero también se pronuncian en el sentido de que debe haber planificación y organización en los eventos, así lo demuestran el 30,52 % de los hombres y el 19,23 % de mujeres. La presencia de expertos en Cultura Física también ha sido considerado un factor importante como lo observamos con el 24,02% de respuestas de los varones y el 16,24 % de las mujeres; esto demuestra la necesidad de crear el departamento de Cultura Física en la universidad que esté integrada por personal calificado.

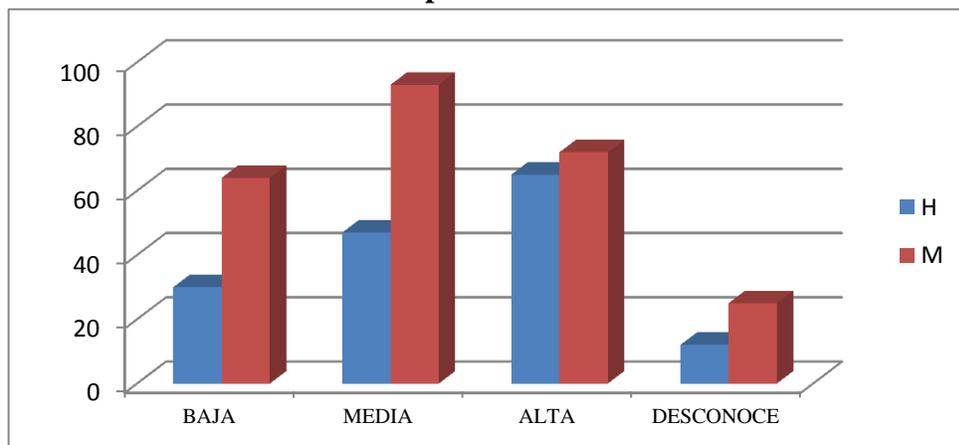
Cuadro 4.1.13. Influencia del Dpto. de Cultura Física en la salud

MEJORAMIENTO DE SALUD	H	%	M	%
BAJA	30	19,48	54	23,08
MEDIA	47	30,52	93	39,74
ALTA	65	42,21	62	26,50
DESCONOCE	12	7,79	25	10,68
TOTAL	154	100,00	234	100,00

Fuente: estudiantes

Elaboración: autor

Gráfico 4.1.13. Influencia del Dpto. de Cultura Física en la salud



Fuente: cuadro 4.1.13

Elaboración: autor

Los hombres en un 42,21 % manifestaron que su incidencia es alta en el mejoramiento de la salud, mientras que las mujeres lo consideran altamente efectivo en el 26,50 %, sin embargo el 30,52 % de hombres y el 39,74 % de mujeres lo considera medianamente efectivo en la preservación de la salud; en tanto una menor proporción de hombres con el 19,48 % y las mujeres con el 23,08 % indican que no incidirá en la salud. Es imprescindible que el departamento tenga personal calificado en el área de medicina del deporte, que son los que evaluarán la salud de los deportistas en el transcurso de su preparación.

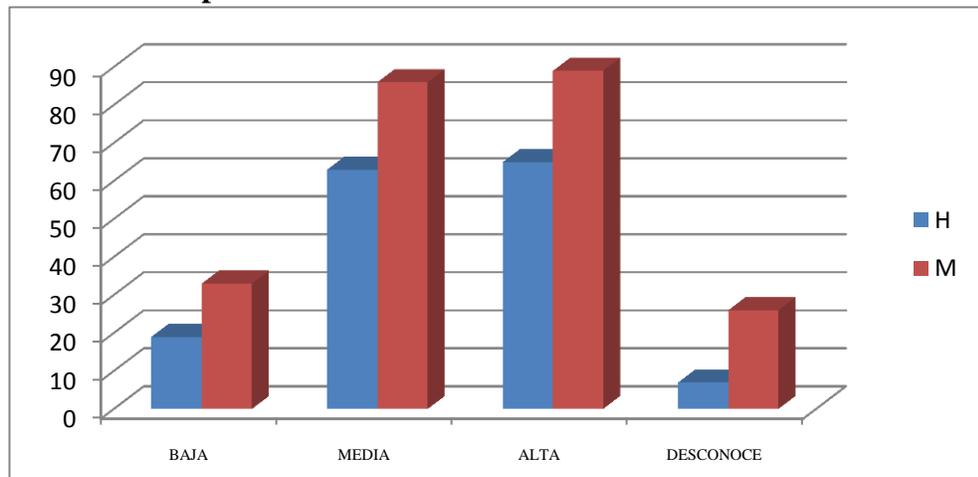
Cuadro 4.1.14. Nivel de influencia del Dpto. en desarrollo físico y psicomotor

NIVEL DE INFLUENCIA	H	%	M	%
BAJA	19	12,34	33	14,10
MEDIA	63	40,91	86	36,75
ALTA	65	42,21	89	38,04
DESCONOCE	7	4,54	26	11,11
TOTAL	154	100,00	234	100,00

Fuente: estudiantes

Elaboración: autor

Gráfico 4.1.14 Nivel de influencia del Dpto. en desarrollo físico y psicomotor



Fuente: cuadro 4.1.14

Elaboración: autor

La creación del departamento de Cultura Física si favorece el desarrollo físico y psicomotor, así lo considera el 42,21 % de los varones y el 38,04 % de mujeres, mientras que el 40,91 % de los hombres y el 36,75 % del sector femenino le da una aceptación media a este factor.

Sin embargo El 12,34 % de los hombres y el 14,10 %, estima que no incide.

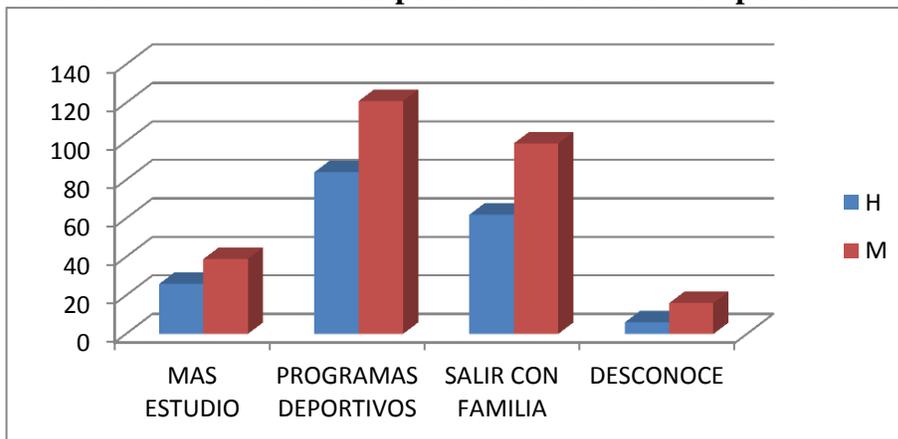
Cuadro 4.1.15. Alternativas para el buen uso del tiempo libre

ALTERNATIVAS	H	%	M	%
MAS ESTUDIO	26	14,61	39	14,18
PROGRAMAS DEPORTIVOS	84	47,19	121	44
SALIR CON FAMILIA	62	34,83	99	36
DESCONOCE	6	3,37	16	5,82
TOTAL	178	100,00	275	100,00

Fuente: estudiantes

Elaboración: autor

Gráfico 4.1.15 Alternativas para el buen uso del tiempo libre



Fuente: cuadro 4.1.15

Elaboración: autor

Entre las alternativas para el buen uso del tiempo libre, el 47,19 % en hombres y el 44 % en las mujeres, consideró la planificación de más programas deportivos y de recreación, en tanto el 34,83 % y el 36 % respectivamente le apuesta a la recreación en el plano familiar.

Es imprescindible que el departamento se preocupe no solamente por la recreación del estudiante sino extender su radio de acción a programas que involucre la participación de la familia con la finalidad de fomentar la cultura del deporte y la integración.

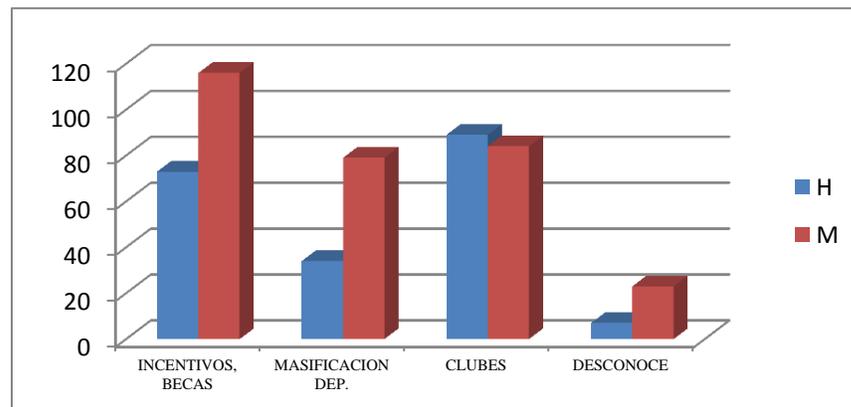
Cuadro 4.1.16. Acciones para mejorar la imagen institucional en el deporte

REPRESENTACION	H	%	M	%
INCENTIVOS, BECAS	73	35,96	116	38,41
MASIFICACION DEP.	34	16,75	79	26,16
CLUBES	89	43,84	84	27,81
DESCONOCE	7	3,45	23	7,62
TOTAL	203	100,00	302	100,00

Fuente: estudiantes

Elaboración: autor

Gráfico 4.1.16. Acciones para mejorar la imagen institucional en el deporte



Fuente: cuadro 4.1.16

Elaboración: autor

Dentro de las acciones que deben emprenderse para mejorar la representación institucional en el campo deportivo, un 43,84 % de varones se inclinaron por la formación de clubes; mientras que el 38,41 % de mujeres por la creación de incentivos y becas para deportistas.

Tiene que establecerse dentro del ámbito de la ley lo necesario para aprovechar la presencia de talentos dentro de la universidad y que no son motivados a intervenir en representación de la institución por la falta de estímulos.

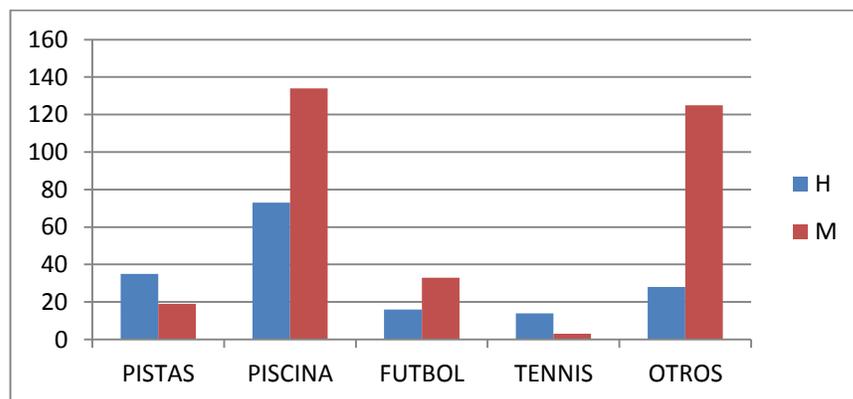
Cuadro 4.1.17. Creación de escenarios deportivos

ESCENARIOS DEP.	H	%	M	%
PISTAS	35	21,08	19	6,05
PISCINA	73	43,98	134	42,67
FULBITO, FUTBOL	16	9,64	33	10,51
TENNIS	14	8,43	3	0,96
OTROS	28	16,87	125	39,81
TOTAL	166	100,00	314	100,00

Fuente: estudiantes

Elaboración: autor

Gráfico 4.1.17. Creación de escenarios deportivos



Fuente: cuadro 4.1.17

Elaboración: autor

Los escenarios requeridos, son muchos así opinaron mayoritariamente los dos géneros; sin embargo el 43,98 % de hombres y el 42,67 % estimaron que se necesita la piscina, también consideraron que se requerían locales para bailoterapia, pista para bicicleta, etc.

El departamento debe abrir los espacios necesarios conforme las disponibilidades presupuestarias y lo que dictamina la ley del buen vivir, para lograr la inclusión mayoritaria sin distinción de razas, religión o clase social.

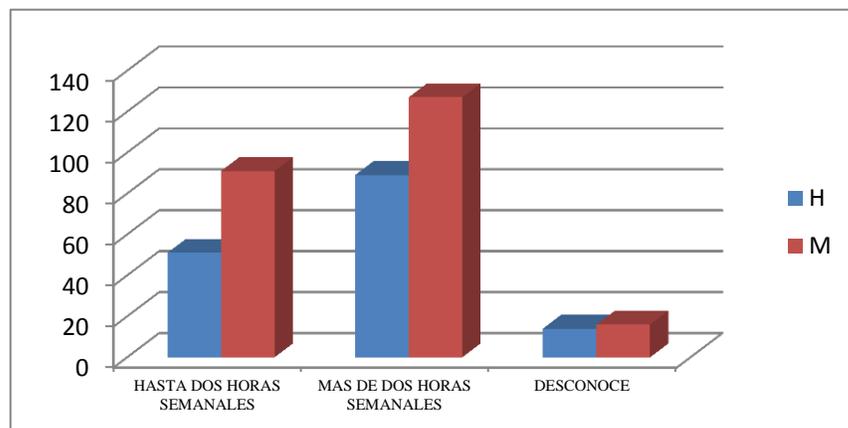
Cuadro 4.1.18. Tiempo necesario para la práctica deportiva

TIEMPO/ SEMANA	H	%	M	%
HASTA DOS HORAS	51	33,12	91	38,89
MAS DE DOS HORAS	89	57,79	127	54,27
DESCONOCE	14	9,09	16	6,84
TOTAL	154	100,00	234	100,00

Fuente: estudiantes

Elaboración: autor

Gráfico 4.1.18 Tiempo necesario para la práctica deportiva



Fuente: cuadro 4.1.18

Elaboración: autor

Una adecuada preparación física se consigue practicando más de dos horas semanales, así lo creen el 57,79 % de los varones y el 54,27 % de las mujeres, mientras que por un tiempo menor se pronunció el 33,12 % de varones y el 38,89 % de las mujeres.

Debe considerarse la ley de educación superior y la ley del deporte en lo que respecta a créditos a aprobarse en esta asignatura y al tiempo necesario de actividad deportiva para generar bienestar en el estudiante. Adicionalmente deben planificarse eventos, de tal manera que la práctica del deporte sea permanente.

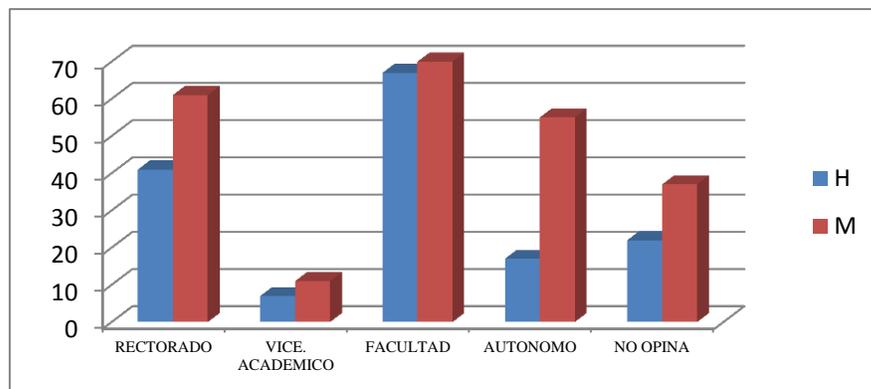
Cuadro 4.1.19. Funcionamiento adecuado del Dpto. de Cultura Física

ADSCRITO	H	%	M	%
RECTORADO	41	26,62	61	26,07
VICERRECTORADO	7	4,55	11	4,70
FACULTAD	67	43,51	70	29,92
AUTONOMO	17	11,04	55	23,50
NO OPINA	22	14,28	37	15,81
TOTAL	154	100,00	234	100,00

Fuente: estudiantes

Elaboración: autor

Gráfico 4.1.19 Funcionamiento adecuado del Dpto. de Cultura Física



Fuente: cuadro 4.1.19

Elaboración: autor

Para un funcionamiento apropiado del departamento de cultura física, el 43,51 % de estudiantes consideran que funcionaría mejor si este dependiera de una Facultad, así concordaron las estudiantes con el 29,92 %.

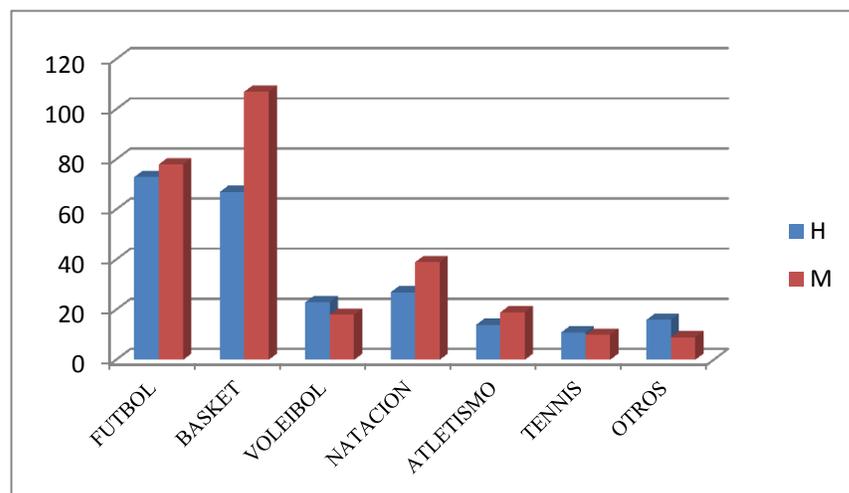
Cuadro 4.1.20. Creación de clubes

CLUBES	H	%	M	%
FUTBOL	73	31,60	78	27,86
BASKET	67	29,00	107	38,21
VOLEIBOL	23	9,96	18	6,43
NATACION	27	11,69	39	13,93
ATLETISMO	14	6,06	19	6,79
TENNIS	11	4,76	10	3,57
OTROS	16	6,93	9	3,21
TOTAL	231	100,00	280	100,00

Fuente: estudiantes

Elaboración: autor

Gráfico 4.1.20 Creación de clubes



Fuente: cuadro 4.1.20.

Elaboración: autor

Al ser consultados sobre los clubes que consideraban se debían conformar para una mejor organización y obtener mejores resultados en el campo deportivo, el 31,60 % de estudiantes varones consideraron que el fútbol era su primera opción, mientras el 38,21 % de estudiantes mujeres se inclinaron por el básquet, otras disciplinas deportivas tuvieron su acogida en menor proporción.

Vemos que los deportes son practicados indistintamente por varones o mujeres, de allí que para la aprobación de la asignatura se debe considerar el hacerlo por deporte.

4.2 ENCUESTA A DOCENTES DE LA UTMACH

Cuadro 4.2.1. Razones para que la actividad física sea una necesidad en el ser humano

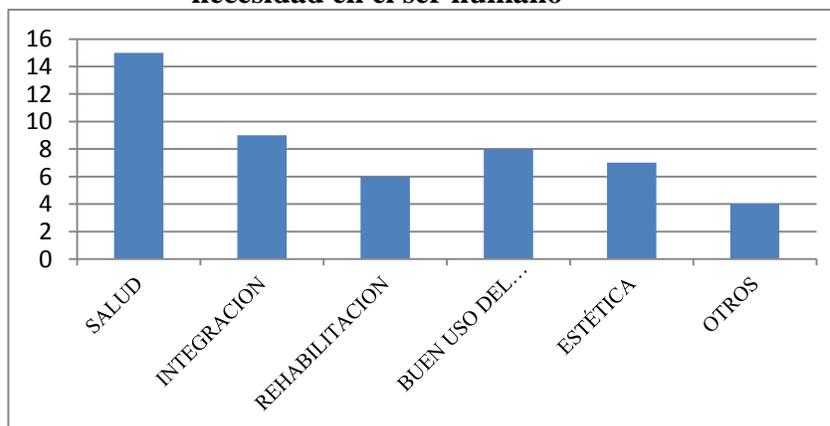
BENEFICIOS	DOCENTES	%
SALUD	15	30,6
INTEGRACION	9	18,4
REHABILITACION	6	12,2
BUEN USO DEL TIEMPO LIBRE	8	16,3
ESTÉTICA	7	14,3
OTROS	4	8,2
TOTAL	49	100

Fuente: estudiantes

Elaboración: autor

Del total de respuestas de los docentes encuestados, el 30,6 % concuerda que la principal razón para que la actividad física sea una necesidad constante, es la salud; sin embargo hubo otras respuestas que le siguieron en importancia como la integración personal con el 18,4 %. Y el buen uso del tiempo libre con el 16,3 %.

Gráfico 4.2.1. Razones para que la actividad física sea una necesidad en el ser humano



Fuente: cuadro 4.2.1.

Elaboración: autor

Cuadro 4.2.2. Actividades de estudiantes en su tiempo libre

ACTIVIDADES	DOCENTES	%
ACTIVIDAD FISICA	4	11,4
ESTUDIO	7	20,0
USO DE TECNOLOGIA	15	42,9
CONFRATERNIZAR	6	17,1
OTROS	3	8,6
TOTAL	35	100

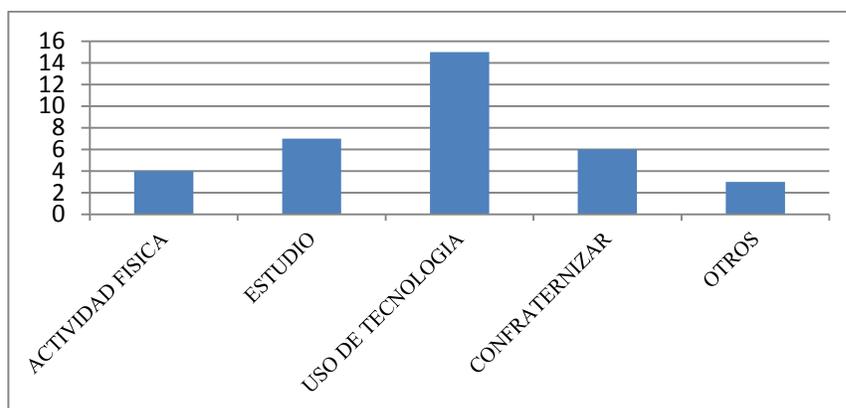
Fuente: docentes

Elaboración: autor

El 42,9 % de respuestas de los docentes considera que los alumnos dedican su tiempo libre en el uso de la tecnología, como son el celular, internet, etc.; además entre sus múltiples respuestas también está el estudio con el 20 %.

Se observa a diario que la juventud actual aplica mucho de su tiempo libre en el celular, internet, chat, etc.; la tecnología cada vez ejerce mayor influencia en los jóvenes hasta el punto de relegar a un segundo plano las actividades físicas.

Figura 4.2.2. Actividades de estudiantes en su tiempo libre



Fuente: cuadro 4.2.2

Elaboración: autor

Cuadro 4.2.3. Calidad de la actividad física de estudiantes

CALIDAD	DOCENTES	%
MALA	9	60,0
REGULAR	3	20,0
BUENA	3	20,0
MUY BUENA	0	0,0
TOTAL	15	100

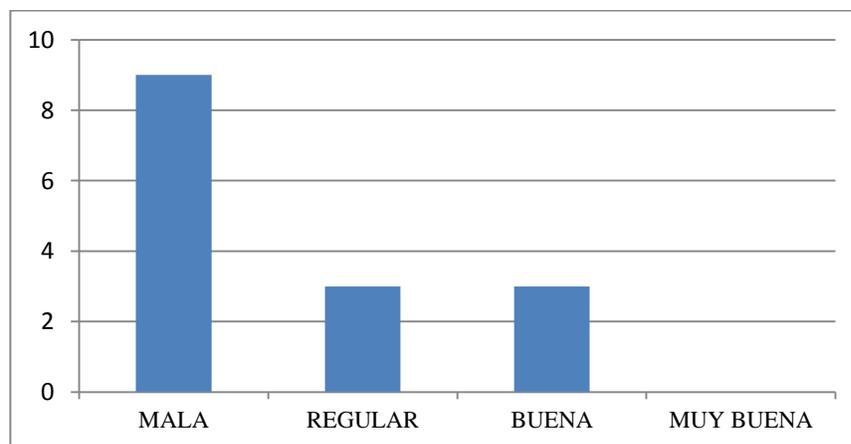
Fuente: docentes

Elaboración: autor

El 60 % de respuestas apuntan que la ejercitación física de los estudiantes es mala, mientras que un 20 % apenas expresa que es buena.

El desconocimiento o la ausencia de profesionales que guíen en la práctica, hace que ellos realicen una actividad física espontánea, no siendo esta la más aconsejable. Aquí podemos palpar la necesidad de que exista una planta titular de profesionales en cultura física y ciencias afines que guíen la preparación del estudiante.

Figura 4.2.3. Calidad de la actividad física de los estudiantes



Fuente: cuadro 4.2.3

Elaboración: autor

Cuadro 4.2.4. Contribución de la asignatura Cultura Física en el estudiante.

IMPACTO	DOCENTES	%
REDUCCION DE SEDENTARISMO	9	60,0
PREVENIR ENFERMEDAD	1	6,7
BIENESTAR FÍSICO Y MENTAL	2	13,3
RENDIMIENTO EN ESTUDIO	2	13,3
OTROS	1	6,7
TOTAL	15	100

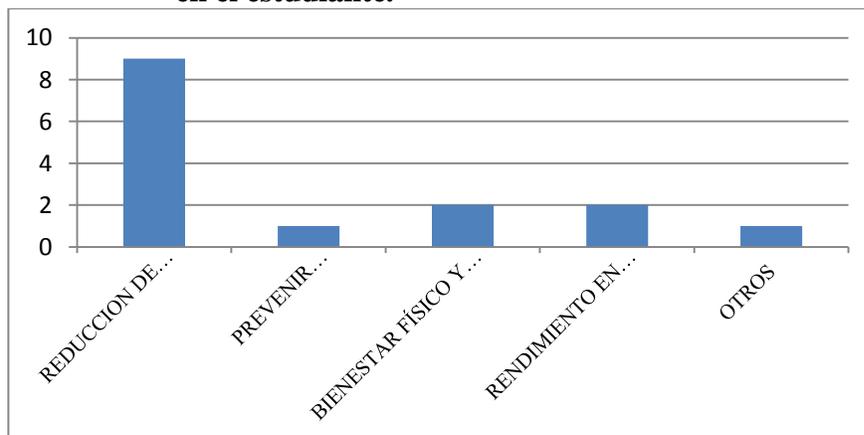
Fuente: docentes

Elaboración: autor

La inclusión de la asignatura de cultura física en el pensum de estudio contribuirá a reducir el sedentarismo, así opina el 60 %, mientras en segundo término comparten el bienestar físico y mental y el rendimiento en los estudios con el 13,3 %.

Todos los esfuerzos que se hagan con el funcionamiento del departamento no serán suficientes sino se incluye en sus contenidos la estimulación del estudiante a adoptar nuevas formas de vida y hábitos alimenticios.

Figura 4.2.4. Contribución de la asignatura de Cultura Física en el estudiante.



Fuente: cuadro 4.2.4.

Elaboración: autor

Cuadro 4.2.5. Importancia de crear el departamento de Cultura Física

IMPORTANCIA	DOCENTES	%
PLANIFICACIÓN	13	50,0
MASIFICACIÓN DEPORTIVA	7	26,9
CREACIÓN DE ESCENARIOS	4	15,4
ELEVAR NIVEL DEPORTIVO	2	7,7
OTROS	0	0,0
TOTAL	26	100

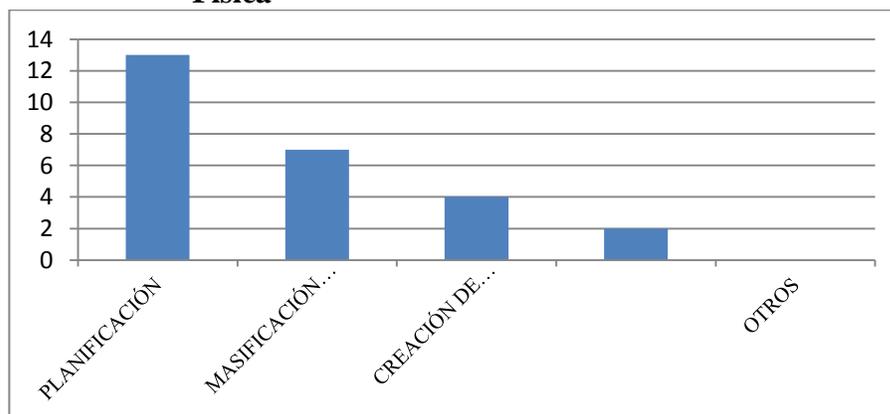
Fuente: docentes

Elaboración: autor

El 50 % de las respuestas de los docentes, estima que es la planificación, el aspecto más relevante al crear el departamento de cultura física, el 26,9 % en cambio manifestó que la oportunidad de masificar el deporte gana mucho; el 15,4 % considera que se verá beneficiada la infraestructura deportiva.

Concluimos que en varios aspectos se beneficiarán con la creación del departamento, de ahí su importancia.

Figura. 4.2.5. Importancia de crear el departamento de Cultura Física



Fuente: cuadro 4.2.5.

Elaboración: autor

Cuadro 4.2.6. El departamento debe funcionar adscrito a:

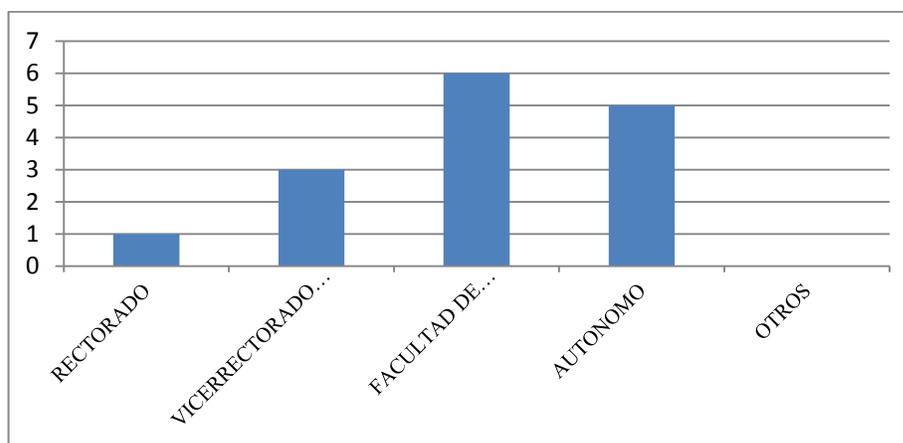
DEPENDIENTE	DOCENTES	%
RECTORADO	1	6,7
VICERRECTORADO ACADÉMICO	3	20,0
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES	6	40,0
AUTONOMO	5	33,3
OTROS	0	0,0
TOTAL	15	100

Fuente: docentes

Elaboración: autor

La mayoría del 40 % señala que es más conveniente que el departamento de cultura física funcione adscrita a la Facultad de Ciencias Sociales, aunque con poca diferencia el 33,3 % opina que debería conformarse una comisión de estamentos universitarios que tenga independencia y esté a cargo de todo lo concerniente al deporte universitario..

Figura 4.2.6. El departamento debe funcionar adscrito a:



Fuente: cuadro 4.2.6.

Elaboración: autor

**Cuadro 4.2.7. Como considera la infraestructura deportiva
Existente**

CONSIDERACIÓN	DOCENTES	%
ESCASA	12	80,0
SUFICIENTE	3	20,0
TOTAL	15	100

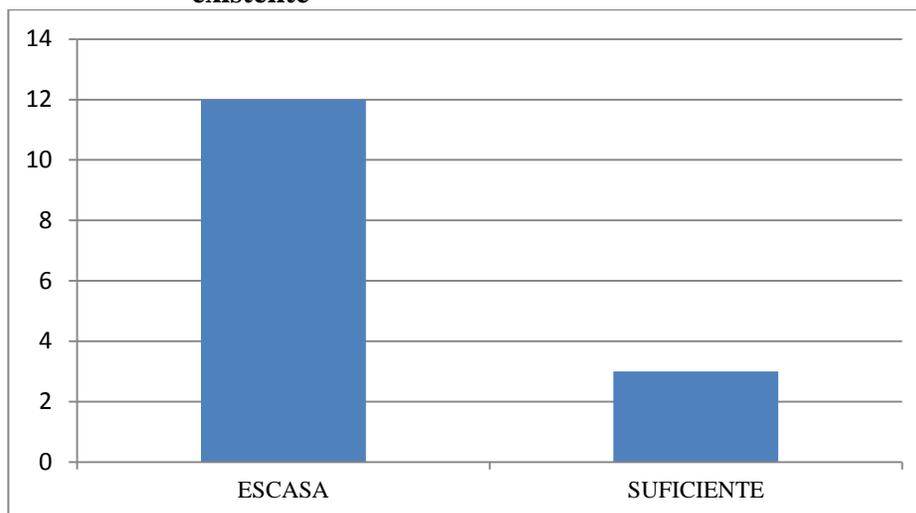
Fuente: docentes

Elaboración: autor

Del total de encuestados, el 80% considera que la infraestructura deportiva con que cuenta la universidad es escasa y que se requiere mucho más para una adecuada práctica deportiva.

A pesar de contar con varios escenarios deportivos, se puede concluir que se aspira a la creación de otros escenarios que sirvan para diversificar los deportes.

**Figura. 4.2.7 Como considera la infraestructura deportiva
existente**



Fuente: cuadro 4.2.7.

Elaboración: autor

Cuadro 4.2.8. Que escenarios deportivos considera deben crearse

ESCENARIOS	DOCENTES	%
FÚTBOL	12	18,8
PISCINA	15	23,4
COLISEO DE GIMNASIA	9	14,1
PISTA ATLÉTICA	8	12,5
CANCHAS MÚLTIPLES	13	20,3
OTROS	7	10,9
TOTAL	64	100

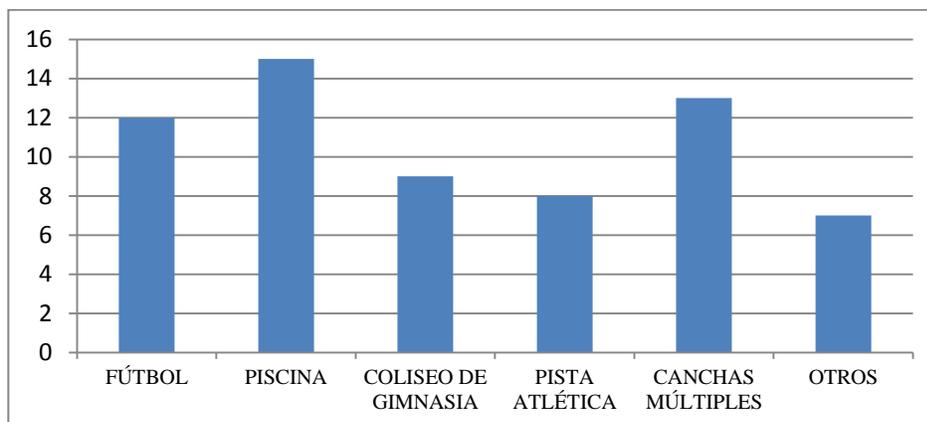
Fuente: docentes

Elaboración: autor

De las múltiples respuestas consideradas, el 23,4 % consideran que se requiere crear la piscina, sin embargo muchas de las respuestas apuntan a otro tipo de escenarios deportivo, como opina el 20,3 % en la creación de canchas múltiples.

Varias opiniones dejaban ver la necesidad de implementar otros tipos de escenarios como salones para bailoterapia, para deportes de combate, concluyéndose que aún se deben crear muchos escenarios en la universidad.

Figura. 4.2.8. Que escenarios deportivos considera deben crearse



Fuente. Cuadro 4.2.8.

Elaboración: autor

4.3 ENTREVISTA A DIRECTIVOS DE OTRAS UNIVERSIDADES

Con la finalidad de observar la infraestructura que tienen otras universidades del país e inquirir sobre el funcionamiento de su centro de cultura física u otra denominación similar se trasladó hacia algunas universidades, recibiendo atención en algunos casos de los máximos directivos y en la ESPE, donde logramos interrogar a docentes de la carrera de cultura física.

4.3.1 DECANO DE CULTURA FÍSICA DE LA U.C.E.



Máster Guido Guillén

Nuestro entrevistado nos manifestó que se viene impartiendo la asignatura de educación física desde hace muchísimos años atrás a la par de la preparación de profesionales de tercer nivel, denominándose Centro de educación física.

Los estudiantes deben aprobar como requisito para graduarse en cualquier carrera, dos niveles de educación física, es decir que hay flexibilidad en esto, aunque la aprobación se lo hace por deportes y al final se reporta la aprobación cualitativa, mas no cuantitativa.

Los estudiantes se inscriben en una de las disciplinas deportivas que oferta y una vez que se ha llenado el cupo que está de acuerdo a la cantidad de instructores y de disponibilidad de escenarios, tienen que escoger otra disciplina.

Al igual que cualquier Facultad, el centro de educación física está directamente dirigido por la facultad de cultura física que la preside el como Decano y demás integrantes del cuerpo directivo.

Es el centro de Educación física, el encargado de planificar y ejecutar lo referente a competencias deportivas, sin embargo pueden darse ciertas actividades que las ejecutan grupos de manera extraoficial; aunque cuando coordinan con el centro, tienen todo el apoyo en lo referente a infraestructura de acuerdo a las posibilidades del momento y en ese aspecto, primero se atiende las actividades académicas y deportivas organizadas por la Facultad y el Centro.

En el transcurso de su formación encontró obstáculos del desinterés de las autoridades centrales, que no le daban mayor importancia y por lo tanto el apoyo económico era limitado, hasta que lograron independizarse y convertirse en Facultad y como tal tuvo representación en el máximo organismo colegiado superior e hicieron escuchar su voz, reclamando atención para la carrera.

Antiguamente los deportes más practicados eran los tradicionales como fútbol, básquet, voleibol y defensa personal, sin embargo con el transcurrir de los años se fueron creando nuevos deportes y se fueron incluyendo conforme se presentaban las demandas y así hoy se

ha incursionado en bailoterapia, tenis de campo y se ha dado especial cobertura al deporte de montaña con actividades que incluyen la preservación del ambiente.

Dentro de la infraestructura deportiva con que cuenta, se pudo conocer el estadio cerrado de fútbol, con su respectiva pista atlética con condiciones para desarrollar varios deportes, canchas de uso múltiple, campos de tenis, salas para actividades bajo sombra, coliseo cerrado, piscina, entre las principales.

Al momento se cuenta con personal idóneo en medicina deportiva, que son los encargados de velar por la integridad de los deportistas y para cumplir este fin hay una sala para masajes y rehabilitación.

Se motiva al estudiante para que opte por hacer actividad física con mayor frecuencia ya que ello conlleva a mantenerlos saludables y con una mejor predisposición para su formación profesional. En este aspecto el centro de cultura física además de planificar los horarios de clases de los estudiantes, también se preocupa por la constante competencia mediante campeonatos en diversas disciplinas.

El Centro de Educación Física ha impulsado la realización de campeonatos internos, pero más que eso se promueve la participación de deportistas con fines competitivos, a través de ayudas que se gestionan ante personas o empresas, se contribuye sobre todo a apoyar en los estudios a personas que se destacan en alto rendimiento deportivo y que no tienen capacidad económica para estudiar.

Lamentablemente la alta población estudiantil que atiende, que son alrededor de 8000 personas hace que la oferta se centre exclusivamente dentro de la universidad, sin embargo a medidas de las posibilidades se realizan eventos de formación deportiva ocasionalmente.

Sin embargo a pesar de estar encargado del deporte universitario, es también cada gremio universitario que ocasionalmente organiza eventos con la finalidad de recreación y deporte para sus miembros. Sin embargo toda la infraestructura está a cargo del centro de educación física.

Se han formado agrupaciones de deportistas que se dedican a alguna disciplina deportiva en particular y ellos tienen la guía de un entendido en la materia, sin embargo en este aspecto se trabaja con los dirigentes estudiantiles apoyando sus labores con la infraestructura que contamos.

Es importante que las máximas autoridades entiendan la relevancia de la actividad física y el deporte en la salud y destinen recursos suficientes para dotar de más y mejor infraestructura e implementación, de tal manera que estemos actualizados y pueda el deportista realizar su labor adecuadamente.

En el campo de la investigación aún no han incursionado y se debe justamente al poco presupuesto con que cuentan y también a la falta de especialistas en diversas áreas del deporte.

4.3.2 COORDINADOR DE CULTURA FÍSICA DE LA UNL



Lcdo. José Mocoa

La carrera de Cultura Física se inició hace muchos años, pero el departamento de Educación Física Universitario hace unos cuantos años atrás, viene impartiendo la práctica de esta asignatura a todos los estudiantes de las diferentes carreras que existen en la universidad.

La universidad en los actuales momentos no cuenta con Facultades y son únicamente carreras que dependen del Jefe de área, habiendo coordinadores de carreras que son los encargados en este caso de la carrera de Cultura Física y del Departamento de Educación Física universitario, contando con el cuerpo académico que es el encargado de la malla curricular y demás aspectos de este tipo.

Es la carrera que tiene la ardua tarea de planificar las actividades deportivas anualmente para los estudiantes y en ellas participan los propios estudiantes de los cursos superiores de la carrera como colaboradores en todos los aspectos que se requieren, sin embargo también se coordina actividades con Liga Deportiva Universitaria y todos los escenarios deportivos son manejados exclusivamente por esta coordinación y se los facilita conforme la disponibilidad.

Han tenido el apoyo de las autoridades centrales, aunque en lo que respecta al mantenimiento de los escenarios deportivos se nota mucha despreocupación y se debe según ellos a que el servicio de mantenimiento está centralizado por otro departamento y no realizan mantenimiento a diario si no cuando hay la disponibilidad del recurso humano.

Los deportes practicados preferentemente son los tradicionales como fútbol, básquet, voleibol, deportes de combate, aunque estamos incursionando en otro tipo de actividades que tengan similitud o contribuyan a la formación profesional de cada carrera como por ejemplo, montañismo, excursión, entre otras.

Se cuenta con el estadio de fútbol cerrado con tribuna a las partes laterales, además de la pista atlética, canchas alternas de fútbol y fulbito, coliseo cerrado para básquet, coliseo cerrado para actividades de gimnasia y deportes de combate, un gimnasio pequeño de pesas que han proyectado ampliarlo más adelante, canchas de voleibol, sala de tenis de mesa, sala para danza y aeróbicos, canchas de tenis de campo, entre las principales.

Al momento se cuenta con un departamento médico que tiene dos profesionales en medicina deportiva, que son los encargados de velar por la integridad de los deportistas y para cumplir este fin hay una pequeña sala que funciona como laboratorio de fisioterapia y también para pruebas de esfuerzo.

Motivan al estudiante a optar por la actividad física con mayor frecuencia, pero lo más trascendental es que los últimos años de la carrera de Cultura Física deben acudir hacia barrios y cantones, preferentemente de su residencia a impartir estos conocimientos a favor de la población.

En lo referente a quienes deben aprobar la asignatura se les permite hacer su práctica en la disciplina que se sientan mejor y que puedan desarrollar sus habilidades hasta completar el cupo que va de acuerdo a la disposición de escenarios deportivos y de los instructores. El departamento está en capacidad de atender anualmente a 1600 estudiantes.

Existe flexibilidad para que el estudiante pueda aprobar la asignatura como requisito previo a graduarse y su etapa de estudios corresponde a dos ciclos, siendo su calificación cuantitativa, es decir deben aprobar y estos resultados finalmente se emiten a la coordinación de la carrera del estudiante, entregándosele además un certificado de haber aprobado el curso.

También existe preocupación por la constante competencia mediante campeonatos en diversas disciplinas.

El impulso que ha dado el centro se concentra en realización de campeonatos, pero más que eso se promueve la participación de deportistas con fines recreativos y competitivos, habiendo tenido deportistas que han triunfado en diversas competencias.

La logística y la situación económica de la universidad no ha permitido que se pueda dedicar a la formación de clubes, aunque no se descarta que en un futuro inmediato sea una realidad y es solo Liga Deportiva Universitaria que funciona como tal representando en diversas disciplinas deportivas, con las limitaciones del caso.

La creación de una partida presupuestaria suficiente para el mantenimiento y reparación de escenarios deportivos, que como pudo observarse se hallan un tanto descuidados, permitirá que se concentre esfuerzos en los clubes.

Con los cambios que se han dado últimamente en el aspecto académico, a la par se quiere dar fiel cumplimiento a las disposiciones del SENESCYT y llamar a concurso a profesores de alto nivel con postgrado y a partir de ahí iniciar investigaciones en los diversos aspectos de la actividad física.

Si bien el centro está encargado del deporte universitario, es también cada gremio universitario que ocasionalmente organiza eventos con la finalidad de recreación y deporte para sus miembros. Sin embargo toda la infraestructura está a cargo del centro de cultura física

4.3.3 DOCENTES DE CULTURA FÍSICA DE LA ESPE



Dra. Carmita Quizhpe – docente de la ESPE

Los directivos de la carrera de Cultura Física no se encontraron el momento de la visita, por lo que se dialogó con docentes que nos dieron detalles de la forma que viene desarrollando sus actividades en el aspecto académico y señalaron que la carrera tiene muchos años en ejercicio y si existe la obligatoriedad que es aprobada en el curso de iniciación como un requisito para ingresar a estudiar en los cursos regulares y lo hacen como la educación física general, es decir viendo un poco de cada deporte y recreación.

Se encontraba dirigida por un decano, con el resto de funcionarios que corresponde a una Facultad y quien hacía de coordinador de la carrera.

En lo que respecta al deporte, son los responsables de planificar y ejecutar las actividades deportivas oficiales, aunque suele suceder que se presentan en ocasiones otras actividades de este tipo donde solo facilitan los escenarios deportivos; pero una cosa que hay que

destacar, en lo referente a la organización en el uso de los diferentes escenarios, todo se lo hace con una respectiva planificación.

Existe una preocupación permanente por el desarrollo del deporte y todas las actividades físicas, que son atendidas oportunamente y se pudo observar que los escenarios deportivos tienen un continuo mantenimiento, de ahí que tienen una buena presentación; eso es algo relevante y por otro lado los estudiantes para desarrollar sus actividades deportivas tienen su respectivo uniforme institucional, a decir de ellos no es admisible por ningún concepto que alguien pretenda fomentar el caos en este sentido.

Los escenarios deportivos existen para varias disciplinas, como dos canchas de fútbol, varias canchas múltiples donde se juega el voleibol, básquet, indor y pueden hacer actividades de recreación, piscina, salas para otro tipo de deporte como de combate, gimnasio suficientemente basto para atender a los estudiantes y se está dando énfasis a prácticas naturales como es montañismo y deportes de aventura y dentro de ello la preservación ambiental.

Además de profesionales en cultura física, hay otro tipo de profesionales en la salud que también integran su planta y que están prestos para cualquier eventualidad que se presente con los deportistas, velando por su integridad, es decir el respectivo departamento médico.

Hay la motivación al estudiante a integrarse a la realización de la actividad física con mayor frecuencia, con la finalidad de mantenerlos saludables y con una mejor predisposición para su formación profesional, contribuyendo a una formación más integral; la realización de eventos siempre son una constante donde se hace un alto al estudio para la participación general, aunque este tipo de eventos son debidamente planificados para que no sea un obstáculo en los estudios.

El impulso que ha dado el centro se concentra en la realización de campeonatos, pero más que eso se promueve la participación de deportistas con fines competitivos. Aunque por la exigencia de los estudios aún no han introducido la formación de clubes de algún deporte.

La universidad íntegramente funciona en forma normal y es administrada correctamente, de ahí que es una de las universidades que tiene acreditación; además de contar con personal que ha investigado en el campo de la actividad física y que en su momento hicieron públicos los resultados.

CREACIÓN DEL DEPARTAMENTO DE CULTURA FÍSICA

4.4 DESCRIPCIÓN DE LA PROPUESTA

El Departamento de Cultura Física es una dependencia académica y administrativa que debe funcionar como una organización autónoma que rinda informes y cuentas al rectorado o vicerrectorado académico de la Universidad Técnica de Machala, esto se lo plantea así en vista de los buenos resultados que se han observado en las universidades visitadas, donde existen ya sea como centros de educación física o como departamento.

Internamente estará dirigida por una comisión que represente a todos los estamentos de la universidad como se detalla a continuación:

- El Rector o su delegado, quién la presidirá
- Un representante de la asociación de profesores
- Un representante de la asociación de empleados
- Un representante por los estudiantes (L.D.U.)
- El administrador de los escenarios deportivos

Este modelo de organización permitirá que todos los estamentos estén representados, con la finalidad de que todos los eventos de carácter deportivo que se realicen dentro de la universidad ya sea para docentes, empleados o estudiantes, sea conocida y planificada por la comisión con la finalidad de que, los escenarios deportivos puedan ser ocupados por todos, sin que exista la desorganización que se ha dado en algún momento, cuando dos o más eventos se han programado a la misma fecha y hora, ocasionando inconvenientes en el cumplimiento de los eventos.

Esto significa que cada gremio, a través de su delegado presentará oportunamente ante la comisión los eventos a realizar, para que haya un estudio al respecto y se planifique todos los eventos a ejecutarse durante el año lectivo.

La recreación espontánea de los alumnos en sus ratos libres, tendrá la acogida debida, podrá hacer uso de cualquier escenario e implementos deportivos, siempre y cuando su desenvolvimiento no signifique obstáculo para otras actividades que previamente estaban establecidas, como son eventos planificados o clases de cultura física en alguno de los escenarios; para el efecto debe publicarse mediante carteleras en sitios muy frecuentados del campus del deporte una planificación que informe semanalmente o por lo menos en forma mensual todas las actividades que han sido autorizadas por la comisión.

Para el efecto de aprobarse la asignatura de cultura física como parte del contenido académico de la profesión que estudia, se toma las experiencias vividas en las otras universidades y su aprobación se hará con el escogimiento de un deporte, por parte del alumno, que será aceptado siempre y cuando exista el cupo disponible que está limitado por los escenarios deportivos con que se cuenta y los horarios que se establezcan; en este caso el alumno deberá optar por otro deporte.

Para evitar contratiempos con la falta de escenarios, la autoridad dispondrá que el departamento tenga un presupuesto, que permita la creación de nuevos campos deportivos para un adecuado desenvolvimiento físico.

En el transcurso del tiempo conforme haya la disposición de canchas y la capacidad suficiente, en cuanto a infraestructura deportiva, se extenderá su radio de acción ofreciendo espacios de recreación a la sociedad Orense desde la etapa de formación con niños hasta la recreación y rehabilitación con el adulto mayor, de tal manera que se convierta en un referente del deporte y la actividad física; para una efectiva representación institucional se promoverá una preparación efectiva a través de la creación de clubes en varios deportes tradicionales, que tienen aceptación, sin descartar la incursión en nuevas formas de realizar la ejercitación del cuerpo y en deportes de aventura y riesgo.

4.4.1 PROPÓSITO

La unidad creada tendrá como propósito principal además de la impartición de la cultura física como asignatura obligatoria, también convertirse en un ente planificador de eventos de carácter deportivo y de recreación que permita el acceso a un mejor estilo y calidad de vida, como una política institucional; al respecto muchos autores sostienen que la actividad física y el deporte en particular se divisan en estos tiempos como formas de intervención para lograr una mejor calidad de vida de los habitantes.

Estas actividades deben servir además, para desarrollar las capacidades y actitudes físicas a través justamente de la práctica permanente del ejercicio y el deporte, utilizando de la mejor manera las técnicas, tácticas que asimilará en el estudio de la asignatura.

La promoción e investigación en el campo deportivo que permita elevar el nivel competitivo del deportista y como parte del desarrollo integral de la persona; lamentablemente hasta hace poco tiempo no había en nuestro país investigadores en este campo y aún se encuentran rezagos y son aceptados como personas que pueden dirigir o desempeñar funciones en el campo deportivo, cualquier persona independientemente de su preparación y muchos de ellos solamente han utilizado el deporte como una plataforma política o para escalar posiciones sociales, sin descartar casos de corrupción que se han dado con mucha frecuencia, de ahí que los resultados que se han obtenido han sido escasos en el ámbito competitivo.

Una de las finalidades del departamento es la práctica permanente del deporte, como el fútbol, básquet, voleibol, natación, gimnasia, pesas y sus variedades, deportes de combate, atletismo y actividades de recreación como es el montañismo, bailoterapia, ciclismo, excursiones siempre tendientes a la preservación del medio ambiente; se debe ampliar las opciones de deportes, existe aún una polarización respecto a las preferencias de los deportes, los varones siempre se inclinan mayoritariamente al fútbol, mientras que las

mujeres prefieren el básquet; el departamento debe incluir y orientar a los alumnos para que se preparen en otro tipo de actividades que brindan mucha satisfacción a la persona como son los deportes en ambientes naturales, como otras formas de recrearse en el campo de la fotografía, el arte, etc.

Pero sobre todo está el encausamiento del ser humano en la formación de su conciencia y la práctica de los valores humanos como son la disciplina, el esfuerzo y el respeto hacia sus semejantes.

4.4.2 ACTIVIDADES INMEDIATAS

- Presentación de la propuesta a las instancias correspondientes para su aprobación y puesta en marcha.
- Agregar la asignatura de cultura física en las carreras que aún no la tienen en el diseño curricular, estableciendo la obligatoriedad de aprobar cuantitativamente al igual que cualquier otra asignatura, como un requisito para graduarse.
- Acondicionamiento y modernización de la infraestructura e implementos deportivos, sin menoscabar el entorno ambiental.
- Adquisición de implementos deportivos que se utilizarán en cada deporte.
- Difusión al interior de la ciudadela universitaria, de las actividades que oferta la unidad, haciéndolo extensivo a la población a medida que haya los espacios disponibles para hacerlo.
- Contratar a personal calificado en las áreas de cultura física, psicología y medicina deportiva, conforme se vayan estableciendo los programas a ejecutar.

4.4.3 ESTRUCTURA ADMINISTRATIVA

El departamento como ya se enunció debe estructurarse de una forma autónoma, con la representación de cada estamento universitario; es decir debe estar conformada por un delegado de los estudiantes, un delegado de los profesores, un delegado por los servidores universitarios, un delegado de la carrera de cultura física de la Facultad de Ciencias Sociales y el administrador de los escenarios deportivos; de esta forma se puede organizar a cabalidad todos los eventos, sin que se organicen en las mismas fechas y horas que conllevaría a un fracaso de ellos; tanto los espacios físicos para el deporte como las actividades deportivas deben ser regentadas por esta comisión.

De esta comisión se nombrará un director, que es quien presidirá el departamento, además estará integrado por el personal administrativo y de mantenimiento, así como los profesionales del área y afines, como psicólogo y medicina deportiva.

4.4.4 EL DIRECTOR

Es la persona que tiene la obligación académica y administrativa del Departamento y que rinde cuentas al Rector y Vicerrector Académico y los requisitos que debe cumplir para esta función están enumerados en el reglamento que posteriormente se encuentra transcrito.

Siendo la persona que está constantemente dirigiendo el departamento, entonces también es importante y necesario que cuente con las herramientas necesarias como son los conocimientos en ciencias administrativas, que le serán muy útiles en el buen desempeño y organización de las actividades diarias.

Así como tácticas de resolución de conflictos que se presentarán diariamente en los alumnos; lamentablemente por la edad, no tienen en determinado momento la capacidad para canalizar esas energías que se producen dentro del deporte y terminan por agredirse

entre ellos, es ahí donde el Director como máximo personero en el departamento y con la ayuda del profesor sabrán motivar al alumno para utilizar positivamente esos esfuerzos.

Sus deberes también se los enumera más adelante en el reglamento que se propone.

4.4.5 LOS DOCENTES

Son los profesionales que se encargarán de impartir la cátedra de cultura física conforme la programación anual del departamento, además de contribuir en la dirección de programas alternativos de recreación y de la dirección de los diferentes clubes que se creen.

Para su ingreso, deben cumplir con los requisitos que exige la ley en cuanto a su formación académica.

4.4.6 LOS PROFESIONALES DE CIENCIAS AFINES

Deben cumplir las formalidades de ley en cuanto a su título académico y se incluyen los que se requiera para el normal desempeño y atención a los estudiantes; como es en el área de fisioterapia, médico general, psicólogo y los demás que sean indispensables.

4.4.7 PERSONAL ADMINISTRATIVO

Se encargarán de lo referente a la administración del departamento como son:

- Encargarse de comunicaciones.
- Inscripción de estudiantes para los cursos regulares.
- Asentamiento de notas y llevar estadísticas.

- Elaboración de los certificados promoviendo el pase de año.
- Registrar la asistencia de los docentes a sus clases.
- Difusión de los eventos deportivos que oferta el departamento.
- Las demás que les sean encargadas conforme dispone el manual de funciones.

4.4.8 PERSONAL DE SERVICIOS

- Cumplirán las obligaciones que se establecen en el manual de funciones.

4.4.9 SISTEMA DE ESTUDIOS

El departamento de Cultura Física funcionará conforme las disposición es que sean aprobadas por el Honorable Consejo Universitario.

1. Se establece horarios flexibles para que los estudiantes tengan acceso a esta asignatura; los días ordinarios a partir de las 14h00 y los días sábado desde las 08h00, pudiendo extenderse la atención en horario nocturno para deportes de combate, aeróbicos, bailoterapia y otros deportes de salón, siempre y cuando haya demanda.
2. Los estudiantes deben aprobar la asignatura escogiendo de entre todas las disciplinas deportivas que se ofertan, siempre y cuando aún haya cupo.
3. Funcionan cursos de hasta 30 estudiantes, aunque en determinadas actividades deportivas o de recreación puede ser flexible, permitiendo el ingreso de más estudiantes.

4. De no haber más cupo para alguna disciplina deportiva, deben escoger deportes alternativos que aún no hayan completado los cupos.
5. Siguiendo dos interciclos de estudio equivalentes a 32 horas clase, de dos horas semanales, que comprende la asistencia a clases teóricas y prácticas, conforme las disposiciones legales.
6. Los ciclos podrá escogerlos de forma continua o alternada, para poder acceder a la incorporación de su carrera profesional.
7. Si no aprueba un ciclo o los dos por inasistencia o falta de calificación, debe inscribirse nuevamente sometiéndose a las disposiciones legales en cuanto a la pérdida de año.
8. La calificación es conforme las disposiciones vigentes para cualquier asignatura.

4.4.10 LOS CLUBES

Estos se organizarán luego de que los estudiantes hayan incursionado en las disciplinas que están cursando; para ello los instructores deben hacer un prolijo seguimiento al potencial deportista para que integre el club de su predilección, para el efecto, el departamento debe gestionar ante las autoridades en lo referente a:

1. Financiamiento de los clubes con la adquisición de implementos e infraestructura exclusiva para cada deporte.
2. Dotar al deportista de la indumentaria necesaria para entrenamiento y representación oficial en eventos.

3. Agilizar mecanismos de incentivos a los deportistas, para que se dediquen exclusivamente a su práctica y los estudios, para el efecto, el departamento de bienestar estudiantil hará un estudio y seguimiento del deportista, de tal forma que se cumpla a cabalidad con este objetivo.
4. Representar al deportista en la posible inclusión a clubes profesionales buscando mecanismos que beneficien la institución y el deportista.
5. Establecer la inclusión de divisiones inferiores o de formación para niñas y niños.

4.4.11 PROGRAMAS DEPORTIVOS PARA TODOS

El departamento se encargará además de su función principal con el estudiante, el elaborar anualmente proyectos de recreación para personas particulares, teniendo presente el objetivo de incluir al adulto mayor en estas actividades que deben ser acordes para su edad y preferentemente en horarios donde puedan asistir como son en horas de la noche y sábados y domingos.

Para dar fiel cumplimiento a estas programaciones se proveerá de los implementos necesarios, así como de los instructores que se requieran conforme al número de participantes. Estos eventos que son para particulares tendrán un costo que será accesible a la economía popular.

Dentro de las actividades que se pueden ofertar están, aeróbicos, levantamiento de pesas, caminatas, ciclopaseos, recreación al aire libre y rodeado de la naturaleza entre otros de acuerdo a los participantes y disposición de escenarios, implementos e instructores.

Las actividades físico-deportivas para discapacitados debe tener una especial consideración e incluirse muchos de los deportes a los cuales pueden acceder dependiendo de sus limitaciones físicas.

Si asentimos que la actividad física reviste gran importancia para la persona normal, mucho más puede estimarse en el caso de la persona minusválida que se convierte en vital para su salud, ya sea como una manera de rehabilitar, potenciando los lugares que sufrieron el daño; de esta manera hay compensación en la parte afectada y puede desenvolverse de una mejor manera.

Muchas sociedades del mundo en estos últimos tiempos han puesto énfasis en la inserción de estas personas con diferente discapacidad, muchas veces este tipo de actos que se los hace humanitariamente y a veces los políticos usan a las personas con otro tipo de fines, como políticos.

En el Ecuador últimamente se ha puesto mucha decisión en incluir dentro del seno de la sociedad a todo tipo de discapacitados, de ahí que paralelamente a las acciones que emprende la fundación Manuela Espejo, también a través de los organismos deportivos se ha implementado actividades físicas y deportivas para todo tipo de discapacitados. En la actualidad las técnicas que se han implementado para dar facilidades a los discapacitados y que puedan competir con el uso de nuevas tecnologías, cada vez son más frecuentes y la participación cada vez es mayor, aunque generalmente no es importante para ellos el triunfo, sino la competición como tal, el saberse capaz de realizar algo que para ellos estaba vedado.

Consecuentemente con la inserción de los discapacitados, también se hace necesario incluir en la práctica de los deportes, a aquellos que tienen fines terapéuticos, con la finalidad de dotar de movilidad a la persona para que pueda llevar una vida mejor, aquí es donde intervienen la fisioterapia y los ejercicios correctivos, por lo que es muy importante contar

con este tipo de unidades dentro del departamento, con los respectivos médicos deportólogos.

4.4.12 CURSOS VACACIONALES

La universidad a través del departamento debe cumplir un rol de guía y formación en valores, de tal manera que propone escuelas de vacaciones para niños de edad escolar, como también para jóvenes durante el período de vacaciones escolares, de tal manera que se fomente en ellos el buen uso del tiempo libre.

Para ello hombres y mujeres tendrán acceso a los deportes más tradicionales como son, fútbol, básquet, natación, defensa personal, recreación, entre otros, para el efecto cada día tendrá que cumplir un horario en un deporte distinto al día anterior.

Estos cursos tendrán un costo que permita atenderlos en la entrega de un uniforme distintivo de la universidad, así como de la provisión de líquido vital en el transcurso de su actividad física y del traslado desde el complejo deportivo hasta la ciudad.

La atención médica es importante su presencia y debe estar presente para auxiliar en el caso de alguna urgencia con los deportistas, para ello se contratará el personal suficiente con conocimientos en el área de la salud.

4.4.13 FINANCIAMIENTO

El financiamiento del departamento será con recursos provenientes del presupuesto de la universidad, aunque hay otros rubros a tomar en cuenta como son:

- Ingresos por escuelas vacacionales.
- Programas deportivos para todas las edades.

- Clubes de iniciación deportiva para niñas y niños.
- Venta de uniformes deportivos.
- Seminarios y cursos deportivos

REGLAMENTO DEL DEPARTAMENTO DE CULTURA FÍSICA DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DE MACHALA

Con la finalidad de organizar y planificar el deporte universitario se establece el presente reglamento que debe ser discutido, analizado, modificado y aprobado de tal manera que cumpla con los objetivos que se plantea con la creación del departamento.

DE LA COMISIÓN DIRECTIVA DEL DEPARTAMENTO DE CULTURA FÍSICA

Art. 1. La comisión está conformada por el Vicerrector Académico que la preside, el Presidente de la asociación de Profesores, el Presidente de la asociación de empleados, el Presidente de Liga Deportiva Universitaria y el administrador del coliseo de deportes.

Art. 2. La comisión nombrará un Director que dirigirá el Departamento ciñéndose a las disposiciones de la comisión y del Vicerrector.

Art. 3. La comisión se reunirá cada dos meses en forma ordinaria para tratar asuntos académicos, de planificación y organización de eventos deportivos; extraoficialmente podrán reunirse siempre y cuando el caso amerite o lo soliciten la mayoría de sus integrantes.

Art. 4. Las funciones de la comisión son:

- a. Designar los profesores que laborarán impartiendo las clases teóricas y prácticas.
- b. Aprobar el distributivo y remitirlo a los organismos competentes.
- c. Planificar toda actividad de carácter deportivo
- d. Organizar actividades físicas para la comunidad de la Provincia, en todas sus manifestaciones y a las cuales puedan acceder libremente todos sin distinción de raza, ideología status social, edad o género.

- e. Planificar el presupuesto que demandará la ejecución de todas las actividades anuales y someterla a los órganos respectivos.

DEL DIRECTOR

Art. 5. El Rector designará el Director, el mismo que durará en sus funciones el mismo período para el que fue electo el máximo representante universitario, lo que queda a discreción del primer personero.

Art. 6. El director es el responsable en lo académico y administrativo del Departamento.

Art. 7. Para ejercer el cargo de Director se requiere:

- a. Poseer título académico de cuarto nivel en la especialidad de Cultura Física, reconocido por el SENESCYT.
- b. Haber ejercido las funciones de docente por lo menos dos años en forma ininterrumpida.
- c. No estar impedido legalmente para ocupar el cargo.

Art. 8. Son Deberes del Director:

- a. Representar el Departamento de Cultura Física.
- b. Solicitar al Sr. Rector, la contratación del personal docente, instructores y técnicos que se requieran previas las formalidades de ley para su contratación.
- c. Aprobar los horarios de trabajo y de clases del personal administrativo, de servicios y docente.
- d. Vigilar porque se cumpla las actividades establecidas en la fecha y hora prevista
- e. Planificar la realización de eventos deportivos internos, cursos y seminarios teóricos prácticos y actividades deportivas para todos, previa la aprobación de la comisión del departamento y el financiamiento respectivo.

- f. Remitir informes permanentes al vicerrector sobre la marcha académica y administrativa.
- g. Conocer y resolver los problemas inherentes a la función que desempeña.
- h. Las demás funciones que le sean encomendadas por las autoridades competentes.

DE LOS PROFESORES

Art. 9. Conforme a la ley de educación superior deben cumplir con los requisitos establecidos y pueden ser de nombramiento o contrato.

Art. 10. Son deberes de los profesores:

- a. Cumplir con el dictado de clases y dirección de clubes en una disciplina deportiva, conforme al tiempo de dedicación estipulada en su contrato.
- b. Presentar al inicio del período académico el syllabus para su aprobación por los órganos respectivos y someterse estrictamente a él hasta su culminación.
- c. Receptar los exámenes y entregar las calificaciones en las fechas establecidas
- d. Controlar la asistencia a clases de los alumnos, así como su rendimiento académico.
- e. Proponer y participar de actividades de investigación en el campo deportivo
- f. Contribuir al desarrollo de eventos deportivos internos
- g. Cumplir con las labores encomendadas por sus superiores.

DE LOS ESTUDIANTES

Art. 11. Son alumnos del Departamento los estudiantes legalmente matriculados en cualquier carrera de la universidad y que se inscriba en la asignatura de Cultura Física.

Art. 12. Es obligación de los alumnos asistir a todas las clases teóricas y prácticas, conforme el reglamento respectivo de asistencia.

Art. 13 Los estudiantes podrán aprobar la asignatura hasta el sexto ciclo de cualquier carrera, para el efecto el Departamento otorgará la respectiva certificación de haber aprobado el curso.

Art. 14. Los estudiantes se identificarán en las clases por el uniforme deportivo institucional.

Art. 15. Los estudiantes con capacidades especiales con certificación del departamento médico de bienestar estudiantil que comprueba la imposibilidad de realizar prácticas, serán exonerados de ellas y a la vez el docente establecerá otro tipo de actividades o trabajos para que acceda a la calificación.

Art. 16 Los estudiantes se someterán a las regulaciones existentes, para el rendimiento de exámenes atrasados.

Art. 17. Los estudiantes que hayan aprobado la asignatura en otra universidad, se exonerarán del estudio de la asignatura previo los trámites correspondientes.

DISPOSICIONES GENERALES

Art. 18. El Departamento funcionará y regirá de acuerdo a los estatutos de la Universidad Técnica de Machala.

DISPOSICIONES TRANSITORIAS

Art. 19. El departamento empezará a funcionar a partir de su aprobación por el H. Consejo Universitario.

5 CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1 CONCLUSIONES

- Todos los requeridos en las respuestas consideran la necesidad de crear el Departamento de Cultura Física como una forma de mejorar la calidad de vida del estudiante y paralelo a ello formar clubes que permita a la institución estar representada en eventos a nivel nacional.
- Los deportes tradicionales practicados en el país son los que continúan teniendo la aceptación, esto es el fútbol en los hombres y el básquet en las mujeres, sin embargo la natación es un deporte que sigue en sus preferencias, de allí que consideran debe crearse y constar dentro de la actual infraestructura deportiva, concluyen en que existe déficit de escenarios deportivos.
- Docentes y estudiantes consideran que mejor papel cumpliría al estar adscrita a la Facultad de Ciencias Sociales, por lo tanto el recurso humano debe estar integrado por un director y acogiendo las experiencias de otras universidades del país, debe contarse con personal de medicina deportiva, psicólogos y en el área de docencia quienes cumplan los requisitos de ley, además del personal de servicios y administrativo necesario.
- El nivel de sedentarismo se acentúa cada vez con mayor fuerza en la población estudiantil, por el mal uso del tiempo libre en el uso de la tecnología y la complicidad de la universidad por su despreocupación de ofrecer programas permanentes de actividad física a través de técnicos capacitados que los guíe en sus prácticas.

5.2 RECOMENDACIONES

- Crear el Departamento de Cultura Física en la Universidad Técnica de Machala, con la inclusión de personal docente calificado que elabore alternativas para el deporte para todos, como una forma de combatir el sedentarismo, procurarle una mejor calidad de vida y sostenible.
- Establecer acorde con los recursos de la institución, un cronograma de creación de escenarios deportivos que hoy no existen con la finalidad de diversificar la oferta de actividad física en otras áreas del deporte.
- Plantear dentro de las programaciones deportivas anuales, metas de evaluación para hacer un seguimiento que permita observar si se está cumpliendo los objetivos del departamento y para tomar correctivos a tiempo en caso de ser necesario.
- Crear clubes y escuelas en diferentes deportes para potencializar a los deportistas que tienen talento y proyectarlos a niveles de competitividad, de esta manera la institución estará siempre representada en eventos a nivel nacional.

6 BIBLIOGRAFÍA

1. ACOSTA, R., 2005. Gestión y Administración de las organizaciones deportivas. Editorial Paidotribo. Primera edición. Barcelona – España. Pp 393. Consultado 21 de Mayo del 2012.
2. ASAMBLEA NACIONAL DE LA REPÚBLICA DEL ECUADOR. 2010 Ley del Deporte, Educación Física y Recreación. Quito - Ecuador, pp 59
3. CAÑIZARES, E., 2007. Administración en el deporte. Ediciones Universidad de Cuenca, Cuenca, Ecuador, pag. 156-163. (PP192)
4. ESCUELA POLITECNICA DEL EJERCITO., 1998. Memorias IV congreso latinoamericano. ICHPER SD, Quito, Ecuador.
5. GUTIERREZ, J., 2007. Fundamentos de Administración Deportiva. Instituto Universitario de Educación Física, Universidad de Antioquia, Colombia, 41 pp. Consultado 21 de Mayo del 2012
6. MAZA, et. Al., 2004. Relación entre infraestructura e implementación deportiva con la práctica del deporte en los estudiantes de la Universidad Técnica de Machala en el período 2002-2003. Machala, Ecuador, pag. 152.
7. ORDOÑEZ, R., 2008. Instituto de Cultura Física, Arte y Recreación. Machala – Ecuador. 2008. Pp54
8. REPUBLICA DEL ECUADOR, Consejo Nacional de Planificación, 2009. Plan nacional para el buen vivir 2009 – 2013. Primera edición. Quito – Ecuador, Pp519. www.senplades.gov.ecu

9. RODAS, et. Al., 1997. Proyecto de creación del Instituto de Cultura Física, Universidad Técnica de Machala, Machala, Ecuador.
10. SUAREZ Y MARTÍNEZ., 1992. Proyecto de creación del Instituto de Cultura Física, Universidad Técnica de Machala, Machala, Ecuador.
11. UNIVERSIDAD POLITÉCNICA SALESIANA – UTOPIA – N 39 – AÑO 9 – JULIO – AGOSTO 2005 – EUDORO FALCONI

Soporte electrónico

12. Escobar, B., *El deporte*. Recuperado el 12 de Diciembre del 2012.
<http://www.efdeportes.com/efd152/estrategias-para-la-administracion-deportiva.htm>.
13. Barahona, J., (2007). Recuperado el 12 de Diciembre del 2012.
<http://www.tenosique.com/?p=3750>.
14. Rubio, E., (2006). Recuperado el 21 de Mayo del 2012.
<http://www.todonatacion.com/psicologia/beneficios-psicologicos-del-deporte.php>.
15. Fundación Universitaria Andaluza “Inca Garcilazo”, Consultado el 12 de Diciembre del 2012. *Diccionario de economía política*
<http://www.eumed.net/cursecon/dic/bzm/t/tiempol.htm>
16. Llavina, N., (2012). Consultado el 10 de Diciembre del 2012 de
<http://www.consumer.es/web/es/salud/prevencion/2012/04/23/208905.php>.

17. Fonseca, I., (2008). *Administración del deporte*. Consultado el 21 de Mayo del 2012. <http://administracióndeldeporte.blogspot.com/>.
18. Consultado el 26 de Marzo del 2013. www.Riesgosedelsedentarismo-latinSalud.com.
19. García, V., Consultado el 21 de Mayo del 2012.
<http://www.monografias.com/trabajos33/planeacion-administrativa/planeacion-administrativa.shtml#quees>.
20. Consultado 21 de Mayo del 2012. [.\(www.tafisa.net/es/index.htm\)](http://www.tafisa.net/es/index.htm).
21. Martínez, P., (2002). Consultado el 21 de Mayo del 2012. <http://www.efdeportes.com/edf73/pelota.htm>.
22. Consultado el 21 de Mayo del 2012.
<http://es.wikipedia.org/wiki/Administraci%C3%B3n>.
23. Román, L., y Pérez y Pablos, Solís, G., Consultado el 21 de Mayo del 2012.
<http://www.eumed.net/ce/2009a/rpps.htm>.
24. Reyes, B., Consultado el 21 de Mayo del 2012
<http://www.monografias.com/trabajos56/conceptos-organizacion/conceptos-organizacion.shtml#concep>.
25. Saino, P., Consultado el 21 de Mayo del 2012.
http://www.elprisma.com/apuntes/administracion_de_empresas/direccion1/.
26. Gómez, G., Consultado el 21 de Mayo del 2012.
<http://www.gestiopolis.com/canales/financiera/articulos/23/impoadminfra.htm>

27. Selpa, A., Consultado el 21 de Mayo del 2012.
<http://html.rincondelvago.com/administracion-y-control.html>.
28. Pacheco, M., y Rodríguez, A., (2008). Consultado el 21 de Mayo del 2012
http://www.slideshare.net/Maria_Carolina/control-en-el-proceso-administrativo-presentation.
29. Consultado el 21 de Mayo del 2012. <http://www.realidadecuador.com/2011/05/las-manos-del-ecuador.html>.
30. EUFIC. Consultado el 21 de Mayo del 2012.
<http://www.eufic.org/article/es/enfermedadesdieta/cancer/artid/beneficios-actividad-fisica/>.
31. Consultado el 21 de Mayo del 2012
<http://www.taringa.net/posts/deportes/4205483/Actividad-Fisica-y-sus-Beneficios--Trabajo-Practico.html>.
32. Jiménez, J., Navarro B., González M., Rodríguez, M., Del Hierro, D., Martínez, J., Consultado el 21 de Mayo del 2012. <http://www.efdeportes.com/efd/actividad-fisica-en-personas-mayores.htm>.
33. Barba, S., Consultado el 21 de Mayo del 2012
<http://www.efdeportes.com/efd139/actitudes-erroneas-por-parte-de-entrenadores.htm>.
34. Consultado el 21 de Mayo del 2012.
http://www.who.int/features/factfiles/mental_health/es/index.html.

35. IRHG17, Consultado el 21 de mayo del 2012.
<http://www.monografias.com/trabajos14/saludydepor/saludydepor.shtml>.
36. Álvarez, B., y Yépez, M., Consultado el 21 de Mayo del 2012
[.http://www.saludalia.com/Saludalia/web_saludalia/vivir_sano/doc/ejercicio/doc/beneficios_actividad-fisica.htm](http://www.saludalia.com/Saludalia/web_saludalia/vivir_sano/doc/ejercicio/doc/beneficios_actividad-fisica.htm).
37. Erdociain, L., Solis, D., y Isa, R., Consultado el 10 de diciembre del 2012
<http://www.rafargentina.com.ar/articulos/sedentarismo.pdf>.
38. Consultado el 26 de Marzo del 2013. <http://www.misrespuestas.com/que-es-la-recreacion.html>.
39. Consultado el 10 de Diciembre del 2012.
<http://www.fundaciondelcorazon.com/prevencion/riesgo-cardiovascular/falta-ejercicio-sedentarismo.html>
40. Consultado el 10 de Diciembre del 2012. <http://definicion.de/ocio/>
41. Consultado el 10 de Diciembre del 2012.
http://perso.wanadoo.es/angel.saez/pagina_nueva_167.htm
42. Consultado el 21 de mayo del 2012.
http://es.wikipedia.org/wiki/Antigua_Roma.htm.
43. Portal Planeta Sedna. Consultado el 21 de mayo del 2012
http://www.portalplanetasedna.com.ar/juegos_olimpicos.htm.

44. Consultado el 10 de Diciembre del 2012.
<http://www.alimentacionsana.com.ar/informaciones/novedades/Actividad%20o%20Sedentarismo.htm>
45. Consultado el 26 de Marzo del 2013. <http://es.wikipedia.org/wiki/Deporte>
46. Consultado el 26 de marzo del 2013. <http://definicion.de/deporte/>
47. Consultado el 10 de Diciembre del 2012.
<http://www.tiquicia.com/columnas/deportes/016q20501.asp>
48. (2008). Consultado el 7 de Diciembre del 2012 <http://www.dieta-salud.com/>.
49. (2005). Consultado el 7 de Diciembre del 2012. <http://www.misrespuestas.com/que-es-el-deporte.html>.
50. Banco Interamericano de desarrollo, BID, Consultado el 7 de Diciembre del 2012.
<http://www.iadb.org/es/temas/deportes/por-que-el-deporte,1650.html>.
51. *Psicología del deporte*, Consultado el 11 de Marzo del 2013.
<http://www.psicologiadeldeporte.org/alto-rendimiento-en-el-deporte/alto-rendimiento.php>
52. Consultado el 10 de Diciembre del 2012. <http://www.misrespuestas.com/que-es-la-recreacion.html>.
53. Mayora, H., Consultado el 10 de Diciembre del 2012. .
<http://www.monografias.com/trabajos88/que-es-recreacion/que-es-recreacion.shtml>.

54. Lopategui, E., (2003). Consultado el 10 de Diciembre del 2012.
http://www.ecured.cu/index.php/Recreaci%C3%B3n_F%C3%ADsica.
55. (2001). Consultado el 10 de diciembre del 2012.
<http://www.saludalia.com/ejercicio-fisico/el-sedentarismo>.
56. Consultado el 10 de Diciembre del 2012.
http://www.madridsalud.es/temas/sedentarismo_salud.php.

ANEXOS

INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN

ENCUESTA A ESTUDIANTES DE LA UTMACH

La presente encuesta es parte de una tesis de grado, de la Facultad de Educación Física, Deportes y Recreación de la Universidad de Guayaquil, cuyos resultados servirán para elaborar y diseñar la creación del Departamento de Cultura Física de la Universidad Técnica de Machala. Ruego muy gentilmente contestar las preguntas con la mayor honestidad desde el punto de vista personal.

1. ¿Determine su sexo?

MASCULINO

FEMENINO

2. ¿Qué deporte practica usted preferentemente?

FUTBOL BÁSQUET..... VOLEIBOL.....

NATACIÓN ATLETISMO..... PESAS

TENIS DE MESA..... DE COMBATE..... NINGUNO.....

OTROS

3. ¿Qué tiempo promedio diario dedica a la práctica deportiva?

MENOR A 30 MIN..... MAYOR A 30 MIN..... NINGUNO.....

4. ¿Frecuentemente su práctica deportiva donde la realiza?

UNIVERSIDAD GIMNASIO..... PARQUES.....

LIGAS BARRIALES FEDERACIÓN DEPORTIVA.....

OTROS.....

5. ¿Si no realiza actividad física, indique los motivos que se lo impiden?

SALUD..... ESTUDIOS..... OCUPACIONES.....
OTROS.....

6. ¿Por qué considera importante realizar alguna actividad física?

SALUD ESTÉTICA..... INTEGRACIÓN.....
TERAPIA.....
OTROS.....

7. En que basa su entrenamiento personal?

DIRECCIÓN TÉCNICA..... LIBROS DE DEPORTE, TV.....
INICIATIVA PROPIA
OTROS.....

8. ¿Cuál es el nivel de su ejercicio?

CAMINA TROTA..... CORRE.....
OTROS.....

9. ¿Actualmente su tiempo libre en que actividades lo ocupa?

ACTIVIDAD FÍSICA..... TV, INTERNET..... ESTUDIO.....
OTROS.....

10. ¿Qué tiempo promedio diario dedica al ocio negativo?

MENOR A UNA HORA..... DE UNA A DOS HORAS.....
MAYOR A DOS HORAS..... NINGUNO

11. ¿Padece alguna enfermedad, especifique?

OBESIDAD CARDIOVASCULAR
RESPIRATORIA.....
OTROS.....

12. ¿Considera necesario exista un departamento que se encargue de la actividad física y el deporte?

SI..... NO..... DESCONOCE.....

13. ¿Según su criterio por qué es necesario crear el departamento de Cultura Física?

MASIFICACIÓN DEPORTIVA..... DIRECCIÓN TÉCNICA.....
ORGANIZACIÓN.....
OTROS.....

14. ¿Considera que con el funcionamiento del departamento, la reducción y prevención del sedentarismo y enfermedades adquiridas será?

BAJA MEDIA..... ALTA
DESCONOCE.....

15. ¿El funcionamiento del departamento, en qué medida contribuirá al desarrollo del estado físico y psicomotor de las personas?

BAJA MEDIA ALTA
DESCONOCE.....

16. ¿El mal uso del tiempo libre se puede contrarrestar con?

MÁS ESTUDIO PROGRAMAS DEPORTIVOS.....
SALIR CON FAMILIA..... DESCONOCE
OTROS.....

17. ¿Qué acciones deben emprenderse para lograr una buena representación deportiva institucional?

INCENTIVOS (BECAS etc.) MASIFICACIÓN DEPORTIVA.....
CREACIÓN DE CLUBES DESCONOCE
OTROS.....

18. De considerar insuficiente la infraestructura deportiva, ¿qué otros escenarios deportivos deben crearse para una buena práctica?

.....
.....
.....

19. ¿Qué tiempo considera suficiente para una adecuada práctica deportiva?

HASTA 2 H/SEM. MAS DE 2 HORAS/SEM.
DESCONOCE

OTRO.....

20. ¿Cómo debe estructurarse el departamento de cultura física para su funcionamiento?

- ADSCRITO AL RECTORADO
- AL VICERRECTORADO ACADÉMICO
- A LA FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES
- AUTÓNOMO
- DESCONOCE
- OTROS.....

21. ¿En qué deportes considera usted se deben conformar los clubes?

.....

.....

.....

ENCUESTA A DOCENTES DE LA UTMACH

La presente encuesta está dirigida a docentes con conocimiento de cultura física y ciencias afines; es parte de una tesis de grado, de la Facultad de Educación Física, Deportes y Recreación de la Universidad de Guayaquil cuyos resultados servirán para proponer la creación del departamento de Cultura Física, de la Universidad Técnica de Machala, de acuerdo a la óptica de los encuestados. Ruego muy gentilmente contestar las preguntas con la mayor honestidad desde el punto de vista personal.

1. Que razones a su parecer hacen de la actividad física una necesidad en el ser humano.

Salud..... Integración personal

Rehabilitación Estética

Otros

2. A su parecer u observación, los estudiantes hacen uso del tiempo libre en que actividades.

Deporte Estudio

Televisión, internet..... Amigos

Otros

3. Cómo calificaría la actividad física en los estudiantes de la universidad.

Mala Regular

Buena Muy buena

4. La inclusión en el currículum de estudios de la asignatura obligatoria de cultura física contribuirá a.

Disminuir el sedentarismo.....	Prevenir enfermedades.....
Bienestar físico y mental.....	Rendimiento en estudios.....
Otros.....
.....

5. Que razones considera, para crearse el departamento de cultura física en la universidad. Enumere varias de ellas.

Planificación y organización.....	Masificación deportiva.....
Mejorar nivel deportivo.....	Creación de escenarios.....
Otras

6. Como debe estar integrado y dirigido este departamento

Rectorado	Vicerrectorado académico.....
Facultad	Comisión de estamentos.....
Otros.....
.....
.....

7. A su criterio, la infraestructura deportiva existente es suficiente o que otros escenarios deportivos deben construirse.

Escasa	Suficiente
ESCENARIOS:	
Fútbol	Gimnasia
Piscina	Pista atlética

Canchas múltiples..... Defensa personal.....
Otros.....

ENTREVISTA A DIRECTIVOS DE OTRAS UNIVERSIDADES

1. Como se denomina y desde que año viene funcionando el organismo universitario encargado de planificar y ejecutar el deporte.
2. Como está conformado el cuerpo directriz del deporte universitario.
3. Tienen absoluta autonomía en cuanto se refiere a la administración deportiva.
4. Que obstáculos y de que índole ha encontrado en el desarrollo normal de sus actividades.
5. Qué deportes se planifican y se practican con regularidad en su universidad.
6. Con que escenarios deportivos se cuenta en su universidad para la práctica.
7. Además de personal especializado en cultura física; que profesionales afines colaboran en el desarrollo de actividades deportivas.
8. En qué medida ha contribuido el centro deportivo a generar impacto en lo social, la salud y la formación profesional del estudiante.
9. La cultura física la aprueban los estudiantes en cualquier año de su carrera o hay limitaciones al respecto.
10. La aprobación de la asignatura se la realiza por disciplina deportiva, o existe un syllabus común para todos.
11. El centro ha impulsado el deporte con fines competitivos a diferente nivel.

12. Se han conformado clubes en diferentes deportes y que resultados se han obtenido.
13. Considera que debe cambiar algo, ya sea en lo administrativo, presupuesto, etc., para mejorar el funcionamiento del centro del deporte.
14. Además de la comunidad universitaria; se organizan eventos, cursos, escuelas, etc., para la población.
15. Interviene el centro, en investigación deportiva y difunde sus resultados en diversos temas de importancia para el ser humano.
16. El centro es el único encargado de realizar los eventos deportivos o independientemente se ejecutan otros campeonatos.
17. Tiene alguna información adicional que contribuya a las organización del departamento.....
.....

FOTOGRAFÍAS

Foto 1.



LCDO. NAPOLEÓN GAMBOA DECANO DE LA FACULTAD DE EDUCACIÓN FÍSICA, DEPORTE Y RECREACIÓN DE LA UNIVERSIDAD DE GUAYAQUIL

Foto 2.



DOCENTE DE LA ESPE

Foto 3.



DOCENTE DE LA ESPE

Foto 4.



MASTER GUIDO GUILLEN DECANO DE LA FACULTAD DE CULTURA FÍSICA
UNIVERSIDAD CENTRAL DEL ECUADOR

Foto 5.



LCDO. JOSÉ MOCOA COORDINADOR DE LA CARRERA DE CULTURA FÍSICA
DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA

Foto 6.



ESTUDIANTES DE INGENIERÍA CIVIL-UTMACH

Foto 7.



ESTUDIANTES DE CIENCIAS EMPRESARIALES-UTMACH

Foto 8.



ESTUDIANTES DE CIENCIAS EMPRESARIALES-UTMACH

Foto 9.



ESTUDIANTES DE CIENCIAS SOCIALES-UTMACH

Foto 10.



ESTUDIANTES DE CIENCIAS SOCIALES

Foto 11.



ESTUDIANTES DE CIENCIAS EMPRESARIALES-UTMACH

Foto 12.



ESTUDIANTES DE CIENCIAS SOCIALES -UTMACH

Foto 13.



ESTUDIANTES DE CIENCIAS SOCIALES-UTMACH

Foto 14.



ESTUDIANTES DE CIENCIAS AGROPECUARIAS-UTMACH

INFRAESTRUCTURA DEPORTIVA DE OTRAS UNIVERSIDADES

Foto 15.



GIMNASIO -ESPE

Foto 16.



COLISEO - ESPE

Foto 17.



CANCHA DE FUTBOL - ESPE

Foto 18.



CANCHAS MÚLTIPLES - ESPE

Foto 19.



ESTADIO DE FUTBOL - UNIVERSIDAD CENTRAL

Foto 20.



ESTADIO DE FUTBOL - UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA

Foto 21.



CANCHAS MÚLTIPLES - UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA

Foto 22.



COLISEO - UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA

Foto 23.



SALA DE TENIS DE MESA - UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA

Foto 24



GIMNASIO DE PESAS - UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA

Foto 25.



COLISEO DE GIMNASIA RITMICA - UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA

Foto 26.



ING. MILTON STALIN COLLAGUAZO DOCENTE DE LA UTMach.