

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN

FACULTAD DE ORGANIZACIÓN DEPORTIVA

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

POSGRADO CONJUNTO FOD-FAPSI



**APROXIMACIÓN A LA OBSERVACIÓN DEL CLIMA MOTIVACIONAL
EN LA PREPARATORIA NUM. 9 U.A.N.L.**

POR:

PSIC. MARIA DE LOURDES RAMONES HERNÁNDEZ

PRODUCTO INTEGRADOR:

TESINA

**COMO REQUISITO PARA OBTENER EL GRADO DE
MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA DEL DEPORTE**

NUEVO LEÓN, JULIO 2021

**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN
FACULTAD DE ORGANIZACIÓN DEPORTIVA
FACULTAD DE PSICOLOGÍA
POSGRADO CONJUNTO FOD-FAPSI**

Los miembros del Comité de Titulación de la Maestría en Psicología del Deporte integrado por la Facultad de Organización Deportiva y la Facultad de Psicología, recomendamos que el Producto Integrador en modalidad de Tesina titulado “APROXIMACIÓN A LA OBSERVACIÓN DEL CLIMA MOTIVACIONAL EN LA PREPARATORIA NUM. 9 U.A.N.L.” realizado por la Psic. Maria de Lourdes Ramones Hernández, sea aceptado para su defensa como oposición al grado de Maestro en Psicología del Deporte.

COMITÉ DE TITULACIÓN



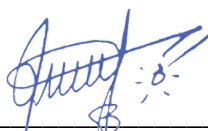
Dr. Luis Tomás Ródenas Cuenca
Facultad de Organización Deportiva, UANL
Asesor Principal



MPLO. Brenda E. Luna Villalobos
Preparatoria Núm. 9
U.A.N.L.
Co-asesor



Dra. Samantha Medina Villanueva
Facultad de Organización Deportiva
U.A.N.L.
Co-asesor



Dra. Blanca Rocío Rangel Colmenero
Subdirección de Estudios de Posgrado e
Investigación de la FOD

Nuevo León, julio 2021

AGRADECIMIENTOS

Primero que nada, Agradezco a Dios principalmente el permitirme llegar hasta el día de hoy en compañía de mi madre, de mi hermana y seres queridos. Darme la oportunidad que mi Madre Marce Hernández este con vida pueda ver este gran sueño y logro hecho realidad estudiar en la U.A.N.L. Con mucho esfuerzo y sacrificio ante todas las dificultades que se presentaron te lo dedico con todo mi corazón. siempre me educaste con mucho amor lleno de valores, te esforzaste día con día para que llegara a tener la oportunidad de lograr mis objetivos y mis sueños, siempre me apoyas me alientas y hasta rectificaste mi camino en mi momento difícil de vida. Gracias por siempre tomarme de tu mano y nunca soltarme por estar siempre pendiente de mi hermana y de mi acompañándonos en nuestra vida en cada risa y en cada llanto. Por enseñarme ante todo la humildad y hacer bondadosa con las personas. A mi hermana Korina porque a pesar de tu discapacidad tal vez no leas estas palabras, pero te demuestro con cada acto el profundo amor y respeto que tengo hacia a ti, nunca te das por vencida.

A MC. Lidia Avendaño porque desde que te conocí me has acompañado en mi camino en las buenas y en las malas, siempre me has apoyado en cada proyecto de vida, desde que empecé mi sueño por realizar una carrera académica no me has soltado de la mano y aquí sigues siempre a mi paso viendo como a veces sufro, pero muchas veces sonrió, gracias por tus enseñanzas y por acercarme al lugar indicado en el tiempo indicado.

Por consiguiente, a la Dra. Jeanette Magnolia López Walle, quien ha mantenido siempre en alto este posgrado con el trabajo duro día tras día. Antes de hablar su dedicación a la enseñanza que me dio quiero agradecer el gran ser humano que es usted lleno de humildad y paciencia el cual me ayudo en muchos aspectos como académicos y profesionales en cada pregunta o duda siempre estuvo presente. En sus enseñanzas impartidas le aprendí mucho en tan poco tiempo. Al Dr. Luis Tomás Ródenas Cuenca principalmente por aceptar ser mi asesor de la tesina, apoyarme en las clases que me impartió desde mi primer semestre en esta maestría, guiarme y asesorarme en este proyecto. Siempre estuvo pendiente de este proyecto y de mi persona. A la Dra. Samantha Medina Villanueva quien en poco tiempo me dio la confianza y el apoyo para terminar este proyecto.

A la MA. Claudia Jeanneth García Dueñas por darme su confianza, aceptarme en realizar el estudio en la Preparatoria Núm. 9 de la U.A.N.L. y sobre todo el apoyo brindado en realizar mi maestría.

A la psicóloga MPLO. Brenda Elizabeth Luna Villalobos porque sin darse cuenta usted, me motivo a visualizar un proyecto el cual se transformó en mi sueño, y me alentó a entrar a esta maestría con sus grandes enseñanzas y hechos agregando su grandísima experiencia. Me apoyo en darme confianza en mí misma tanto en lo personal como lo profesional.

A mi madrina la Dra. Rosa María Ríos por siempre estar al pendiente de mí, preocuparse de mis avances personales, por mi situación académica, por motivarme a seguir en este sueño gracias a su experiencia y sobre todo el gran cariño que me demuestra.

A la MC. Berenice Rangel por darme la oportunidad de poder cumplir mi sueño estudiar en la U.AN.L. Eres una parte fundamental, me escuchaste, me apoyaste y además me orientaste a dar lo mejor de mí. A la MMA. Ingrid Vanesa Colunga Bernal por ayudarme en un momento crucial de la maestría porque me demostraste tu gran apoyo para que se realizara mi sueño sin intención alguna.

DEDICATORIA

Dedico este proyecto en primer lugar a Dios por darme la fortaleza para seguir de pie ante las adversidades que se presentaron en este proceso, siendo bendecida con vida y salud....

A mi madre, por ser ejemplo de esfuerzo, lucha y fortaleza ante la vida....

A Korina, por demostrar tu tenacidad, día a día me enseñas a ser humilde y buena persona....

A Lidia, por ayudarme siempre sin importar las condiciones y ser esa base en mi vida quien me motiva a seguir creciendo personal y profesionalmente....

Y a todos los que me alentaron y apoyaron en su momento para seguir adelante y hacer esto realidad...

Ramdez.

FICHA DESCRIPTIVA

Universidad Autónoma de Nuevo León
Facultad de Organización Deportiva
Facultad de Psicología
Posgrado Conjunto FOD-FaPsi

Fecha de Graduación: julio 2021

MARIA DE LOURDES RAMONES HERNÁNDEZ

**Título del Producto Integrador: APROXIMACIÓN A LA OBSERVACIÓN DEL CLIMA
MOTIVACIONAL EN LA PREPARATORIA NUM. 9
U.A.N.L**

Número de Páginas: 43

Candidato para obtener el Grado de Maestría en Psicología del Deporte

Resumen de tesina:

El siguiente trabajo que se presenta fue realizado con los deportistas y entrenadores de los equipos representativos deportivos de la Preparatoria Núm. 9 de la Universidad Autónoma de Nuevo León, pertenecientes al ciclo académico febrero – junio 2021 con la problemática principal pandemia del 2020. Se llevó a cabo mediante el plan de observación y registro de asistencias que está creado primeramente por la necesidad que tiene el departamento de psicología de deporte, en el que se complementó con una aproximación a la observación del clima motivacional en 10 entrenadores elegidos de manera aleatoria en un lapso de 5 sesiones de entrenamiento, mencionando que todos los entrenamientos fueron realizados de manera online. Las estrategias utilizadas fueron registros de aproximación a la observación dirigida a entrenadores, en el cual se adaptó el cuestionario de MMCOS, así como registros de asistencias dirigida a los deportistas, complementando con dos cuestionarios semiestructurados realizados a través de Microsoft Forms de manera online, para la verificación de datos uno dirigido a deportistas activos y el segundo dirigido a los entrenadores de todas las ramas deportivas. Por otra parte, ningún entrenador se negó a que se le tomaran dichos registros, éstos se realizaron en un lapso de duración de 5 semanas.



FIRMA DEL ASESOR PRINCIPAL _____

Tabla de Contenido

	Página
FICHA DESCRIPTIVA	
INTRODUCCIÓN.....	1
Planteamiento del problema.....	2
Objetivos.....	3
CAPÍTULO I. MARCO TEÓRICO.....	4
Deporte.....	4
Pandemia.....	5
Teorías Motivacionales.....	6
Climas Motivacionales Empowering y Disempowering.....	6
Climas Motivacionales y Adherencia.....	9
CAPÍTULO II. METODOLOGÍA.....	11
Diseño.....	12
Población.....	13
Instrumento y Procedimiento.....	15
CAPÍTULO III. RESULTADOS.....	18
CAPÍTULO IV. DISCUSIÓN Y CONCLUSIÓN.....	29
REFERENCIAS.....	32
ANEXOS.....	35
Anexo A. Lista de Asistencia Otorgada por Coordinación de Deportes.....	35
Anexo B. Registro Aproximado a la Observación Clima motivacional a Entrenadores.....	36
Anexo C. Lista de Asistencia Validada por los Deportes que si Entrenan Modalidad Online.....	37
Anexo D. Registro de Asistencias de los Deportistas Activos Online por Dia Semana 1 a 3.....	38
Anexo E. Registro de Asistencias de los Deportistas Activos Online por Dia Semana 4 a 5.....	39
Anexo F. Resultados de conexiones realizadas por los deportistas en las 5 semanas	40
Anexo G. Poster de Taller de Psicología Para Entrenadores	41
Anexo H. Evaluación de Servicio Social y Prácticas Profesionales	42
Anexo I. Resumen Autobiográfico.....	43

Lista de Figuras

Figura 1	Deportistas Activos Antes de Pandemia y Durante Pandemia Mencionados.....	20
Figura 2	Sesiones de Entrenamiento por Deporte Mencionadas por los Entrenadores.....	20
Figura 3	Deportistas Activos en Online en Tiempos de Pandemia.....	21
Figura 4	Edades de los deportistas.....	22
Figura 5	Sesiones de Entrenamiento por Semana de Distintos Deportes Según los Deportistas.....	23
Figura 6	Deportistas que han Faltado Mínimo a Una Sesión de Entrenamiento	23
Figura 7	Deportistas Activos en sus Distintos Deportes en Pandemia	24
Figura 8	Deportistas Activos Modalidad Online 5 Semanas Divididas en Disciplinas.....	25
Figura 9	Resultados Gráficos de Aproximación a la Observación del Clima Motivacional Dirigido a Entrenadores.....	27
Figura 10	Promedios Gráficos de Aproximación a la Observación del Clima Motivacional Dirigido a Entrenadores	27

Listado de Tablas

Tabla 1	Diagrama de Gantt	16
Tabla 2	Resultados de Deportistas Activos Ante y Durante la Pandemia	18
Tabla 3	Resultados de la Aproximación a la Observación del Clima Motivacional Dirigido a Entrenadores	26

INTRODUCCIÓN

Esta tesina tiene como objetivo mostrar la cantidad de alumnos que se conectaron a los entrenamientos online del semestre febrero-junio 2021, de acuerdo con lo solicitado por el departamento de psicología deportiva de la Preparatoria núm. 9 de la U.A.N.L.; además de mostrar el resultado de la aproximación a la observación del clima motivacional a los entrenadores de las diversas disciplinas.

Actualmente, de manera mundial, seguimos continuando con las medidas preventivas que nos ha implementado el gobierno para hacer frente a la pandemia de COVID 19, lo cual nos ha llevado a mantener un distanciamiento y aislamiento social, en el que obligatoriamente cambiaron las actividades presenciales a manera online o a distancia. Dichas medidas provocaron que la mayor parte de los individuos tengan que trabajar de manera remota y que todos los estudiantes, sin excepción, tuvieran que continuar su periodo de obligaciones académicas desde casa mediante la modalidad de educación online, mediante plataformas educativas desde dispositivos electrónicos y hasta la televisión.

Dentro de las pautas de distanciamiento implementadas por el régimen del gobierno se acordó que las unidades deportivas como gimnasios, clubes deportivos deberían ser cerrados; así como las actividades deportivas escolares o al aire libre suspendidas para prevenir contagios de COVID 19. Lo que obligó a adaptar y reinventar la forma de entrenar de todos los deportistas a través del uso de las tecnologías actuales de comunicación.

La Organización Mundial de la Salud menciona que se debe realizar el deporte al menos 3 días por semana, esto debe incluir actividades que fortalezcan los músculos y huesos, hacer ejercicio durante más de 60 minutos diarios aporta beneficios adicionales para la salud (OMS, 2021).

La actividad física y el deporte en Nuevo León esta está en constante crecimiento, en los jóvenes de nivel preparatorias o bachilleratos se ha convertido en una práctica popular y cultural. por tal motivo la Preparatoria Núm. 9 de la Universidad Autónoma de Nuevo León se suma a la acción de fomentar la readaptación a la situación de contingencia mediante el uso de las plataformas designadas como estrategias digitales para seguir las clases en online, migrar de las clases presenciales a realizarlas de manera online por parte de la rectoría (Canal 53 U.A.N.L., 2020).

Actualmente tiene el triunfo de 1er lugar en trofeo universidad agosto-diciembre 2019 y 1er lugar del trofeo excelencia deportiva de preparatorias con 29 campeonatos agosto-diciembre 2019 (Preparatoria 9 UANL, 2021, 31:43).

La cantidad de alumnos inscritos a las diversas disciplinas ha disminuido de manera considerable a causa de la pandemia. Así que en conjunto con el departamento de psicología del deporte de la preparatoria Núm. 9 U.A.N.L. se realiza el registro de asistencia de los deportistas a sus entrenamientos online; además de la aproximación a la observación del clima motivacional de algunos entrenadores.

Planteamiento del Problema y Justificación

Este trabajo tiene como objetivo mostrar la frecuencia de alumnos que se conectaron a los entrenamientos online durante semestre febrero-junio 2021, de acuerdo con lo solicitado por el departamento de psicología deportiva de la preparatoria núm. 9 de la U.A.N.L.; además de, mostrar el resultado de la aproximación a la observación del clima motivacional que generan los entrenadores de las diversas disciplinas.

La pandemia del año 2020 ha obligado al gobierno a decretar cuarentena y aislamiento social con la única intención de no aumentar el contagio del virus COVID 19, que ha afectado a la sociedad en general. Durante el año 2020 la vida educativa, deportiva y social tuvo que adaptarse a la situación epidemiológica mundial., todo personal administrativo, docente y alumnado de la Universidad Autónoma de Nuevo León, acatando las recomendaciones de combate a la contingencia propuestas por el gobierno federal, emigró a un modelo de educación a distancia, utilizando plataformas digitales designadas por la misma institución.

Específicamente para la actividad deportiva, esta nueva modalidad de entrenamiento de los deportistas pudiera no equipararse con los modelos presenciales de entrenamiento de cada uno de los entrenadores, que buscan que los niveles de acondicionamiento y rendimiento de los deportistas no disminuyan y así mismo, se pueda mantener el ritmo de trabajo al volver a la normalidad.

El entrenamiento deportivo al ser desprovisto de la convivencia entre miembros de los equipos, la incertidumbre de los contagios y las medidas de prevención, ocasionaron que la mayoría de los deportistas inscritos al inicio del ciclo antes del inicio de la pandemia hayan abandonado sus actividades en cuanto se decretó la contingencia. De la misma manera se vuelve

necesaria la observación hacia los entrenadores, que, al generar un clima motivacional, pueden ser factor para la disminución de asistencia o abandono temporal o permanente por parte de los deportistas que están en el nivel de formación.

Dicho clima motivacional se basa en la forma en la que el entrenador gestiona su práctica al fomentar la satisfacción o frustración de necesidades psicológicas de los deportistas a través de la realización de metas planteadas por los deportistas, entrenadores e incluso las instituciones (Ródenas, 2015).

Objetivos

La implementación de las medidas de prevención y distanciamiento social para evitar los contagios por COVID 19 ha afectado las asistencias a los entrenamientos de los deportistas, por lo que el departamento de psicología de deportes de la preparatoria Núm. 9 de la U.A.N.L. Externa la necesidad de verificar la asistencia de los deportistas inscritos a las diferentes disciplinas que se practican en dicha institución y que fueron habilitadas para su práctica online; así como resultado de una serie de observaciones realizadas durante las sesiones a los entrenadores.

El propósito de esta tesina es el de reportar y determinar la cantidad de alumnos que se mantuvieron activos vía online en sus entrenamientos deportivos del ciclo febrero junio 2021; además de la revisión a los climas motivacionales generados por los entrenadores de las diferentes disciplinas.

Como objetivos específicos de este trabajo planteamos:

- ¿Qué cantidad de disciplinas se habilitaron para su práctica online y cuantos deportistas se registraron a cada una?
- Determinar cuántas conexiones hubo en total por deporte de manera semanal
- ¿Cuál fue a variación entre deportistas registrados y deportistas que se mantuvieron activos durante el ciclo vía online?
- Verificar deportistas activos por género

CAPÍTULO I. MARCO TEÓRICO

Deporte

Mediante el significado que proporciona la Real Academia Española el deporte es definido como la actividad física que puede ser ejercida como juego de manera recreativa, formativa o competitiva, cuya práctica está determinada con normas y reglamentos para su buen desarrollo. Puede ser realizado de diferentes maneras como de manera grupal o de manera individual, dependiendo del deporte a realizar.

Sabemos que el deporte es una de las bases fundamentales para obtener el bienestar tanto físico y el bienestar psicológico del ser humano ya que, en sus beneficios físicos: está el mejoramiento de la apariencia física, la regulación de las arterias y la resistencia. Y en los beneficios mentales esta: la diversidad de socializar, disminución de estrés, ansiedad y además de incrementar la producción de noradrenalina entre otros. La actividad deportiva es el empoderamiento social a nivel mundial el cual es una pasión que comparten todos los géneros desde niños hasta adultos. La Unesco menciona “Es una herramienta para la igualdad, especialmente la igualdad de género, para la inclusión de todos, especialmente los más desfavorecidos” (Bokova, 2017, p. 1).

Entre otros beneficios que nos proporciona, es cuando se practica de manera grupal socializamos e interactuamos con otros individuos y en conjunto se la lucha por objetivos específicos, se establecen y se cumplen metas grupales y cuando se practica de manera individual, permite la superación de las adversidades sin la ayuda de otros compañeros, y sumar esfuerzos de manera independiente.

Los deportes nos fomentan a forjar el carácter, fomentar los valores y desarrollar el trabajo cooperativo o de equipo, respetar a los integrantes del equipo deportivo y en el transcurso que se obtiene de cada experiencia tanto de perder o ganar se puede desarrollar la humildad y a su vez la confianza. Contribuye a desarrollar algunas habilidades de liderazgo y la misma competencia fortalece la autoestima. En los jóvenes algunos de los motivos por lo que practican la actividad deportiva en general son referidos al sistema de salud y el ámbito social, y las causas que surgen el abandonar dicha actividad es por falta de tiempo e interés ya que la edad sigue avanzando y las responsabilidades creciendo (Ruiz y González, 2005).

Según Paredes y Carrillo (2004) el deporte podrá desarrollar, diferentes talentos de manera persona como son las (inteligencias múltiples), además de incitar a los jóvenes para buenas aptitudes y acciones sociales que son altamente necesarias para la vida personal.

Existe una amplia variedad de deportes donde impacta positivamente en las personas como niños, jóvenes y adultos, pues ayuda a pasar tiempo con amigos y familia en un ambiente saludable. De manera significativa en cualquier edad, la realización del deporte en el género femenino es menor a la que del género masculino, y diferenciándose aún más cuando la edad avanza.

Consideramos que es fundamental como manifestación cultural de la motricidad, además, en sus distintos niveles y atendido por profesionales en sus distintas etapas evolutivas, el ser humano se puede ver beneficiado por la propia motricidad y la aplicación a otros campos además del físico, el psicológico, el emocional, el estético y el espiritual (Paredes y Carrillo, 2004).

Como nos menciona (Ródenas, 2015) existen investigaciones las cuales han informado que la participación de los jóvenes llega a promover aspectos de ventajas al desarrollo de habilidades físicas y también sociales, teniendo así misma pertenencia en grupo al que está inscrito, pero sin embargo, se debe de saber que no todos los jóvenes que están deportivamente activos informan tener experiencias positivas lo que provoca que abandonen su participación.

Pandemia

La pandemia es un brote de manera epidémica que se puede extender en muchos países o que ataca a casi todos los seres humanos de manera extensa de una región, localidad y países (RAE).

En el trabajo realizado por Urbaneja y colaboradores (2020) hablan del impacto del COVID-19 en la práctica deportiva de personas participantes en eventos deportivos de carrera a pie y ciclismo en España y Portugal menciona que Respecto a la adaptación de la práctica deportiva durante la fase de confinamiento, (...) “las personas encuestadas respondieron que durante la fase de confinamiento sufrieron una disminución de la frecuencia o duración de la actividad física (56.2% España y 61.8% Portugal)” (Urbaneja et al., 2020, p.745).

Finalmente, en relación con el seguimiento del entrenamiento, la mayoría de las personas encuestados respondieron que no habían realizado un seguimiento por redes sociales (52.3% en

España y 70.4% en Portugal), no habían utilizado nuevas aplicaciones o software (74.3% España y 86.0% Portugal) (Urbaneja et al., 2020).

Teorías Motivacionales

- Teoría de la autodeterminación

La Teoría de la Autodeterminación (Deci y Ryan, 1985) postula que la conducta está dividida en tres maneras motivada intrínsecamente, extrínsecamente o no estar motivada. Estos tres estilos de motivación difieren en su grado de autodeterminación o autonomía, oscilando desde bajos que son la no motivación hasta los más altos que son la motivación intrínseca niveles de autodeterminación. Las conductas que son intrínsecamente motivadas presentan el patrón de las actividades autodeterminadas.

Un deportista que se encuentra intrínsecamente motivado se implicará en la tarea por el placer y satisfacción que conlleva realizar la actividad. Los que están motivados de manera extrínsecamente pueden realizarán la actividad por sus resultados o efectos, ya que la tarea que realizan por sí misma no es percibida como reforzante. Por finalizar, los deportistas que están sin motivación no tienen intención alguna de actuar y no están ni intrínseca ni extrínsecamente motivados (López-Walle, et al., 2011).

- Teoría de las metas de logro

En la teoría de las metas de logro como lo menciona López-Walle y colaboradores (2011, p.210) “defiende que la forma en la que las personas juzgan su competencia y definen el éxito de sus logros (por ejemplo, de su participación deportiva) influye en su patrón de motivación en el curso de una actividad determinada”.

Esta teoría hace defensa en que el ser humano es un organismo intencional, que son dirigidos por sus objetivos que actúan de manera racional. Las personas que son autodeterminadas se muestran como mentores de sus propias conductas.

Climas Motivacionales Empowering y Disempowering

Las dos teorías que hasta el día de hoy están vigentes han constituido el soporte de la elaboración del modelo de climas motivacionales empowering y disempowering desarrollado por Duda (2013).

En este modelo se propone que el clima motivacional que se realiza y crea en el ámbito deportivos es jerárquico y de manera multidimensional ya que preceden dimensiones que se engloban el empowering que es clima de implicación en la tarea, estilo de apoyo a la autonomía y al apoyo social, que potencian el desarrollo positivo del deportista; mientras que hay otras, situadas a la base del clima disempowering que están en el clima de implicación en el ego y estilo controlador, que hacen que los dificulte.

Clima Empowering

El clima empowering favorece el desarrollo óptimo del deportista y los deseos de seguir participando en sus actividades deportivas (Mageau y Vallerand, 2003).

- Apoyo a la autonomía

Cuando los entrenadores adoptan un estilo de apoyo a la autonomía, logran que en su equipo deportivo y deportistas produzcan relaciones positivas con las formas más autodeterminadas de la motivación, al apoyar la autonomía de un deportista probablemente fomenta una mayor sensación de control.

Al fomentar la sensación de control, los atletas sentirán que son el origen de su propia conducta. Esto provocará que la participación sea más significativa a nivel personal, promoviendo formas más intrínsecas de motivación. El apoyo a la autonomía se ha relacionado positivamente con: las formas autodeterminadas de motivación, el disfrute, la Persistencia, el esfuerzo y el bienestar (Mageau y Vallerand, 2003).

- Clima Tarea:

El clima de implicación en la tarea se caracteriza porque el entrenador valora el esfuerzo y la mejora, considera que cada deportista tiene un rol importante en el equipo, y promueve la relación cooperativa entre los integrantes del grupo (Newton, et al., 2000). Los deportistas que perciben un clima de implicación en la tarea informan de mayores afectos positivos (Quested y Duda, 2009), mayor satisfacción (Torregrosa, et al., 2008) mayor bienestar y mayor autoestima (Reinboth y Duda, 2004).

Se da un clima de implicación en la tarea en el momento que el instructor o entrenador se enfoca en criterios auto referenciados para valorar el éxito. En un clima de implicación en la tarea: el entrenador enfatiza la estimación de superarse a sí mismo, de demostrar el dominio de la

tarea a realizar y de esforzarse para alcanzar el éxito. Al fomentar una acepción de implicación en la tarea focalizará al ser humano en criterios auto referenciados para el éxito. Estos criterios de éxito son más controlables por la persona. Como resultado, cuando una persona se esfuerza, mejora y aprende nuevas habilidades por consecuencia se sentirá competente.

Climas motivacionales de implicación en la tarea se han relacionado positivamente con: el mayor disfrute en el deporte, la satisfacción, el afecto positivo, la creencia de que el esfuerzo conduce al éxito y la persistencia (Duda y Balaguer, 2007).

Clima Disempowering

El clima disempowering favorece el funcionamiento comprometido y los deseos de abandonar el deporte (Duda, 2013).

- Estilo controlador

El ambiente producido por el instructor o entrenador frustra la sensación de control de los integrantes por coaccionarlos y presionarlos para que actúen de una forma específica.

Explicación: Cuando los jugadores se sienten controlados perciben que su conducta es un resultado de contingencias externas. De esta forma la actividad se vuelve menos significativa a nivel personal, lo cual probablemente conlleve a formas de motivación más extrínsecas. Un ambiente controlador se ha asociado positivamente con: sentimientos de malestar y formas de motivación menos autodeterminadas (Bartholomew, Ntoumanis, Ryan, y Thøgersen-Ntoumani, 2011).

- Clima ego

Esta dimensión hace referencia, al clima motivacional de implicación al ego, donde el instructor o entrenador promueve o fomenta la rivalidad y competencia, muestra un reconocimiento de manera diferente no igualitaria en los deportistas, utiliza sanciones, correcciones y castigo cuando se comenten errores (Newton et al., 2000).

Mientras que todas aquellas dirigidas al ego, el éxito significa evidenciar y asentar que son mejores que los demás y por esta razón su percepción de habilidad es normativa, además del reconocimiento irregular, y los castigos por errores.

Climas Motivacionales y Adherencia

Como lo ha mencionado Iso-Ahola y St.Clair, (2000) “La motivación es un elemento clave para lograr el compromiso y la adherencia al ejercicio, ya que es el más importante e inmediato determinante del comportamiento humano” (Molinero, Salguero, y Márquez, 2011 P.295).

En el ámbito deportivo, la motivación es el proceso psicológico más estudiado, ya que explica la iniciación al deporte, la orientación que se tiene con esto, explica cómo se puede seguir manteniendo en el deporte y por supuesto el desamparo o abandono de esta, considerándose de gran importancia y fundamental para el crecimiento de la práctica deportiva. en el caso específico de los jóvenes la motivación es una parte esencial para que ellos puedan ampliar sus horizontes de bienestar y a su vez crezca su rendimiento deportivo que nos dará el resultado de la adherencia a deporte o a la práctica deportiva que está realizando (Balaguer, et al 2011).

En otra investigación de pertenencia al proyecto PAPA, examinaron la validez factorial del cuestionario BRSQ-6, con una muestra compuesta por 7779 jugadores de fútbol (1011 mujeres = 13%) de la edad media de 11.76 años (DT = 1.42) pertenecientes a cinco países de Europa: (Francia = 1248, Grecia = 1507, Noruega = 1397, España = 2245, y el Reino Unido = 1372). Los participantes eran pertenecientes a los a equipos de futbol base sociales. Los resultados del estudio realizado proporcionan una clara evidencia de que el BRSQ-6 es una adaptación correcta la medida de las regulaciones de la motivación en el caso de deportistas jóvenes. (Ródenas, 2015)

“Si un objetivo duradero para el ejercicio refleja una verdadera elección, el ejercicio se vuelve autodeterminado e intrínsecamente motivador y, por lo tanto, puede mantenerse” (Iso-Ahola y Clair, 2012, p.140).

La revisión de la literatura científica muestra que si existen trabajos relacionados con el contexto de promover y mantener la actividad deportiva en los jóvenes y su influencia en la motivación.

El participar desde una edad temprana en un estilo saludable activo predice que su vida adulta será saludable por lo tanto se debe involucrar a los jóvenes en participar en actividades deportivas que sean agradables para ellos para que a su vez les motive propiamente en seguir participando y no abandonen dichas actividades deportivas (Ahmed et al.,2020).

En su artículo Duda (2013) describe la evolución y las características claves de un programa de formación de capacitación de entrenadores, la cual está sustentada como base en las dos teorías de la motivación humana, la teoría de las metas de logro y la teoría de la autodeterminación. También, se muestra la información sobre por qué Empowering Coaching™ se llevó a cabo dentro del país europeo "Promoción de la Actividad Física del Adolescente" del proyecto (www.projectpapa.org), teniendo como el objetivo principal proporcionar un enfoque de intervención basada en la evidencia para facilitar las experiencias deportivas saludables para los niños (Duda, 2013). En este sentido Duda y colaboradores llevaron a cabo en Europa el proyecto PAPA (Promoting Adolescent Physical Activity) donde se puso a prueba un nuevo método de promoción de la salud denominado Empowering Coaching™, un programa de formación de entrenadores en el marco de la comunidad.

A los jóvenes deportistas se le aplicaron varios cuestionarios, entre ellos el cuestionario de Clima Motivacional Empowering y Disempowering (Empowering and Disempowering Motivational Climate Questionnaire-Coach, EDMCQ-C, Appleton et al., 2016) Entre los objetivos principales del proyecto PAPA estuvo examinar la eficacia del programa Empowering Coaching™ en términos de su impacto en el clima motivacional y su influencia en la motivación de jóvenes deportistas.

Un estudio realizado por Pelletier, (2001), con una muestra canadiense de 369 nadadores (174 hombres y 195 mujeres) de 23 equipos de diferentes provincias de Quebec entre edades de 13 a 22, mostraron que los participantes más autodeterminados eran persistentes en la práctica de su modalidad existiendo una mayor tasa de abandono por parte de los atletas que se encontraban menos motivados (Pelletier, Fortier, Vallerand, y Bri`ere, 2001).

En un estudio realizado por Gutierrez-Garcia et al (2019), con una muestra de un total de 97 jóvenes pitchers de entre 13 y 16 años, con una edad promedio de 14.12 años (DT = 1.09), pertenecientes a 39 equipos de las diferentes ligas de béisbol de Hermosillo, Sonora, México. Los análisis de resultados indicaron relación positiva y significativa entre el clima empowering y la diversión, lo cual se confirma con el análisis de correlación ($r = .33, p < .01$). Además, la motivación autónoma presentó relación positiva y significativa tanto con el clima empowering, como con la diversión. Indicaron que el término de interacción entre el clima empowering y la motivación autónoma fue estadísticamente significativo y que el intervalo de confianza (IC)

bootstrap para dicho efecto no incluía el valor cero ($B = -.15$, $p < .05$, IC 95% = [- .29, -.02]), (Gutiérrez-García, López-Walle, Tomás, Tristán, y Balaguer, 2019).

CAPÍTULO III. METODOLOGÍA

El estudio se realizó en la Preparatoria Núm. 9, dependencia de la Universidad Autónoma de Nuevo León. Se encuentran en calle Tuxtla y Cd. del Maíz s/n, Fracc. Jardines de la Mitras en la ciudad de Monterrey, Nuevo León México C.P. 64300. Teléfonos: 01 (81) 13-40-44-69, Fax: 01(81) 83 70 24 09. Correo electrónico: prepa9@uanl.mx. Facebook oficial: www.facebook.com/prepa9uanl.

Los deportistas que conforman los equipos deportivos de la Preparatoria Núm. 9 U.A.N.L. son estudiantes activos. El proceso para participar dentro de un equipo representativo puede ser por diferentes canales: el entrenador invita a los deportistas destacados que participen, algunos entrenadores realizan visorías en los diferentes eventos deportivos, otros ven las convocatorias brindadas mediante los carteles expuestos en la página de Facebook de la preparatoria para poder formar parte de un equipo deportivo como actividades extracurriculares.

Para poder formar parte del equipo representativo, es indispensable estar inscrito en rectoría de la en la U.A.N.L. y a su vez en la Preparatoria Núm. 9. Con matrícula académica activa. Con la edad máxima de 17 años 11 meses.

La preparatoria Núm. 9 U.A.N.L. Cuenta un polideportivo creado en el 2013 para todos los deportistas denominado polideportivo Águilas, una cancha de futbol pasto natural, gimnasio y un área para deportes de combate, en el que suman un total de 29 disciplinas divididos en categoría varonil y femenil, cuenta con 33 Entrenadores de los cuales 23 son hombres y 10 son mujeres. Los equipos entrenan entre lunes a viernes en horarios diferentes empiezan a las 9:00 am y terminan a las 9:00 pm. sábados y domingos descansan.

Actualmente se mantiene el trabajo activo a través de plataformas online como teams y zoom, utilizando los recursos deportivos que tienen en sus casas, algunos de los deportistas que no se pueden conectar de manera online mandan evidencia personal entrenador que si realizaron el entrenamiento prescrito, existen deportistas que cuentan con el material deportivo que se utiliza en la sesión de entrenamiento, los que no cuentan con material realizaron modificaciones como por ejemplo el uso de mancuernas ellos reutilizaron botes de plástico y les pusieron arena, mochila con libros, etc.

Diseño

La metodología utilizada para la recolección de información fue de control de registro de asistencias para los deportistas y la aproximación a la observación de climas motivacionales dirigida a los entrenadores en el que en este segundo se eligió de manera aleatoria a 10 entrenadores de distintos deportes, fue realizado en 5 sesiones de entrenamiento mediante el tiempo destinado del entrenador 40-50 minutos y que a su vez se registraron las asistencias de los deportistas. En este proceso de observación se adaptó el instrumento MMCOS, Multidimensional Motivational Climate Observation System desarrollada por Smith et al (2015).

Es un registro de aproximación a la observación que definen 6 dimensiones de ambiente: a través del cual se evalúan patrones de conducta como:

Escala 1.- dimensión del ambiente: Apoyo a la autonomía: Se da un ambiente de apoyo a la autonomía cuando un entrenador trata de identificar y promover las necesidades, intereses y preferencias de los jugadores, al mismo tiempo que los anima a tomar el control de su propia participación (Mageau y Vallerand, 2003). Se utilizan 2 estrategias: 1.-ofrece argumentos para las tareas, demandas y limitaciones; 2.-reconoce, enfatiza y fomenta el interés intrínseco.

Escala 2.- dimensión del ambiente: estilo controlador: el ambiente creado por el entrenador frustra la sensación de control de los jugadores por coaccionarlos y presionarlos para que actúen de una forma específica (Bartholomew, et al., 2011). Se utilizan 2 estrategias: 1.- asustar con amenazas; 2.- uso de recompensas intrínsecas.

Escala 3.- dimensión del ambiente: clima de implicación en la tarea: cuando el entrenador se centra en criterios autorreferenciados para valorar el éxito. En un clima de implicación en la tarea el entrenador enfatiza la importancia de superarse a sí mismo, de demostrar el dominio de la tarea y de esforzarse para alcanzar el éxito (Garn, et al., 2013). Se utiliza una estrategia: enfatiza, reconoce el esfuerzo y/o mejora.

Escala 4 dimensión del ambiente: Clima de implicación en el ego: se da un clima de implicación en el ego cuando el entrenador se fija en la comparación para valorar el éxito. el entrenador se centra en que los jugadores que se superen unos a otros y en que demuestren altos estándares normativos (Mageau y Vallerand, 2003). Se utilizan una estrategia: 1.-castiga errores

Escala 5 dimensión del ambiente: Apoyo a la relación: promueve los sentimientos de cuidado, aceptación, inclusión, confianza y respeto, y esto se transmite de una manera cálida, positiva, coherente, y no contingente (Mageau y Vallerand, 2003). Se utiliza dos estrategias: 1.-

participar en conversaciones con los jugadores no relacionadas con el entrenamiento, 2.- mostrar atención y preocupación por los jugadores

Escala 6 dimensión del ambiente: frustración a la relación: un ambiente que frustra la relación se caracteriza por comportamientos que impiden el sentimiento de relación (pertenencia). Un ambiente de frustración de la relación es proclive a ser frío, crítico y caracterizado por la aceptación contingente a la conducta deseada (Ommundsen, et al., 2005). Se utilizan 2 estrategias: 1.- mostrar falta de atención y preocupación por los jugadores. 2.- adoptar un estilo de comunicación negativo (frío y crítico).

Los registros de asistencias fueron principalmente otorgados por coordinación de deportes de la preparatoria 9 de la U.A.N.L. se corroboraron y se reestructuraron conforme a los deportes que si entrenaban de manera online.

Debido a que los entrenamientos son de manera online se utilizó la herramienta de la plataforma de Microsoft forms para la creación de dos cuestionarios semiestructurados con una duración aproximada de 5 minutos el cual esta dividido en entrenadores de todas las disciplinas y en deportistas activos en pandemia:

1.- El cuestionario semiestructurado dirigido a entrenadores online Microsoft forms: se realizaron la primera semana trabajo una duración máxima de 5 minutos para contestar vía online a través de un link proporcionado a coordinación de deportes quien fue quien lo puso en el grupo de los entrenadores. Se realizo para conocer su nombre, teléfono, deporte que dirigen, días de entrenamiento, horarios de entrenamiento, cuantos deportivas tienen en activos en tiempos de pandemia y cuantos deportistas tenían dados de alta antes que pasara la pandemia. Y para verificar los horarios establecidos. En lo que incluyen las siguientes preguntas:

1. ¿Nombre?
2. ¿Cuál es el deporte o deportes que dirige?
3. ¿Cuáles son los días que entrena a la semana?
4. ¿Cuántas sesiones de entrenamiento tiene por semana?
5. ¿Cuál es su horario de entrenamiento?
6. ¿Cuántos deportistas tiene registrados en este semestre?
7. ¿Antes de la pandemia cuántos deportistas tenía registrados?

2.- El cuestionario semiestructurado dirigido a deportistas activos en pandemia online Microsoft forms: se realizó en la segunda semana del programa, con la función principal saber cuántos deportistas estaban activos de manera online, en el que se utilizaron las siguientes preguntas:

1. ¿Nombre?
2. ¿Edad?
3. ¿Género?
4. ¿Deporte que entrenas actualmente en online en la preparatoria?
5. ¿Cuántas sesiones de entrenamiento tiene tu deporte por semana?
6. ¿Alguna vez has faltado a una sesión de entrenamiento?

Durante la fase de registro de asistencias dirigidas a los deportistas se empleó un registro de asistencia para saber y tener control de registros de conexiones por deportistas de deporte en general.

Población

Se inicio con los entrenadores (27) de las distintas disciplinas (29). De los cuales 17 entrenadores son del género masculino y 10 entrenadores del género femenino. Fueron 188 deportistas de los cuales 111 pertenecientes al género masculino y 77 al género femenino. Las edades comprendidas por los deportistas van desde los 14 años hasta los 17 años 11 meses.

Se trabajo con 10 entrenadores elegidos al azar para realizar la aproximación a la observación de los climas motivacionales generados por el entrenador en el cual 7 del género masculino y 3 del género femenino.

Los criterios de inclusión: Se tomaron en cuenta solamente deportistas pertenecientes a la Preparatoria Núm. 9 de la UANL, cuya diciplina deportiva haya sido habilitada para llevar a cabo sus entrenamientos vía online, con entrenadores que se encontraran oficialmente dados de alta en sus equipos representativos.

Los criterios de exclusión:

- Deportistas externos de la Preparatoria 9 de la UANL.
- Deportistas que entrenan de manera presencial.
- Deportistas que solo mandaban evidencia.
- Deportes que no entrenan activamente en online.

- Deportes en donde no coincidían los horarios de entrenamientos previamente establecidos.

Instrumentos y Procedimiento

La recolección de los datos se llevó a cabo durante 5 semanas, en las cuales se realizó el registro de asistencias de los deportistas; además durante ese lapso de tiempo se tomaron 5 sesiones completas de entrenamiento para cada uno de los 10 deportes elegidos de manera aleatoria, en las que se observó a los entrenadores para la aplicación del cuestionario adaptado MMCOS (Smith, et al, 2015). Todo esto precedido de una semana de prueba piloto.

La semana de prueba o semana piloto fue del 22 al 26 de febrero, se utilizó para la verificación del link de sesión de entrenamiento de cada uno de los deportes, la comprobación de los horarios y días de entrenamientos, realizar la presentación con cada uno de los entrenadores y a su vez implementar el cuestionario semiestructurado dirigido a entrenadores.

El cuestionario semiestructurado dirigido a entrenadores online Microsoft forms: se contestó vía online a través de un link proporcionado a coordinación de deportes quien fue quien lo puso en el grupo de los entrenadores, tiene una duración de 5 minutos máximos aproximados.

En la segunda semana del programa se realizó el Cuestionario semiestructurado dirigido a deportistas activos en pandemia en entrenamientos online Microsoft forms, a través de un link proporcionado a coordinación de deportes, en el que se los proporciono a los entrenadores con la indicación que solo fuera para los deportistas que si están activos.

Se dio inicio oficial el 1 de marzo del 2021, y culminó el 16 de abril del mismo año; dentro de este periodo se excluyeron 2 semanas, 27 de marzo a 11 de abril por receso vacacional de semana santa de acuerdo con el calendario escolar; así mismo, no se tomaron en cuenta los fines de semana, para un total de 25 días de trabajo.

Los registros de asistencia se llevaron a cabo dentro de los horarios de las sesiones de entrenamiento, tanto matutinos como vespertinos, de los diferentes deportes. Las sesiones de entrenamiento varían según el deporte, de 2 hasta 5 sesiones por semana. Teniendo la suma total de 266 sesiones registradas.

La aplicación del registro aproximación a la observación de los climas motivacionales a los entrenadores se realizó al azar a lo largo de las dentro de las 5 semanas de registro, registro una sesión por semana.

conductuales de los entrenadores al entrenamiento online fueron necesarias 50 impresiones, para el registro de asistencias dirigidas a los deportes activos fueron necesarias 4 impresiones.

El material impreso utilizado fue proporcionado por el área de imprenta de la Preparatoria Núm. 9 de la U.A.N.L. No se contó con recursos económicos extras.

- Observación de cada entrenamiento
- Cuestionario semiestructurado a entrenadores online Microsoft Forms
- Cuestionario semiestructurado a deportistas online Microsoft Forms
- Registros de asistencia de los entrenamientos
- Registro de aproximación de observación de clima motivacional a entrenadores.

CAPÍTULO III. RESULTADOS

Para el ciclo escolar febrero - junio 2021 en la Preparatoria Núm. 9 de la U.A.N.L.; En la parte inicial se realizó una encuesta a todos los entrenadores (27) de las distintas disciplinas (29) en la cual mencionaron que el 100% de sus deportistas actuales son 350 dados de alta.

Primeramente se realizó una semana piloto en la cual se probaron todos los links de sesiones de entrenamiento al ver que en algunos no se tenía acceso o no correspondían, se pide la autorización del coordinador de deportes para poder tener comunicación directa con el entrenador con el fin corroborar dichos datos, en el que en efecto, algunos deportes si habían cambiado los días de entrenamiento y/o las horas de entrenamiento mencionado por parte del entrenador que había realizado dicho cambio para el favorecimiento del equipo, por pedimiento de los propios deportistas o por que se le acomodaba mejor al entrenador.

Posteriormente al término de la primera semana se ejecutó un cuestionario semiestructurado dirigido a los entrenadores de manera online mediante la plataforma forms, en el que se empleó en la primera semana de trabajo. Mediante el apoyo de coordinación de deportes de la preparatoria Núm. 9 U.A.N.L., se les proporciono un link en el cual se incluyeron preguntas como nombre completo, deporte que dirige, plataforma actual de entrenamiento, cuantas sesiones tiene de entrenamiento por semana, días y horarios de entrenamiento y la pregunta principal saber qué cantidad de deportistas tienen activos de manera online en tiempos de pandemia y cuántos deportistas contaba antes de la pandemia, de acuerdo con las respuestas otorgadas se realizó la tabla 2 que muestran los resultados actuales de los deportes.

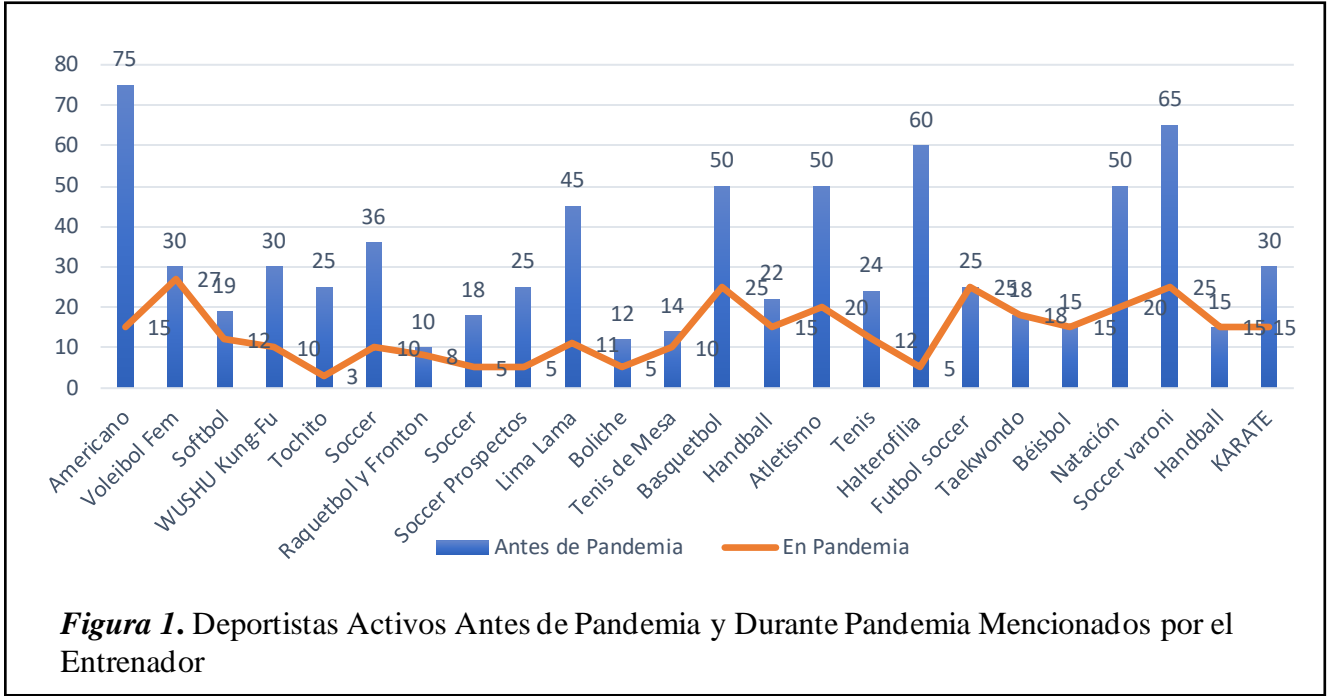
Tabla 2

Resultados de Deportistas Activos Ante y Durante la Pandemia

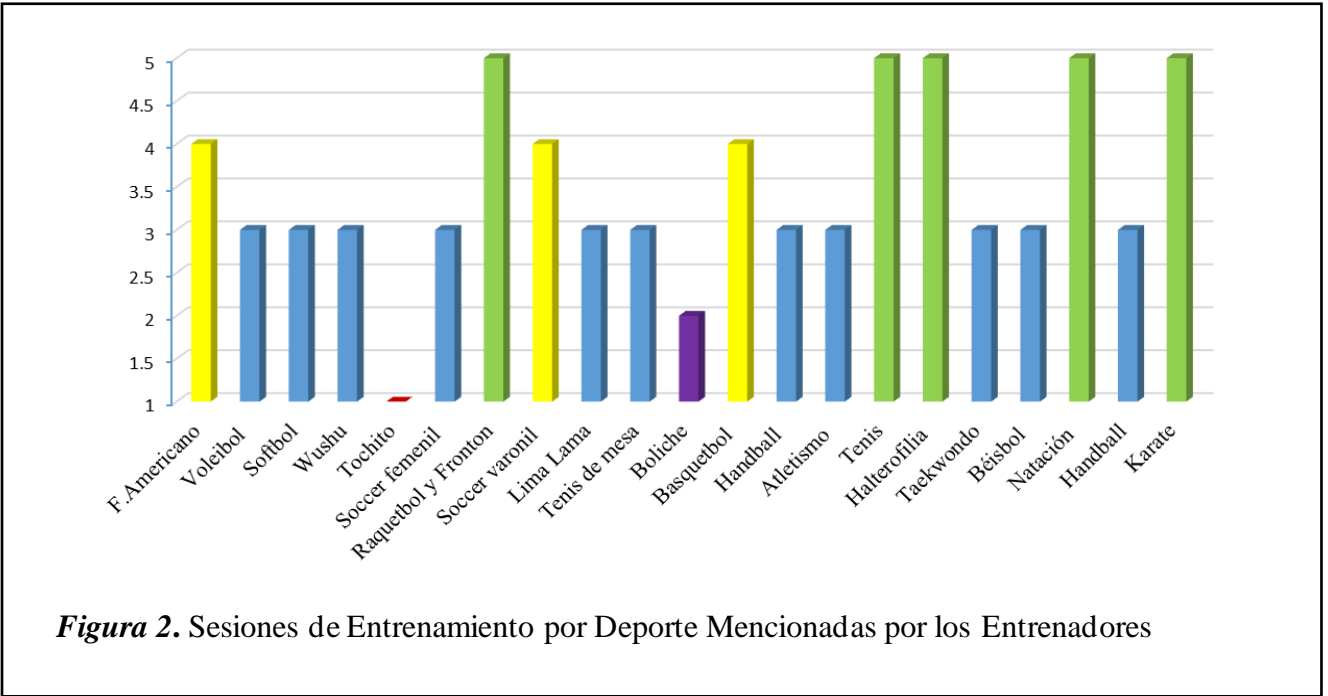
Deporte	Antes de Pandemia	En Pandemia	Deportistas Activos
Americano	75	15	20%
Voleibol Femenil	30	27	90%
Softbol	19	12	63%
Wushu Kung-Fu	30	10	33%
Tochito	25	3	12%
Soccer	36	10	28%

Raquetbol Y Fronton	10	8	80%
Soccer	18	5	28%
Soccer Prospectos	25	5	20%
Lima Lama	45	11	24%
Boliche	12	5	42%
Tenis De Mesa	14	10	71%
Basquetbol	50	25	50%
Handball	22	15	68%
Atletismo	50	20	40%
Tenis	24	12	50%
Halterofilia	60	5	8%
Futbol Soccer	25	25	100%
Taekwondo	18	18	100%
Béisbol	15	15	100%
Natación	50	20	40%
Soccer Varonil	65	25	38%
Handball	15	15	100%
Karate	30	15	50%
Totales	763	331	43%

La *Tabla 1* muestra la cantidad de deportistas inscritos por deporte antes de la pandemia y durante la pandemia.

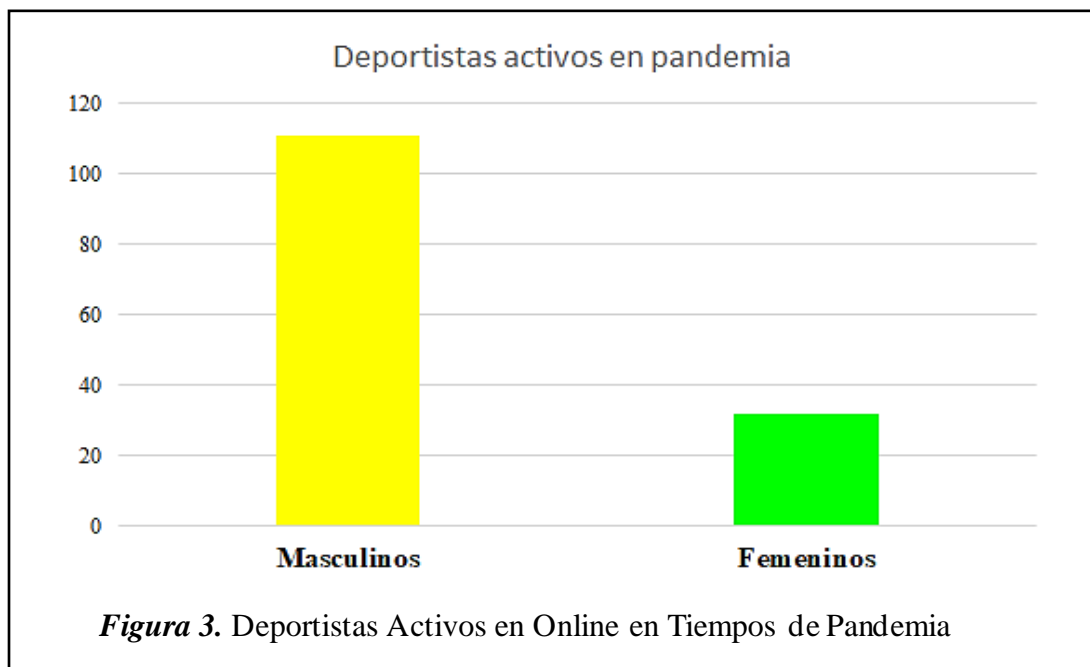


Como se muestra en la figura 1 solo existen 4 deportes que se han mantenido al 100% según sus entrenadores son: fútbol soccer varonil, taekwondo, beisbol y natación, según los entrenadores se han mantenido con la misma cantidad de deportistas activos antes de pandemia y durante pandemia.



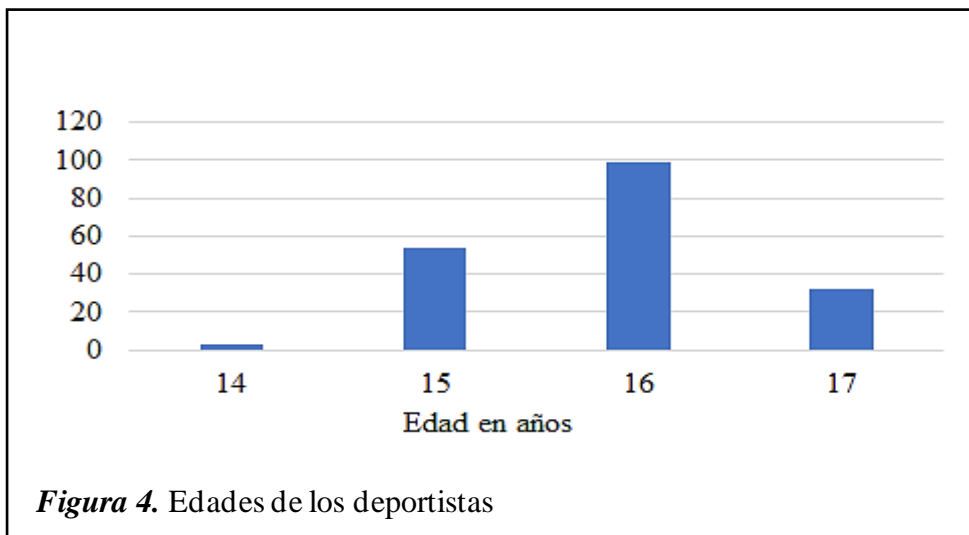
Como podemos ver en la figura numero 2 se muestran las sesiones de entrenamiento mencionas por los entrenadores en el cuestionario semiestructurado, teniendo el deporte de tochito con la mínima de una sesión, siguiéndole el deporte de boliche con 2 sesiones, existen 11 deportes que tienen 3 sesiones y 5 deportes que tienen 5 sesiones de entrenamiento por semana.

Se realizo un segundo cuestionario semiestructurado dirigida a todos los deportistas activos en pandemia, cual fue realizada a través de la plataforma de Microsoft Forms y de igual manera con el apoyo de coordinación de deportes le entrego a sus respectivos entrenadores el link del cuestionario reiterándoles que era exclusiva para los deportistas activos en pandemia en entrenamientos online; en cual incluyeron preguntas como deporte que practica, edad, genero, si ha faltado mínimo a una sesión de entrenamiento en tiempos de pandemia, actualmente su deporte está entrenando y cuantas sesiones de entrenamiento por semana tiene el deporte que practica. En la que fue respondida por el 53.7% (188) deportistas. De este grupo se detectó que 59% (111) pertenecen al género masculino y 41% (73) al género femenino. Las edades comprendidas por los deportistas van desde los 14 años hasta los 17 años 11 meses.



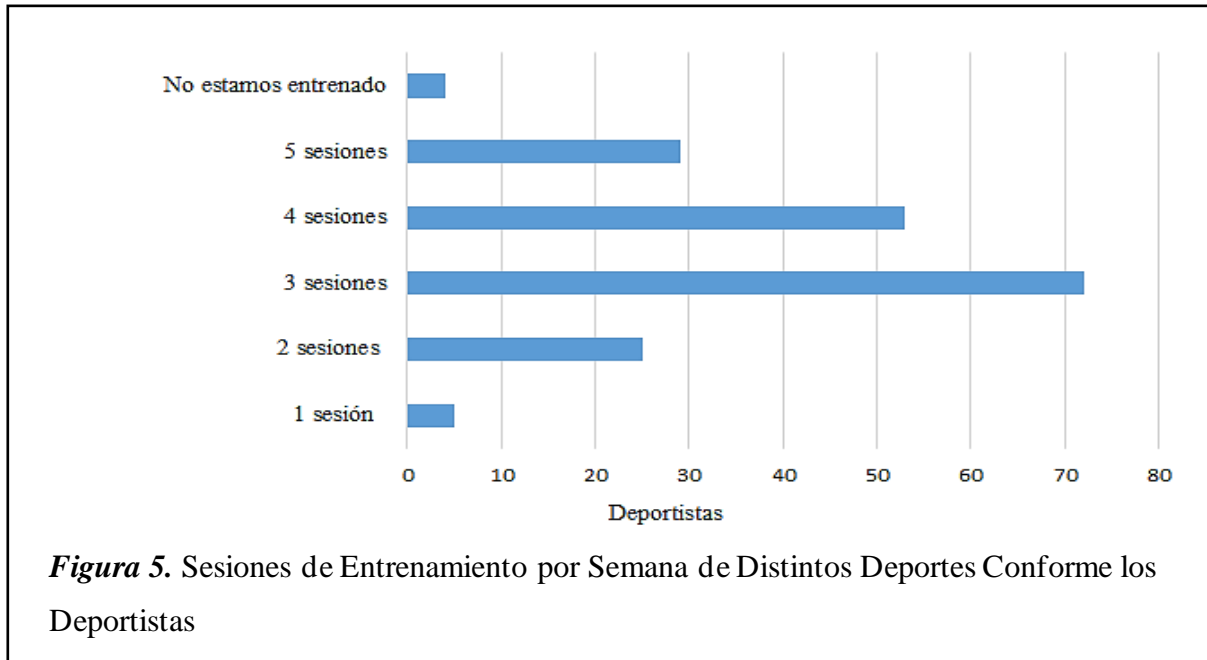
Como podemos ver en la figura 3, el 59 % (111 deportistas) fueron de sexo masculino, mientras que el 41% de la muestra (77 deportistas) fueron del sexo femenino.

Las edades comprendidas en los deportistas van de los 14 años hasta los 17 años 11 meses cumplidos, actualmente están cursando semestres pares, lo que significa que la mayoría de los estudiantes está cursando 2do y 4to semestre, por el cual sobrepasa las edades de 15-16 años.

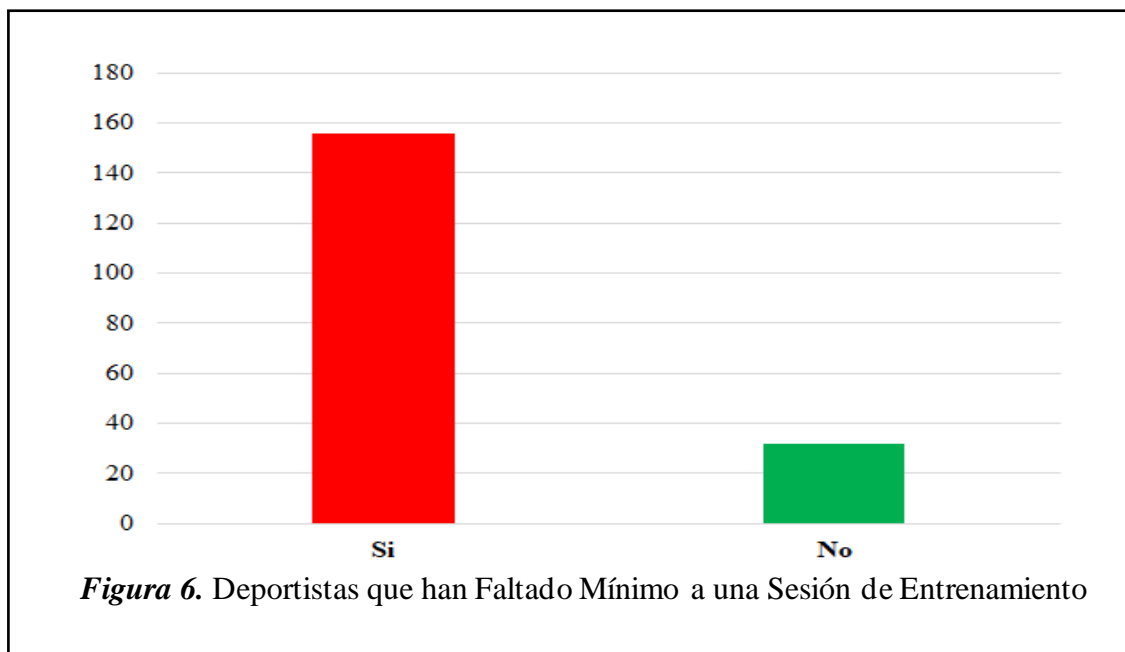


En la figura 4, se muestra la edad de los deportistas activos actualmente de la rama varonil y femenil: el 3% con la edad de (14 años), el 28.7% (15 años), el 52.6% (16 años) y el 17.1% (17 años).

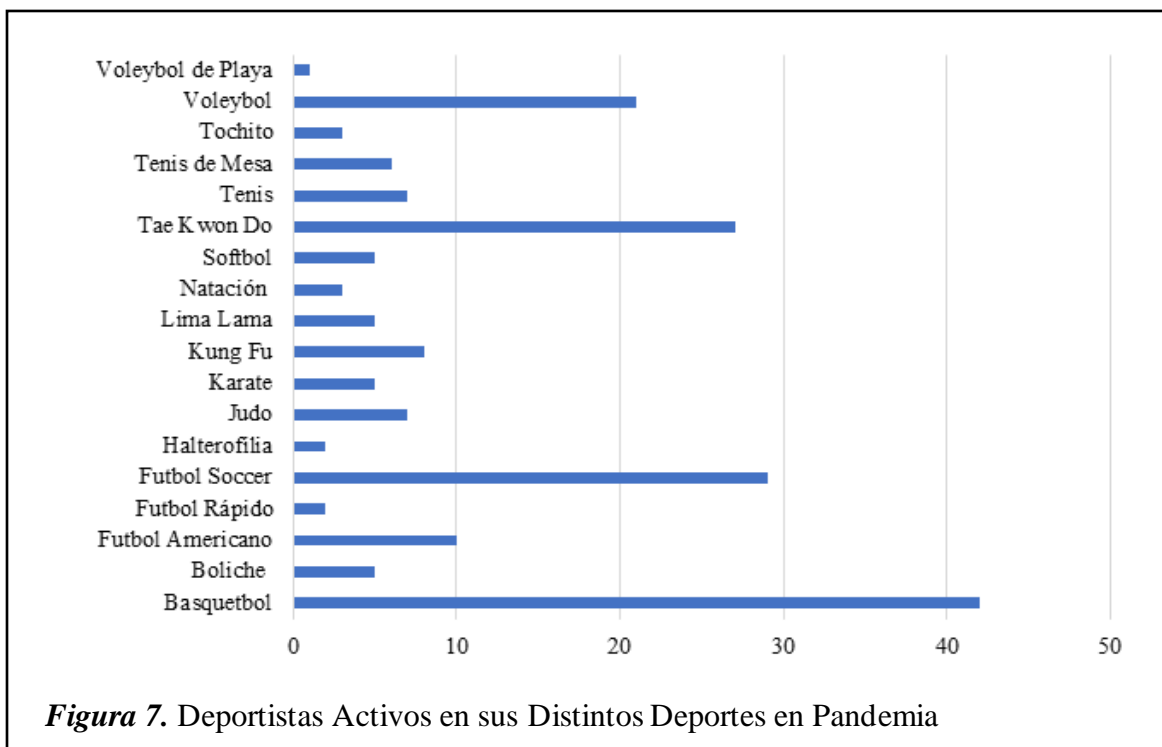
Dentro de las preguntas que fueron realizadas a los deportistas se incluye cuantas sesiones de entrenamiento tiene tu deporte por semana, incluye 6 repuestas, desde una sesión por semana hasta 5 sesiones por semana, la respuesta 6 es no estamos entrenando, con el fin de verificar los datos del link registro de asistencia que había proporcionado coordinación de deportes de los entrenamientos.



Como se muestra en la figura 5, el 2.1% de los (188 deportistas) comentan que actualmente no están entrenando, mientras el 97.9% de los (188 deportistas) mencionan el 15.4% que tiene 5 sesiones de entrenamiento por semana, el 28.2% tienen 4 sesiones por semana, 38.3% tienen 3 sesiones por semana, 13.3% tienen 2 sesiones por semana y el 2.7% menciona que solo existe 1 entrenamiento por semana.



Como se puede ver en la figura 6 el 83% de los estudiantes han faltado mínimo a un entrenamiento en tiempos de pandemia y el 17% mencionan que no han faltado.



En la figura 7 muestra la cantidad de deportistas activos online en cada deporte, los cuales el 0.5% pertenece a voleibol de playa (1), el 11.2% a voleibol (21), 1.5% tochito (3), 3.2% tenis de mesa (6), 3.7% tenis (7), 14.5% a taekwondo (27), 2.6% a softbol (5), 1.6% a natación (3), 2.7% de lima lama (5), 4.2% de kung fu (8), 2.6% a karate (5), 3.8% a judo (7), 1.1% a halterofilia (2), 15.4% a futbol soccer (29), 1.1% a futbol rápido (2), 5.3% a futbol americano (10), 2.6% a boliche (5) y 22.4 % a basquetbol(42).

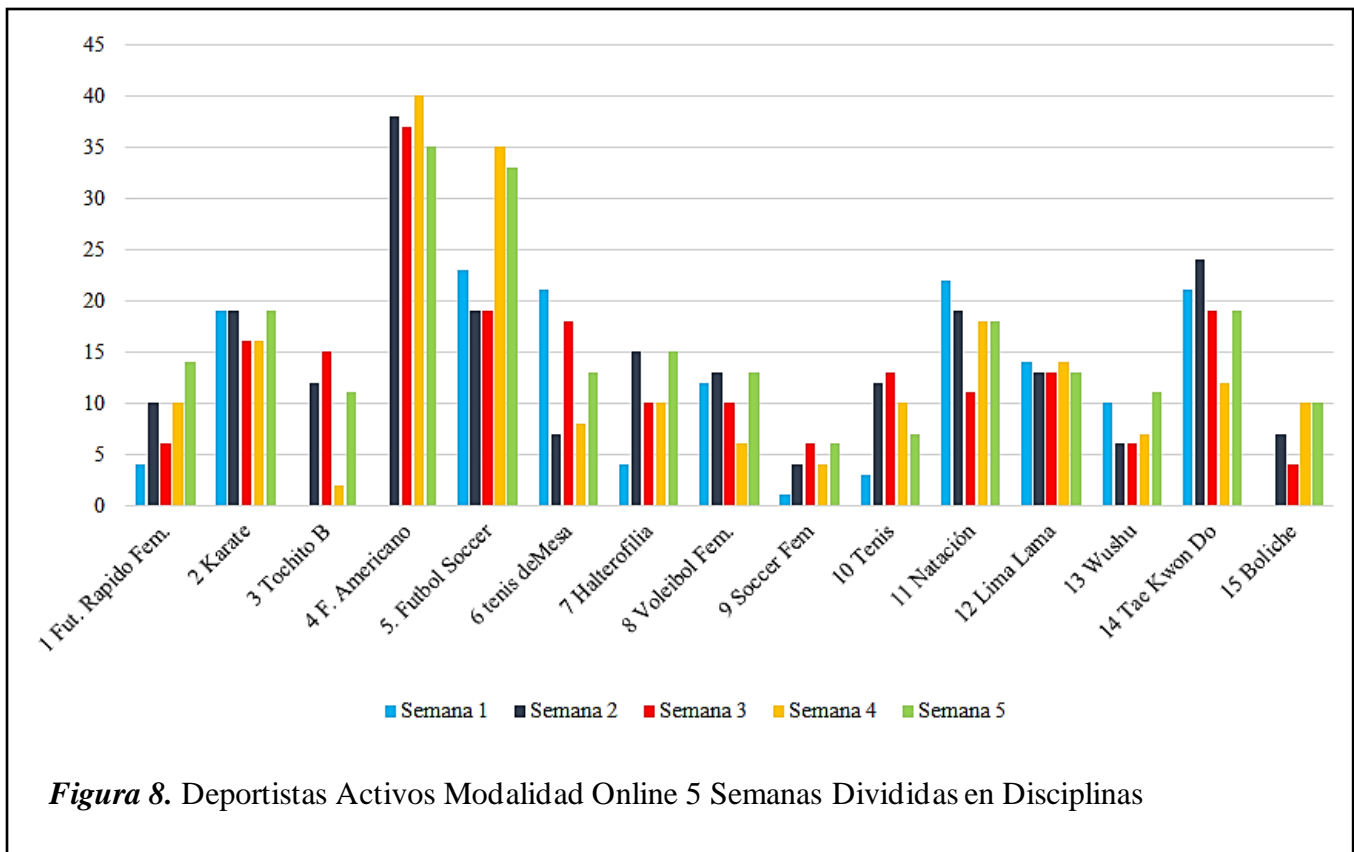


Figura 8. Deportistas Activos Modalidad Online 5 Semanas Divididas en Disciplinas

En la figura 8 se muestra la cantidad de conexiones ejecutadas por semana por los deportes activos de manera online, dentro de las cuales los deportes de tochito, futbol americano y boliche han tenido una semana 0% de asistencia total a sus entrenamientos, el deporte de karate es el que se mantenido estable en sus entrenamientos en conjunto con sus deportistas.

Sólo se ven reflejados 15 deportes, son los que actualmente si están entrando de manera online, igualmente por motivos de la pandemia algunos deportes se dieron de baja de manera temporal cuales en este caso son el box, y raquetbol.

En la encuesta realiza el entrenador de Beisbol comento que sus deportistas están entrenado de manera presencial ya que se aproxima un torneo importante fuera del contexto escolar, en el que lo utiliza para foguear a sus deportistas.

Como complemento para la información solicitada por el departamento de psicología del deporte de la preparatoria Núm. 9 de la U.A.N.L., Se trabajo con 10 entrenadores elegidos al azar de los cuales el 70% del género masculino y el 30% del género femenino de las disciplinas de: futbol americano, soccer varonil, soccer femenino, karate, natación, tenis de mesa, lima lama, tae kwon do, wushu y boliche.

Se utilizaron 5 sesiones de entrenamiento por cada uno de los 10 deportes, realizando un total de 50 observaciones en las que fueron designadas a realizar una aproximación a la observación del clima motivacional dirigido a 10 entrenadores, quienes fueron elegidos de manera aleatoria, en el que se adaptó el cuestionario MMCOS (Smith, et al 2015) teniendo el 70% de entrenadores del género masculinos y 30% de entrenadores del género femenino en el cual se muestran los resultados en la tabla 3

Tabla 3

Resultados de la Aproximación a la Observación del Clima Motivacional Dirigido a Entrenadores

Deporte	Sesión 1	Sesión 2	Sesión 3	Sesión 4	Sesión 5
F. Americano	5	6	4	4	5
Soccer Varonil	5.5	5	5	3.5	4.5
Soccer Femenil	3.5	4.5	4	4.5	4
Karate	5	5.5	6	5	5.5
Natación	5	4.5	4	4	5
Tenis de Mesa	6	5	5	4	5
Lima lama	6	5.5	5	5	5.5
Tae Kwon Do	7	6	6	4.5	5.5
Wushu	5	5.5	5.5	5	6
Bolicho	6	5	4.5	3.5	4

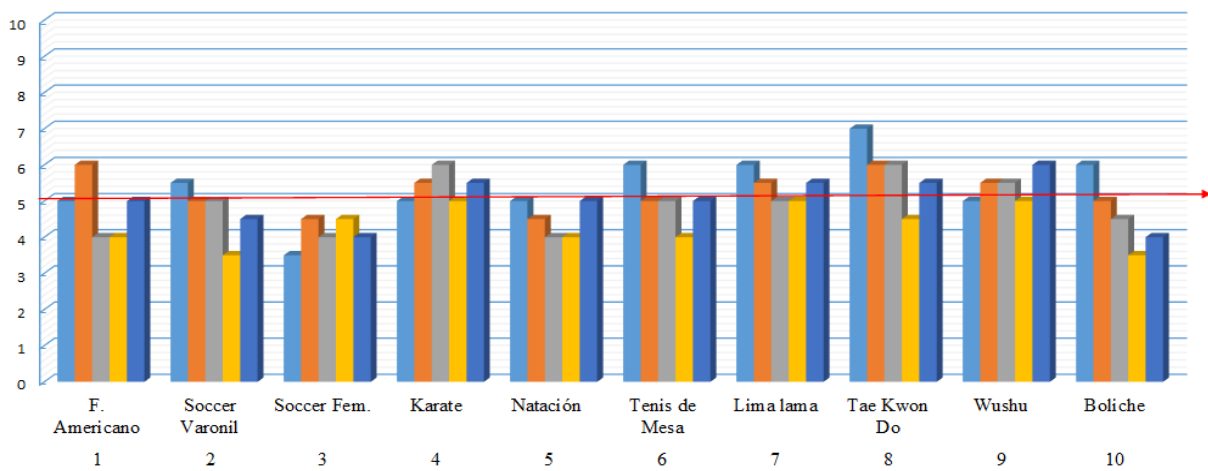


Figura 9. Resultados Gráficos de Aproximación a la Observación del Clima Motivacional Dirigido a Entrenadores

En la figura 9 muestra la gráfica de cada entrenador (10) de sus respectivas sesiones (5) en el cual la calificación va de 0 a 10 dependiendo los puntos obtenidos la aproximación de la observación. La máxima puntuación fue de 7 y la mínima de 3.5.

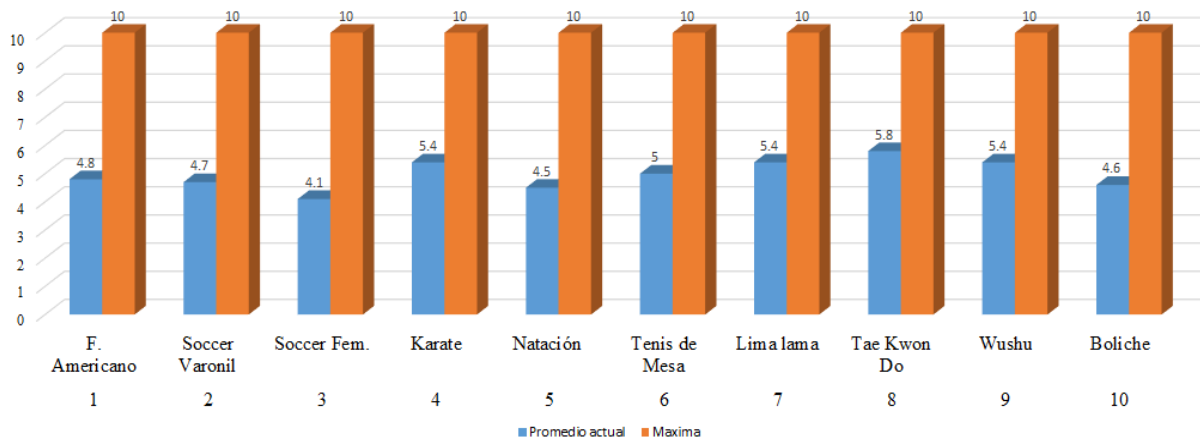


Figura 10. Promedios Gráficos de Aproximación a la Observación del Clima Motivacional Dirigido a Entrenadores

En la figura 10 se muestran los promedios de cada entrenador en su clima motivacional que van en el rango de 4 a 6 son números bajos, pero no determina el rendimiento del equipo que dirige.

Programa General del taller

Sabemos que la asistencia no depende del 100% del entrenador, pero, el entrenador es la figura clave y una pieza fundamental que siguen los deportistas y además influye en la personalidad del equipo.

El clima motivacional que es percibido por cada uno de los deportistas está determinado por lo que consideramos como éxito del entrenador. Debido a los resultados obtenidos que se mostraron en este trabajo, los entrenadores se encuentran por debajo de la media en la aproximación de la observación del clima motivacional, en este sentido, la propuesta que se otorga a la institución está enfocada a los entrenadores y consiste en desarrollar un taller principalmente en basándonos en un buen estilo de liderazgo del entrenador en el que se incluyen las habilidades necesarias del trabajo en equipo: el liderazgo, la comunicación, motivación y el desarrollo de nuevas tecnologías que aporten favorezcan el incremento de las asistencias y sobre todo potencializar la actividad deportiva en tiempos de pandemia.

Dentro del taller para entrenadores en tiempos de pandemia se brindara información acerca de algunas estrategias tecnológicas que le pueda permitir utilizar desde su computadora para resignificar el espacio conquistado modalidad online, como así también el orientar al deportistas en la utilización del tiempo libre en funciones utilitarias que son como: la buena alimentación, higiene de sueño, estudiar, cuidar la beca deportiva, cuidar si existen horarios selectivos preferenciales a deportistas, etc. La modalidad a distancia se debe acercar al entrenador con el deportista realizando la construcción de redes de interacción; en el cual incluya temas como utilizar la tecnología en los deportes, de manera didáctica por ejemplo se puede aprender las reglas del deporte experimentándolas desde su casa, estudiar atentamente la táctica de las estrategias del juego, la comprensión de la lógica del juego deportivo, videos de jugadas o de técnicas deportivas relacionadas a sus disciplinas, todo esto fomentando la creatividad e invención, a partir del uso de materiales que son convencionales hoy en día para entrenar, y son cuestiones que se pueden enseñar en conjunto con práctica deportiva desde la manera online.

El taller para entrenadores está centrado en el método de un líder humanista el cual está basado en 4 puntos esenciales: 1.-Conocer al deportista, 2.-Ayudar y comunicar en tiempos de pandemia, 3.- Motivar y 4.-Exigir.

Los objetivos del taller: se expondrán contenidos teóricos y prácticos que el entrenador podrá adquirir y utilizar con sus deportistas en pandemia para aumentar, la comunicación, liderazgo, motivación y el aprovechamiento de la tecnología en su equipo deportivo de manera expositiva, participativa y práctica. En la que puedan saber el nivel de compromiso que tienen sus deportistas en los entrenamientos, en su deporte y con la institución que representan en cada una de sus disciplinas y a su vez pueda aumentar el porcentaje de asistencias a los entrenamientos debido a las demandas que exige la pandemia para tener poder tener un mejor mantenimiento y acondicionamiento físico al regreso de sus actividades presenciales.

La finalidad del taller: Favorecer el desarrollo personal y profesional de cada entrenador junto a su entorno en tiempos de pandemia.

Los beneficios en el deporte: Acercar al entrenador con el deportista, mostrando aumento en las asistencias e incremento de la actividad deportiva de los deportistas en tiempos de pandemia mediante la comunicación y la tecnología.

Los beneficios psicológicos: poder trabajar las áreas de oportunidad prestadas por la pandemia, potenciar el desarrollo personal y principalmente el bienestar psicológico de los entrenadores en el que puede ser utilizado a nivel deportivo, personal, familiar y social.

Duración: 5 sesiones,180min cada una de las sesiones.

Sede: Preparatoria Núm.9 de la Universidad Autónoma de Nuevo León.

Ponentes: Mplo. Brenda E. Lun y Psi. Lourdes Ramones, ver anexo G.

CAPÍTULO IV. DISCUSIÓN Y CONCLUSIÓN

Las observaciones y registros se realizaron de acuerdo con la necesidad primaria que actualmente tenemos la pandemia al decir que los grupos deportivos tienen una baja de cantidad de deportistas que actualmente hoy están entrenando falta mucha iniciativa a los cambios que produce la pandemia se percibían una falta de motivación y compromiso por parte de los deportistas sin embargo a medida que fueron completándose las observaciones se puede observar que también algunos entrenadores no están satisfechos en entrenar de manera online, es un cambio muy drástico es algo de lo cual nos hemos olvidado y es importante trabajar con ellos, realmente nos preocupamos por los deportistas, pero a través de esta situación llamada pandemia se debe empezar a trabajar con los entrenadores.

Las principales dificultades que se presentaron durante las observaciones fueron los días y horas de entrenamiento ya que algunos entrenadores cambian con frecuencia los horarios establecidos, por necesidades de los deportistas por ejemplo en fecha de exámenes algunos suspendieron los entrenamientos, otros no tuvieron asistencias por parte de los deportistas. No se pudieron contactar ciertos entrenadores, otra dificultad es que algunos entrenadores comentan están entrenado de manera presencial en este caso son los representativos del estado de Nuevo León o de otros estados, los mismos entrenadores comentan algunos de los deportistas no cuentan la disposición de una Tablet, computadora o celular para entrenar en los tiempos que se agenda el entrenamiento y ellos tenían que mandar evidencia personalmente al entrenador. Algunos links de entrenamiento no se podían abrir y se tenía que buscar personalmente al entrenador, el que mencionaba que entrenaban de una manera diferente, el entrenador les hacía llegar el plan de entrenamiento a sus deportistas y ellos respondían mediante la entrega de evidencias que podrían ser videos cortos, o imágenes.

En general, se considera que es muy importante realizar un trabajo psicológico en el deporte tanto en los deportistas, pero también en los entrenadores que a su vez como se mencionó en el trabajo son la pieza clave y fundamental que el deportista sigue como líder, para que los entrenadores tengan un buen desempeño deportivo se deben brindar estrategias las cuales les ayude a desarrollar métodos de trabajo que ayuden a potencializar el rendimiento de cada uno de sus deportistas.

No debemos olvidar que antes de ser entrenadores son seres humanos con ideas y principios propios, pero todos tienen un mismo objetivo: formar deportistas, el ganar, el quedar

campeones y poner en alto al deportivo que representan por ello debemos brindarles herramientas para que lleguen al éxito en su competencia, para que los deportistas puedan tener un mejor desempeño deportivo y su participación es de vital importancia ya que de ahí se podrá ver los resultados obtenidos, también comprendiendo que cada entrenador es diferente y por supuesto tiene necesidades diferentes.

REFERENCIAS

- Ahmed, M. D., Ho, W., Al-Haramlah, A., y Mataruna-Dos-Santos, L. (27 de Julio de 2020). Motivation to participate in physical activity and sports: Age transition and gender differences among India's adolescents. *Cogent Psychology*, 7(1), 1-17. doi:10.1080 / 23311908.2020.1798633
- Balaguer , I., Castillo, I., Duda, J., Quested, E., y Morales, V. (2011). Social-contextual and motivational predictors of intentions to continue participation: A test of SDT in dance. *International Journal of Sport Science*, 7(25), 305-319. doi:10.5232/ricyde2011.02505
- Bartholomew, K., Ntoumanis, N., Ryan, R., y Thøgersen-Ntoumani, C. (2011). Psychological Need Thwarting in the Sport Context: Assessing the Darker Side of Athletic Experience. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 33(1), 75-102. doi:10.1123/jsep.33.1.75
- Bokova, I. (6 de Abril de 2017). *Día Internacional del Deporte para el Desarrollo y la Paz*. Obtenido de UNESCO.
- Buceta, J. M. (1998). Psicología del entrenamiento deportivo. (Dykinson, Ed.) *Liberabit*, 87-92. Recuperado el 07 de 04 de 2021
- Canal 53 U.A.N.L. (21 de Mayo de 2020). *Estrategia Digital UANL: Mtro. Rogelio Garza Rivera (Video)*. YouTube. Obtenido de <https://youtube.com/watch?v=2Z6vZQ51oAc&feature=share>
- Deci, E., & Ryan, R. (1985). *Intrinsic Motivation and Self-determination in Human Behavior*. New York: Plenum Press.
- Duda, J. (2013). The conceptual and empirical foundations of Empowering Coaching™: Setting the stage for the PAPA project. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 11(4), 311-318. doi:10.1080/1612197X.2013.839414
- Duda, J., y Balaguer, I. (2007). *Coach-Created Motivational Climate* (Human Kinetics ed.). (S. Jowett , & D. Lavallee, Edits.) Champaign, IL: Social Psychology in sport. doi:10.5040 / 9781492595878
- Garn, A., McCaughtry , N., Shen , B., Martin, J., y Fahlman, M. (2013). Underserved Adolescent Girls' Physical Activity Intentions and Behaviors: Relationships with the Motivational Climate and Perceived Competence in Physical Education. *Advances in Physical Education*, 3(2), 103-110. doi:10.4236/ape.2013.32018
- Gobierno del estado de Nuevo Leon . (28 de Marzo de 2021). Recuperado el 2021 de marzo de 28, de <https://www.nl.gob.mx/publicaciones/casos-de-covid-19-en-nuevo-leon>
- Gutiérrez-García, P., López-Walle, J., Tomás, I., Tristán, J., y Balaguer, I. (2019). Relación entre clima empowering y diversión en pitchers de béisbol: el papel moderador de la motivación autónoma. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 19(1), 166-177.




- Iso-Ahola, y Clair. (20 de Abril de 2012). Toward a Theory of exercise Motivation. *Quest Taylor & Francis online*, 52(2), 131-147. doi:10.1080 / 00336297.2000.10491706
- López-Walle, J., Balaguer, I., Castillo, I., y Tristan, T. (2011). Clima motivacional percibido, motivación autodeterminada y autoestima en jóvenes deportistas mexicanos. *Revista de Psicología del Deporte*, 20(1), 149-164.
- Mageau , G., y Vallerand, R. (2003). The coach–athlete relationship: a motivational model. *Journal of Sports Sciences*, 21(11), 883-904. doi:10.1080/0264041031000140374
- Molinero, O., Salguero, A., y Márquez, S. (2011). Self-determination and exercise adherence: state-of-the-art. *International Journal of Sport Science*, 7(25), 287-304. doi:10.5232/ricyde2011.02504
- Ommundsen, Y., Roberts, G., Lemyre, P.-N., y Miller , B. (2005). Peer relationships in adolescent competitive soccer: Associations to perceived motivational climate, achievement goals and perfectionism. *Journal of Sports Sciences*, 23(9), 977-989. doi:10.1080/02640410500127975
- OMS. (2021). *Organización Mundial de la salud*. Recuperado el 28 de marzo de 2021, de Campañas mundiales de la salud pública de la OMS: <https://www.who.int/es/news-room/campaigns/connecting-the-world-to-combat-coronavirus/healthyathome/healthyathome---physical-activity>
- Paredes Ortiz, J., y Carrillo López, R. (Enero de 2004). El deporte base en el proyecto de vida: un discurso teórico. *efdeportes.com*(68), 1. Recuperado el 7 de Abril de 2020
- Pelletier, L., Fortier, M., Vallerand, R., y Bri`ere, N. (2001). Associations Among Perceived Autonomy Support Forms of Self-Regulation, and Persistence:A Prospective Study. *Motivation and Emotion*, 25(4), 279-306. doi:10.1023/A:1014805132406
- Preparatoria 9 UANL. (11 de marzo de 2021). *50 Aniversario Prepa9 (Video)*. YouTube. Obtenido de <https://youtube.com/watch?v=KonuMxuDhz0&feature=share>
- Quested, E., y Duda, J. (2009). Percepciones del clima motivacional, satisfacción de las necesidades e índices de bienestar y malestar entre los bailarines de hip hop. *Revista de Medicina y Ciencia de la Danza*, 13(1), 10-19.
- REAL ACADEMIA ESPAÑOLA. (2020). *Deporte*. En Diccionario de la lengua española (Edición 23). Obtenido de <https://www.rae.es/>
- Reinboth, M., y Duda, J. (2004). The Motivational Climate, Perceived Ability, And Athletes' Psychological and Physical Well-Being. *Sport Psychologist*, 18(3), 237-251. doi:10.1123 / tsp.18.3.237
- Ródenas, L. (2015). Clima motivacional, motivación y cohesión: un estudio en el fútbol base. (*Tesis Doctoral*). Universidad de Valencia, Valencia, España.

- Ruiz, y González. (2005). AUTOCONCEPTO FÍSICO Y MODALIDAD DEPORTIVA PRACTICADA. *INFAD*, 2(1), 513-529. doi:349832309040
- Smith, N., Tessier, D., Tzioumakis, Y., Quested, E., Appleton, P. R., Sarrazin, P. G., . . . Duda, J. L. (Febrero de 2015). Development and Validation of the Multidimensional Motivational Climate Observation System. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 37(1), 4-22. doi:10.1123/jsep.2014-0059
- Torregrosa, M., Sousa, C., Viladrich, C., Villamarín, F., y Cruz, J. (2008). El clima motivacional y el estilo de comunicación del entrenador como predictores del compromiso en futbolistas jóvenes. *Psicothema*, 20(2), 254-259. doi:72720213
- Urbaneja, J. S., Julião, R. P., Nogueira Mendes, R. M., Dorado, V., y Farías-Torbidoni, E. I. (02 de Octubre de 2020). Impacto de la COVID-19 en la práctica deportiva de personas participantes en eventos deportivos de carrera a pie y ciclismo en España y Portugal. *RETOS*, 39, 743-749. doi:10.47197/retos.v0i39.82564





Anexo B. Registro Aproximado a la Observación Clima motivacional a Entrenadores

Deporte: _____ ID Entrenador: _____	Sesión: _____	Fecha: _____	Hora: _____		
Dimensión del ambiente	Estrategias de orden inferior	Tiempo			
Apoyo a la autonomía El entrenador trata de identificar y promover las necesidades, intereses y preferencias de los jugadores, al mismo tiempo que los anima a tomar el control de su propia participación.	Ofrece argumentos para las tareas, demandas y limitaciones.				
	Reconoce Enfatiza y fomenta el interés intrínseco.				
Estilo controlador (-1+1) El Ambiente creado por el entrenador frustra la sensación de control de los jugadores por coaccionarlos y presionarlos para que actúen de una forma específica.	Intimidación (asustar con amenazas).				
	Uso de recompensas extrínsecas.				
Implicación En la tarea El entrenador se centra en criterios autorreferenciados para valorar el éxito. En Un clima de implicación en la tarea el entrenador enfatiza la importancia de superarse a sí mismo, de demostrar el dominio de la tarea y de esforzarse para alcanzar el éxito.	Enfatiza/reconoce el esfuerzo y/o la mejora.				
Implicación en el ego (-1+1) El entrenador se fija en la comparación para valorar el éxito. El entrenador se centra en que los jugadores se superen unos a otros y en que demuestren altos estándares normativos.	Castiga errores.				
Apoyo de la relación El apoyo de la relación y un ambiente de comprensión promueve los sentimientos de cuidado, aceptación, inclusión, confianza y respeto, y esto se transmite de una manera cálida, positiva, coherente, y no contingente.	Participa con los jugadores en conversaciones no relacionadas con el entrenamiento.				
	Muestra atención y preocupación con los jugadores.				
Frustración de la relación (-1+1) Un ambiente que frustra la relación se caracteriza por comportamientos que impiden el sentimiento de relación (pertenencia). Un ambiente de frustración de la relación es proclive a ser frío, crítico y caracterizado por la aceptación contingente a la conducta deseada.	Muestra falta de atención y preocupación por los jugadores.				
	Adopta un estilo de comunicación frío				

Anexo C. Lista de Asistencia Validada por los Deportes que si Entrenan Modalidad Online




Deportes Entrenamientos Activos de Manera Online																								
	CONTROL DE ASISTENCIA ENTRENADORES			Microsoft Teams FEBRERO-MARZO 																				
	SEMESTRE: Enero-Julio 2021			SEMANA 1 22 a 26 de febrero				SEMANA 2 1 a 5 de marzo				SEMANA 3 8 a 12 de marzo				SEMANA 4 15 a 19 de marzo								
No.	DEPORTE	PLATAFORMA	DIAS	HORAS	L	M	M	J	V	L	M	M	J	V	L	M	M	J	V	L	M	M	J	V
1	RAPIDO FEMENIL	ZOOM	LUN A JUE	9:00AM/10:00AM																				
2	KARATE	ZOOM	LUN A VIE (MARTES Y JUEVES 4:00PM)	9:00AM / 10:30AM																				
3	TOCHITO B	ZOOM	LUN A JUE	8:30AM/9:30AM																				
4	F. AMERICANO	ZOOM	LUN A JUE	10:00AM/11:00AM y 2:00PM/3:00PM																				
5	FUTBOL SOCCER VARONIL	ZOOM	LUN A VIE (MARTES Y JUVES 6:30A7:00OM)	10:00AM/11:00AM y 6:30PM/7:00PM																				
6	TENIS DE MESA	TEAMS	LUN, MIE Y VIE	12:50PM / 1:40PM																				
7	HALTEROFILIA	ZOOM	LUN A VIE	1:00PM/2:00PM																				
8	VOLEIBOL FEMENIL	TEAMS	LUN, MIE Y VI (viernes a las 4:00pm con natación)	1:00PM/2:30PM																				
9	SOCCER FEMENIL	TEAMS	LUN A VIE	2:00PM/3:00PM																				
10	TENIS	TEAMS	MAR A VIE	3:00PM / 3:45PM																				
11	NATACION	ZOOM	LUN A VIE	4:00PM/5:00PM																				
12	LAMA	ZOOM	LUN, MIE Y VIE	7:30PM / 8:30PM																				
13	WUSHU	ZOOM	MAR, JUE Y VIE	8:00PM / 9:00PM																				
14	TAE KWON DO	ZOOM	LUN, MIE Y VIE	8:00PM/9:00PM																				
15	BOLICHE	ZOOM	MAR Y JUE	8:00PM/9:00PM																				

Anexo D. Registro de Asistencias de los Deportistas Activos Online por Dia Semana 1 a 3

Deportes Entrenamientos Activos de Manera Online																									
		CONTROL DE ASISTENCIA ENTRENADORES			 Microsoft Teams FEBRERO-MARZO 																				
		SEMESTRE: Enero-Julio 2021			SEMANA 1					SEMANA 2					SEMANA 3					SEMANA 4					
						22 a 26 de febrero					1 a 5 de marzo					8 a 12 de marzo					15 a 19 de marzo				
No.	NOMBRE/ DEPORTE	PLATAFORMA	DIAS	HORAS	L	M	M	J	V	L	M	M	J	V	L	M	M	J	V	L	M	M	J	V	
1	ALBERTO CONTRERAS - SOCCER/RAPIDO FEMENIL	ZOOM	LUN,MAR,MIE yJUE	9:00AM/10:00 AM			4	4		5	5	4	5		4	5	4		6		6	8			
2	JAVIER ARIAS / KARATE	ZOOM	LUN, MIE Y VIE (MARTES Y JUEVES 4:00PM)	9:00AM / 10:30AM				8	2	1	8	1	8	1	2	9	2	7	1	2	8	2	10	2	
3	REYNALDO LOPEZ / TOCHITO B	ZOOM	LUN,MAR,MIE yJUE	8:30AM/9:30A M						4	4	3	3		3	4	3	3		4	3	4	4		
4	FERNANDO SALINAS / F. AMERICANO	ZOOM	LUN,MAR,MIE yJUE	10:00AM/11:0 0AM y 2:00PM/3:00P M											12	12	12	9		9	8	9	8		
5	PEDRO MORALES y ALDAIR SALAZAR / FUTBOL SOCCER	ZOOM	LUN Y MIER (M Y J 6:30A7:00PM)	10:00AM/11:0 0AM y 6:30PM/7:00P M	6		4	6		4	6	4	8		4	8	3	8		4	8	3	8		
6	JONATHAN HUSSEIN-FERNANDOBAZALDUA / TENIS DE	TEAMS	LUN, MIE Y VIE	12:50PM / 1:40PM			6		4	4		5		9	3		1		3	5		6	6		
7	JONATHAN GAITAN / HALTEROFILIA	ZOOM	LUN A VIE	1:00PM/2:00P M			3	3	4	5	4	2	2	2	3	4	4	4	5	2	2	3	5	1	
8	FATIMA VILLAVICENCIO / VOLEIBOL	TEAMS	LUN, MIE Y VIE	1:00PM/2:30P M viernes a las 4:00pm con natación			6		4	4		4		4	4		5		4	5		4	4		
9	MARCO ANTONIO / WUSHU	ZOOM	LUN, MIE Y VIE	2:00PM / 4:00PM						3		4		3	4		3		3	3		4	3		
10	JUAN CARLOS/SOCCER FEMENIL	TEAMS	LUN A VIE	2:00PM/3:00P M										1	1	1		1	1	2	2	1	1	2	
11	RODOLFO HERRERA / TENIS	TEAMS	MAR A VIE	3:00PM / 3:45PM											2	3	3	4		4	4	3	3		
12	DARIANNA MORAN / NATACION	ZOOM	LUN A VIE	4:00PM/5:00P M					10	9	9	9	10	10	9	10		10		4	7	6			
13	JAVIER SANDOVAL / LIMA LAMA	ZOOM	LUN, MIE Y VIE	7:30PM / 8:30PM						4		4		4	3		4		4	3		4	5		
14	LAURA GONZALEZ / WUSHU	ZOOM	MAR, JUE Y VIE	8:00PM / 9:00PM		2		2	4		2	4		4		2		2					4	2	
15	DAYANE GUITIERREZ / TAE KWON DO	ZOOM	LUN, MIE Y VIE	8:00PM/9:00P M					6	7		6	8		7		8		9	6		6	7		
16	LETICIA PEREZ / BOLICHE	ZOOM	MAR Y JUE	8:00PM/9:00P M											4		4				2		4		
			Descanso por exámenes	TOTAL POR DIA	0	2	23	23	34	50	38	46	47	38	60	60	62	41	52	45	47	65	53	35	

Nota: en este anexo se incluye desde la semana denominada piloto, empieza la validación en la semana 1 y termina en la semana 3.

Anexo E. Registro de Asistencias de los Deportistas Activos Online por Dia Semana 4 a 5

Deportes Entrenamientos Activos de Manera Online																										
		CONTROL DE ASISTENCIA ENTRENADORES					Microsoft Teams FEBRERO-MARZO																			
		SEMESTRE: Enero-Julio 2021					SEMANA 5					SEMANA 6					SEMANA 7					SEMANA 8				
							22 23 24 25 26					29 30 31 1 2					5 6 7 8 9					12 12 14 15 16				
22 a 26 de Marzo 29 a 2 marzo Abril 5 al 9 Abril 12 al 16 Abril																										
No.	NOMBRE/ DEPORTE	PLATAFORMA	DIAS	HORAS	L	M	M	J	V	L	M	M	J	V	L	M	M	J	V	L	M	M	J	V		
1	ALBERTO CONTRERAS - SOCCER/RAPIDO FEMENIL	ZOOM	LUN, MAR, MIE y JUE	9:00AM/10:00 AM	6		8													6	4	6	0			
2	JAVIER ARIAS / KARATE	ZOOM	LUN, MIE Y VIE (MARTES Y JUEVES 4:00PM)	9:00AM / 10:30AM	1	8	1	7					R	E	C	E	S	O		1	1	7	2	8	1	
3	REYNALDO LOPEZ / TOCHITO B	ZOOM	LUN, MAR, MIE y JUE	8:30AM/9:30A M	2								R	E	C	E	S	O		2	2	4	3			
4	FERNANDO SALINAS / F. AMERICANO	ZOOM	LUN, MAR, MIE y JUE	10:00AM/11:0 0AM y 2:00PM/3:00P M	8	12	10	10					R	E	C	E	S	O		8	6	9				
5	PEDRO MORALES y ALDAIR SALAZAR / FUTBOL SOCCER	ZOOM	LUN Y MIER (M Y J 6:30A/7:00OM)	10:00AM/11:0 0AM y 6:30PM/7:00P M	8	9	9	9					R	E	C	E	S	O		9	6	9	9	9		
6	JONATHAN HUSSEIN- FERNANDO BAZALDUA / TENIS DE	TEAMS	LUN, MIE Y VIE	12:50PM / 1:40PM	3		5						R	E	C	E	S	O		4	4	4	5			
7	JONATHAN GAITAN / HALTEROFILIA	ZOOM	LUN A VIE	1:00PM/2:00P M	5	5							R	E	C	E	S	O		3	3	4	5			
8	FATIMA VILLAVICENCIO / VOLEIBOL	TEAMS	LUN, MIE Y VIE	1:00PM/2:30P M viernes a las 4:00pm con natación	2		4						R	E	C	E	S	O		4	5	4				
9	MARCO ANTONIO / WUSHU	ZOOM	LUN, MIE Y VIE	2:00PM / 4:00PM	4	x	x	x	x				R	E	C	E	S	O								
10	JUAN CARLOS/SOCCER FEMENIL	TEAMS	LUN A VIE	2:00PM/3:00P M	x	4	2	2	x				R	E	C	E	S	O		2	1	1	2	2		
11	RODOLFO HERRERA / TENIS	TEAMS	MAR A VIE	3:00PM / 3:45PM	x	3	4	3	3				R	E	C	E	S	O		4		4	3	4		
12	DARIANNA MORAN / NATACION	ZOOM	LUN A VIE	4:00PM/5:00P M	6	9	8	8	8				R	E	C	E	S	O		4	4	4	6			
13	JAVIER SANDOVAL / LIMA LAMA	ZOOM	LUN, MIE Y VIE	7:30PM / 8:30PM	5	4		5					R	E	C	E	S	O		4	4	5	4			
14	LAURA GONZALEZ / WUSHU	ZOOM	MAR, JUE Y VIE	8:00PM / 9:00PM		3							R	E	C	E	S	O		3	4	4	3			
15	DAYANE GUITIERREZ / TAE KWON DO	ZOOM	LUN, MIE Y VIE	8:00PM/9:00P M	6	6							R	E	C	E	S	O		6	6	7	6			
16	LETICIA PEREZ / BOLICHE	ZOOM	MAR Y JUE	8:00PM/9:00P M	5	5							R	E	C	E	S	O			5	5				
TOTAL POR DIA					47	62	51	59	16	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	41	47	48	56	45	27

Nota: en este anexo se incluye los días de descanso por vacaciones de semana santa, los cuales no fueron tomados en cuenta, solo se validó semana 4-5.

Anexo F. Resultados de Conexiones Realizadas por los Deportistas en las 5 Semanas

Deportes Entrenamientos Activos de Manera Online																																					
Semana		Piloto					1					2					3					4					5										
Fecha		22 a 26 de febrero					1 a 5 de Marzo					8 a 12 de Marzo					15 a 19 de Marzo					22 a 26 de Marzo					12 a 16 de Abril										
No.	DEPORTE	DIAS	L	M	M	J	V	L	M	M	J	V	L	M	M	J	V	L	M	M	J	V	L	M	M	J	V	L	M	M	J	V	L	M	M	J	V
1	SOCCER/RAPIDO FEMENIL	LUN A JUE	X	X	X	X	X						0	0	4	6	0	X	X	6	X	X	4	X	6	X	X	4	4	6	0	X					
2	KARATE	LUN A VIE	X	X	X	8	X	1	8	1	8	1	2	7	2	7	1	X	8	X	8	X	1	7	1	7	X	1	7	2	8	1					
3	TOCHITO B	LUN A JUE											3	3	3	3	X	4	3	4	4	X	2	X	X	X	X	2	2	4	3	X					
4	F. AMERICANO	LUN A JUE											8	9	12	9	X	12	8	9	8	X	8	12	10	10	X	6	9	12	8	X					
5	FUTBOL SOCCER	LUN A JUE	6	8	4	6	4	5	4	5	4	5	5	4	3	4	3	3	4	3	4	5	8	9	9	9	X	6	9	9	9	X					
6	TENIS DE MESA	LUN, MIE Y VIE	X	X	X	X	X	6	X	6	X	9	3	X	1	X	3	6	X	6	X	6	0	3	X	5	X	4	X	4	X	5					
7	HALTEROFILIA	LUN A VIE	X	X	X	X	X	X	X	X	2	2	3	4	0	4	4	0	2	3	4	1	5	0	5	0	0	3	3	4	5	0					
8	VOLEIBOL FEMENIL	LUN, MIE Y VIE	X	X	X	X	X	4	X	4	X	4	4	X	5	X	4	4	X	4	X	0	2	X	4	X	X	4	X	5	X	4					
9	SOCCER FEMENIL	LUN A VIE											1	0	1	1	1	1	0	2	1	1	2	X	4	X	X	1	1	2	2	0					
10	TENIS	MAR A VIE											3	0	X	2	3	3	4				4	3	3	3		X	4	3	3	X					
11	NATACION	LUN A VIE	X	X	X	X	4	4	5	4	4	5	5	4	5	0	5	0	4	3	4	0	3	3	4	4	4	4	4	4	6	0					
12	LIMA LAMA	LUN, MIE Y VIE	4	X	4	X	4	5	X	4	X	5	4	X	4	X	5	4	X	4	X	5	5	X	4	X	5	4	X	5	X	4					
13	WUSHU	MAR, JUE Y VIE	X	2	X	2	4	X	2	X	4	4	X	2	X	2	2	X	0	X	4	2	X	3	X	4	0	X	4	X	4	3					
14	TAE KWON DO	LUN, MIE Y VIE	X	X	X	X	6	7	X	6	8	X	7	X	8	X	9	6	X	6	X	7	X	6	X	6	X	6	X	7	X	6					
15	BOLICHE	MAR Y JUE																4	3	X	X		2	X	2	X	X	5	X	5	X	X					

Descanso por exámenes
 Incapacidad



TALLER DE PSICOLOGÍA PARA ENTRENADORES

OBJETIVOS DEL TALLER:
se expondrán contenidos teóricos y prácticos que el entrenador podrá adquirir y utilizar con sus deportistas en pandemia para aumentar, la comunicación, liderazgo, motivación y el aprovechamiento de la tecnología en su equipo deportivo de manera expositiva, participativa y practica.



FINALIDAD DEL TALLER:
Favorecer el desarrollo personal y profesional de cada entrenador junto a su entorno en tiempos de **pandemia**.

Beneficios en el Deporte:
Acercar al entrenador con el deportista mostrando aumento en las asistencias e incremento de la actividad deportiva de los deportistas en tiempos de pandemia mediante la comunicación y la tecnología.

Beneficios Psicológicos:
Potenciar el desarrollo personal y el bienestar psicológico de los entrenadores



DURACIÓN: 5 SESIONES, 180MIN CADA UNA

**SEDE: PREPARATORIA NUM 9 U.A.N.L.
PONENTES: M.PLO. BRENDA E. LUNA
PSI. LOURDES RAMONES**

Anexo H. Evaluación de Servicio Social y Prácticas Profesionales



RC-PP-007
Rev: 00-08/17

Dirección de Servicio Social y Prácticas Profesionales

Evaluación de Desempeño de Prácticas Profesionales

Datos del alumno

Matrícula:	1393517
Nombre del Alumno:	Maria de Lourdes Ramones Hernández
Facultad:	Facultad de Organización Deportiva
Carrera:	Maestría en Psicología del Deporte

Datos de la Empresa:

Empresa:	Preparatoria Núm. 9 de la Universidad Autónoma de Nuevo León
Departamento:	Psicología del Deporte

Evaluación

	Excelente	Bueno	Regular	Malo
Asistencia	√			
Conducta	√			
Puntualidad	√			
Iniciativa	√			
Colaboración	√			
Comunicación	√			
Habilidad	√			
Resultados	√			
Conocimiento profesional de su carrera	√			

Firma, Nombre y puesto del Jefe Inmediato
Sello de la Dependencia



PREPARATORIA NO. 9
DIRECCIÓN

Vigente a partir de: Agosto de 2017

Anexo I. Resumen Autobiográfico

RESUMEN AUTOBIOGRÁFICO

Lic. Maria de Lourdes Ramones Hernández

Candidato para obtener el Grado de Maestría en Psicología del Deporte

Tesina

APROXIMACIÓN A LA OBSERVACIÓN DEL CLIMA MOTIVACIONAL EN LA PREPARATORIA NUM. 9 U.A.N.L.

Campo temático: Psicología del Deporte.

Lugar y fecha de nacimiento: San Nicolas de los Garza, Nuevo León. 02 de mayo de 1990

Lugar de residencia: San Nicolas de los Garza, Nuevo León

Procedencia académica: Procedencia académica: Facultad de Psicología, Universidad del Valle de México campus Cumbres.

Experiencia Propedéutica y/o Profesional:

Deportista desde los 4 años.

Representante del estado de Nuevo León Soccer femenino de 8-18 años.1998-2008

Seleccionada Selección Mexicana Soccer Femenil desde los 16-20 años.2006-2011

Curso para entrenadores SICCED modulo I y II. 2008-2009

Auxiliar técnico de Selección de Nuevo León Soccer Femenil olimpiada nacional 2009

Estudios en Universidad de Monterrey, UDEM: Lic. en Ciencias de la Educación (8/9 semestres)

Prácticas: Preparatoria 9 U.A.N.L.

E-mail: maría.ramoneshrn@uanl.edu.mx