

Coaching Deportivo y Entrenamiento Físico-Deportivo

Profesor Edgar Lopategui Corsino
Facultad de Educación y Profesiones de la Conducta
Departamento de Educación

17 de abril de 2020

Nota del Autor:

Edgar Lopategui Corsino, Facultad de Educación y Profesiones de la Conducta,
Departamento de Educación, Universidad Interamericana de Puerto Rico, Recinto Metropolitano.

La correspondencia respecto a este manuscrito debe ser referida a el
Profesor Edgar Lopategui Corsino, Facultad de Educación y Profesiones de la Conducta,
Universidad Interamericana de Puerto Rico, Recinto Metropolitano,
PO Box 191293, San Juan, PR, 00919-1293.

Contacto: elopategui @intermetro.edu; elopateg@gmail.com; saludmedpr@gmail.com

Saludmed 2020, *por* [Edgar Lopategui Corsino](#), se encuentra bajo una licencia CC: "[Creative Commons](#)
Atribución-No Comercial-Sin Derivadas 3.0 PR: <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/pr/>



Sumario

Se realiza una revisión de la literatura tocante a la importancia del coaching y el entrenamiento deportivo en la sociedad globalizada y de Puerto Rico. Se estipulan las certificaciones y las necesidades para que los entrenadores se preparen de forma académica.

Palabras Claves: coaching deportivo, técnico deportivo, coaching, coach, entrenador, entrenamiento deportivo, periodización

Abstract

A review of the literature regarding the importance of coaching and sports training in globalized society and Puerto Rico is carried out. Certifications and needs are stipulated for coaches to prepare academically.

Key Words: sports coaching, sports technician, coaching, coach, trainer, sports training, periodization

Coaching Deportivo y Entrenamiento Físico-Deportivo

Las carreras coligadas a los deportes representan profesiones en demanda del corriente siglo. La mencionada tendencia urge que las organizaciones de educación superior provean programas académicos que se ajusten a estas necesidades. El antecedente es evidente en los países europeos, como lo es Serbia (Radojević, Grbović, & Jevtić, 2019). También, conviene que tal currículo en coaching deportivo se encuentre enfocado hacia los estándares modernos, dictado por la "International Sports Coaching Framework" (versión 1.2) (International Council for Coaching Excellence, & Association of Summer Olympic International Federations, 2013).

Los programas académicos de entrenamiento deportivo deben estar alineados con los requisitos para la licencia de coaching (Reglamento para la Licencia de Entrenadores y Oficiales Deportivos en Puerto Rico, Número 7690, del 30 de abril de 2009) regulada por el Departamento de Recreación y Deportes (DRD). Conforme al DRD, Los estudiantes pueden optar por tres tipos de licencias, reconocidas como: 1) licencia básica, 2) licencia especializada y 3) licencia de alta competición. En afinidad con el Artículo VII (Licencias), estos programas escolásticos deberán facilitar que los estudiantes puedan solicitar la licencia del DRD (DRD, 2009, pp. 5-8).

Así, los principios para la formación académica y práctica concerniente al campo del coaching deportivo y el entrenamiento físico-deportivo se encuentra regulado por varias organizaciones pertinentes, como lo es la International Council for Coaching Excellence (ICCE, 2016). Lo anterior ha generado varias publicaciones regulatorias para la educación en el coaching deportivo, identificada como la International Sport Coaching Framework (ISCF) y la Sport Coaching Bachelor Degree Standards (SCBDS). Por su parte, el Comité Olímpico de los Estados Unidos continentales (United States Olympic Committee) se ha dedicado a la tarea de

instaurar las pautas y teorías que atañe las carreras y adiestramiento del coaching deportivo en la señalada nación norteamericana (Hedlund, Fletcher, Pack, & Dahlin, 2018).

Congruente a lo aludido en la narrativa previa, en nuestra época moderna, el entrenamiento físico-deportivo de idiosincrasia integrado se perfila como una perspectiva crucial y de valor excelso para las diferentes dimensiones que demanda la preparación física, técnica, táctica y otras. Los señalados preparadores demandan ser más especializados en el área, como lo podría ser un entrenador en el deporte del fútbol internacional (FIFA, s.f., p. 15). En acorde a lo anterior, el auge de actividades competitivas en demanda, como el fútbol, impera la necesidad de preparar a los *directores técnicos* y *coaches* en áreas especializadas, incluyendo la evaluación del rendimiento, la comprensión del aprendizaje de las destrezas motrices, el entrenamiento deportivo y la periodización de este en forma integrada.

Fundamentos Semánticos del Coaching Deportivo

Coaching Deportivo

El coaching deportivo es una actividad de liderazgo, un método, proceso, una disciplina y herramienta de comunicación encausado a desarrollar las preparaciones físicas, psicológica-emocionales, técnicas, tácticas y dietéticas y de recuperación del competidor, de manera que se alcancen los objetivos deportivos, es decir, mejorar la ejecutoria atlética (Carrera, 2016, pp. 10-11, 14, 16, 21, 28-29, 40, 57, 68, 99, 155-156, 198, 224)

También, el coaching deportivo representa una guía orientada a mejorar el rendimiento deportivo a lo largo de sus periodos del entrenamiento físico-deportivo (ICCE, 2013, p. 14). El coaching deportivo es una praxis formalizada conducente a optimizar la habilidad competitiva (Ochoa, p. 9). El coach deportivo se denota como un líder que asiste al deportista en alcanzar sus expectativas competitivas mediante un diseño sistemático (Alaminos, Bastida, & Sancho,

2013, p. 66). En Puerto Rico, un coach posee las funciones de un entrenador físico-deportivo y un dirigente deportivo (e.g., dirigente de béisbol). La pedagogía empleada en el coaching deportivo es la misma impartida por los educadores físicos (Walsh, 2020).

Técnico Deportivo

La función del técnico deportivo es enseñar comportamientos saludables entre los atletas, así como entrenar las dimensiones físicas, técnicas, tácticas y psicológicas-emocionales de los deportistas, de manera que se alcance un estado optimizado del atleta durante las competencias (González Campos, 2010).

Entrenamiento Físico-Deportivo

El entrenamiento deportivo consiste de un plan estructurado y progresivo dirigido a mejorar las habilidades motrices y capacidades biomotoras de los competidores, en busca de optimizar la ejecutoria deportiva (Bompa & Buzzichelli, 2019, pp. 3, 329).

Dirigente Deportivo

Este recurso humano en el deporte se encarga de modelar el liderato entre sus atletas, establecer el control del equipo (Kent, 1998, p. 305; Room, 2010, p. 92) y trabajar el componente táctico-estratégico de las jugadas durante los eventos competitivos.

Educación para el Coaching

El proceso de educación en la carrera del coaching alude al conjunto de competencias, estándares y contenido curricular para los coaches deportivos (Callary, Culver, Werthner, & Bales, 2014; Hinkle Smith, 2014), como lo son: 1) National Standards for Sport Coaches (SHAPE, 2018), 2) ICCE Standards for Higher Education: Sport Coaching Bachelor Degrees (ICCE, 2016) y 3) International Sport Coaching Framework, version 1.2 (ICCE & ASOIF, 2013).

Conclusión

Hoy en día, es imperante que toda persona encargada de entrenar competidores de la gran gama de variedad de deportes, y de su diversidad de categorías, se encuentren certificados por alguna agencia local o internacional. Esto asegura un control de calidad en los procesos físicos, pedagógicos, tácticos, técnicos, psicológicos, dietéticos y teóricos del entrenamiento deportivo, cualquier nivel, categoría o grupo de edades.

Referencias

- Alaminos, M. J., Bastida, A., & Sancho, E. (2013). *Coaching deportivo: Mucho más que entrenamiento* (p. 66). Badalona, España: Editorial Paidotribo. Recuperado de <https://ebookcentral.proquest.com>
- Bompa, T. O., & Buzzichelli, C. (2019). *Periodization: Theory and methodology of training* (6ta ed., pp. 3, 329). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Callary, B., Culver, D., Werthner, D., & Bales, J. (2014). An overview of seven national high performance coach education programs. *International Sport Coaching Journal*, 1, 152-164. <http://dx.doi.org/10.1123/iscj.2014-0094>
- Carrera, S. (2016). *Coaching deportivo*. Ecuador: Comisión Editorial de la Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE. Recuperado de <https://repositorio.espe.edu.ec/bitstream/21000/11682/1/Listo%20coaching%20sportivo.pdf>
- Departamento de Recreación y Deportes [DRD] (2009). *Reglamento para la Licencia de Entrenadores y Oficiales Deportivos en Puerto Rico*. Recuperado de <http://www.transicion2016.pr.gov/Agencias/087/Informe%20de%20Reglamento%20y%20Normas/REGLAMENTO%207690%20->

%20REGLAMENTO%20PARA%20LA%20LICENCIA%20DE%20ENTRENADORES
%20Y%20OFICIALES%20DEPORTIVOS%20EN%20PUERTO%20RICO.PDF

Departamento de Recreación y Deportes [DRD] (2018). *Reglamento para la Protección de los Menores en el Deporte: Principios para la Participación Deportiva en las Categorías Menores*. Recuperado de <http://www.drdpuertorico.com/wp-content/uploads/2019/11/DRAFT-REGLAMENTO-PROTECCION-DE-LOS-MENORES-EN-EL-DEPORTE-11142019-PDF.pdf>

Departamento de Recreación y Deportes [DRD] (2020). *Instituto Puertorriqueño para el Desarrollo del Deporte y La Recreación – Acreditaciones*. Recuperado de <https://www.drdpuertorico.com/acreditaciones/>

Departamento de Recreación y Deportes [DRD]. *Oferta académica*. Recuperado de http://www.drdpuertorico.com/wp-content/uploads/2019/09/octubre-a-diciembre-2019_instituto_drd-1.pdf

FIFA (sf). *Juegos con efectivos reducidos y preparación física integrada: 100 juegos de entrenamiento*. Recuperado de http://egdf.com.ar/wp-content/uploads/2018/06/kupdf.com_paidotribo-100-juegos-de-entrenamiento-para-prep-fisica-fifapdf.pdf

González Campos, G. (2010). ¿Qué importancia tiene la función psicopedagógica del técnico deportivo para la mejora de sus jugadores en un club? *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 18, 35-40. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/3457/345732284007.pdf>

- Hedlund, D. P., Fletcher, C. A., Pack, S. M., & Dahlin, S. (2018). The education of sport coaches: What should they learn and when should they learn it? *International Sport Coaching Journal*, 5(2), 192–199. <https://doi.org/10.1123/iscj.2017-0110>
- Hinkle Smith, S. L. (2014). Interscholastic coaching. En The Editors of Salem Press (Eds.), *Athletics and physical education* (pp. 48-53). Ipswich, MA: Salem Press, a Division of EBSCO Information Services, Inc.
- International Council for Coaching Excellence [ICCE], & Association of Summer Olympic International Federations [ASOIF] (2013). *International sport coaching framework, version 1.2*.(p. 14). Champaign, IL: Human Kinetics. Recuperado de https://www.icce.ws/_assets/files/iscf-1.2-10-7-15.pdf
- International Council for Coaching Excellence [ICCE]. (2016). *ICCE standards for higher education: Sport coaching bachelor degrees*. Recuperado de https://www.icce.ws/_assets/files/icds-draft-4-finalnovember-23.pdf
- Kent, M. (1998). *The oxford dictionary of sports science and medicine* (2da ed., p. 305). New York: Oxford University Press.
- Ochoa, J. (2013). *Curso introductorio al coaching deportivo* (p. 9). Colombia: Equipo Internacional de Coaching Deportivo (EICD). Recuperado de <https://www.scribd.com/document/416214078/Manual-Introduccion-al-Coaching-Deportivo-pdf>
- Radojević, J., Grbović, M., & Jevtić, B. (2019). Academic study programs and education for the profession of sports, sports coach occupation. *Physical Culture*, 73(1), 90–106. doi:10.5937/fizkul1901089R

Room, A. (2010). *Dictionary of sports and games terminology* (p. 92). Jefferson, NC: McFarland & Company, Inc., Publishers.

Society of Health and Physical Education [SHAPE] (2018). *National Standards for Sport Coaches*. Recuperado de <https://www.shapeamerica.org/uploads/pdfs/2018/standards/National-Standards-for-Sport-Coaches-DRAFT.pdf>

Walsh, B. (2020). Physical education, sport and pedagogy. En S. Capel & R. Blair (Eds.), *Debates in physical education* (pp. 278-294). New York, NY: Routledge, an imprint of the Taylor & Francis Group, an informa business.