



### Artículo original

## La autorreflexión. Un punto de conexión entre el interior y el desarrollo profesional del profesor deportivo

### Self-reflection. A connection point between the interior and the professional development of the sports teacher

### Auto-reflexão. Um ponto de ligação entre o interior e o desenvolvimento profissional do professor de desporto

Tania Rosa García Hernández<sup>1</sup>



<https://orcid.org/0000-0002-6333-3158>

Ana Caridad Veitia Acosta<sup>1</sup>



<https://orcid.org/0000-0003-3133-5439>

<sup>1</sup>Universidad de Pinar del Río "Hermanos Saíz Montes de Oca". Facultad de Cultura Física Nancy Uranga Romagoza. Pinar del

Río. Cuba  [garciataniarosa@gmail.com](mailto:garciataniarosa@gmail.com)

<sup>1</sup>Universidad de Pinar del Río Hermanos Saíz Montes de Oca. Departamento de Extensión Universitaria. Pinar del Río.

Cuba  [anacaridad.veitia@nauta.cu](mailto:anacaridad.veitia@nauta.cu)

**Recibido:** 19 de febrero 2023

**Aceptado:** 14 de febrero 2024

### RESUMEN

La autorreflexión es una parte importante del propio proceso de mejora continua, para comprender por qué y cómo se toman decisiones. El profesor deportivo debe tomarse el tiempo para mirarse a sí mismo, y su trabajo le ofrece la oportunidad de reconocer fortalezas y desafíos y de mejorar sus habilidades. El artículo tuvo como objetivo socializar la autorreflexión como vía para el establecimiento de relaciones cognitivas que se revelan en el proceso de superación profesional de los profesores deportivos. Mostró una tríada entre superación profesional, autorreflexión y profesionales deportivos, para su desempeño profesional y personal, en tanto les permite instruir y educar a los atletas en la actividad pedagógica, que se manifiesta al integrar los conocimientos y elevarlos al nivel de aplicación profesional, dominar la técnica para mantenerse actualizado, investigar, saber establecer vínculos con el contexto social y gerencial recursos humanos y materiales. Se utilizaron métodos científicos como el análisis documental, la observación al proceso, la encuesta y la triangulación metodológica, con la matemática descriptiva se tabuló la información recopilada. Como principal resultado se exhibe la necesaria y rápida intervención en la preparación y actualización de un nuevo profesional del deporte: reflexivo, competente, crítico, que exige desarrollar el pensamiento alternativo a través la superación constante en los temas actuales de su especialidad; a la vez, que promueva la autorreflexión para enjuiciar la actividad profesional, determinar aciertos y errores, lograr su implicación para accionar en el cambio de sus puntos de vistas, estilos de trabajo y modos de actuación.

**Palabras clave:** autorreflexión; superación profesional; profesores deportivos; autoaprendizaje; autonomía educativa; profesor especializado; desarrollo de las habilidades.

**ABSTRACT**

Self-reflection is an important part of the continuous improvement process itself, to understand why and how decisions are made. The sports teacher must take the time to look at himself, and his work offers him the opportunity to recognize strengths and challenges and to improve his skills. The article aimed to socialize self-reflection as a way to establish cognitive relationships that are revealed in the process of professional improvement of sports teachers. It showed a triad between professional improvement, self-reflection and sports professionals, for their professional and personal performance, as it allows them to instruct and educate athletes in pedagogical activity, which is manifested by integrating knowledge and raising it to the level of professional application, mastering the technique to stay updated, investigate, know how to establish links with the social context and management of human and material resources. Scientific methods such as documentary analysis, process observation, survey and methodological triangulation were used, with descriptive mathematics the collected information was tabulated. The main result is the necessary and rapid intervention in the preparation and updating of a new sports professional: reflective, competent, critical, which requires developing alternative thinking through constant improvement in the current issues of his specialty; At the same time, it promotes self-reflection to judge professional activity, determine successes and errors, achieve their involvement to act on the change of their points of view, work styles and modes of action.

**Keywords:** self-reflection; professional development; professional development; sports teachers; self-learning; educational autonomy; specialized teacher; skill development.

**RESUMO**

A autorreflexão é uma parte importante do próprio processo de melhoria contínua, para compreender por que e como as decisões são tomadas. O professor de

desporto deve dedicar tempo a olhar para si próprio e o seu trabalho oferece-lhe a oportunidade de reconhecer pontos fortes e desafios e de melhorar as suas competências. O artigo teve como objetivo socializar a autorreflexão como forma de estabelecer relações cognitivas que se revelam no processo de aperfeiçoamento profissional de professores de esportes. Evidenciou uma tríade entre aperfeiçoamento profissional, autorreflexão e profissionais do esporte, para seu desempenho profissional e pessoal, pois permite instruir e formar atletas na atividade pedagógica, que se manifesta integrando conhecimentos e elevando-os ao nível de aplicação profissional, dominando a técnica para se manter atualizado, investigar, saber estabelecer vínculos com o contexto social e gestão de recursos humanos e materiais. Foram utilizados métodos científicos como análise documental, observação de processos, levantamento e triangulação metodológica, com matemática descritiva as informações coletadas foram tabuladas. O principal resultado é a necessária e rápida intervenção na preparação e atualização de um novo profissional desportivo: reflexivo, competente, crítico, o que exige desenvolver um pensamento alternativo através da melhoria constante nas questões atuais da sua especialidade; Ao mesmo tempo, promove a autorreflexão para julgar a atividade profissional, determinar acertos e erros, conseguir o seu envolvimento para agir na mudança dos seus pontos de vista, estilos de trabalho e modos de ação.

**Palavras-chave:** autorreflexão; Profissional avançado; professores de esportes; auto estudo; autonomia educativa; professor especializado; desenvolvimento de habilidades.

## INTRODUCCIÓN

El deporte se ha convertido en un auténtico fenómeno social, especialmente a partir del último tercio del siglo XX. Esta evolución ha hecho del deporte un sistema social abierto, que interacciona activamente con el resto de los sistemas sociales (Montero y Barbod, 2001). Estos cambios han configurado un nuevo escenario, donde un elemento importante para alcanzar la preparación necesaria del profesor deportivo lo constituye la autorreflexión, entendida como la capacidad que poseen los humanos de practicar la introspección y la motivación con la finalidad de aprender más sobre su naturaleza fundamental, motivo y esencia, cuando el interés en el equilibrio competitivo de los diferentes deportes ha ido en aumento en los últimos años, según refiere Arboix, J. et al. (2021).

Lo que lleva de la simple experiencia al aprendizaje es la autorreflexión, por lo que se convierte en una de las mejores maneras de crecer en este ámbito si se combina con conocimientos sólidos y necesarios. Ayuda a aprender de los errores, a percibir los hechos ocurridos y su respectivo análisis. Es importante desarrollar un proceso de pensamiento activo sobre lo que se vive, donde se produzca un aprendizaje significativo de cada vivencia en la práctica cotidiana.

La importancia sobre el proceso de autorreflexión también se sustenta en cuanto a concientizar que la profesionalización de la docencia no depende solamente de obtener un título universitario, sino también de mantener el nivel de especialización que demanda la función docente (Méndez y Conde, 2018). Lo anterior supone un proceso de perfeccionamiento continuo donde se incluye desarrollar herramientas separadoras de creencias y actitudes relacionadas más bien con las percepciones del sistema, que con el sentido profesional de la acción (Arriagada, 2021).

La autorreflexión conduce a aprender de manera más profunda al ver las situaciones

desde diferentes lentes y al favorecer las preguntas desafiantes que llevarán a cuestionar las propias creencias sobre el mundo. Si la reflexión es correcta, ayudará a ser más realistas al que la utilice y a seguir el camino en su desarrollo personal.

Al respecto, un papel elemental lo desempeña la superación profesional, donde se solventa la relación con las tendencias y perspectivas mundiales; estas evidencian la necesidad de consultar las insuficiencias, los problemas, las potencialidades y las posibilidades de cada sector y sus educadores, para proyectar en la superación desde estos perfiles diversas alternativas en los planes internacionales, nacionales, institucionales y regionales.

Según García (2019), al analizar el proceso de superación de los profesores deportivos, es necesario tener en cuenta los antecedentes históricos desde las primeras intenciones, sugerencias y orientaciones que le fueron dando valor, científicidad y organicidad al trabajo de la superación.

Estas, sin pretensiones cronológicas, permiten un acercamiento a la importancia que desde épocas pasadas se le han concedido a la necesidad de buscar vías y formas, y sin llegar a ser de manera intencionada y consciente facilitan conocer la dirección del desarrollo físico del hombre en cada época.

El fenómeno de la superación condicionó las premisas dirigidas a encontrar vías operativas que le proporcionarían al hombre la elevación del nivel de sus cualidades y capacidades físicas, así como de su desarrollo psicomotor.

Los elementos mencionados se convirtieron en el centro de atención de muchos especialistas, quienes desde sus respectivas posiciones y basados en los adelantos científicos relativos a la época en la cual desarrollaron su actividad intelectual, proporcionaron aportes de incalculable valor que sirvieron de base a la aparición de novedosas alternativas para direccionar el proceso de entrenamiento.

Para realizar dicha actividad, es importante el motivo, la acción y la operación. La integración de estos elementos para el desarrollo, tanto del profesor como del atleta, garantiza la instrucción y la educación de ambos, además de apreciar cómo en el desarrollo de la actividad y ante los constantes cambios y transformaciones que están ocurriendo en su entorno, el profesor requiere de un nivel de conocimientos, hábitos y habilidades para el logro de los resultados esperados en la formación deportiva que lleva a cabo.

De eso trata el estudio que se presenta. Cuando se busca el perfeccionamiento en la actuación del profesor de voleibol, se pretende que adquiera y comprenda las formas de actuar y las ejercite de manera variada y creadora, de forma tal que le permitan realizar tareas específicas mediante la utilización de un sistema de métodos y procedimientos que aplica en la realización de disímiles tareas y que sistematice conocimientos adquiridos junto a la experiencia social que posee.

Nieva (2016) enfatiza en la importancia de una formación docente capaz de asumir los retos que emergen de los procesos sociales, de la cultura y sus dinámicas, que implican una transformación social; una formación que tiene en cuenta no solo los aspectos externos sino también a la persona como sujeto integral, en el devenir con sus congéneres y en un proceso de búsqueda.

Para el estudio que se presenta resulta de utilidad abordar las habilidades profesionales. Estas constituyen la base de la actuación del profesional, al posibilitarles al profesor desarrollar acciones productivas y conscientes con un alto grado de maestría pedagógica, teniendo en cuenta las particularidades de sus atletas.

Santaya et al. (2018), Naranjo et al. (2018), Vivanco y Sarango (2019) dejan claro que estas habilidades, al ser de obligatoria formación en la práctica, actúan en interrelación con las restantes habilidades del pensamiento lógico e

intelectual, lo que contribuye al mejor desempeño pedagógico y, por tanto, al logro de la calidad del proceso, lo que la convierte en una necesidad actual a tono con el desarrollo de la ciencia y la técnica y su carácter globalizado que requiere la formación del profesional.

La estrecha relación que existe entre la habilidad profesional pedagógica y conocimiento facilita que ambas se sistematicen a la vez hasta lograr un conocimiento a un nivel superior.

De ahí que, el profesor deportivo es el pedagogo que dirige todo el proceso educativo de formación del principiante, por medio del conocimiento y la práctica de una actividad física reglada, con un perfil lúdico y recreativo; que contempla un posible futuro rendimiento a medio y largo plazo, para asegurar una correcta orientación educativa del deporte y una adecuada formación de quienes participan en su iniciación (Rodríguez, 2021, p. 8).

A partir de las demandas tecnológicas presentadas por el colectivo de profesores de voleibol de la Escuela de Iniciación Deportiva Escolar (EIDE), en Pinar del Río, se realizó un estudio exploratorio donde se advierte que en la superación de los profesores de voleibol es débil la atención que se brinda al proceso formativo desde el entrenamiento. En algunos casos carece de objetividad y sistematicidad, atendiendo a las demandas y exigencias de la actividad que realizan, mostrando imprecisiones en las acciones a acometer en cuanto a los resultados del diagnóstico de los atletas.

De ahí que el artículo que se presenta tenga como objetivo socializar la autorreflexión como vía para el establecimiento de relaciones cognitivas que se revelan en el proceso de superación profesional de los profesores deportivos.

## MATERIALES Y MÉTODOS

Fue necesario realizar un análisis de documentos. Se exploró el contenido de los documentos normativos que rigen la superación de los profesores deportivos, así como los establecidos para la elaboración de los planes de entrenamiento en el voleibol. Además, se valoró el tratamiento que se le proporciona a la planificación y control de la superación profesional para los 10 profesores de voleibol, todos pertenecientes a la EIDE de Pinar del Río, la documentación que establece el trabajo en la superación profesional en los últimos diez cursos escolares (2012-2022), los documentos que proyectan las estrategias para el desarrollo de la superación de los profesores, correspondientes a los mismos períodos, el plan de desarrollo individual de los profesores investigados, así como a la estrategia existente.

En este mismo orden se realizó una observación al desarrollo de actividades de superación, al asumir como criterios a observar la relación entre la necesidad-diagnóstico y programación en el proceso de superación profesional, la vinculación de los contenidos de superación con la solución de los problemas del entrenamiento deportivo, así como el nivel de desarrollo de la práctica pedagógica deportiva para el perfeccionamiento del desempeño profesional.

En este caso, se seleccionaron 10 actividades de superación de manera aleatoria, que como formas más utilizadas en la superación para los profesores deportivos responden a la preparación metodológica. Del mismo modo, se realizó una encuesta a profesores de voleibol, para obtener información acerca del proceso de superación que se lleva a cabo, a partir del tipo de superación que realizan, el tiempo que destina y si los aspectos tratados se relacionan con el proceso de entrenamiento.

De igual modo, con la matemática descriptiva se tabuló la información

recopilada para garantizar el éxito del estudio.

## RESULTADOS

El estudio inició por un diagnóstico al estado de la superación, al considerar como población a 10 profesores de voleibol de la EIDE en Pinar del Río, con el propósito de percibir la autorreflexión como vía para el establecimiento de relaciones entre el aprendizaje y la experiencia, que se revelan en el proceso.

**Tabla 1-** Caracterización de los investigados

Nro.	Nivel Prof.	Título Académico	Edad	Años de experiencia	Experiencia en la EIDE	Atleta Retirado
1	Lic.	EPG	51	28	13	x
2	Lic.	EPG	58	32	12	x
3	Lic.	-	34	12	4	x
4	Lic.	-	35	9	4	x
5	Lic.	-	34	9	4	x
6	Lic.	-	45	12	4	x
7	Lic.	-	32	9	5	
8	Lic.	-	28	4	2	x
9	Lic.	-	31	8	1	x
10	Lic.	-	32	8	1	x

Se estudiaron todos los profesores de voleibol de la EIDE en Pinar del Río, donde solo dos de estos poseen más de 10 años de experiencia en el alto rendimiento y cinco están por debajo de los cinco años de labor en el alto rendimiento; se destacan tres con menos de dos años. Sin embargo, el 80 % son exatletas de alto rendimiento en este deporte.

En la revisión documental se constató que el trabajo en la superación profesional de los profesores de voleibol, en la EIDE de Pinar del Río, se rige por un Manual para la superación, tanto para las distintas instancias del deporte como para la Facultad de Cultura Física. Este documento tiene como intención organizar, evaluar y controlar, de modo general, el trabajo metodológico del sistema deportivo y constituye una herramienta necesaria para

los profesores, funcionarios y directivos, con el fin de hacer más eficiente y elevar la calidad en el logro de los objetivos propuestos.

Sin embargo, la manera en que se aborda el proceso de superación no exige al profesor autorreflexionar en el cómo hacer posible que adquiera y comprenda las formas de actuar y las ejercite de manera variada y creadora; que le permita realizar tareas específicas, mediante la utilización de un sistema de métodos y procedimientos para la ejecución de disímiles labores al comenzar a dominar gradualmente operaciones más perfectas a través de la sistematización de conocimientos.

En el mencionado documento se reconoce al trabajo metodológico como un proceso de dirección del proceso docente-educativo-deportivo, en el cual se desarrollan, tanto la planificación y organización del proceso, como su regulación y control; además, se reitera la necesidad de redimensionar el trabajo metodológico, en función de solucionar los problemas más acuciantes de los profesores en cada nivel.

Sin embargo, registra falencias en el proceso de superación que se lleva a cabo en el deporte y que imposibilitan lograr transformaciones en el modo de autorreflexión del profesor y su manifestación conductual:

- la preparación metodológica no responde a las insuficiencias y necesidades de los profesores.
- el ciclo metodológico manifiesta un negativo tratamiento al contenido de los programas, en la organización deportiva básica.
- las visitas a clases carecen de señalamientos metodológicos, lo que evidencia poca profundidad en el diagnóstico profesoral.
- las esferas de actuación o subsistemas como Educación Física, Cultura Física, Deporte y Recreación, no tienen definidas las

estrategias para el trabajo metodológico en los diferentes niveles.

- diversidad de criterios por parte de los jefes de subsistemas, de cómo implementar el trabajo metodológico en los diferentes niveles.
- el objetivo va formulado a implementar un sistema de trabajo único, lo que lo hace holístico en relación a las nuevas tendencias de la superación.
- las acciones operativas están diseñadas para el trabajo metodológico, con un ciclo establecido que hace que no se cumpla con el principio del vínculo de la racionalidad, la creatividad y la calidad del resultado.

En el documento se plantea la necesidad de articular un sistema de trabajo metodológico en los municipios, centros y combinados deportivos, para atender de forma coherente las dificultades de los profesores, funcionarios y directivos.

Sin embargo, el estudio de los referentes teóricos para esta obra indica que la problemática no radica en los sistemas de trabajo metodológico en las diferentes instancias, sino en la falta de destrezas personalizadas para enfrentar el proceso que enfrentan.

Se analizaron los documentos que proyectan las estrategias para el desarrollo de la superación de los profesores, donde se pudo advertir que no siempre se muestra una correspondencia entre el diagnóstico del recurso humano con las necesidades de superación que se manifiestan. El plan de superación previsto no recoge en su totalidad las principales deficiencias diagnosticadas en los distintos controles al profesor y las que se manifiestan, son de carácter metodológico.

El análisis del plan de desarrollo individual de los 10 profesores de voleibol de la EIDE, (100% del total de docentes en este territorio), reflejó que:

- a todos los profesores se les planificó como superación el desarrollo de tareas de autosuperación, prevalecen temas de carácter político- ideológico y el estudio de documentos del VI y VII Congreso del PCC, Informática, Inglés y Cultura Jurídica.
- la autosuperación se planifica muy abierta, sin fecha de cumplimiento y no existe una adecuada orientación de la bibliografía posible a consultar y, en general, no se prevén las formas de control.
- las actividades de superación planificadas responden a problemas muy puntuales del profesor y no a la actualización del trabajo que desempeñan.

En cuanto al análisis de las dificultades detectadas en el diagnóstico del capital humano, se tuvieron en cuenta cinco criterios a valorar (técnico, metodológico, pedagógico, psicológico, ideológico), como muestra la siguiente figura.



**Fig. 1-** Resultado del diagnóstico del capital humano, como instrumento orientado por el subsistema del deporte de alto rendimiento

En tal sentido, se pudo valorar que, en el aspecto técnico-metodológico, aunque en las indicaciones del subsistema del deporte de alto rendimiento se valoran por separado, en esta investigación se estiman los puntos de coincidencia máxime cuando los porcentajes de incidencia coinciden. Tal es el caso de que:

- No se logra mantener el rendimiento de los atletas de la

etapa precompetitiva a la competitiva.

- Existe falta de trabajo para el desarrollo de la saltabilidad en la unidad de entrenamiento.
- Insuficiente trabajo para el desarrollo de la flexibilidad en la unidad de entrenamiento.
- Carencia en la evaluación de los test pedagógicos.
- Insuficiencia en la aplicación de métodos para el desarrollo de la rapidez.
- Bajo tratamiento de la fuerza explosiva.
- Incorrecta formulación de los objetivos físicos en la unidad de entrenamiento.
- Errónea dosificación de las cargas de entrenamiento en las unidades de entrenamiento.
- Insuficiente trabajo en el desglose de las tareas a ejecutar en las unidades de entrenamiento y por preparaciones.
- Limitada proyección de los objetivos según etapas en la preparación del deportista.
- Escaso tratamiento de los objetivos por etapa, para la enseñanza de los elementos técnicos.

Otro aspecto valorado le correspondió al orden pedagógico, donde queda al descubierto que en el 90 % existen insuficiencias en las habilidades que debe poseer el profesor para dirigir la unidad de entrenamiento de manera eficiente.

En el aspecto psicológico, el 70 % de los profesores no facilitan que los atletas conozcan la magnitud de realizar una tarea determinada dentro de la unidad de entrenamiento ni el por qué, lo que incide en el resultado esperado. Sin descuidar el aspecto político, el 50 % mostró escasos conocimientos acerca de los contextos internacionales y nacionales, en temas políticos, sociales y culturales.

Los elementos analizados permiten prestar atención a las dificultades más marcadas que se encuentran en el orden de lo técnico, lo metodológico y lo pedagógico.

Es necesario resaltar las dificultades detectadas en las visitas programadas y en la discusión de los planes de entrenamiento es que se planifica la superación de los profesores, teniendo como formas básicas la preparación metodológica, los colectivos técnicos y la autopercepción.

Se realizó un profundo estudio de la estrategia existente, en la que se refleja un proyecto de formación y preparación deportiva, en función de cumplir los objetivos estratégicos del deporte cubano, sobre la base del perfeccionamiento de los órganos técnicos asesores y metodológicos correspondientes, en sus diferentes niveles de actuación (desde el profesor deportivo hasta las estructuras del deporte de alto rendimiento). En este documento, se establecen: objetivo, prioridades, direcciones principales y cronograma de acciones de trabajo para un cuatrienio de trabajo, donde se destaca la orientación hacia la superación constante de la fuerza técnica deportiva.

Se aprecia que es un modelo muy holístico, que se refiere al trabajo a desarrollar a nivel general en todos los deportes y en el país; de hecho, la programación existente se basa en cursos técnicos metodológicos y de reglas y arbitraje a nivel nacional, ofertados por los consejos técnicos asesores por cada deporte, que en su mayoría no responden con exactitud a las principales falencias del profesor deportivo desde su contexto. De igual manera, se valoró su manifestación en el territorio y se procede de manera similar.

Unido a esta búsqueda de información, se estudió el Programa Integral de Preparación del Deportista para el voleibol (2013-2016), que revela que está direccionado hacia la planificación deportiva en un cuatrienio (ciclo olímpico), en cada uno de los niveles de preparación deportiva; aunque es un referente para la dirección del proceso, su misión no es superar al profesor deportivo, sino que para su instrumentación se necesita de un profesor competente y competitivo para ponerlo en marcha.

Desde ese momento, fue necesaria la observación al desarrollo de actividades de superación, ocho actividades de superación fueron seleccionadas aleatoriamente, teniendo en cuenta que la forma más utilizada en la superación para los profesores deportivos en la EIDE responde a la preparación metodológica. Todas las actividades observadas fueron dirigidas por el mismo profesor que tiene 27 años de experiencia en la actividad y es uno de los dos que posee el título de especialista (EPG).

Es preciso destacar que, para valorar los indicadores establecidos para la observación, la autora utiliza valores cuantitativos y cualitativos que permiten conocer el estado del objeto de la investigación.

En tal caso, se evidencia que, en los indicadores medidos, el 13.4 % se muestra en los parámetros de Poco Adecuado (PA), con una media de 5,800 y el 86.5 %, una mayor inclinación hacia los Inadecuados (I), con una media de 37,400; la desviación típica se comporta al 7,0206 y al 14,7588 respectivamente, lo cual patentiza las dificultades existentes.

Los resultados de este instrumento constatan que existen insuficiencias en todos los indicadores establecidos, destacándose como mayores dificultades las siguientes:

- la actividad de superación se realiza de forma contemplativa y no promueve en los profesores la participación y la transformación de actitudes.
- las actividades observadas carecen de acciones prácticas que conduzcan a los profesores a preocuparse y ocuparse de los problemas pedagógicos desde una visión proyectiva, para que estén en correspondencia con su desempeño profesional y posible perfeccionamiento.
- en la observación se pudieron determinar las deficiencias que

existen en el proceso formativo para desarrollar una superación participativa, crítica, colaborativa y transformadora.

En cuanto a la actividad científico-metodológica, no se acentúan aspectos metodológicos que reafirmen el trabajo de las capacidades físicas, el tratamiento de métodos y procedimientos atendiendo a las tendencias del voleibol actual y a las necesidades contextuales del territorio. Se destaca la débil atención personalizada a los atletas con perspectiva para el ascenso al alto rendimiento (proyectivo), insuficiencia en el sistema de saltabilidad, escaso el tratamiento a la flexibilidad, así como carencia en el uso de los test pedagógicos, incluyendo su evaluación y seguimiento.

La encuesta fue aplicada a los profesores de voleibol de la EIDE de Pinar del Río, donde se pudo constatar que solo el 60 % de la muestra se supera actualmente y que, para la superación, solo utilizan 1.06 horas semanales como promedio, de las dos horas que aproximadamente se convenían en la Resolución 54/2000.

El 100 % de los profesores se supera a través de la autosuperación y de la preparación metodológica. Queda claro el desconocimiento de estos acerca de las diferentes formas de superación existente, así como las dimensiones y niveles de profundidad que pueden alcanzar en cuanto a conocimiento con la utilización de las mismas.

En este mismo orden, se comprueba que existe poca correspondencia entre la superación planificada y las necesidades e intereses de los profesores, presentándose como principales impedimentos la carencia de bibliografía para la preparación, así como la resistencia de los profesores al cambio. Teniendo en cuenta que las actividades concebidas son las reuniones metodológicas y los principales contenidos abordados son de carácter político-ideológico y la formación de valores, existe escasez de temáticas relacionadas con la

especialidad. Estas últimas, solicitadas por el 100 % de los profesores para ser tratadas a través de talleres teórico-prácticos y cursos de actualización en la especialidad.

Desde la triangulación de los resultados de los instrumentos aplicados en el diagnóstico, esta investigación concibe, entre las principales limitaciones encontradas, el insuficiente conocimiento acerca de la dinámica del juego, se adolece de creatividad para nuevas acciones técnico-tácticas que den respuesta a situaciones de juego. Son insuficientes las iniciativas para la creación de situaciones problemáticas a resolver en el entrenamiento que modele la competencia, existe un escaso trabajo colectivo entre los profesores de voleibol y con el resto de los profesores deportivos, así como también se reflejan fisuras en las habilidades pedagógicas profesionales desde la organización, la planificación, la proyección y el control del proceso de entrenamiento.

## DISCUSIÓN

Los resultados obtenidos hasta aquí revelan que en la actualidad la autorreflexión de los profesores en estudio presenta un carácter limitado en su alcance y es asistemática y parcelada, en tanto no contribuye suficientemente a la formación integral que debe poseer un profesor de voleibol; no siempre responde a las nuevas concepciones de la preparación del atleta y no propicia una actuación profesional pedagógica desde un saber hacer en lo deportivo, para un saber ser.

El principal empeño del estudio que se expone está en correspondencia con lo planteado por García et al. (2020), cuando destaca que hay que comprender las tendencias de desarrollo, analizar su impacto sobre el equipo que se entrena y determinar las vías para aprovechar los beneficios de estas influencias contrarrestando sus efectos negativos. Es impostergable que desde la autorreflexión

se consoliden las habilidades pedagógicas profesionales, que revelen la integración de los conocimientos teóricos con las vivencias y experiencias de los profesores y los lleven a una actuación, a un saber hacer en su desempeño de manera ascendente. Importante para entender cuando comienza una jugada, el equipo que realiza el saque trata de dificultar y neutralizar el ataque del equipo contrario y organizar su contraataque con respuestas del éxito.

Por tanto, es un imperativo de primer orden crear una vinculación directa entre el deporte y la sociedad, que exija una participación y un compromiso de los profesores deportivos desde lo investigativo, lo educativo y lo pedagógico, en el progreso de la autorreflexión y su incidencia en el desempeño profesional.

Las actividades de autorreflexión demandan de la responsabilidad individual del profesor deportivo para su transformación. En ellas, los profesores cumplen tareas dirigidas al estudio individual para la ejecución de las tareas derivadas de algunas de las formas de superación, en la que el sujeto esté participando sistemáticamente, o de su propio interés. En total acuerdo con García (2019), cuando plantea que se requiere de una base orientadora de la acción, del control y permite la retroalimentación de los resultados que se obtienen del desempeño profesional, que se perfecciona de manera progresiva.

Muy significativos y oportunos los estudios de Gavilán (2020), cercanos a la temática que se aborda en esta investigación, cuando plantea que a partir de la autorreflexión se puede alcanzar un pensamiento abierto, que tiene un papel fundamental en la investigación y en el desarrollo personal y social. Es prioritario que estas habilidades se promuevan en la docencia.

Esta forma de adquirir el conocimiento es de gran significación para cualquier profesional, pues imbrica dinámicamente a las demás formas utilizadas; facilita la

yuxtaposición y/o subordinación de cualquiera de ellas, según demande la autorreflexión realizada; proporciona el retorno o avance del proceso en cada temática para transformar la realidad y crea nuevas necesidades de ganancia cognitiva. Igualmente, permite la cooperación en las temáticas abordadas y la coordinación desde las necesidades diagnosticadas para su superación, las temáticas recurrentes, las formas de abordajes y la comprensión axiológica pedagógica, que tienen que manifestar los profesores deportivos en su desempeño profesional. El profesor deportivo debe conformar su modo de pensar y actuar en concordancia con el encargo social de su profesión (Torres, 2022).

La autoreflexión conlleva al autocontrol. Este hace referencia a una mejora en la gestión de los impulsos, la autorregulación emocional, la planificación, la autoconciencia y la adaptación social, que son absolutamente esenciales para el bienestar humano y que están en plena consonancia con un aprendizaje significativo por y para la vida. Para adquirir un buen autocontrol se exige un buen nivel de reflexión interior, por lo que parece evidente la conexión entre autorreflexión y bienestar, aspectos que deben revertirse en el quehacer docente deportivo de los profesores de voleibol de Pinar del Río.

Sin embargo, el bienestar puede convertirse en una característica relativamente estable si conseguimos una buena relación con nuestro interior. Al conseguir esto, seremos capaces de hacer frente a las diversas experiencias que se presentan a lo largo del día a día. En eso consiste el desarrollo personal, elemento imprescindible para poder enfrentar las situaciones y los problemas cotidianos. Será necesario tomar decisiones difíciles, asumir una postura o determinado punto de vista y decidir la mejor elección, máxime si en los últimos años el creciente interés en el rendimiento deportivo ha ampliado el número de estudios sobre variables en los deportes, como bien refiere Pajuelo y Caparrós (2021).

Es importante entonces conectar los deseos y emociones para lograr el bienestar personal, y aunque la reflexión podría parecer un acto intelectual, es un acto emocional: el desapego desempeña un papel determinante a la hora de crecer como individuos.

De hecho, la autorreflexión propicia salir de la zona de confort y entrar a la zona de riesgo, pero que no se haga anárquicamente es la intención de la ciencia, sino que a partir de estudios, análisis y valoraciones, respecto a temáticas que confluyen en el proceso de entrenamiento actual.

El deporte ha sufrido profundos cambios en las últimas décadas. La globalización ha traído otra manera de pensar y el capitalismo ha influido en nuestras vidas hasta el punto de ser objetos antes que sujetos. No es fácil mirar hacia dentro cuando el entorno nos obliga a mirar hacia fuera constantemente, a comparar, a ser más exitosos, más consumidores, etcétera. En medio de tanta información, la tendencia de los profesores es apegarse a los viejos axiomas para sentir seguridad, imposibilitados para describir la realidad tal cual es.

Lo antes expuesto evidencia la necesidad de la autorreflexión para guiar las propias emociones, para poder entenderlas y aceptarlas, facilitando conocer, proyectar, planificar, comunicar durante el accionar pedagógico deportivo.

La autorreflexión invita a desapegarse de las certezas, a cuestionar los pensamientos rígidos y, a su vez, recuerda que se es un ser libre, personas con la capacidad de ser autónomas a la hora de decidir, sin temor a errar; facilita el intercambio de intuiciones y vivencias, que combinados con una correcta actualización de la dinámica deportiva actual provee al profesor deportivo de herramientas para ser más competente y competitivo, como bien demanda la actual sociedad.

Todo aprendizaje debe ser continuamente retroalimentado por parte del docente, permitiendo que los aprendizajes de los estudiantes sean evaluados durante el propio proceso, así como, aportándole nuevas cuestiones y planteamientos a resolver (Peña, 2022).

Muestra de ello está en el análisis al comportamiento de la superación de los profesores de voleibol, donde se establecieron dimensiones con relación a las necesidades encontradas y se evidencia que existen dificultades en todos los indicadores. El indicador más afectado es el de la dimensión ejecutivo-operacional, el cual está relacionado con la vinculación de los contenidos de superación y con la solución de los problemas del entrenamiento.

En fin, dar atención esmerada al proceso de superación facilita las nuevas relaciones que en dicho proceso se establecen desde la dinámica de las formas utilizadas, orientadas a la imbricación de la autorreflexión en ellas sugeridas, que admite una interpretación más reflexiva y coherente respecto al conocimiento adquirido, además de que enriquece la didáctica del proceso de superación de los profesores deportivos. La autorreflexión, unida al perfeccionamiento del proceso de educación continua, debe ser premisa fundamental para los profesores deportivos a todos los niveles, unido estrechamente a los planes y programas que se aplican, impuesto por el incesante desarrollo de la ciencia y de la tecnología, en su búsqueda de formas y métodos más efectivos para alcanzar los resultados competitivos sobre la base de la acción pedagógica. La realidad demuestra la necesidad de establecer de forma sistemática y sistémica el proceso de superación profesional, con el fin de lograr un profesor deportivo con un elevado desempeño de las acciones que le son encomendadas, en función de dar solución operativa a los problemas particulares y generales del equipo que entrena.

Se hace necesario tener en cuenta el desarrollo pedagógico de los profesionales, las experiencias vivenciales, el papel del

otro y su aprendizaje cooperativo y desarrollador, que les facilite aprender de los errores, a organizar de manera correcta las ideas para enfrentar el complejo proceso de entrenamiento deportivo, a intercambiar y propiciar debates enriquecedores en colectivo, hacer más grato su espacio personal y profesional.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Arboix, J., Buscà, B., Aguilera, J., Fort, A., Trabal, G. y Peña, J. (2021). Competitive Balance in Male European Rink Hockey Leagues. *Apunts Educación Física y Deportes*, 145, 33-38. [https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.\(2021/3\).145.05](https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.(2021/3).145.05)
- Arriagada, G.L., Haas, V., Cárdenas, M.K. (2021). Autorreflexión en el proceso docente: propuesta para su medición desde el modelo SIC. *Revista Recus. Publicación Arbitrada Cuatrimestral. Edición Continua. UTM Ecuador*, 6(2)- 17-24 <http://revistas.utm.edu.ec/index.php/Recus>
- García, T.R., Moreno, M., Cuesta, L.A. (2019). Estudio sobre la superación profesional de los profesores de voleibol de la EIDE de Pinar del Río. *Ciencia y Deporte*, 4(1)-19-32 <http://revistas.reduc.edu/cu/index.php/cienciaydeporte/>
- García, A., Ortega, E. y Palao, J. M. (2020). Game phase's performance in men's volleyball: from initial to top-level categories. *RICYDE. Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 61(16), 257-266. <https://doi.org/10.5232/ricyde2020.06102>
- Gavilán, D., Martínez, R. (2020). El pensamiento abierto activo para promover competencias de investigación en los futuros maestros. En: Roig-Vila, Rosabel (ed.). *La docencia en la Enseñanza Superior. Nuevas aportaciones desde la investigación e innovación educativas. Barcelona: Octaedro*, 11(2), 1044-1052.
- Méndez, J. M., y Conde, S. (2018). La autorreflexión inicial: una estrategia para la mejora de la práctica docente. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 21(1), 1731. <https://doi.org/10.6018/reifop.21.1.270591>
- Montero, J. A. y Barbod, S. (2001). The problem with doping from sport sociology. A theoretical frame of analysis. *Apunts. Educación Física y Deportes*, 64, 54-62
- Naranjo, J. A., Báez, O. L., Delgado, A., Álvarez, K. y Martínez, N. E. (2018). Formación de habilidades profesionales en los estudiantes de medicina en la Atención Primaria de Salud. *Revista de Ciencias Médicas de Pinar del Río*, 22(3), 120-130.
- Nieva, J. A., y Martínez, O. (2016). Una nueva mirada sobre la formación docente. *Revista Universidad y Sociedad*, 8(4), 14 [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2218-36202016000400002&lng=es&tlng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2218-36202016000400002&lng=es&tlng=es)
- Pajuelo, A. y Caparrós, T. (2021). Acute:Chronic Workload Ratio. Exploration and Applicability in Women's Amateur Football. *Apunts Educación Física y Deportes*, 145, 25-32. [https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.\(2021/3\).145.04](https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.(2021/3).145.04)
- Peña, I., Javaloyes, A. y Moya, M. (2022). "Rol de Estudiante-Entrenador/a

como método activo en el aprendizaje en educación superior: Un estudio longitudinal". *RICYDE. Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 70(18), 235-246. <https://doi.org/10.5232/ricyde2022.07003>

Santaya, M. O., Breijo, T. y Piñero, I. (2018). Bases teóricas del proceso de desarrollo de habilidades profesionales pedagógicas. *Revista Conrado*, 14(64), 54-62.

Rodríguez, H. (2021). El desempeño profesional del profesor deportivo en la Iniciación Deportiva Escolar.

*Efdeportes Lecturas: Educación física y deportes*, 22(237)

Torres, I.L, León, L.L. y Hernández, M.C. (2022). La preparación de los profesores deportivos para dirigir el proceso de iniciación deportiva. *Arrancada*, 22(41) <https://revistarrancada.cujae.edu.cu>

Vivanco, G. y Sarango, J. (2019). Las habilidades pedagógicas profesionales en los estudiantes de la educación superior. *Revista Conrado*, 15(67), 341-348.

#### Conflictos de interés:

Los autores declaran no tener conflictos de interés de ninguna índole

#### Contribución de los autores:

Los autores participaron en el diseño y redacción del trabajo, y análisis de los documentos.

#### Citar como

García Hernández, T.R., Veitia Acosta, A.C. (2024). La autorreflexión. Un punto de conexión entre el interior y el desarrollo profesional del profesor deportivo. *Mendive. Revista de Educación*, 22(1), e3394. <https://mendive.upr.edu.cu/index.php/MendiveUPR/article/view/3394>



Esta obra está bajo una [licencia de Creative Commons Reconocimiento-NoComercial 4.0 Internacional](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)