

# FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

## Proyecto de Investigación:

Elección de distancias en carreras de Trail  
running en deportistas amateur

## Caracterización institucional y metodológica

### Integrantes:

Mg. Sergio Córdoba  
Lic. Santiago Garione

### Fecha de inicio:

Noviembre de 2022

Por medio del presente se comparte un detalle de las actividades realizadas en el proyecto “Elección de distancias en carreras de Trail running en deportistas amateur”, que se desarrolla desde noviembre de 2022 en la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad FASTA.

En primera instancia se caracteriza el marco institucional en el que tiene lugar, para luego hacer la presentación de sus objetivos y propuesta metodológica.

### UNIVERSIDAD FASTA

La Universidad FASTA se constituye como una comunidad académica que, de modo riguroso y crítico, contribuye al desarrollo de la dignidad humana y de la herencia cultural mediante la enseñanza, la investigación, las actividades de extensión y los diversos servicios ofrecidos a las comunidades locales, nacionales e internacionales.



Son notas esenciales de su identidad institucional y de su misión:

- a). Aspirar a la formación integral de la persona desde una cosmovisión cristiana;
- b). Brindar enseñanza de saberes teóricos, prácticos, artísticos y técnicos para el recto ejercicio de la profesión y el cultivo de las disciplinas;
- c). Desarrollar la investigación, la extensión y la transferencia, para acrecentar el patrimonio cultural y científico;
- d). Constituirse en ámbito de respuestas universitarias a las necesidades del pueblo argentino y las perspectivas de desarrollo humano, productivo, social y sostenible del país, atendiendo a los requerimientos de sus zonas de influencia y los procesos de integración regional.

Actualmente la Universidad FASTA dicta más de 50 carreras presenciales y a distancia en disciplinas relacionadas con las ciencias médicas, económicas, jurídicas y sociales, de la educación, de la comunicación, las humanidades y la ingeniería. Posee dos sedes radicadas en la ciudad de Mar del Plata (San Vicente de Paul y San Alberto Magno).

## FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN

Alineada con el proyecto de la Universidad FASTA, la Facultad de Ciencias de la Educación incluye en su oferta académica de carreras presenciales: Licenciatura y Profesorado en Psicopedagogía; Licenciatura y Profesorado en Ciencias de la Educación; el Profesorado Universitario para Nivel Secundario y Superior (para profesionales) – Ciclo de Profesorado; el Profesorado en Educación Primaria, el Profesorado en Educación Inicial y el Profesorado Universitario en Inglés.

Desde 2010 se ha ampliado la propuesta para carreras de Educación a distancia, con la Licenciatura en Educación Física, Licenciatura en Inglés, Licenciatura en Educación, Licenciatura en Psicopedagogía, Licenciatura en Tecnología Educativa y, desde 2019, con la Especialización en Planificación y Gestión Estratégica de Proyectos Educativos.



La Facultad de Ciencias de la Educación trabaja para formar profesionales capaces de estudiar la realidad en un campo particular y sus correspondientes problemas en el más alto nivel, iluminándolos desde los principios y resolviéndolos desde el estudio de las causas.

Se concibe a la educación como el proceso que contribuye a que la persona se desarrolle perfectamente como tal y adquiera los diferentes conocimientos, habilidades y virtudes que le permitirán planificar su existencia.



En forma habitual se desarrollan distintas instancias de capacitación académica y asesoramiento curricular destinadas a los docentes de carreras presenciales y a distancia, se organizan actividades desde las áreas de Extensión (cursos y capacitaciones presenciales y a distancia y el Programa Universidad – Escuela) e Investigación (líneas y proyectos de investigación, publicaciones y capacitaciones). Asimismo, se cuenta con un equipo de Gestión de Asuntos Estudiantiles para el acompañamiento de los alumnos en las distintas instancias de estudio.

En la Facultad de Ciencias de la Educación tiene sede el Instituto de Idiomas, destinado a requerimientos curriculares de la Universidad y a un público externo a través de los *Tests* de la Universidad de Cambridge.

Dentro de las actividades de la Unidad Académica tiene lugar el Proyecto de Investigación *Elección de distancias en carreras de Trail running en deportistas amateur*, que integra la propuesta de trabajo de la Línea de Investigación “Ciencias aplicadas a la motricidad humana y el rendimiento motor”.

### **LÍNEA DE INVESTIGACIÓN: “CIENCIAS APLICADAS A LA MOTRICIDAD HUMANA Y EL RENDIMIENTO MOTOR”. Resolución Rectoral N° 354/19**

La línea de investigación “Ciencias aplicadas a la motricidad humana y rendimiento motor”, permite la implementación de proyectos de investigación que se orientan al estudio de la corporeidad desde un enfoque propio de la educación física y el deporte, pero también desde la motricidad como agente de prevención primaria de la salud y como agente de inclusión social para las personas con discapacidad.

Se destaca que el área de conocimiento propuesta pretende una mirada integradora, a partir de la cual diversas disciplinas puedan hacer una contribución a su estado del arte. De esta manera, se incluyen conocimientos y habilidades propios de la educación física, la

3

deportología y el juego deportivo, la danza, entre otras, que permitirán acceder a una visión integradora de la persona humana y de su desarrollo a través de la corporeidad.

Se pretende que a través de esta línea de investigación se puedan guiar los pasos de nuevos investigadores en temas afines, contribuir a la formación de los docentes desde un replanteamiento de la propia práctica, y crear capital humano respecto de los estudiantes que pueden estar interesados en iniciar una carrera de investigación en las disciplinas mencionadas.

#### **Expectativas de desarrollo:**

- Promover la investigación en el campo disciplinar, con los graduados de carreras vinculadas con las Ciencias de la Motricidad humana y rendimiento motor.
- Colaborar en la formulación de los proyectos de capacitación en el área de investigación aplicada en la carrera de grado y de posgrado en Educación Física.
- Convertirse paulatinamente en un polo académico de desarrollo en el ámbito de la investigación de las ciencias de la motricidad y el deporte.
- Fortalecer la formación de los grupos de trabajos que presenten proyectos en esta línea de investigación.
- Propiciar la generación de convenios interinstitucionales vinculados a la investigación con instituciones públicas o privadas.
- Propiciar los trabajos transdisciplinarios.
- Propiciar la publicación de trabajos científicos en distintos medios de divulgación.
- Estimular a estudiantes y profesionales del campo disciplinar a participar en sitios de divulgación científica.



El director de la línea de investigación es el Mg. Sergio Córdoba.

**PROYECTO DE INVESTIGACIÓN:****Elección de distancias en carreras de Trail running en deportistas amateur. Resolución Rectoral N° 527/22****Fecha de inicio:** 1ero de noviembre de 2022**Director:** Mg. Sergio Córdoba - [scordoba@ufasta.edu.ar](mailto:scordoba@ufasta.edu.ar)**Investigador:** Lic. Santiago Garione**Caracterización del problema de investigación que se aborda y objetivos**

La investigación tiene como centro al *Trail running* en la provincia de Córdoba, tomándolo como un deporte de moda o en auge, que día a día cuenta con una mayor cantidad de personas que lo practican y se suman como deportistas amateurs. Particularmente, el proyecto se centra en conocer la manera en que estas personas eligen en qué distancia anotarse para realizar una carrera de *Trail*, partiendo de que se trata del único deporte en el que, con muy poca experiencia, los deportistas amateurs ya eligen desafiar distancias de maratón o ultra maratón. En el día a día de los grupos de entrenamiento de *Trail running* amateur de la provincia de Córdoba, es normal que la gente se anote en una carrera de 60 km solo por el hecho de unos meses antes haber completado una de 42 km, y no llevando más de dos o tres años como deportista, siendo que en cualquier otra disciplina una decisión así, si es que se toma, puede llevar muchos años de preparación. Si bien en el ámbito de las ciencias del movimiento sabemos que una decisión así no es la mejor, que no respeta ningún principio e incluso se pone en juego la salud (Ortega Martín, 2017), no se ha encontrado teorización específica sobre los factores que influyen en esta decisión, por lo tanto, no contamos con herramientas teóricas para explicar, comprender u orientar este fenómeno.

Objetivo general: Indagar acerca de cuáles son los factores que influyen en la decisión de los deportistas amateurs de *Trail running* para seleccionar la distancia en la cual se anotan para una carrera en este deporte.

#### Objetivos específicos:

- Determinar cuáles son las fuentes que brindan a los deportistas amateur de *Trail running* de la provincia de Córdoba información sobre las distancias de las carreras.
- Conocer el nivel de conocimiento de los deportistas amateur de *Trail running* de la provincia de Córdoba sobre aspectos propios de la preparación física y el metabolismo humano y relacionarlo con la elección de las distancias.
- Brindar a los entrenadores y profesionales de las ciencias del movimiento que acompañan a los atletas amateur de *Trail running* de la provincia de Córdoba datos claros que les permitan realizar sugerencias y dar consejos pertinentes.
- Elaborar un artículo científico con las conclusiones de la investigación y presentar los resultados en un congreso de la especialidad.
- Crear un instrumento o herramienta evaluativa sencilla y fácil de comprender, que los deportistas de *Trail running* amateur de la provincia de Córdoba puedan utilizar como guía para la elección de sus distancias en una carrera.

#### Resultados esperados

Recibir información sobre los factores que influyen en la decisión de los deportistas amateurs de *Trail running* de la provincia de Córdoba a la hora de elegir una distancia a la cual anotarse en una carrera, para adquirir una base teórica que permita generar las herramientas para acompañar y orientar esa decisión desde nuestro rol como profesionales de las ciencias del movimiento.

Además, se espera obtener un instrumento o herramienta evaluativa sencilla y fácil de comprender, que los deportistas de *Trail running amateur* de la provincia de Córdoba puedan utilizar como guía para la elección de sus distancias en una carrera. Se busca establecer un *test* que revele un puntaje de la manera más objetiva posible, teniendo en cuenta experiencia, rendimiento y objetivos, para guiar al deportista sobre en qué distancias anotarse o no, haciendo hincapié en evitar lesiones, desmotivaciones o fracasos.

### Metodología de investigación

El diseño será de tipo descriptivo, temporalmente retrospectivo, transversal. El universo de estudio serán las y los deportistas amateurs que se dedican a esta especialidad. Se llevará a cabo un muestreo por conveniencia. Se estudiará qué objetivos los motivan, que argumentos priorizan, de quien reciben consejo o asesoramiento y que entienden realmente de la elección que están haciendo. Se utilizará como técnica de recolección de datos la encuesta, la cual se llevará a cabo a través de un formulario Google.

Una vez recabada esa información se deberá procesar los datos, utilizando un *software* libre *office*, obteniendo información que ayude a responder qué factores influyen en la elección de la distancia de las carreras, además de si estos factores están relacionados o no con la cantidad de lesiones que los deportistas pueden sufrir. En caso de ser necesario, puede optarse por una segunda instancia de encuesta o la utilización de otro instrumento, como entrevistas, para ahondar en algún punto en específico, por lo cual posiblemente sea un estudio mixto.

Con los datos procesados, luego se comenzará con la conformación de la herramienta o instrumento que ayude a los deportistas elegir distancia por sí mismos, brindándoles autonomía, aunque con el respaldo de profesionales de las ciencias del movimiento.

### MEDIOS DE CONTACTO

#### Facultad de Ciencias de la Educación – Universidad FASTA

Gascón 3145 - 3er Piso - (7600) - Mar del Plata

(54 - 223) 499-0400 - int 163

E-mail: [educacion@ufasta.edu.ar](mailto:educacion@ufasta.edu.ar)

Sitio web: [www.ufasta.edu.ar/academico/ciencias-de-la-educacion/](http://www.ufasta.edu.ar/academico/ciencias-de-la-educacion/)

Facebook: [@educacionufasta](https://www.facebook.com/educacionufasta)

Twitter: [@EUfasta](https://twitter.com/EUfasta)

Instagram: [UFASTA\\_Ciencias.Educacion](https://www.instagram.com/UFASTA_Ciencias.Educacion)

Linkedin: [ufasta-facultad-de-ciencias-de-la-educacion](https://www.linkedin.com/company/ufasta-facultad-de-ciencias-de-la-educacion)