

UNIVERSIDAD SANTO TOMÁS
FACULTAD DE CULTURA FÍSICA,
DEPORTE Y RECREACIÓN

REVISTA DE INVESTIGACIÓN:
CUERPO, CULTURA
Y MOVIMIENTO



Editorial

El presente número recoge cuatro artículos con perspectivas diversas que alimentan las áreas del cuerpo, la cultura y el movimiento. El primer artículo, “Efecto de un programa basado en entrenamiento funcional sobre la capacidad de velocidad de practicantes de patinaje de entre 9 y 11 años de edad”, que se propuso crear un programa de entrenamiento basado en movimientos naturales centrados en la fuerza que, aplicado durante 12 semanas, 3 días a la semana, 2 horas cada día, para 30 patinadores de 9 a 11 años, arroja que hay mejora en la expresión de fuerza explosiva e induce cambios en la condición física.

El segundo artículo, “Presencia de lesiones en el entrenamiento físico militar. Una experiencia de investigación en la Escuela Militar de Cadetes General José María Córdova”, plantea un estudio tipo cuantitativo de corte descriptivo, en donde a partir de una encuesta buscó establecer las lesiones adquiridas producto del entrenamiento físico militar en la Escuela, encontrando que en la mayoría de los casos no se establecen límites a la hora de entrenar, bajo la necesidad de ser el soldado perfecto para prestarle un mejor servicio al país.

El tercer artículo, “Factores intrínsecos y extrínsecos que generan ansiedad y su implicación en el rendimiento deportivo”, da cuenta de cómo influyen en el entrenamiento deportivo los factores extrínsecos e intrínsecos de la ansiedad, por medio de la revisión de artículos, encontrando que el entrenador es el factor extrínseco de mayor incidencia mientras que el factor intrínseco se caracteriza por el rendimiento deportivo.

El cuarto artículo, “Aportes de una metodología lúdica al aprendizaje de los estudiantes que cursan la cátedra de Morfofisiología en la Facultad de Cultura Física, Deporte y Recreación”, propone desde un tipo de investigación con un enfoque mixto de tipo explicativo y microetnográfico, realizar aportes cuantitativos y cualitativos a estudiantes del espacio académico de Morfofisiología, encontrando que las prácticas lúdicas para el

proceso de enseñanza-aprendizaje posibilitan mejora en la aprehensión del conocimiento.

Victoria Forero Cárdenas
Editora

Editorial

This issue contains four articles with diverse perspectives that feed the areas of the body, culture and movement. The first article, “Effect of a program based on functional training on the speed ability of skaters between 9 and 11 years”, which set out to create a training program based on natural movements focused on strength that, applied for 12 weeks, 3 days a week, 2 hours each day, to 30 skaters from 9 to 11 years, shows that there is improvement in the expression of explosive force and induces changes in the physical condition.

The second article, “Presence of injuries in military physical training. A research experience at the Military School of Cadets General José María Córdova”, proposes a quantitative study of a descriptive nature, that from a survey it sought to establish the injuries suffered as a result of military physical training in the School, finding that in most cases there are no limits when it comes to training, under the need to be the perfect soldier to provide a better service to the country.

The third article, “Intrinsic and extrinsic factors that generate anxiety and its implication in sports performance”, shows how extrinsic and intrinsic factors of anxiety influence sports training, through the review of articles, finding that the coach is the extrinsic factor with the highest impact while the intrinsic factor is characterized by the sports performance.

The fourth article, “Contributions of a ludic methodology to the learning of the students that attend the chair of Morphophysiology in the Faculty of Physical Culture, Sport and Recreation”, proposes from a research with a mixed approach of explanatory and micro ethnographic type, to perform quantitative and qualitative contributions to students of the academic space of Morphophysiology, finding that ludic practices for the teaching-learning process enable improvement in the apprehension of knowledge.

Victoria Forero Cárdenas
Editor