

RESUMEN

En consideración a la metodología aplicada debo indicar que la misma se fortaleció de dos maneras la una con una encuesta realizada a un grupo representativo de personas que de una manera directa o indirecta son responsables de la planificación, estructuración de noveles futuros deportistas en la actividad de los 400 metros vallas femenino, entre las dificultades que se pudo observar fueron la poca o nula participación de entes directos (falta de comunicación, falta de motivación, abandonos, irregular participación en eventos y competencias a fines, no existe infraestructura en los centros educativos (primarios o secundarios), la participación cantonal es nula; por lo que se pretende motivar de alguna manera la práctica deportiva de la especialidad de los 400 metros vallas. lo que redundaría en la posibilidad de búsqueda de nuevos adeptos; con ello conducir a la población juvenil a la práctica deportiva reforzando de esta manera nuevos roles juveniles como son los hábitos deportivos sin el menoscabo de los niveles educativos que se represente. Se procede a entregar una Guía Didáctica para la práctica deportiva de los 400 metros vallas femenino como un estímulo. La misma que se encuentra dividida en: breve historia del atletismo, las instalaciones que son necesarias, los tipos de competencia en la especialidad de vallas, una descripción, técnica, condiciones generales del atleta, records, y un video adicionalmente se fortalece con un glosario amplio de términos, bibliografía especializada y anexos sobre: encuestas, entrevistas, sesiones probables de entrenamiento, cuestionarios para la práctica deportiva e información general sobre nutrición