



**POSTER**





Arturo Díaz Suárez, Alfonso Martínez-Moreno y  
Vicente Morales Baños (Coords.)

# **Mercado laboral y competencias asociadas**

**IX Congreso Internacional  
Educación Física e Interculturalidad**



**Región de Murcia**  
Consejería de Educación, Formación y Empleo



**Región de Murcia**  
Consejería de Educación, Formación y Empleo  
Secretaría General

© Región de Murcia  
Consejería de Educación, Formación y Empleo  
Secretaría General. Servicio de Publicaciones y Estadística

[www.educarm.es/publicaciones](http://www.educarm.es/publicaciones)

© Coordinadores:  
Arturo Díaz Suarez, Alfonso Martínez-Moreno y Vicente Morales Baños

1ª Edición, septiembre 2010  
I.S.B.N.: 978-84-693-6048-4  
D.L. MU 1485-2010  
Impreso en España - Printed in Spain

Diseño y maquetación: [www.mansinimaquetadorgrafico.com](http://www.mansinimaquetadorgrafico.com)  
Imprime: Objetivo Centro Gráfico, S.L.





■ INFLUENCIA DE LA NATACIÓN EN JÓVENES ADOLESCENTES EN RELACIÓN DEL NÚMERO DE SESIONES SEMANALES. ....	9
■ INDICADORES DE RENDIMIENTO Y COOPERACIÓN DEPORTIVA .....	11
■ PERCEPCIÓN DE BIENESTAR PSICOLÓGICO Y FOMENTO DE LA PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICA EN EDAD ESCOLAR .....	19
■ ESTUDIO DE LA MOTIVACIÓN DEL ESTUDIANTE DESDE LA PERSPECTIVA DE METAS LOGRO PARA EL APRENDIZAJE DE EDUCACIÓN FÍSICA EN EDUCACIÓN SECUNDARIA .....	25
■ VALORACIÓN DE INFLUENCIA DE ESTILOS DE ENTRENADORES Y PERCEPCIÓN DE VALORES DEPORTIVOS EN EL DEPORTE.....	27
■ NOS MOVEMOS CONTRA LA EXCLUSIÓN. TAFAD IES MAR MENOR .....	35



# INFLUENCIA DE LA NATACIÓN EN JÓVENES ADOLESCENTES EN RELACIÓN DEL NÚMERO DE SESIONES SEMANALES.

JOSÉ ANTONIO GARCÍA GARCÍA

FRANCISCO JAVIER ROBLES PRIETO

ÓSCAR CARO MUÑOZ

JESÚS ARJONA MORILLA

Universidad de Málaga

## Resumen Español

Pocos son los adolescentes que reconocen realizar ejercicio físico por lo beneficios que este tiene para la salud (Prieto Saborit y Nistal Hernández, P., 2005). Nosotros como profesionales del ámbito deportivo recomendamos realizar deporte de forma periódica y una de las actividades aconsejadas es la natación. El propósito de este estudio es comparar los niveles de capacidad aeróbica acuática entre adolescentes que realizan tres sesiones semanales de natación frente a adolescentes que realizan sólo dos, además de comprobar en qué medida es favorable una sesión semanal más de natación para la mejora de la salud del participante. Los participantes de género masculino y femenino que realizan tres sesiones semanales de natación obtienen los mayores niveles de capacidad aeróbica que aquellos que realizan natación dos sesiones semanales. En adolescentes es de suma importancia para la mejora de la salud el realizar deporte de forma periódica y para obtener unas mínimas mejoras, es fundamental realizar tres sesiones semanales de natación.

## Resumen Inglés

Few adolescents recognize physical exercise as this has benefits for health (Prieto Saborit & Nistal Hernández, P., 2005). We as professionals in the field of sport recommend regularly participate in sports and one of the recommended activities is swimming. The purpose of this study is to compare the levels of aquatic aerobic capacity among adolescents who do three sessions a week of swimming against two teenagers who do also check to what extent



more favorable a weekly session of swimming for health improvement the participant. Participants male and female doing three sessions a week of swimming obtain the highest levels of aerobic capacity than those who do swimming twice-weekly. In adolescents is of great importance for improving health in sports on a regular basis and to obtain a minimal improvements, it is essential to make three weekly sessions of swimming.

## Palabras Clave

Adolescentes, natación, tests físicos y resistencia aeróbica.

# INDICADORES DE RENDIMIENTO Y COOPERACIÓN DEPORTIVA

# INDICATORS OF PERFORMANCE AND SPORTS COOPERATION

JUAN GONZÁLEZ HERNÁNDEZ. JGONZALEZ@UM.ES

Universidad de Murcia

Contacto/Contact:

Juan González Hernández

Departamento de Personalidad, Evaluación y Tratamientos psicológicos

Facultad de Psicología. Universidad de Murcia.

Campus de Espinardo. 30100

Espinardo. Murcia

## Resumen

El presente trabajo pone de manifiesto la utilidad de la misma para potenciar el clima grupal y las conductas autodeterminadas, así como para la mejora del rendimiento y de la percepción de autoeficacia individual y grupal. La orientación a la tarea se caracteriza por valorar la habilidad en función de uno mismo, así como por dar importancia al esfuerzo y a la ejecución por encima de los resultados. Asimismo, establece que en función de las características motivacionales que perciba el sujeto en las personas que forman su entorno cercano, se puede diferenciar entre un clima motivacional que implica hacia el ego o hacia la tarea en ese contexto (Ames, 1992). El compromiso deportivo es entendido como una disposición psicológica que representa el deseo y la decisión de seguir participando en el deporte (Scanlan, Simons, Carpenter, Schmidt, y Keeler, 1993). Éste viene determinado por el grado de diversión que obtiene el deportista de la participación deportiva, las inversiones personales, las opor-



tunidades de implicación y las coacciones sociales, además de la influencia de las alternativas de implicación y el apoyo social (Scanlan, Russell, Beals, y Scanlan, 2003). Se propone un trabajo llevado a cabo durante la presente temporada en el que, a través de la definición de la eficacia de ciertos objetivos e indicadores de rendimiento se orienta el trabajo psicológico para la valoración psicológico-social y deportiva del deportista y del grupo, la planificación de su entrenamiento, la aparición y fortalecimiento de estilos de liderazgos, la integración social del deportista en el grupo, etc.

## Palabras Clave

Cooperación, cohesión, indicadores de rendimiento

## Abstract:

The present work reveals the usefulness of the same one to promote the climate grupal and the autocertain conducts, as well as for the improvement of the performance and of the perception of individual autoefficiency and grupal. The orientation to the task is characterized for valuing the skill depending on one itself, as well as for giving importance to the effort and to the execution over the results. Likewise, it establishes that depending on the characteristics motivacionales that perceives the subject in the persons who form his nearby environment, can differentiate between a climate motivacional that it involves towards the ego or towards the task in this context (Love, 1992).The sports commitment is understood as a psychological disposition that represents the desire and the decision to continue taking part in the sport (Scanlan, Simons, Carpenter, Schmidt, and Keeler, 1993). This one comes determined by the degree of amusement that there obtains the sportsman of the sports participation, the personal investments, the opportunities of implication and the social constraints, besides the influence of the alternatives of implication and the social support (Scanlan, Russell, Beals, and Scanlan, 2003).One proposes a work carried out during the present season in which, across the definition of the efficiency of certain aims and indicators of performance the psychological work is orientated for the psychological - social and sports valuation of the sportsman and of the group, the planning of his training, the appearance and strengthening style of leaderships, the social integration of the sportsman in the group, etc.

## Key words

Cooperation, cohesion, indicators of performance

## Introducción

Uno de los procesos en los que se puede medir el éxito y recompensar el rendimiento es la cooperación. La cooperación se ha definido como un “proceso social a través del cual el rendimiento se evalúa y se recompensa en términos de los logros deportivos de un grupo de personas que trabaja en conjunto para alcanzar un objetivo particular”. (Coakley, 1994). En general, la cooperación es una situación en la que los objetivos de los participantes son interdependientes de una manera recíproca: cada persona depende de otras para alcanzar sus objetivos. (Ortín, 2001)

En los modelos de cooperación y cohesión es preciso tener en cuenta una serie de conceptos básicos que influyen en la dinámica de los grupos deportivos: *Naturaleza del grupo* es destacar las relaciones que se puedan dar dentro del mismo, los líderes existentes, tipos de esos líderes, los marginados, .... *Evaluación del deportista en la competición. Potenciales de respuestas a la competición. La comparación social*; hace referencia a cómo el deportista siente cada actividad comparando con los demás. Si cada actividad le supone un reto respecto al grupo será distinto a si no le supone ningún reto. Tener en cuenta esa orientación a comparación con referencia externa. Al mismo tiempo, también hay que tener en cuenta otros aspectos a considerar en la competición como son: *Evaluación del deportista. Naturaleza de la formación del grupo; Potenciales de respuesta a la competición.*

El planteamiento de la cooperación como uno de los factores del rendimiento de un equipo deportivo, puede ofrecernos beneficios al permitir operar con variables bien definidas, desde la psicología individual y capaces de ser observadas y evaluadas. La cohesión de un equipo no es exactamente la traducción del nivel de cooperación intragrupal. Son dos procesos distintos y que tienen puntos en común, aunque muchas veces la cohesión grupal se halle en función de la red de cooperación en el seno del equipo. Esto no presupone en ningún momento el descartar otro tipo de aproximaciones al estudio (o a la intervención) de la personalidad de los jugadores.

Según Jonh Elster (1990, citado por García Mas 1995) “cuando la gente trata de decidir su participación en una empresa cooperativa....., a menudo intenta ver que hacen los otros. Algunos piensan de esta manera “si la mayoría de los otros cooperan yo debería hacer mi parte, pero si no lo hacen yo no tengo ninguna obligación de hacerlo”, “Si la mayoría de los otros cooperan, no hay ninguna necesidad de que yo lo haga. Si otros pocos cooperan, será mayor la obligación de hacerlo”

En el proceso de generación de la cooperación en los grupos deportivos implica que una estructura de recompensa cooperativa se caracteriza por el mutuo compromiso de por lo menos dos participantes (en los grupos de dos) y de la mayoría de los participantes en grupos de mayor número en deportes colectivos (voleibol, fútbol, balonmano, baloncesto, etc.)



El modelo conceptual de cooperación deportiva se sustenta en dos bases:

- 1) la concepción racional y utilitarista, derivada de la interacción e interdependencia interna, de las tomas de decisiones personales en cuanto a cooperar o no con el objetivo del equipo; y
- 2) la disposición personal a demostrar conductas cooperativas sin esperar nada a cambio.

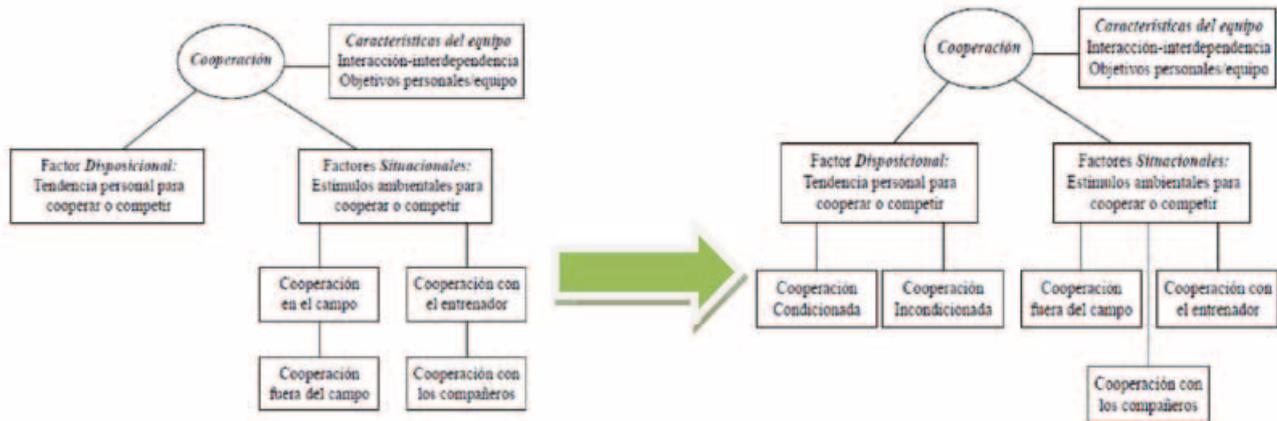
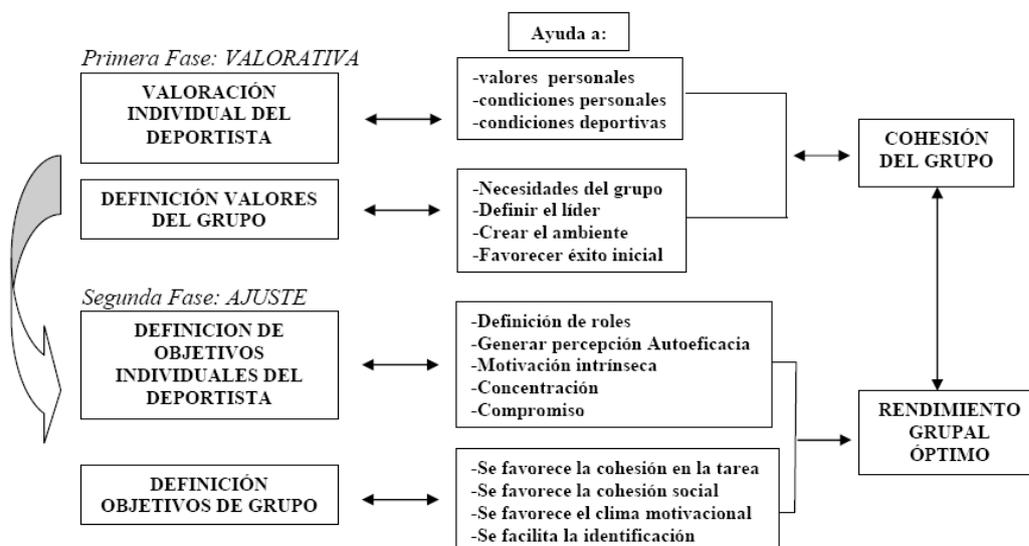


Figura 1. Modelo conceptual de la cooperación deportiva

En el presente trabajo se describe el desarrollo del trabajo de intervención psicológica durante la primera intervención y sus resultados, tanto en la evaluación inicial como las percepciones según evolucionaba la competición, así como el contraste con los datos obtenidos y la evolución de la mejora del rendimiento psicológico de los deportistas en la segunda intervención, y así se genera un funcionamiento circular de pensamiento positivo, el cual queda reflejado en el que denominamos Modelo Objetivo- Autoeficacia. (González y Garcés, 2006)



Cuadro 1. Modelo de Objetivos-Autoeficacia

# 1. Metodología

Mostramos aquí un trabajo llevado a cabo durante la temporada 2009-2010 en un equipo de voleibol (CDV Murcia) participante en la Superliga Masculina de Voleibol, en el que a través de un programa de entrenamiento psicológico en el que la definición de la eficacia de ciertos objetivos e indicadores de rendimiento se ha guiado el trabajo psicológico individual y grupal; al mismo tiempo, y facilitado por la participación activa de un psicólogo deportivo integrado en el cuerpo técnico en la valoración psicológico-social y deportiva del deportista y del grupo, la planificación de su entrenamiento, la aparición y fortalecimiento de estilos de liderazgos, la integración social del deportista en el grupo, la toma de decisiones del cuerpo técnico y de planes de juego, etc.

La intención del presente estudio, ha sido evaluar la evolución de indicadores de cooperación deportiva, en tres momentos de la temporada deportiva, esperando que el programa de entrenamiento definido y el modelo del cual se ha basado (Modelo de Objetivos-Autoeficacia) haya facilitado el aumento o mantenimiento de los niveles iniciales de cooperación deportiva a lo largo de las circunstancias deportivas de la temporada. Al mismo tiempo, encontrar diferencias significativas entre medidas de la cooperación deportiva y rendimiento deportivo o consecución de objetivos de rendimiento a lo largo de la temporada.

La muestra (n=14) han sido los jugadores integrantes del citado equipo y se ha desarrollado un entrenamiento específico para la consecución de los objetivos definidos anteriormente.

El procedimiento se llevó a cabo con el desarrollo de actividades incluidas en el trabajo planificado de entrenamientos y competiciones y de sesiones de trabajo grupal y con los técnicos integradas en entrenamientos. En las mismas, se incluyen:

- *Definición de los Perfiles de Rendimiento Individual y Grupal (Evaluación inicial).* Para la evaluación de estos perfiles utilizamos instrumentos de evaluación dirigidos a determinar tanto variables generales como aspectos dirigidos a procesos más concretos, las pruebas han sido las siguientes:
  - El Cuestionario CPRD “Características Psicológicas relacionadas con el Rendimiento Deportivo” (F. Gimeno, 1999-a; J.M. Buceta, F. Gimeno y M.C. Pérez-Llantada; para la valoración de variables psicológicas generales.
  - Inventario de Estrategias de Afrontamiento CSI (Tobin, Horoyd, Reynolds y Kidal, 1989. Adaptación por Cano, Rodríguez y García, 2006); atendiendo a conceptos relacionados con los estilos de afrontamiento personal y grupal como resolución de problemas, autocrítica, reestructuración cognitiva, expresión emocional, pensamiento desiderativo, búsqueda de apoyo social, o retirada social.



- Cuestionario de Cooperación Deportiva (CCD) (GarcíaMas y cols., 2006), que atiende a conceptos específicos de la cooperación deportiva como la cooperación condicionada, incondicionada, situacional, con los compañeros. Las valoraciones de cooperación deportiva fueron se realizaron durante tres momentos a lo largo de la temporada y fueron las que nos permitieron establecer un proceso de evaluación continua que ha servido para canalizar y operativizar entrenamientos y planteamientos deportivos a lo largo de la temporada.
- *Elaboración, junto con el Cuerpo Técnico y los representantes de los jugadores de un plan de objetivos de trabajo y definición de Compromisos*
- *Facilitación de feedback continuo PANEL DE INDICADORES DE RENDIMIENTO*
- *Sesiones de entrenamiento psicológico con fichas de trabajo. “EL ARTE DE LA GUERRA”. En las que, a través de las mismas, se trabajaban circunstancias de equipo, tanto sociales, como competitivas que nos ayudaban a trabajar hacia soluciones y decisiones comunes.*

## 2. Resultados

Los resultados obtenidos en los distintos momentos de medida, han sido analizados por el paquete estadístico SPSS, en su versión 15.0. En los mismos, podemos resaltar que todas las dimensiones de la cooperación experimentan que existen diferencias significativas a nivel estadístico en positivo, resaltando principalmente los conceptos de cooperación incondicionada y situacional. Entendiendo esto como que los jugadores, a lo largo de las circunstancias deportivas y sociales de todo el año deportivo, han mejorado la percepción de cooperación con el compañero sin existir condición alguna para ello (cercanía, convivencia, competencia, etc.), simplemente con la mera identificación con el otro. ( $X^2=0.779$ , sig.=0.001); de la misma forma, se obtiene también una correlación positiva entre los valores de cooperación incondicionada y la cooperación fuera del momento de juego, lo que nos hace argumentar que se generaron altos vínculos de apoyo, incluso fuera de los momentos deportivos, ya a nivel social y personal. ( $X^2=0.665$ , sig.=0.011); y de la misma forma, entre cooperación fuera del momento de juego y la cooperación situacional ( $X^2=0.664$ , sig.=0.013).

## 3. Conclusiones

En el presente trabajo, hemos conseguido explicar como un variable a evaluar, tan compleja, multifactorial y poco definida como la cooperación, donde cualquier elemento social o personal puede influir en cualquier momento del proceso.

De los diferentes trabajos de investigación se desprende la necesidad de transmitir climas motivacionales implicantes a satisfacer las necesidades de autonomía, competencia y relación con los demás, ya que las tres juegan un papel importante en el desarrollo de la motivación determinada, que lleva a las consecuencias más positivas, como un mayor esfuerzo, compromiso e incluso rendimiento.

Los resultados obtenidos permiten constatar cómo estos trabajos en momentos iniciales de la temporada pueden facilitar la identificación de las relaciones que se establecen dentro de un grupo deportivo y ayudar a la labor del entrenador, permitiendo trazar estrategias que favorezcan la convivencia interna del grupo y contribuyan a la optimización del rendimiento.

Deben transmitirse climas dirigidos a la tarea, que primen el esfuerzo y el progreso personal, proporcionar un feedback positivo, permitir a los sujetos participar en la toma de decisiones y elección de actividades, promover el desarrollo de relaciones sociales, y valorar los sentimientos y perspectivas de otras personas.

Potenciar actividades outdoor; en el equipo interacciona, trabaja por un objetivo común, se comunican, se apoyan... Se transforman las habituales relaciones, rompiendo los bloqueos de comunicación que pueda haber en un entorno de trabajo, sustituyéndolas por otras relaciones más fuertes y duraderas que costaría más alcanzar en el día a día.

Es necesario que el estilo de liderazgo del entrenador se adecúe a esta forma de proceder; que disponga de conocimientos suficientes sobre metodología y didáctica; esto facilitará la transmisión eficaz de los conocimientos y su aprendizaje y comprensión por parte de todos los miembros del equipo.

## 4. Bibliografía

- Ames, C. (1992). The relationship of achievement goals to student motivation in classroom settings. In G.C. Roberts (Ed.), *Motivation in sport and exercise* (pp. 161-176). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Coakley, J. (1994). *Sport in society: Issues and controversies*. St. Louis: Times Mirror/Mosby.
- García Mas, A.; Vicens Perez, B. (1995). Cooperación y rendimiento en un equipo deportivo. *Psicothema*. Vol 7, nº 1, pp. 5-19.
- González Hernández, J.; Garcés de los Fayos, E.J. (2009). Plan de Entrenamiento Psicológico en el deporte de la Petanca: En búsqueda del Rendimiento Grupal Óptimo. *Revista de Psicología del Deporte*; pp 87-104
- Ortín, F.J. y Olmedilla, A. (2001). El establecimiento de objetivos como herramienta



para la mejora del rendimiento en deportes de equipo. Cuadernos de Psicología del deporte. Murcia.

- Widmeyer, W. N., Brawley, L. R., & Carron, A. V. (1985). The measurement of cohesion in sport teams: The group environment questionnaire. London, Ontario: Sports Dynamics.

# PERCEPCIÓN DE BIENESTAR PSICOLÓGICO Y FOMENTO DE LA PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICA EN EDAD ESCOLAR

# PERCEPTION OF PSYCHOLOGICAL WELL-BEING AND PROMOTION OF THE PRACTICE OF PHYSICAL ACTIVITY IN SCHOOL AGE

JUAN GONZÁLEZ HERNÁNDEZ

Universidad de Murcia

jgonzalez@um.es

ENRIQUE J. GARCÉS DE LOS FAYOS RUIZ

Universidad de Murcia

garces@um.es

Contacto/Contact:

Juan González Hernández

Departamento de Personalidad, Evaluación y Tratamientos psicológicos

Facultad de Psicología. Universidad de Murcia.

Campus de Espinardo. 30100

Espinardo. Murcia



## Resumen

La práctica regular de actividad física mejora la salud, a nivel psicológico y físico, y se ha relacionado con un estilo de personalidad más activo. Por otro lado, en general se acepta que dicha actividad está asociada a beneficios psicológicos, fisiológicos y sentimientos subjetivos de bienestar (Morgan, 1984; Thrane, 1999). Las dimensiones para lograr estas actitudes son: funcionamiento social, físico y cognitivo; movilidad y cuidado personal y bienestar emocional". En la adolescencia, estos conceptos y actitudes se caracterizan por poner en juego con mayor probabilidad conductas que pueden ser nocivas saludablemente. En el presente trabajo, se muestra el trabajo realizado con un grupo de adolescentes en edad escolar (N=50), practicantes de actividad física dentro y fuera del ámbito escolar. El principal propósito es el de asociar las influencias que los escolares reciben de su entorno más cercano (familia y escuela) para el fomento de la práctica de actividad física y las percepciones de bienestar psicológico como recurso para el afrontamiento de situaciones cotidianas.

## Palabras clave

Bienestar psicológico, actividad física, adolescencia

## Abstract

The regular practice of physical activity improves the health, to psychological and physical level, and has related to a more active style of personality. On the other hand, in general it is accepted that the above mentioned activity is associated with psychological, physiological benefits and subjective feelings of well-being (Morgan, 1984; Thrane, 1999). The dimensions to achieve these attitudes are: social, physical and cognitive functioning; mobility and personal care and emotional well-being ". In the adolescence, these concepts and attitudes are characterized for bringing into play with major probability conducts that can be harmful saludablemente. In the present work, there appears the work realized with a group of teenagers in school age (N=50), medical instructors of physical activity inside and out of the school area. The principal intention is of the influences associate that the students receive of his more nearby environment (family and school) for the promotion of the practice of physical activity and the perceptions of psychological well-being as resource for the confrontation of daily situations.

## Key words

psychological Well-being, physical activity, adolescence

## Introducción

Los programas de ejercicio físico se asocian a aumentos significativos en autoestima, particularmente en individuos con autoconcepto bajo (Sonstroem, 1997). Sin embargo, estos aumentos no se asocian a mejoras de la actitud (estados de ánimo). Gruber (1986) encontró que los niveles altos de autoestima estaban asociados a la participación en programas de la educación física, con lo que concluye que la actividad física es un protector importante para aquellas personas que tienen un autoconcepto bastante bajo. La evidencia empírica apunta a que mientras la reducción en ansiedad ocurre con los tipos de actividad anaeróbicos y aeróbicos, efectos más grandes fueron encontrados con la actividad aeróbica sostenida por 30 minutos o más tiempo (Long y Stavel, 1995).

Aunque se describen de manera amplia los indicadores del sedentarismo y se puntualizan los beneficios que la actividad física tiene sobre el bienestar psicológico, sociocultural y cognitivo, también se han estructurado una gran cantidad de procedimientos tendientes a modificar los comportamientos y las actitudes que las personas tienen sobre la práctica de una actividad física o deporte. Sin embargo, no siempre se han integrado los hallazgos de las investigaciones con los programas de intervención.

Pese a los trabajos realizados por estos investigadores, el estudio del problema del sedentarismo no ha sobrepasado la barrera de las metodologías descriptivas que indagan básicamente por la frecuencia del fenómeno, de acuerdo a ciertas variables de control, como es el caso de la edad, el género y el estrato socioeconómico. Sibley y Etnier (2002) hacen un análisis de la relación que existe entre procesos cognitivos y actividad física. En este texto, los autores plantean ampliamente los beneficios que tiene para el desarrollo cognitivo de los niños, el hecho de que estos practiquen una actividad física de manera regular. Concluyen argumentando que los beneficios de la actividad física son bastante altos y que por ello es necesario que se adopten políticas para estimular la actividad física entre esta población.

## 1. Método

El objetivo del presente trabajo es el de relacionar la relación existente entre el fomento y educación hacia la práctica de actividad física por parte de los entornos más cercanos al joven en edad escolar (familia y escuela) y las percepciones de bienestar psicológico como indicador del desarrollo normalizado de la personalidad del adolescente y de su desarrollo psicosocial. Para ello, se ha contado con una muestra de escolares de secundaria (N=50) a los que se ha administrado una serie de autorregistros para tal uso, correlacionando las informaciones y enfatizando en los datos sobre los ítems de bienestar psicológico.

Para tal efecto, utilizamos instrumentos de medida que nos permiten recoger infor-



mación adecuada acerca de los niveles de bienestar psicológico. En este caso, un cuestionario sociodemográfico construido para tal uso, así como la Escala de Bienestar de Bienestar psicológico de Ryff, en su versión española (Díaz and cols, 2005), que dispone de la medida de bienestar psicológico en distintas dimensiones: autoaceptación, relaciones positivas, autonomía, dominio del entorno y crecimiento personal.

## 2. Resultados

Tras el análisis de los resultados con el paquete estadístico SPSS, en su versión 15.0; recogemos los indicadores de bienestar psicológico y sociodemográficos.

En el análisis constatamos como datos relevantes a nivel sociodemográfico de la muestra recogida los siguientes:

- 50 sujetos. 25 varones y 25 mujeres
- $\bar{X}$  edad= 17 años de edad
- Nivel de estudios: 2º y 3º de la ESO
- Actividad física en la escuela solamente.

Al mismo tiempo, recogimos una serie de información acerca de sus actitudes hacia el deporte y acerca del mantenimiento de hábitos saludables.

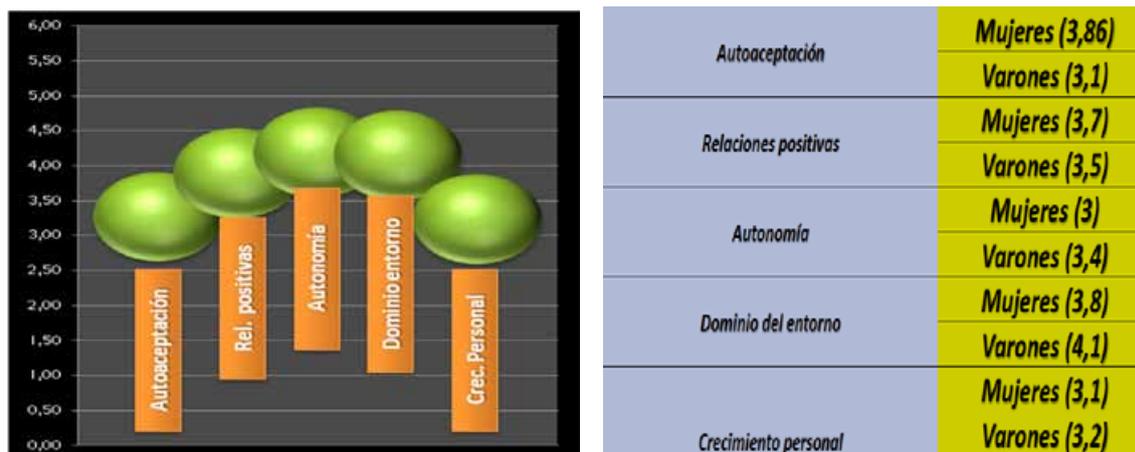
**Figura 1. Actitudes hacia el deporte y hábitos saludables**



De la misma manera, recogemos que las valoraciones en la Escala de bienestar psicológico de Ryff, muestra unos índices significativos acerca de las dimensiones más relevantes con respecto a la muestra, atendiendo principalmente a los índices de autonomía y dominio del entorno. En esta medida, y atendiendo al contraste intergénero (varones y mujeres), de-

scribimos que las mujeres muestran índices más altos en las dimensiones de autoaceptación, relaciones positivas, mostrando los varones mayor índices en las dimensiones autonomía dominio del entorno y crecimiento personal, aunque esta última con una diferencia poco significativa.

**Figura 2. Dimensiones Escala de Bienestar y diferencias intergénero**



### 3. Discusión

Los resultados nos sugieren que, tanto el fomento de entornos familiares y escolares como la práctica conjunta, influye positivamente en la percepción del bienestar psicológico por parte de nuestros jóvenes en edad escolar; lo que beneficia el desarrollo del autoconcepto y desarrollo cognitivo de los mismos. Creemos que es labor conjunta, cada vez más continua y favorecedora del entorno escolar, de estilos educativos en entornos familiares, y de la sociedad en general, la que tiene el deber moral de velar por este reflejo de la realidad, y no considerar que ya se hacen esfuerzos suficientes sobre uno de los principales problemas de nuestros jóvenes y futuros adultos.

### 4. Bibliografía

- Balaguer, I., Fuentes, I., Meliá, J.L., García-Merita, M.L. Pérez-Recio, G. (1993). El perfil de los estados de ánimo (POMS): Baremo para estudiantes valencianos y su aplicación en el contexto deportivo. Revista de Psicología del Deporte, 4, 39-52.
- Devís, J. (1995). Deporte, educación y sociedad: hacia un deporte escolar diferente. Revista de Educación, 306, 455- 472.
- Díaz, D.; Rodríguez-Carvajal, R.; Blanco, A.; Moreno-Jiménez, B.; Gallardo, I; Valles, C,



Van Dieremonck, D. (2006). Adaptación española de las escalas de bienestar psicológico de Riff. *Psicothema*. Vol. 18.nº3. pp-572-577

- Gruber, J. (1986). Physical activity and self-esteem development in children: A meta-analysis. *American Academy of Physical Education Papers*, 19, 30-48.
- Morgan, W.P. (1985). Affective beneficence of vigorous physical activity. *Medicine and Science in Sport and Exercise*, 17 (1), 94-100.
- Sibley, B, y Etnier, J. (2002). The relationship between physical activity and cognition in children: A meta-analysis. *Pediatric Exercise Science* (in press).

# ESTUDIO DE LA MOTIVACIÓN DEL ESTUDIANTE DESDE LA PERSPECTIVA DE METAS LOGRO PARA EL APRENDIZAJE DE EDUCACIÓN FÍSICA EN EDUCACIÓN SECUNDARIA

JAVIER COTERÓN LÓPEZ

BEATRIZ BERNABÉ MAHAMUD

EVELIA FRANCO ÁLVAREZ

Universidad Politécnica de Madrid

## Resumen Español

La predisposición o motivación que el alumno tiene por el aprendizaje en Educación Física ha sido objeto de estudio en los últimos años desde un enfoque basado en modelos teóricos cognitivos sociales. El test de AMPET - Achievement Motivation in Physical Education Test - (Nishida, 1988; Nishida & Isogai, 2007) se ha revelado como un instrumento apropiado para la evaluación de la motivación de logro en el alumno de Educación Física, abarcando su disposición emocional y la conciencia del valor de lo que van a aprender, la autoevaluación de sus propias competencias y posibilidades, el efecto de sus experiencias pasadas y el rol del profesor. En el presente estudio se ha pasado la adaptación española del test de Ampet (Ruiz, Graupera, Gutierrez, & Nishida, 2004) a una muestra de 750 escolares de E.S.O. de institutos públicos de la provincia de Madrid, desarrollando un análisis diferencial en función de la edad, sexo, nacionalidad y años vividos en dicho país. Pretendemos contrastar los resultados con estudios previos y estudiar específicamente la correlación con el país de procedencia de los estudiantes. Del análisis de resultados podemos inferir que existe una relación positiva entre la competencia percibida y el compromiso con el aprendizaje, y negativa entre competencia percibida y ansiedad ante el error y situaciones de estrés. Se observa que en edades inferiores hay una correlación positiva entre competencia y compromiso, mientras que des-



pués de los 15 años se observa una correlación negativa entre competencia y ansiedad. No se han encontrado diferencias significativas entre las puntuaciones alcanzadas en las diferentes variables según las edades de los sujetos ni en función del país de origen.

## Resumen Inglés

The predisposition or motivation that the pupil takes for learning in Physical Education has been largely studied in the last years from a based on social cognitive theoretical models approach. The test of AMPET - Achievement Motivation in Physical Education Test - (Nishida, 1988; Nishida and Isogai, 2007) has been revealed like an adequate instrument for the evaluation of the motivation of achievement in the pupil of Physical education, including his emotional disposition and the conscience of the value of what they are going to learn, the self-assessment of their own competitions and possibilities, the effect of his past experiences and the role of the teacher. In the present study the Spanish adaptation of the Ampet test (Ruiz, Graupera, Gutierrez, and Nishida, 2004) has been passed to a sample consisting of 750 students of E.S.O. in public institutes of the province of Madrid, developing a distinguishing analysis according to the age, sex, nationality and years lived in the above mentioned country. We pretend to contrast the results with previous studies' results and study specially the interrelation with the country of origin of the students. It can be inferred from the results' analyses that a positive correlation exists between the perceived competence and the commitment with learning, and a negative correlation between perceived competence and anxiety in view of the error and stress situations. It is found that in low ages there is a positive interrelation between perceived competence and commitment, while after 15 years a negative interrelation is also observed between perceived competence and anxiety. There have not been significant differences between the punctuations reached in the different variables because of the age of the subjects nor because of the country of origin.

## Palabras Clave

Motivación, educación física, metas de logro, test Ampet.

# VALORACIÓN DE INFLUENCIA DE ESTILOS DE ENTRENADORES Y PERCEPCIÓN DE VALORES DEPORTIVOS EN EL DEPORTE

# VALUATION OF INFLUENCE OF TRAINERS' STYLES AND PERCEPTION OF SPORTS VALUES IN SPORT

JUAN GONZÁLEZ HERNÁNDEZ<sup>1</sup>

ANTONIA PELEGRÍN MUÑOZ<sup>2</sup>

EVA M<sup>a</sup> LEÓN ZARCEÑO<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Universidad de Murcia.

<sup>2</sup>Universidad Miguel Hernández de Elche.

Contacto/Contact:

Juan González Hernández

Departamento de Personalidad, Evaluación y Tratamientos psicológicos

Facultad de Psicología. Universidad de Murcia.

Campus de Espinardo. 30100

Espinardo. Murcia



## Resumen

**INTRODUCCIÓN.** La importancia del papel del entrenador en el deporte de iniciación ha sido uno de los temas más investigados en Psicología del deporte (Gallimore y Tharp, 2004; Smith, Smoll y Curtis, 1979; Boixadós y Cruz, 1999). La parte educativa del deporte está en muchas ocasiones olvidada por quienes la desarrollan. Las edades entre 14-18 años aproximadamente, son las más adecuadas para intervenir, y son los profesores de educación física y los entrenadores deportivos los agentes más preparados para transmitir valores deportivos dentro del ámbito social del deporte. (Ortega 1997). **METODOLOGÍA.** Los datos se ha recogido mediante la administración de un cuestionario sociodemográfico y deportivo, el Cuestionario CBAS, (elaborado por Smith, Smoll y Curtis, 1979) y un cuestionario de actitudes antideportivas y agresivas. **RESULTADOS.** Los resultados esperados nos indicarán los estilos de liderazgos de los entrenadores de la muestra escogida entre futbolistas en edad cadete y juvenil en el club SCD Intangco de Elche. Por otro lado, comprobaremos su relación entre las características de la muestra con las conductas agresivas y antideportivas. **CONCLUSIONES.** A partir de los resultados se plantearán medidas para fomentar la deportividad y prevenir las conductas agresivas en jóvenes deportistas desde las escuelas de fútbol base, formando a entrenadores.

## Palabras clave

Valores deportivos, estilos de entrenadores, deporte base.

## Abstract

**INTRODUCTION.** The importance of the paper of the trainer in the sport of initiation has been one of the topics most investigated in Psychology of the sport (Gallimore and Tharp, 2004; Smith, Smoll and Curtis, 1979; Boixadós and Cross, 1999). The educational part of the sport is in many occasions forgotten by who they develop it. The ages between 14-18 years approximately, are most adapted to intervene, and are the teachers of physical education and the sports trainers the agents most prepared to transmit sports values inside the social area of the sport. (Imperial sand grouse 1997) **METHODOLOGY.** The information he has retired by means of the administration of a questionnaire sociodemográfico and sports, the Questionnaire CBAS, (elaborated by Smith, Smoll and Curtis, 1979) and a questionnaire of attitudes unsporting and aggressive. **RESULTS.** The awaited results will indicate us the styles of leaderships of the trainers of the sample chosen between football players in age cadet and juvenile in the club SCD Intangco of Elche. On the other hand, we will verify his relation between the characteristics of the sample with the aggressive and unsporting conducts. **CONCLUSIONS.** From the results measures will appear to promote the sportsmanship and to anticipate the aggressive conducts in sports young women from the schools of football base, forming trainers.

## Key words

sports values, trainers' styles, sport bases.

## Introducción

Diversos estudios muestran que la participación regular en actividades físicas organizadas aumenta el bienestar físico, psicológico y social de los jóvenes participantes (Harrison y Narayan, 2003; Ryan y Deci, 2000). Además, parece ser que estos beneficios pueden ser potenciados a través de una serie de conductas adecuadas por parte del conjunto de agentes deportivos, entre los cuales el entrenador es sin duda una de las figuras más importantes, en particular en la iniciación deportiva. En esta fase, las personas significativas para los jóvenes deportistas se convierten en modelos de referencia, que influyen en su crecimiento psicosocial (Smoll y Smith, 2006).

En cada una de las interacciones entrenador-deportista se inserta una oportunidad para que aquel transmita valores positivos o competencias-clave para la vida adulta, ayude al desarrollo de la auto-eficacia o aumente la autoestima del niño/a. Esta influencia puede facilitarse sabiendo que, principalmente los niños más pequeños, consideran al entrenador como aspecto esencial en su participación deportiva (González, Tabernero, y Márquez, 2000). Son muchas las oportunidades para convertir la experiencia deportiva en lo más positiva posible. Un deportista joven que practique deporte a un nivel competitivo, puede estimarse que pasa 8 horas semanales de media con su entrenador, durante 40 semanas en una temporada y durante 8 años.

Estos cálculos aproximados sitúan en más de 2500 las horas que un joven pasa con su entrenador a lo largo de su experiencia deportiva. Sin embargo, estas horas pueden contribuir a aumentar el estrés, la ansiedad o las actitudes negativas por parte del niño/a ante el deporte en el caso que la relación entrenador-deportista esté basada en la crítica constante o la victoria a toda costa.

Entendemos que estos valores positivos del deporte son el juego limpio, el respeto a las normas, la subordinación de los intereses personales a los intereses del grupo...; para lo que será imprescindible trabajar sobre la responsabilidad y el respeto. En el deporte escolar, se dan multitud de conflictos interpersonales que están relacionados con los aspectos psicosociales que se analizan en esta investigación, tales como las conductas antideportiva o agresivas. Los conflictos suelen derivar en problemas dentro del grupo, cuyo origen es una deficiente utilización de las habilidades sociales. En muchos casos, estos conflictos hacen que la convivencia dentro del grupo no sea positiva, lo que suele devenir en abandono de la práctica deportiva.

Escartí, Cervelló y Guzmán (1995) opinan que las desavenencias que surgen en el deporte realizado con adolescentes, suelen ser el fruto de entender la orientación del clima moti-



vacional de diferente manera, mientras los entrenadores entenderían esta orientación hacia el ego, los deportistas la entenderían hacia la tarea.

El autorregistro CBAS se ha utilizado para evaluar la conducta de entrenadores de diferentes deportes como el baloncesto, el balonmano y el fútbol (Boixadós y Cruz, 1999; Smith, Smoll y Curtis, 1979) demostrando ser un instrumento útil para registrar la mayoría de conductas de los entrenadores, con una elevada fiabilidad entre observadores y capaz de detectar diferencias individuales en los patrones conductuales de los entrenadores.

Asimismo, en base a las observaciones proporcionadas con el CBAS se han llevado a cabo aplicaciones para disminuir las conductas punitivas de los entrenadores (Cruz, 1994); para elaborar y proporcionar guías de entrenamiento positivo o para diseñar programas personalizados de intervención con entrenadores (Sousa et al, 2006).

Este tipo de instrumentos sí que existen respecto de los entrenadores desde hace tiempo y han venido utilizándose con el objetivo de categorizar distintos estilos de instrucción de los entrenadores, análisis del contenido verbal (Moreno, M.P. et al., 2002) y, en algunos casos, ponerlos en relación con otros parámetros, tales como diversos indicadores de rendimiento de los deportistas, o de satisfacción de los mismos con el estilo del entrenador.

El más utilizado en este momento de forma transcultural, y que posee una trayectoria que abarca más de treinta años de investigación aplicada, es el Coach Behavioral Assessment System (CBAS, Smoll, Smith y Hunt, 1977) y es un instrumento de evaluación que se desarrolló a partir de la observación de la actuación de entrenadores en diferentes deportes (béisbol, baloncesto y fútbol americano) y que permite la observación directa y codificada de la conducta del entrenador durante los partidos y los entrenamientos. Con él, se registran dos tipos de conductas: reactivas (respuestas del entrenador a actuaciones deseables o aciertos, errores o equivocaciones, y/o conductas disruptivas de alguno de sus jugadores); y espontáneas, que son conductas iniciadas por el entrenador, sin antecedentes inmediatos o bien definidos en el juego del equipo. Estas respuestas pueden estar relacionadas o no con el juego.

Tabla 1. Definición de las 12 categorías del CBAS

**Conductas Reactivas**

*Respuestas a comportamientos deseables*

Refuerzo (R)

No Refuerzo (NR)

*Respuestas a los errores*

Ánimo al error (AE)

Instrucción Técnica al error (ITE)

Punición, castigo (P)

Instrucción Técnica Punitiva (ITP= ITE+P)

Ignorar Error (IE)

*Respuestas a comportamientos disruptivos*

Mantener el Control (MC)

**Conductas espontáneas**

*Relacionadas con el partido/entrenamiento*

Instrucción Técnica General (ITG)

Ánimo General (AG)

Organización (O)

*Irrelevantes para el partido/entrenamiento*

Comunicación general (CG)

## 1. Metodología

Para poder llevar a cabo el presente estudio, se ha contado con una muestra de jóvenes futbolistas (N=40) de las Sociedad Deportiva Intangco (Elche), de las categorías cadete y juvenil, por lo tanto con un rango de edad entre 14 y 18 años.

Los datos han sido recogidos mediante la administración de un cuestionario sociodemográfico y deportivo, el Cuestionario CBAS (elaborado por Smith, Smoll y Curtis, 1979), el Inventario de altruismo. Ma, K.K., Y Leung, M.C. (1991), y el Cuestionario IRI (Davis, 1980, 1983. Adaptación de Mestre, Frias y Samper, 2004), que mide conductas de empatía hacia los demás.

Para la administración de los cuestionarios se planificaron sesiones tras los entrenamientos, en las que se disponía una sesión informativa donde se comentaba con los chicos los objetivos de la recogida de información acompañada de la aplicación de los cuestionarios. Además, también se les administraba a los entrenadores (N=8) el autorregistro CBAS adaptado a entrenadores.



Las sesiones informativas se dirigían a comprobar y a transmitir los conocimientos y actitudes acerca de los valores a determinar, principalmente los relacionados con las conductas que muestran en su rendimiento deportivo, así como las que le son transmitidas a través del estilo de liderazgo del entrenador.

## 2. Resultados

Los resultados recogidos han sido analizados con el paquete estadístico SPSS en su versión 15.0; atendiendo al contraste entre las respuestas de los entrenadores y las de sus jugadores, así como de las de los jugadores por categorías.

Respecto al CBAS, la primera diferenciación que se ha establecido es la inexistencia de conductas espontáneas. El entrenador se ceñir a responder a comportamientos de jugadores de acuerdo con el momento del juego, sin utilizar ningún otro estilo comunicativo, ni punitivo ni reforzador, pero no emite nunca comportamientos que no sean respondientes a conductas observadas por él durante el juego. En segundo lugar, se ha diferenciado entre comportamientos técnicos (rectificación de gestos técnicos) y comportamientos disciplinarios (conductas ordenadas no ejecutadas) ya que poseen características muy diferenciadas. Y, finalmente, se han emitido respuestas de ánimo al error, el ánimo general y la organización, bastante características y habituales de los entrenadores de fútbol base. Todas estas adaptaciones se pusieron a prueba experimentalmente en distintos partidos y grabaciones en video.

Así, la conducta que más se ha observado es la de Ignorar los errores, seguida por la Instrucción Técnica General, y la Punición y no se han observado ninguna correspondiente al Mantenimiento de Control, la Comunicación General o la Instrucción Técnica Punitiva. Hay que recordar que todas las conductas son reactivas por lo que dependen de forma casi absoluta de la situación de juego.

**Figura 2. Estilos de entrenadores observados**

Estilos	Número total	Porcentaje
Permisivo	15	37,5%
Instructor	13	27,5%
Punitivo	9	22,5%
Mantenedor de Control	2	5,0%
Reforzador	1	2,5%

Con respecto a la percepción de conductas relacionadas con la empatía y valores de altruismo, se percibe que la conducta de los entrenadores es determinante para la misma, puesto que son los primeros que facilitan las mismas con sus instrucciones, al mismo tiempo que con

sus decisiones, puesto que las conductas no correspondidas con estos aspectos, eran sancionadas automáticamente (de forma verbal principalmente).

Aún así, pudimos comprobar las pocas conductas reforzadoras por parte de los entrenadores hacia sus futbolistas, lo que también incidía en una no correspondencia en la conducta de los jóvenes.

### 3. Conclusiones

En la presente muestra de futbolistas perciben que los entrenadores les dan muchas instrucciones y poco que les apoyan, ambas dimensiones conductuales en mayor medida que la dimensión de punición.

Aunque muy importante, la influencia del entrenador no es la única influencia del contexto deportivo en el desarrollo de conductas prosociales de los deportistas jóvenes, es por ello que es necesario complementar los estudios sobre la influencia del entrenador con estudios sobre la influencia de los padres (Torregrosa et al., 2007; Wuerth, Lee) y los pares o iguales (Smith et al., 2006).

Finalmente, la influencia del entrenador en el desarrollo de conductas prosociales de la muestra recogida de jugadores de fútbol jóvenes viene determinada principalmente por la generación por parte del entrenador de un modelo comportamental basado en el estilo comunicativo del mismo, así como en el consenso entre los estilos comportamentales del grupo y de los iguales del grupo.

### 4. Bibliografía

- Boixadós, M. y Cruz, J. (1999). Intervención conductual en entrenadores de futbolistas alevines. En Guillén, F. (ed). *La Psicología del Deporte al final del milenio* (pp. 423-431). Las Palmas de Gran Canaria: Servicio de Publicaciones de la ULPGC.
- Cruz, J. (1994). El asesoramiento psicológico a entrenadores: experiencia en baloncesto de iniciación. *Apunts. Educació Física i Esports*, 35, 5-14.
- Escartí, A.; Cervelló, E. (1994) *La Motivación en el deporte*. En I. Balaguer (Ed.) *Entrenamiento Psicológico en el deporte: principios y aplicaciones* (61-90) Albatros educación. Valencia.
- González, G., Tabernero, B., y Márquez, S. (2000). Análisis de los motivos para participar en fútbol y en tenis en la iniciación deportiva. *Motricidad*, 6, 47-66.
- Harrison, P.A. y Narayan, G. (2003). Differences in behavior, psychological factors,



and environmental factors associated with participation in school sports and other activities in adolescence. *Journal School Health*, 73, 113-120.

- Moreno, M.P; Santos, J.A; Ramos, L.A; Sanz, D.; Fuentes J.P. y Del Villar, F. (2002). Aplicación de un sistema de codificación para el análisis de contenido de la conducta verbal del entrenador de voleibol. *Motricidad*, 9,119-140.
- Ryan, E.L., y Deci, R.M. (2000). Self-Determination Theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55, 68-78.
- Smith, R.E.; Smoll, F.L. y Hunt, E.B. (1977) A system for the behavioral assessment of athletic coaches. *Research Quarterly*, 48, 401-407.
- Smoll, F.L., Smith, R.E.; y Curtis, B. (1979). Coach effectiveness training. A cognitive behavioral approach to enhancing relationship skills in youth sports coaches. *Journal of Sport Psychology*, 1, 59-75.
- Smoll, F.L., y Smith, R.E. (2006). Enhancing coach-athlete relationships: Cognitive-behavioral principles and procedures. En J. Dosil (Ed.). *The Sport Psychologist's Handbook* (pp.19-37). England: John Wiley & Sons.
- Sousa, C.; Cruz, J.; Torregrosa, M.; Vilches, D. y Viladrich, C. (2006). Evaluación Conductual y Programa de Asesoramiento Personalizado a Entrenadores (PAPE) de deportistas jóvenes. *Revista de Psicología del Deporte*, 15, 2, 263-278.
- Torregrosa, M., Cruz, J., Sousa, C., Vildarich, C., Villamarín, F., Garcia Mas, A., y Palou, P. (2007). La influencia de padres y madres en el compromiso deportivo de futbolistas jóvenes. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 39, 227-237.
- Wuerth, S., Lee, M., y Alfermann, D. (2004). Parental involvement and athletes career in youth Sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 5, 21-33.

# NOS MOVEMOS CONTRA LA EXCLUSIÓN.

TAFAD IES MAR MENOR

# WE ARE MOVING AGAINST EXCLUSION.

TAFAD IES MAR MENOR

GREGORIO FRÍAS GÓMEZ

LUIS ENRIQUE GONZÁLEZ DE LA TORRE

ROCÍO ESTEBAN LUIS

JUAN MANUEL BARRIONUEVO VALLEJO

ENRIQUE FERNÁNDEZ SANZ

Departamento de Actividades físicas  
y deportivas. "IES Mar Menor"

"Nos movemos contra la exclusión"

rocionkt@hotmail.com

IES Mar Menor.

C/ Cabo roche, 9. Santiago de la Ribera 30720. Murcia

## Resumen

El Centro de Enseñanza Secundaria "Mar Menor" (Santiago de la Ribera) cuenta con las enseñanzas superiores que conducen a la formación de técnicos en animación de actividades físicas y deportivas. Durante el curso 2009/2010 hemos participado en un conjunto de acciones bajo el lema "Nos movemos contra la Exclusión". Desde los diferentes módulos formativos que componen el ciclo hemos realizado propuestas acordes con el artículo 1 de la Carta Internacional de la Educación Física y el Deporte realizada por la UNESCO (1978): "Todo ser humano tiene el derecho fundamental de acceder a la educación física y al deporte" incluyendo en especial a las mujeres, los jóvenes, las personas de edad y los discapacitados.

Las intervenciones se han centrado en el uso de la actividad física y el deporte con diferentes colectivos: personas mayores, personas con discapacidad, niños y adolescentes en riesgo



de exclusión social y con diferentes realidades culturales. Para ello hemos colaborado con diferentes Asociaciones de la Comarca del Mar Menor (Asociación AIDEMAR, Centro de día de San Javier, Asociación Sakais Ken Dikela), el Centro de Profesores y Recursos, el patronato deportivo municipal de San Javier, así como de diferentes centros educativos, no solo de la Región de Murcia, sino de otras Comunidades Autónomas. Estas propuestas se han concretado en intervenciones desarrolladas en el municipio (Jornadas de actividad física recreativa, creación de escuelas deportivas en diferentes centros escolares, excursiones con diferentes colectivos.). Con esta variedad de actuaciones, conseguimos que los futuros técnicos animadores deportivos, conozcan y utilicen el potencial de la actividad física y el deporte como herramienta eficaz para la movilización social y tomen conciencia de que iniciativas basadas en el deporte bien diseñadas son herramientas prácticas y rentables para alcanzar objetivos en el ámbito del Desarrollo y la Paz.

## Palabras clave

Formación profesional, exclusión, actividad física

## Abstract

The Secondary School “Mar Menor” (Santiago de la Ribera) has the vocational training studies “Animating physical and sporting activities” that lead to the formation of technical sports. During the academic year 2009/2010 we participated in a series of actions with the slogan “We are moving against Exclusion.” Our proposals have been made in the different training modules, based on the use of sport in line with Article 1 of the International Charter of Physical Education and Sport by UNESCO (1992): “Every human being has a fundamental right of access to physical education”, special opportunities must be made available for young people, including children of pre-school age, for the aged and for the handicapped. Interventions have focused on the use of physical activity and sport in different groups: the elderly, disabled, children and adolescents at risk for social exclusion and cultural realities. We’ve had the collaboration of different associations of the Region of the Mar Menor (Aidemar Association, San Javier Senior Center, Ken Sakais Dikela Association), the Center for Teachers, the Municipal Sport Patronato in San Javier, and from different schools, not only in the Region of Murcia, but in other provinces. These actions have resulted in the different proposals developed in the municipality (Events, creation of schools sports, excursions with different groups). With this variety of actions, we get that future sports technicians, know and use the potential of sport and physical activity as an effective tool for social mobilization and to realize that sport-based initiatives are well designed and cost-effective practical tools achieve objectives in the field of Development and Peace.

## Keys Word

vocational training, exclusión, Physical activity

# 1. Contextualización

El Deporte está considerado como Derecho Humano, según el artículo 1, de la Carta Internacional de la Educación Física y el Deporte realizada por la UNESCO, (1992): “*Todo ser humano tiene el derecho fundamental de acceder a la educación física y al deporte*”, incluyendo en especial a las mujeres, los jóvenes, las personas de edad y los discapacitados”.

La ley 10/90 de octubre del Deporte publicada el 17 de octubre de 1990 puntualiza en su preámbulo que “[...] *su práctica es importante para el mantenimiento de la salud, y por tanto es un factor de corrección de desequilibrios sociales, que contribuye al desarrollo de la igualdad entre los ciudadanos, crea hábitos favorecedores de la inserción social y así mismo su práctica en equipo fomenta la solidaridad. Todo ello conforma al deporte como un elemento fundamental en la calidad de vida y la utilización activa y participativa del tiempo de ocio en la sociedad contemporánea [...]*”.

En 2003 el grupo de trabajo interinstitucional de las Naciones Unidas realiza un informe sobre el deporte para el Desarrollo y la Paz en el que expone que:

“[...] *El mundo del deporte es aliado natural del sistema de Naciones Unidas, ya que por su propia naturaleza trata de la participación, la inclusión y la ciudadanía. Une a los individuos, superando barreras culturales y étnicas[...]*”. (Naciones Unidas, 2003, pp 4).

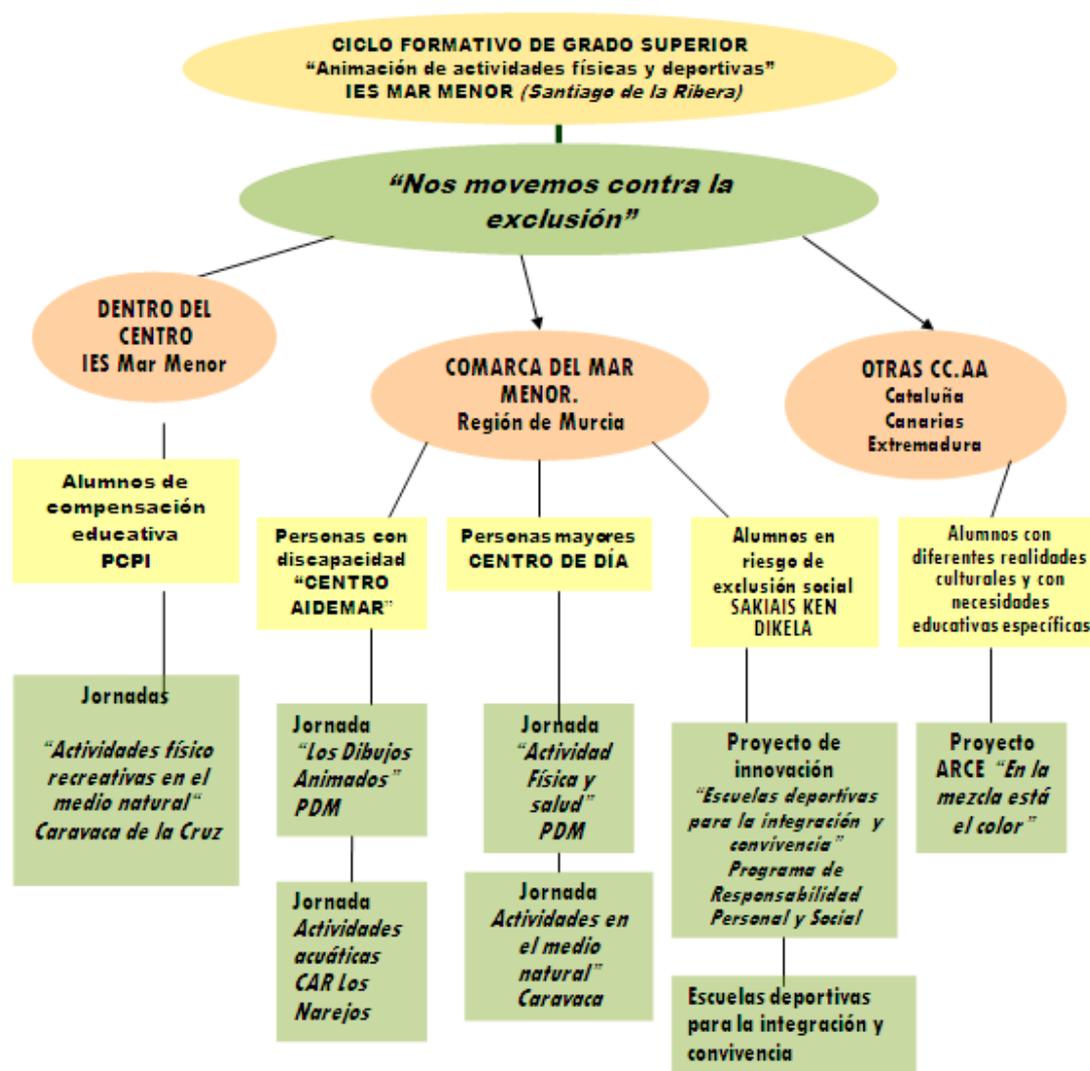
El deporte así entendido es una herramienta innovadora y eficaz para apoyar los esfuerzos existentes para lograr objetivos específicos, como los que se refieren a la educación, la igualdad de género, y la resolución de conflictos entre los participantes. Podemos asegurar, entonces que los programas de deporte bien diseñados también son una manera rentable de contribuir considerablemente a la salud, la educación, el desarrollo y la paz, y un medio poderoso para promover la integración y la igualdad de género. Es imprescindible por lo tanto, que los programas deportivos tanto dentro como fuera de los centros educativos, incluyan a todas las personas y aseguren las mismas oportunidades de participación independientemente del género, el grupo étnico o la habilidad de cada participante.

Esta concepción de Deporte y actividad física, es la base para el desarrollo de los objetivos de integración, convivencia, transmisión de valores y actividad física saludable, que nos planteamos en el desarrollo de los diferentes módulos y unidades formativas del Ciclo superior de actividades físicas y animación deportivas establecidos por el RD 2048/ 1995 DE 22 diciembre y que han quedado plasmados en la propuesta denominada “Nos movemos contra la exclusión” que se ha llevado a cabo en la Comarca del Mar Menor a través de diferentes



actuaciones que posteriormente describimos (Figura 1).

**Figura 1. Actuaciones dentro de la propuesta “Nos movemos contra la exclusión”**



## 2. Objetivos Generales de la propuesta

Aumentar las capacidades profesionales del alumnado en ambientes relacionados con la exclusión social, profundizando en diferentes estrategias y programas de intervención para los diferentes colectivos.

Integrar el concepto de “Deporte para todos” como filosofía de trabajo en el ciclo formativo, de manera se potencien al máximo el acceso a formas apropiadas de deporte haciendo

hincapié en la participación de todos los grupos de la sociedad, independientemente de edad, género, capacidad o raza.

Desarrollar una línea de trabajo que suponga la integración de técnicos deportivos en el mercado laboral con formación específica en programas deportivos relacionados con la integración a través del deporte.

Concienciar a los alumnos (futuros técnicos deportivos) de la importancia del deporte como dinamizador social, y herramienta fundamental para alcanzar objetivos relacionados con integración, la convivencia, y la igualdad.

## 3. Descripción de las actuaciones

### 3.1. Escuelas deportivas para la integración y convivencia en la comarca del Mar Menor

Los profesores y alumnos del ciclo formativo, hemos participado en un proyecto de innovación educativa denominado “Formación de Técnicos de escuelas deportivas para la Convivencia, Integración y Educación en valores, a través del modelo de responsabilidad personal y social de Donald Hellison” (BORM de 11 de abril de 2008) a través del Centro de Profesores y Recursos “Mar Menor” y se han puesto en marcha 10 escuelas deportivas situadas en diferentes municipios de la Comarca, siendo nuestros alumnos del ciclo, bajo la supervisión del profesorado los encargados de aplicar el modelo de responsabilidad personal y social, en las escuelas deportivas, que dependen de los centros educativos de primaria y que se desarrollan en colaboración con la asociación sin ánimo de lucro “Sakais que dikela” que significa “ojos que ven”.

#### 3.1.1. Participantes

- 450 alumnos y alumnas de primaria distribuidos en 10 escuelas deportivas.
- 10 alumnos de ciclo formativo de actividades físicas y animación deportiva



## **3.2. Proyecto de agrupación de centros “En la mezcla está el color”**

El programa ARCE (Agrupaciones y Redes de Centros Educativos) se está llevando a cabo en todo el territorio español desde el año 2006. Tiene como finalidad establecer cauces de colaboración para formar agrupaciones y redes de centros o instituciones del ámbito educativo de diferentes comunidades autónomas, a través de la elaboración de un proyecto común, con el fin de compartir experiencias, mantener y generalizar iniciativas de innovación que faciliten mejoras en la práctica educativa. El proyecto se realizó con las comunidades autónomas de Canarias, Cataluña y Extremadura, siendo el eje común la interculturalidad y la integración de colectivos con realidades culturales diferentes. Dentro del proyecto, el uso del deporte como medio para fomentar la participación y la igualdad de oportunidades entre los alumnos de diferentes centros, ha sido un eje fundamental que ha sido desarrollado por los alumnos del ciclo, mediante la implementación de las diferentes jornadas que se realizaron en San Javier dentro del encuentro final que se realiza con todos los alumnos y profesores participantes en el proyecto. De esta manera los alumnos propusieron diferentes sesiones deportivas interculturales, cuyo objetivo fue la dinamización del encuentro final de los grupos.

### **3.2.1. Participantes**

- 90 alumnos y alumnas de 4 centros pertenecientes a las comunidades de Canarias, Extremadura, Ceuta, y Murcia.
- 50% alumnos y alumnas inmigrantes
- 20% Alumnos y alumnas con necesidades educativas específicas

## **3.3. Jornada de actividades en la Naturaleza para personas mayores y para alumnado perteneciente a los programas de cualificación profesional inicial.**

Dentro del módulo formativo “Animación de actividades físicas y deportivas” los alumnos del ciclo realizaron el diseño y la programación de actividades en el medio natural para

los usuarios del Centro de Día de San Javier, así como una propuesta de actividades para los alumnos y alumnas pertenecientes a los programas iniciales de cualificación profesional (PCPI). Estos programas están dirigidos al alumnado mayor de dieciséis años que no haya obtenido el título de Graduado en Educación Secundaria Obligatoria. (Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación). Están concebidos como una medida tendente a posibilitar que todos los alumnos alcancen competencias profesionales propias de una cualificación de nivel 1, así como a proporcionarles la posibilidad de una inserción socio-laboral satisfactoria y de desarrollo de sus competencias básicas para proseguir estudios en las diferentes enseñanzas. Se desarrollaron varias jornadas deportivas y de animación en el medio natural a lo largo de tres días de duración (1 día para personas mayores y dos días para el alumnado del PCPI) ya que en esta actividad, el alumnado del ciclo formativo, se encontraba dentro de la actividad complementaria a su formación, fuera del centro educativo, en Caravaca de la Cruz, utilizando los medios naturales que ofrece el entorno para las actividades propuestas. Los alumnos diseñaron para ambos colectivos, diferentes circuitos de actividades, juegos al aire libre, juegos nocturnos, y actividades de orientación.

### **3.4. Jornada de deporte y salud para mayores**

Se realizó una propuesta de actividades para personas mayores dentro del concepto de deporte y salud, dirigida a los centros de día de toda la Región de Murcia. De esta manera en la jornada prevista se reunieron a más de 300 mayores de la Comarca con diferentes tipos de dependencia y numerosas empresas de la zona colaboraron en el desarrollo de este evento. Se diseñaron 15 puntos de actividades deportivas para su realización en la jornada, adaptadas a los diferentes niveles de habilidad que con anterioridad nos facilitaron en los centros. Entre las actividades que se realizaron destacamos: Circuito de marcha nórdica, Talleres de globoflexia, Actividades acuáticas, Juegos tradicionales, Juegos de puntería, Actividades manipulativas y memorísticas, Juegos de raqueta, Taichi, Yoga, Juegos Populares, Gimnasia Postural, Bailes de Salón, Mini Golf, Pedalea a tu Ritmo, Orientación. Los participantes eligen libremente las actividades en las que quieren participar, recibiendo información a través de carteles de los beneficios para su salud. Al final de la jornada se les ofrece un pequeño refrigerio y se les pasa una pequeña encuesta para evaluar la actividad.



### **3.5. Jornada para personas con discapacidad.**

Dentro del módulo formativo “Actividades físicas para personas con discapacidad” los alumnos diseñaron una jornada, en la que se reunió a los usuarios del centro ocupacional AIDEMAR, así como a los alumnos del colegio de educación especial AIDEMAR. Todas las actividades propuestas en la jornada, estaban adaptadas a los diferentes niveles de discapacidad que presentaban los participantes. Las actividades se desarrollaron en forma de circuito bajo el título “Los Dibujos Animados” y de esta forma, Bob Esponja, Blancanieves, el Hombre Araña, Minie o Mickey, y la Bella y la Bestia, dirigían los diferentes juegos, y actividades de aprendizaje. Más de 100 participantes distribuidos en grupos, realizaron el circuito de actividades propuesto.

### **3.6. Jornada de actividades acuáticas en el Mar Menor.**

El módulo formativo de “Actividades deportivas individuales” realizó actividades dirigidas a 25 usuarios del centro ocupacional AIDEMAR. La propuesta incluía: salida en barco de vela, iniciación al piragüismo, juegos de playa e iniciación al windsurf. Todas las progresiones, explicaciones, así como las medidas de seguridad fueron adaptadas al nivel de discapacidad de los participantes. La característica principal de los usuarios, en estas actividades, era que contaban con el dominio básico del medio acuático, requisito indispensable para la realización de esta actividad.

## **4. Conclusiones**

La práctica del deporte puede constituir una herramienta de socialización muy potente para población en situación de exclusión social, siempre que se tengan en consideración los ámbitos emocionales, madurativos y sociales de la persona que lo practica, y la formación, sensibilidad y objetivos pedagógicos de quien lo usa para educar (Maza, Puig y Gómez, 2009). Es necesario por tanto que los futuros profesionales de la actividad física, desarrollen una formación específica en la que no solo se desarrollen programas deportivos para los distintos colectivos, sino que se diseñen protocolos, tanto para la detección de casos de exclusión social en poblaciones infantiles y juveniles, como en la aplicación de prácticas deportivas en personas mayores, personas con discapacidad, o población con difícil acceso a una práctica deportiva saludable.

## 5. Bibliografía

- Carta Internacional de la Educación Física y el Deporte de la UNESCO, (1978) documento electrónico consultado el 5 de septiembre de 2009 en:
- <http://www.sportsalut.com.ar/articulos/recreacion/carta%20internacional.pdf>
- Maza, G., Puig, N. y Gómez, C. (2009). *Deporte e integración social*. Madrid: INDE.
- Naciones Unidas, 2003. *Deporte para el Desarrollo y la Paz. Hacia el cumplimiento de los objetivos de Desarrollo del Milenio*. Informe del Grupo de Trabajo Interinstitucional de Naciones Unidas sobre el Deporte para el Desarrollo y la Paz. UNICEF
- Ley del Deporte (10/1990). (1990, octubre, 15). *Boletín oficial del Estado*, 249, 1990, 17 de octubre.
- Ley Orgánica de Educación (2/2006). (2006, mayo, 3). *Boletín oficial del Estado*, 106, 2006, 4 de mayo.
- Real Decreto por el que se establece el título de formación profesional de Técnico Superior en Animación de Actividades Físicas y Deportivas (2048/1995). (1995, diciembre, 22). *Boletín oficial del Estado*, 35, 1996, 9 de febrero.
- Resolución del Director General de Promoción Educativa e Innovación, por la que se regula el proceso de selección y de seguimiento para la realización de proyectos de investigación e innovación educativa realizados por el profesorado de niveles no universitarios de la Región de Murcia. (3832).(2008,marzo, 12). *Boletín oficial de la Región de Murcia*, 84, 2008, 11 de Abril.

