

UNIVERSIDAD ABIERTA INTERAMERICANA
SEDE REGIONAL ROSARIO
“LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTES”

“DESERCIÓN DEPORTIVA EN LA ADOLESCENCIA.”

Autores

BIASIZZO, CARLOS A.

BRUSA, MARIA CECILIA

Tutor

TODOROVICH, ALEJANDRA

AÑO 2002



RESUMEN

Intentaremos revelar cuáles son las causas del abandono de la actividad deportiva en la adolescencia. Para ello analizamos dos variables: las características propias del adolescente y la competitividad infantil.

Cuando hablamos de la etapa de la adolescencia nos encontramos con características fundamentales: incertidumbre, alto grado de malestar y cambios somáticos. Se detectan conductas de desconfianza y desgano. Lo que más les interesa es juntarse con su grupo de amigos, ir a bailar, donde allí no se trabaja con relación a un objetivo, no hay metas, todos son iguales, no existe la puesta a prueba de los valores de cada uno que se ven en la competencia.

Otra de las variables que analizamos es la competitividad en la infancia, etapa en la cual el juego, debería estar centrado en el placer mediante su práctica que es el motor fundamental para su desarrollo.

Pudimos observar que el niño está influenciado por las actividades de los adultos, practica la misma actividad deportiva pero esto no significa que la experimente del mismo modo. Lo que es realmente importante es que el juego deportivo conserve su carácter espontáneo e infantil.

Concluimos que el abandono deportivo en la adolescencia tiene relación con las características propias de la edad y la influencia de la competitividad infantil.

La deserción deportiva en la adolescencia depende de que su primer contacto con el deporte haya sido satisfactorio, si al deporte lo asocia al compromiso, a la exigencia desmedida, y a la super competitividad; seguramente lo abandonará por más talento que posea.



INDICE

INTRODUCCIÓN.....	4
FUNDAMENTACIÓN.....	5
JUSTIFICACIÓN DEL TRABAJO.....	6
TEMA.....	7
OBJETIVOS.....	7
MARCO TEÓRICO.....	8
ADOLESCENCIA.....	8
COMPETITIVIDAD EN LA INFANCIA.....	20
DEPORTE Y DESERCIÓN.....	34
HIPÓTESIS.....	42
VARIABLES.....	42
REFERENTE METODOLÓGICO.....	43
RESULTADO DE ENCUESTAS.....	45
ANÁLISIS DE DATOS.....	46
CONCLUSIÓN.....	51
ANEXO.....	56
BIBLIOGRAFÍA.....	72



INTRODUCCIÓN

La Argentina, como todo occidente vive en una creciente homogeneización cultural, donde la pluralidad de ofertas, compensa la pobreza de ideales deportivos, y cuyo rasgo básico es, al mismo tiempo, un extremo individualismo.

Este rasgo se evidencia en la llamada “cultura juvenil” tal como la define el mercado en un imaginario social habitado por dos fantasmas: la libertad de elección sin límite, como la afirmación abstracta de la individualidad; y el individualismo programado.

El nuevo siglo nos propone un tiempo donde la cultura tendrá un fuerte espacio de desarrollo, con millones de personas reconociéndose como seres integrales necesitados de una vida activa que les permite equilibrar la tendencia al sedentarismo propuesta por la tecnología y las nuevas formas de trabajo, que requieren cada vez menos actividad física.

La cultura joven marcada en los '60 se ha transformado gracias a los modernos medios audiovisuales, en una cultura universal y la aceleración, la velocidad, el vértigo, el culto de la imagen corporal; son sus notas centrales.

En el momento actual los adolescentes ocupan un gran espacio, los medios de comunicación los consideran un público importante, las empresas saben que son un mercado de peso y generan toda clase de productos para ellos.

El ocio generalmente presenta para estos jóvenes un carácter evasivo y en gran medida consumista: el consumo de marcas, moda; resulta importante como diferenciador de estatus o en el lugar que ocupa en el grupo de iguales en el que se desarrolla la mayor parte del ocio.

Lejos de significar una moda pasajera, el deporte se adentra en el tejido social, conformando actitudes, hábitos y una determinada modalidad que ha acercado a grandes masas de la población.

La adolescencia vista en este contexto es prácticamente el producto de una sociedad en la que quizás en concepto de cuerpo no siempre signifique interactividad, en la que la palabra sistemáticamente suene a cosa no real o no cotidiana.



FUNDAMENTACIÓN

La presente investigación indaga a cerca del problema de la “Deserción Deportiva en la Adolescencia”.

Dicho problema, lo notamos desde hace un tiempo, y cada vez con más acentuación en la Localidad de Isla Verde (Provincia de Córdoba).

No existen, por lo menos para nuestra información, trabajos realizados sobre este tema y la preocupación por la deserción en nuestra localidad (como en la gran mayoría) es cada vez más preocupante entre los 14 y los 17 años de edad.

Cuando nos referimos a deserción hablamos del abandono de alguna actividad deportiva la cual se realizaba con frecuencia. Si tenemos en cuenta la definición de Desertor diremos que: “es la persona que se retira de una concurrencia (en este caso Club), que solía frecuentar o abandona la causa que defendía (en este caso Equipo).

La paulatina profesionalización del área de la Actividad Física y Deportiva actual, requiere con la mayor premura de elementos de juicio como los que pueden aportar esta y otras investigaciones que posibiliten una reconsideración crítica de lo realizado en base a criterios científicos.

Se estima que lo investigado, ordenado acorde a los criterios científicos es un interesante punto de partida para la aludida revisión crítica de nuestras prácticas profesionales.

Sin duda que los problemas que en la actualidad atraviesan los adolescentes es realmente alentadora y es algo que nos involucra a todos. Nuestro enfoque está orientado hacia una rama que es la del problema del abandono deportivo de los jóvenes. Ojalá que este pequeño pero primer paso sirva como herramienta de trabajo para implementar nuevas acciones en contra de este importante dilema, al menos en nuestra localidad.



JUSTIFICACIÓN DEL TRABAJO

El estilo de vida, como forma particular de vivir la vida cotidiana, se relaciona con las características personales de los individuos; tales como la personalidad, las ideas, las creencias, las actitudes del sujeto en relación con los roles que se ocupen, las actitudes generales, la interacción con los diversos miembros de la sociedad; que llevan a detectar determinadas opiniones e incluso comportamientos.

Estos comportamientos son la expresión material del modo de vida, de las ideas personales, de las intenciones, de los proyectos vitales y en definitiva, del modo que cada uno organiza su vida. La forma de vida está constituida por un conjunto de costumbres de la vida cotidiana.

Vivimos en un mundo donde no nos hacemos ni tiempo ni espacio para la reflexión y la intimidad.

Estamos inmersos en una cultura donde lo que se valora es el éxito inmediato, sintiéndonos permanentemente exigidos, con un sin fin de necesidades que se nos hace imprescindible satisfacer.

Vivimos insatisfechos y en esta vorágine por hacer y tener cosas, comenzamos a olvidarnos de lo esencial, de las cosas que le dan sentido a nuestra vida.

La practica deportiva no es algo que se encuentra aislada de la propia vida de cada individuo, sino que mantiene estrecha relación con el sistema de valores que se van constituyendo con el paso del tiempo. La practica del deporte forma parte de los hábitos sociales que también incluye otro tipo de gustos y formas de comportarse tales como la lectura, la música, la vestimenta.



TEMA

“Deserción deportiva en la adolescencia”

OBJETIVO GENERAL

- Investigar las causas de la deserción deportiva en los adolescentes de la localidad de Isla Verde.

OBJETIVO ESPECIFICO

- Investigar si las causas del abandono deportivo en los adolescentes de 14 a 17 años de la localidad de Isla Verde están relacionadas con las características propias de la edad y con la presión de la competencia en la infancia.



MARCO TEORICO

ADOLESCENCIA

Este término significa crecer o llegar a la maduración. Es el período de pasaje que separa a la infancia de la edad adulta; tiene como centro la pubertad. A decir verdad, sus límites son vagos.

Según la ONU (Organización de las Naciones Unidas) es el período comprendido entre los 10 y los 20 años aproximadamente.

Según Max Zimmerman (1991) la adolescencia es un período de transición que comienza en los cambios fisiológicos de la pubertad y se extiende hacia la edad adulta.

A lo que más se parece es, sin dudas, al nacimiento. En el nacimiento, nos separan de nuestra madre, cortando nuestro cordón umbilical, pero se olvida a menudo que entre la madre y el hijo hay un órgano de vinculación extraordinario: la placenta. La placenta nos daba todo lo que era necesario para nuestra supervivencia y filtraba muchas sustancias peligrosas que circulaban en la sangre materna. Sin ella, no habría ninguna vida posible antes del nacimiento, hay que sacarla absolutamente para vivir.

La adolescencia es como un Segundo Nacimiento que se realizaría progresivamente. Hay que quitar poco a poco la protección familiar, como se ha quitado la placenta protectora. Quitar la infancia, hacer desaparecer el niño que hay en nosotros, constituye una mutación. (F. Dolto – C. Dolto Tolitch, 1995).

Arminda Aberastury (1973) menciona que en este tiempo el adolescente realiza tres duelos fundamentales:

- El Duelo por el Cuerpo Infantil Perdido: al percibir los púberes que sus formas son diferentes, que se despiertan otras miradas alrededor, se pasan horas frente al espejo, se prueban ropa, nada les convence; esto provoca inseguridad, vergüenza, timidez. Pero encuentran apoyo en su grupo de pares (x), se visten iguales, se consultan antes de salir. Esto los ayuda, los contiene, les da seguridad



y confianza: para ellos el grupo es importante. La pérdida que debe aceptar el adolescente al hacer el duelo por el cuerpo es doble cuando los caracteres sexuales secundarios lo ponen ante la evidencia de su nuevo status y en segundo término cuando aparece la menstruación en la niña y el semen en el varón que les imponen el testimonio de la definición sexual y del rol que tendrán que asumir no solo en la unión con la pareja sino en la procreación. Esto exige el abandono de la fantasía del doble sexo implícito en todo ser humano como consecuencia de su bisexualidad básica.

- (x) En pandilla uno se sin bien, uno tiene los mismos puntos de referencia, un lenguaje codificado y propio que permite no utilizar el de los adultos.
- No hay adolescencia sin problemas, sin sufrimientos, este es quizás el período más doloroso de la vida. Es simultáneamente el período de las alegrías más intensas. La trampa es que uno desea huir de todo lo que es difícil. Huir fuera de sí mismo arrojándose a aventuras dudosas, o peligrosas, arrastrado por personas que conocen la fragilidad de los adolescentes. Huir al interior de uno mismo, protegerse bajo un falso caparazón.
- El Duelo por el rol e Identidad Infantil: la elaboración del duelo conduce a la aceptación del rol que la pubertad marca. Sólo cuando el adolescente es capaz de aceptar simultáneamente los dos aspectos, el del niño y el del adulto, puede empezar a aceptar en forma fluctuante los cambios del cuerpo y comienza a surgir su nueva identidad. Ese largo proceso de búsqueda de identidad ocupa gran parte de su energía y es la consecuencia de la pérdida de identidad infantil que se produce cuando comienzan los cambios corporales. El adolescente es un ser humano que rompe gran parte de sus conexiones con el mundo exterior porque una de las manifestaciones de su crisis de crecimiento es el alejamiento del mundo para refugiarse en el mundo interno que le es seguro y conocido. La elaboración del duelo por el cuerpo infantil y la fantasía por el doble sexo conduce a la identidad sexual adulta y a la búsqueda de la pareja. Cambia así la relación con sus padres. El logro de la identidad y de la independencia lo



conduce a integrarse en el mundo adulto y actuar con una ideología coherente con sus actos; por eso se dice que es un tiempo de pasaje hacia la adultez, hacia un saber ¿quién soy? Y ¿qué quiero ser?. Esta aceptación del rol e identidad implica la búsqueda de una pareja fuera del ámbito familiar.

- El Duelo por los Padres de la Infancia: es el caso en el que el adolescente debe poder dejar a los padres de la infancia con quienes mantenía un vínculo de dependencia y obediencia. En esta etapa la autoridad de los padres es cuestionada, este desafío es necesario porque necesitan cuestionar para armar su propia identidad. Esto puede implicar pelea o diálogo y aparece tanto en el seno familiar como escolar. Dependerá del adulto si esto puede vivirse como un cuestionamiento necesario o por el contrario vivirse como un cuestionamiento personal. Cuando en la niñez ha sido cimentado el diálogo entre padres e hijos, este proceso es vivido como algo normal, como un pasaje hacia la madurez, y los padres son el apoyo que necesitan para ir formando su propia identidad, su personalidad.

La necesidad de elaborar los duelos básicos a los que nos hemos referido anteriormente, obligan al adolescente a recurrir normalmente a manejos psicopáticos de actuación que identifican su conducta, porque esto les genera angustia y es el tiempo donde aparecen las conductas que molestan al adulto; como tirares a la cama todo el tiempo, escuchar música a todo volumen, no responder..., porque es donde inconscientemente se transitan los duelos, las separaciones infantiles que les permitirán ser luego hombre o mujer.

Los cambios psicológicos y corporales llevan a una nueva relación con los padres y con el mundo. Ello solo es posible si se elabora lenta y dolorosamente el duelo por el cuerpo del niño, por la identidad infantil y por la relación con los padres de la infancia.

Cuando se incluye en el mundo con este cuerpo a maduro, la imagen que tiene de su cuerpo ha cambiado, también su identidad necesita adquirir una ideología que le permita una adaptación al mundo y/o su acción para cambiarlo.



Este período fluctúa entre una dependencia y una independencia extremas y solo la madurez le permitirá más tarde aceptar ser independientes dentro de un marco de dependencia.

Es un período de contradicciones, confuso, ambivalente, doloroso, caracterizado por fricciones del mundo familiar y social.

El desprecio que muestra hacia el adulto es en parte, una defensa para eludir la depresión que le impone el desprendimiento de sus partes familiares.

El adolescente atraviesa por desequilibrios, inestabilidad extrema, aislamiento ensimismamiento; alternando con audacia, timidez, incoordinación, urgencia, desinterés, apatía, conflictos afectivos, crisis religiosas. En general vive con una cierta desubicación temporal. Como dijimos anteriormente el grupo es muy importante, ya que se transfiere al grupo gran parte de la dependencia que anteriormente se mantenía con la estructura familiar y con los padres en especial.

Además de los cambios fisiológicos, psicológicos y sociales, lo que es motivo de reflexión en este trabajo son las características del adolescente como la búsqueda de sí mismo y de identidad, tendencia grupal, necesidad de intelectualizar y fantasear, la evolución sexual, contradicciones sucesivas en todas las manifestaciones de la conducta, crisis religiosas que pueden ir desde el ateísmo más intransigente hasta el misticismo más fervoroso, que lo llevan a una apatía que se traduce en todas sus manifestaciones:

- Pereza física y mental.
- Inseguridad.
- Incapacidad para respetar o sólo responder consignas.
- Aislamiento (repliego en sí mismo).
- Interés centrado en un consumo excesivo de imágenes.
- Filosofía de sálvese quien pueda.



Específicamente la edad a la cual nos referimos (14 a 17 años) Gesell (1980) la denomina adolescencia media, donde el adolescente atraviesa situaciones críticas y las concreta en las siguientes áreas de la conducta:

- El yo y sus procesos de concientización e integración, que pueden tanto en el nivel del cambio corporal, en el despliegue de su vida sexo-afectiva, en el planteo de su identidad personal.
- El desarrollo de su autonomía personal: su búsqueda del status entre los mayores, su lucha por un espacio y un tiempo propio al margen de controles y sanciones.
- Los conflictos de lealtad y reajuste familiar y social de modo simultáneo y muy entrelazados, la decisión en cuanto a sus definiciones valorativas ante las instituciones sociales (familiares, religiosas, políticas).

Independencia y Libertad son el grito constante en el adolescente donde se busca seguridad, un amigo que sea leal y digno de confianza.(Zimmermann, Max “La reproducción de los seres humanos”. Ed. Cultural. 1991)

Durante esta edad el poseer una buena imagen, tener características atractivas de personalidad son ventajas para ser un miembro popular dentro del grupo de iguales (F. Dolto – C. Dolto Tolitch, 1995).

CAPACIDADES FISICAS EN LA ADOLESCENCIA

Corresponde determinar aquí también el alcance de las llamadas Cualidades Físicas o mejor aún Capacidades Físicas. En las últimas décadas ha sido este tema responsable de una babel terminológica que ha aportado, por lo profuso de la información, mas confusión que claridad. Hoy el referente de mayor consenso y al que adhiero es Mainel-Schnabel (1988) sobre la base de la proposición original de Gudlach (1960). Según estos autores las capacidades de la condición física son la fuerza, la velocidad, la resistencia, condicionadas por procesos primordialmente energéticos y comúnmente llamadas, en su conjunto, capacidades condicionales. En tanto las capacidades coordinativas son aquellas dentro del cúmulo de cualidades que condicionan el proceso motor las relacionadas primeramente con los procesos de



regulación y conducción motora. Esta clasificación es superadora, en la visión del autor citado, como la destreza, cualidad coordinativa única y “entendida complejamente y definida en forma relativamente generalizada e imprecisa” (Mainel 1978).

La mayoría de las investigaciones en este tema muestran un corte positivista, con una tenue autocrítica a las condiciones sociales en que se desarrolla el individuo en la pubertad y la adolescencia. A este respecto es posible destacar un párrafo de Nocker (1980):

Las numerosas investigaciones acerca de la repercusión de los ejercicios físicos sistemáticos en el organismo joven dieron sin excepción por resultado, que el cuerpo infantil y juvenil necesita estímulo de movimiento tanto para la evolución funcional y estructural óptimas de los distintos sistemas orgánicos, como para el crecimiento armonioso en su totalidad. Esto vale para nuestra época de poco movimiento físico más aún que para los años anteriores. La inundación de estímulos en los tiempos modernos deja también su huella en los jóvenes, y debido a las influencias ambientales, junto con el trabajo profesional de ambos padres y la consecuente ausencia de “calor de hogar”, se produce a menudo una discrepancia entre el desarrollo mental y espiritual por una parte y el físico por la otra.

El mismo Nocker (1980) vincula a las capacidades físicas con la salud cuando señala: “lo decisivo para el óptimo desarrollo juvenil y su valor salutífero es la dosificación de los estímulos de movimiento. Pero para ello es necesario conocer la amplitud fisiológica de la capacidad de rendimiento y las peculiaridades biológicas del organismo en desarrollo, puesto que la amplitud del rendimiento depende del nivel de desarrollo”.



FASES EVOLUTIVAS DEL PUBER Y EL ADOLESCENTE

Es pertinente señalar a esta altura las caracterizaciones evolutivas del púber y del adolescente, como actores y destinatarios del problema de la deserción deportiva, y por ende de una de las unidades de análisis.

La Pubertad que Meinel (1988) define como Primera fase puberal y denomina Fase de Alteración Estructural de las Capacidades Coordinativas es situada cronológicamente por el autor entre los 11 y 12 años para las niñas y a los 12 a 13 años para los varones, finalizando en promedio a los 13 años para las niñas y a los 14/15 para los varones.

Siguiendo al Dr. Reinhart Winter, colaborador de la obra de Meinel Schnabel, Teoría del Movimiento (1988) se puede marcar que “las actitudes y formas de conducta de las actividades deportivas de los jóvenes y niños en la edad escolar avanzada son la alegría por el movimiento, el querer poder y la disposición y actividad correspondientes ante las exigencias deportivas. En contraposición a ello se notan mucho más algunas tendencias contradictorias”. A continuación el autor remarca períodos de desinhibición total y períodos de acentuada apatía o desinterés demostrativo o explícito. Contraponen la frecuencia de la conducta en donde luego de finalizar una tarea con placer muestran apatía y rechazo en la siguiente. Respecto de lo morfológico en la pubertad el autor señala la mayor secreción de las hormonas sexuales y de crecimiento lo que conlleva a un crecimiento brusco con un nuevo cambio en las proporciones corporales. Las modificaciones en la estructura de los factores que determinan o influyen el rendimiento deportivo (factores de formación corporal, coordinativos, de la formación física llevan a caracterizar el desarrollo motor como una “fase de reestructuración de las capacidades y destrezas motoras”.

La Adolescencia, que siguiendo al mismo autor, esto es Meinel (1988) , es definida como Segunda Fase de Maduración o Fase de Manifestación de la diferenciación sexual específica, de la Individualización progresiva y de la estabilización creciente. Se sitúa, como ya fuera expuesto en hojas anteriores, desde los 13 a los 16/17 años de edad para las niñas y para los varones de los 14/15 a los 18/19



años de edad. El autor la ubica biológicamente entre la primera menstruación (mujeres) o la primera aparición de esperma (varones). Respecto de estos valores “solo se deben apreciar los valores medios, especialmente al comienzo de la adolescencia donde se pueden producir diferencias individuales considerables”.

Marca asimismo “una variabilidad y expresividad cada vez mas diferenciada de la motricidad de acuerdo al sexo” y enfatiza que “las tendencias de estabilización se manifiestan primeramente en la superación de la inconstancia y contradicción de las conductas motoras y en el nuevo mejoramiento de la capacidad de aprendizaje motor”.

Por el campo científico de proveniencia de Meinel-Schnabel (1988) la definición de púber y adolescente poseen un gran acento biológico. Consideramos aquí entonces ampliar la conceptualización del púber y del adolescente por ser destinatarios del problema planteado como Deserción Deportiva.

CARACTERISTICAS SICO-SOCIO-SOMATICAS DEL ADOLESCENTE

Cuando Silvia Di Segni (1996) señala “las hormonas empiezan a generar cambios y eclosionan en la pubertad con la maduración sexual” reconoce, aún desde su campo propio, la Psicología, un origen fisiológico de esta etapa. Con su afirmación acerca de que “el fenómeno de la pubertad es de por sí desperejo” coincide con Meinel (1988) en aquello de que las diferencias individuales en la menarca o la primera eyaculación son amplias.

Enfatiza la autora que “el cuerpo deja de ser infantil... mientras el psiquismo observa, siente todo ese proceso y se adapta con grandes dificultades día a día a los cambios que lo superan en velocidad y exigencias”.

Diferencia al varón caracterizándolo como un sujeto “irritable, impaciente, puede aumentar mucho su apetito, no le interesa la limpieza y habla exclusivamente con malas palabras” de la mujer se dice que “el proceso es mas moderado, a veces masculinizado, otras infructuosamente seductora”.



Con rigurosa actualidad señala “en las últimas décadas se han estimulado socialmente actividades propias de otras edades para esta época de la vida: Discotecas, Pijamas parties, en los que se supone ya un interés y un acercamiento concreto al otro sexo, diferentes que lo que la Psicología tradicional ha descrito”.

Como ya se marcó anteriormente la Sicoanalista Argentina Arminda Aberastury (citado en Di Segni de Obiols, 1996) describe a esta etapa de la vida como un proceso en el que hay que superar tres duelos (el duelo es un trabajo que realiza el psiquismo ante la pérdida de un objeto amado y por medio del cual logra desprenderse de él) el cuerpo de la infancia, los padres de la infancia y el rol del niño.

Di Segni de Obiols (1996) continua preguntándose: la adolescencia ¿es una etapa de la vida o un modelo social? Y propone una respuesta: “en la sociedad actual y la llamada cultura posmoderna que nos rodean no parecen evidenciarse tan claramente los duelos ni la brecha generacional. La adolescencia actual se presenta como muy larga ya que es difícil encontrar un sitio donde incluirse socialmente, las capacitaciones profesionales se prolongan y el desempleo impide posibilidades concretas de trabajo. Esto tanto ocurre en las sociedades en crisis como en aquellas muy desarrolladas. Se prolonga la vida junto a los padres, es difícil superar la dependencia de ellos. Por otra parte la generación adulta se ha desdibujado como tal: muchos adultos imitan a los adolescentes, se visten como ellos, quieren mantenerse jóvenes y hacer la misma vida”.

También Asberastury en *El adolescente y la sociedad* (1973) dice: “la inserción en el mundo social del adulto-con sus modificaciones internas y su plan de reformas es lo que va decidiendo su personalidad. Su nuevo plan de vida le exige plantearse el problema de los valores éticos, intelectuales y afectivos, implica el nacimiento de nuevos ideales y la adquisición de la capacidad de lucha por conseguirlos... un independizarse del ser como y con los padres.

Sigue diciendo: “los adolescentes buscan diferenciarse de los adultos y en su lucha por la identidad han elegido a veces caminos distorsionados como intoxicarse, la libertad sexual exhibicionista, los cabellos largos u otras formas de protesta contra los engaños de la sociedad adulta.



Los adultos de hoy proclaman aceptar a los jóvenes pero en la práctica ven en ellos un “mercado” y producen en masa vestidos, discos, espectáculos tendientes a detenerlos en su desarrollo, a “marcarlos” dentro de la sociedad dificultando así su emancipación”.

La mejor síntesis acerca de la crisis del adolescente la rescatamos del encabezamiento del primer capítulo del libro el Tren de los adolescentes de Diez-Hillert (1998) donde se puede leer:

“Al tiempo de la muda, los pájaros son desdichados. Los humanos también mudan; al momento de la adolescencia, sus plumas son de prestado, sus ropas no parecen suyas-sean de niño o de adulto-pero sobre todo, sucede lo mismo con sus opiniones: son de prestado”.

Parlebás concluye su Elementos de Sociología del Deporte (1986) diciendo que “el conocimiento con profundidad de los juegos deportivos puede proporcionar valiosas informaciones sobre la sociedad que los ha producido y adoptado. Organización del espacio y medida del tiempo, control de la violencia y la estructura de roles, modalidades de la victoria y panoplia de los rituales: los juegos llevan en sí la marca de su matriz social”.

No obstante advierte: “sería claramente abusivo extraer de los juegos, como un sombrero de mago, el conjunto de las características pertinentes de la sociedad que los acoge. Sin embargo es bueno, precaverse contra la tentación inversa, que invita a proyectar sobre los juegos, por simple reflejo y de manera subrepticia, todo lo que se sabe de esta sociedad”.

Como cierre suscribimos, (aún a riesgo de lo que connote la palabra mejoramiento), a esta síntesis de Carlos Vera Guardia “Nuestra misión es clara, el camino es difícil y lleno de escollos conceptuales, burocráticos, algunos de ellos contruidos por nosotros mismos, pero debemos aprovechar estas brillantes coyunturas



que el presente y el futuro nos ofrecen para cumplir la más hermosa de las tareas y la más grande de las responsabilidades, como ciudadanos del mundo, como seres humanos: el mejoramiento del hombre”.

COMPORTAMIENTO DE LOS ADOLESCENTES DE 15-16 AÑOS

- Va dibujando ideales, forma de vida personal, especialmente en fantasía. Se guía por la ley del todo o nada. Son extremistas, no tienen término medio.

Su búsqueda de identidad se hace cada vez mas clara y consciente. Persiste en la exploración de sí y capta los modelos que el mundo le propone. No le atrae lo que suena tradicional o frase retórica o reiterada. Procura encontrar mejores medios para expresar su intimidad y según sus capacidades y preferencias; el “yo” va afirmando supuestos en el mundo de diversas modalidades (técnicas, deportivas, artísticas).

NECESIDADES DE LOS ADOLESCENTES

Entendemos por necesidad a la imposibilidad absoluta de que algo no sea o sea de distinto modo de como es.(diccionario ilustrado fox 1967-Barcelona).

Según Julio Cesar Labaké (1986), es la esencia de la condición humana, aparece como enfrentada a las características familiares y sociales de nuestro tiempo.

Max Zimmerman (1991) opina que las necesidades primarias del adolescente son: necesidad de afecto, de independencia, de autonomía y de superación de la pérdida de la sexualidad infantil.

Es la fase que refleja mayor tensión ya que llegan a adquirir importancia las emociones compartidas y representadas por la sensibilidad, la empatía y otros factores psicológicos. Durante ésta edad el poseer una buena imagen, mostrar características atractivas de personalidad, son ventajas para ser un miembro popular dentro de un grupo de iguales.

El adolescente demanda contención, vínculos, identidad, soporte social, espacio, solidaridad y límites.

Estas necesidades pueden sintetizarse en:

- Comprenderse y que lo comprendan.



-
- Reflexionar sobre su vida interior.
 - Aprender a moderar sus emociones.
 - Abrirse a lo técnico y a lo estético.
 - Ir definiendo intereses y preferencias.
 - Auto examinarse para organizar su conducta.
 - Adaptarse a la compleja red de relaciones sociales e interpersonales.
 - Afirmar su espíritu de independencia.
 - Cultivar la verdadera amistad.
 - Ser productivo, realizador de cosas significativas.
 - Diseñar su plan de vida futura.



COMPETITIVIDAD EN LA INFANCIA

ASPECTOS PSICOLOGICOS DE LA INICIACION DEPORTIVA

Nuestra intención no es la de ocupar folios y folios con métodos infalibles de entrenamiento para que el niño adquiriera o mejore lo antes posible las cualidades físicas o habilidades necesarias para un deporte en concreto, ni tampoco los períodos de maduración del niño más óptimos para la aplicación de estos sistemas con la única intención de rendir. Todo eso está muy bien y es necesario, pero de nada nos servirá si no conseguimos que el niño adhiera lo suficiente a la práctica deportiva y abandone en la etapa de la adolescencia. Por otro lado no podemos (o no debemos) someter al niño a presiones excesivas, tensiones o frustraciones que lo lleven al agotamiento y aversión hacia cualquier tipo de actividad deportiva; no podemos olvidar que hablamos de personas que son mucho más sensibles que un adulto.

Si es nuestra intención, por el contrario, la de centrarnos en orientaciones psicológicas a tener en cuenta con los niños que se inician en la práctica deportiva: aspectos motivacionales, causas de abandono, efectos del ámbito deportivo sobre el niño, personas influyentes, etc., así como pautas a seguir para la iniciación del niño en el mundo del deporte no sea traumática y sí satisfactoria, atrayente y beneficiosa.

UNA REALIDAD POCO SATISFACTORIA

Si repasamos algunas revisiones realizadas sobre iniciación deportiva, nos encontramos con un conjunto de características y problemáticas. De estas revisiones, la de Cruz (1987) destaca fundamentalmente tres aspectos:

- La falta de trabajos empíricos: curiosamente, a pesar de tratarse de un período de formación muy importante y ampliamente extendido, encontramos que es un área muy poco estudiada. Existen pocas aportaciones y trabajos que orienten a los técnicos-profesores en cómo llevar a cabo la iniciación; esto también lo corrobora Gordillo (1992).

- La preparación de los Técnicos-Profesores: generalmente los técnicos dedicados a la iniciación, en la mayoría de las ocasiones, poseen muy poca experiencia



como entrenadores y son, o han sido, deportistas. Ello determina que frecuentemente apliquen sistemas y formas de entrenamiento utilizados en adultos, provocando una clara desadaptación de los jóvenes deportistas a estos sistemas. Entrenar en la iniciación normalmente desconsiderado como un primer paso en la formación de un técnico, que generalmente tiene sus objetivos en poder entrenar en categorías superiores. Esta provisionalidad junto con la poca valoración social que tiene los técnicos que trabajan en este ámbito de la iniciación contribuye a que no existan programas de entrenamiento consolidados, excepto, claro está, en pocos y contados casos.

- El alto índice de abandonos: muchas son las razones que lo pueden explicar, ya veremos más adelante.

COMPETITIVIDAD EN DEPORTES INFANTILES

El presente texto pretende echar luz acerca de la competencia a edades tempranas. Busca evidenciar la conveniencia o no del desafío en niños, la forma de lograr competitividad y el papel que juegan los distintos agentes del contexto deportivo. ¿La competición es buena o mala?

En la actualidad un sinnúmero de interrogantes aparecen en función de exponer o no a los niños a los efectos de la competición. Existen posturas claramente definidas al respecto, se encuentran por un lado aquellos que sostienen que es ampliamente nociva la competición a edades tempranas y por otra parte, hay quienes consideran que es la única forma posible de que el deportista se acostumbre a la presión de la competición y le pueda resultar satisfactorio.

Personalmente consideramos que existe una confusión en principio conceptual acerca de que es la competición, como se puede buscar la competitividad en los niños, y esencialmente como cada uno de los procesos que los niños atraviesan se ven claramente influenciados por los reforzadores externos(presión de entrenadores, padres, dirigentes), que terminan configurando la asertividad o no del proceso.



Consideramos que resulta más operativo utilizar el enfoque de la Evaluación Social que realiza Martens acerca de la competición, el cuál considera que la competición es algo más que un suceso único, sino que implica un proceso que abarca varios estadios o fases:

- Situación Competitiva Objetiva
- Situación Competitiva Subjetiva
- Respuesta
- Consecuencias

La situación competitiva objetiva es el desafío de la prueba propiamente dicho, lo cuál incluye un patrón de comparación ya sea con otras personas, con registros personales anteriores o con un nivel ideal de rendimiento.

Por su parte, la fase competitiva subjetiva es clave y consiste en el modo en que la persona percibe, acepta y valora la situación competitiva objetiva.

Factores tales como capacidad percibida, la motivación, la importancia de la situación competitiva y el adversario pueden influir claramente en la evaluación subjetiva del entorno competitivo. El desarrollo de una correcta capacidad de evaluación de la situación competitiva objetiva determinará un estilo de deportista con motivación para el logro, o competitivo.

Una vez que la persona ha evaluado la situación decide si participar en ella o no, iniciando la tercer fase del proceso de competición que es la respuesta. La misma se da en niveles conductuales, fisiológicos y psicológicos.

Luego de la respuesta comienza la fase final es decir la comparación de la respuesta del deportista con el patrón de comparaciones. En función de esto las consecuencias normalmente suelen ser positivas o negativas, las cuales suelen asociarse



con el éxito o fracaso. No obstante es más importante la percepción que el deportista tiene de sus resultados que las consecuencias objetivas. Es decir que si el deportista considera que ha elevado su nivel de ejecución, por más que no haya ganado, posiblemente las consecuencias continúen siendo positivas y actúen como incentivo o motivadoras para próximas situaciones competitivas.

Pero también hay que tener en cuenta otro aspecto en esta fase final, especialmente en el deporte infantil, y es la valoración de los terceros de los terceros cercanos al deportista. El entrenador, los padres, los amigos o familiares puedan transformar una valoración positiva del deportista en una catástrofe emocional.

Suele encontrarse en ocasiones que parte del entorno del deportista vivencia cada derrota de su niño como un fracaso catastrófico. Indudablemente esta sensación desencadena emociones negativas en el deportista y lo único que propicia es la evitación de la situación competitiva.

Hay dos fases en función de las cuales debemos trabajar ayudando a los niños y son las fases 2 y 4. Una correcta evaluación de la situación competitiva objetiva y consecuencias adecuadas perfilarán sin duda un estado competitivo en los niños deportistas.

Existen mayoritariamente dos estilos formativos en la progresión deportiva del niño, uno es orientado a la ejecución mientras que el restante es orientado al resultado. Resulta necesario remarcar que es imprescindible que la mejor orientación motivacional es aquella orientada hacia la ejecución.

La misma se caracteriza por la orientación de la persona hacia el esfuerzo por conseguir sus metas, con persistencia a pesar de los fracasos y con la sensación de orgullo por las ejecuciones realizadas. Este estado motivacional de logro en el ámbito deportivo se conoce como competitividad.



La competitividad configura deportistas que tienden a buscar desafíos, que se esfuerzan por conseguir sus objetivos y que persisten en su actividad a pesar de derrotas o lesiones.

Obtienen placer por la actividad que realizan.

¿Cómo se configura la competitividad? ¿Qué debemos hacer? Esencialmente lo primero que debe realizarse es definir los roles que cada uno debe asumir. Es decir el entrenador es el encargado de formar al deportista y los padres son los encargados de acompañar a su hijo deportista, no de acompañar a su hijo ganador o de abandonar a su hijo perdedor. Todas las consecuencias que obtenga el deportista por su actuación servirán como energía para continuar o para evitar las próximas competiciones.

Entonces a partir de lo aquí expuesto es que tenemos que tratar el tema de las recompensas, los premios y los castigos. Ya sea por parte del entrenador o por parte del entorno es esencial premiar el esfuerzo por competir, por mejorarse y olvidarse de castigar por resultados adversos. Habitualmente suele suceder que el viaje de ida es placentero y el viaje de vuelta de la competición resulta un verdadero calvario.

Desde ahí se puede trabajar para formar la competitividad de los deportistas infantiles, premiando sus ejecuciones independientemente del resultado. Trabajando en función de sus ejecuciones mucho más que en función de los resultados obtenidos, de lo contrario pueden llegar a encontrarse con varios deportistas adolescentes totalmente frustrados y alejados de la práctica activa, dado que al ser desarrollados precoces a edades tempranas obtenían muchos resultados y eran constantemente premiados. El riesgo es cuando se equiparan las capacidades físicas y desaparecen los premios, en consecuencia desaparece el placer por la práctica de la actividad. Técnicamente este proceso suele conocerse como agotamiento emocional, y es el producto de castigos por la falta de resultados.

En función de lo expuesto queda planteada la pregunta ¿la competición es buena o es mala? Consideramos que la competición es un proceso social, que no es buena ni es mala en sí, sino depende de los reforzadores que se le apliquen, de la orientación que le



otorguen los agentes del contexto deportivo. Mucha gente obtuvo gran placer por competir de la misma forma que otra que obtuvo frustraciones y displacer.

Consideramos que la práctica deportiva al igual que la educación son un proceso social en sí, y que la idea central para mantener y consolidar estos procesos no debe ser únicamente obtener doctorados ni maestrías sino asegurarse que la educación inicial cuente cada vez con más participantes.

Es este el desafío que nos queda planteado a todos aquellos que formamos parte del entorno deportivo, no sólo lograr formar campeones sino conseguir que la base de la pirámide deportiva resulte cada vez más grande.

ASPECTOS PSICOLOGICOS GENERALES DEL DEPORTE INFANTIL:

- Lo más importante para el entrenamiento deportivo con niños, consiste en desarrollar y mantener la alegría.
- No pensar que cada práctica / clase será “aburrida”.
- No debemos subcargar a los atletas buenos, ni sobrecargar a la capacidad del niño y no viceversa.
- Los contenidos de los entrenamientos se han de adaptar a la capacidad del niño y no viceversa.
- Una tarea pierde sentido para los niños cuando éste no entiende su necesidad.
- División de los modelos motores complejos en partes reconocibles y valorable para niños que entrenan.
- Revaloración de los objetivos motrices parciales y rudimentarios, respecto a objetivos motrices detallados y finos.
- Revaloración de competencias y pruebas preparatorias a la participación en competencias oficiales.



ALGUNAS ORIENTACIONES GENERALES

La propuesta de la variación de actividades tiene como principal objetivo, sacar a los niños de las tensiones y rutinas del desgaste psíquico y motriz que produce el deporte elegido en forma específica, especialmente cuando existe poca información fundamental sobre las características biológicas, psicológicas, morfológicas (músculo, huesos) y fisiológicas, que deben tenerse en cuenta para el desarrollo de una determinada actividad deportiva.

Ocurre que por esa falta de información, es muy frecuente ver cómo se le atormenta al niño sometiéndolo a una dieta, supuestamente adecuada al deporte que practica, generalmente muy exigente, privándolo de ingerir alguna golosina o alimento de su gusto, con la excusa de ser la única forma de obtener un “buen rendimiento”. Como si el niño fuera un deportista de élite.

La realidad es que el niño es nada más ni nada menos que eso, un niño, que cuando deje de serlo, eso sucede a partir de los 12 a 14 años de edad, es cuando se comienza un trabajo con proyección de máximo rendimiento.

Los adultos tal vez conozcan los secretos más avanzados sobre técnica, táctica y estrategia y desean transmitirlo a sus hijos o a sus dirigidos, sin considerar que determinados conceptos y actividades son imposibles de asimilar por los niños, precisamente por su carácter de tal; tan inútil como intentar transferir vivencias personales no acordes con su nivel de maduración.

Nunca se debe cometer el error de aplicar los métodos de entrenamiento para adultos a los niños.

Uno de los principales problemas a tratar son las relaciones del niño deportista con las personas que lo rodean, ya sean padres, técnicos, dirigentes, etc. La tarea con ellos es la educarlos para que su propio exitismo o fracaso como deportista no lo proyecten a sus hijos o dirigidos, sino para que aporten sus conocimientos y experiencias positivas.



Es patético que dirigentes, técnicos, delegados o conductores de grupo les interese más el nombre de la institución y el prestigio que la formación adecuada de sus deportistas, por lo que no escatiman esfuerzos para lograr resultados “positivos”, que por otro lado le permite mejorar sus antecedentes personales y mantener o mejorar su relación con la dirigencia.

PRÁCTICAS DEPORTIVAS

En la etapa de la niñez, éstas prácticas , se inician con la escolarización obligatoria, pero a medida que va creciendo, los aspectos lúdicos del deporte van cobrando importancia y éste comenzará a ocupar parte de su tiempo libre.

Según el Licenciado Jorge Gómez en su libro "la actividad física salud para la vida" nos dice que las actividades físicas son aquellas prácticas que se orientan hacia la liberación de la agresividad y el sedentarismo. Buscan la consecución del descanso personal y el restablecimiento del equilibrio psicológico.

La actividad física ha dejado de considerarse un aspecto complementario para la promoción y mantenimiento de la salud. Hoy se plantea integrada a la vida de todas las personas.

Podemos incluir los beneficios relacionados con la práctica de alguna actividad física:

- Existe una influencia positiva en el control de peso y la distribución de la grasa corporal.
- Se revierte en los sedentarios, la tendencia a la dependencia, logrando una vida mas independiente, mejorando su humor y su participación social activa.
- Se alivian los síntomas de depresión y ansiedad, elevando la calidad de vida a partir de mejorar la salud.
- La vida activa en la fase escolar produce varios beneficios como un mejor rendimiento académico, aumento de asistencia a clase, disminución de comportamientos inadecuados, mejora la relación con los pares, aumenta la responsabilidad y mejora el nivel de aptitud física general.



Por lo dicho anteriormente tanto en el niño como en el joven la educación debe ser desarrollada en forma integral, tanto del cuerpo como de la mente; así como también para que se inicie en la práctica deportiva será necesario que haya alcanzado un mínimo desarrollo psicomotor e intelectual para comprender mínimamente las normas y reglas que rigen las actividades físicas.

La educación física iniciada precozmente ejerce una gran influencia en el perfecto desarrollo morfofuncional, para la fuerza física, la agilidad y la destreza.

Los objetivos de la educación física deben ser:

- Para los niños una diversión o actividad placentera.
- Para los padres un agente para formar el carácter, alcanzar una buena salud y desarrollo físico armónico de sus hijos.

Pero estos objetivos se modifican por un deporte competitivo y de rendimiento cuando prevalecen otros intereses sobretodo comerciales de una realidad socioeconómica actual.

Es sano que los niños compitan entre sí, traten de mejorar sus habilidades, pero de ninguna manera es bueno, que inducidos por los mayores, jueguen a ganar a toda costa, a burlar el juego honesto y a renegar de la derrota.

En el deporte competitivo se exige demasiado entrenamiento al niño a costa de su tiempo libre, de su tiempo de descanso y de su tiempo de estudio, produciéndose el abandono de los mismos y la dedicación al deporte profesional a edades cada vez mas tempranas, pero con la potencialidad cada vez mas frecuente de la saturación deportiva.

Al igual que los niños que trabajan, lamentablemente los adultos disponen de la niñez de estos, por consiguiente los responsables para que el deporte en la infancia y la adolescencia no cumpla con los objetivos para el que fue implementado son:

- Padres en busca de trascendencia social y económica.
- Una sociedad constituida sobre modelos exististas.



- Docentes, profesores y entrenadores ávidos de apetencias personales y de reconocimiento social, institucional, etc.
- Dirigentes y empresarios afanosos de realizar mega operaciones comerciales e institucionales.

La educación física como disciplina netamente pedagógica utiliza al juego y al deporte para lograr su fin, que es el desarrollo integral del niño sobre todo en el área psicomotriz, es decir la educación física y el deporte no son sinónimos.

El juego es una forma de actividad física y una expresión propia del niño, es parte de su vida diaria y un precioso elemento didáctico para el profesor.

En cambio el deporte es un juego con reglas, un ejercicio físico que se practica con el fin de superar una marca, vencer a un adversario generalmente frente al público y sujeto a reglas estrictas.



DIFERENCIAS ENTRE JUEGO Y DEPORTE

JUEGO	DEPORTE
Libre, creativo y espontáneo.	Reglamentado y programado.
Reglas simples de niños.	Reglas estrictas.
Ejercita destrezas básicas.	Ejercita técnicas y tácticas.
Contenido lúdico.	Contenido competitivo.
Provoca placer y alegría.	Provoca placer o disgusto, tensión/stress(+).
Sin público, sin padres.	Con público.
No hay compromisos ni responsabilidades.	Tiene compromisos.
El juego es igualitario, todos pueden, gordos, bajos, torpes y hábiles.	Es relativo, compiten los más aptos.

En resumen el niño necesita mucho juego espontáneo, sin obligaciones competitivas y con sus padres y familiares actuando en su apoyo, como que son ellos naturalmente los partidarios más entusiastas del futuro deportista.

Este período es en síntesis el de la maduración a través del juego expresado por la actividad física y concluye cuando se inicia la pubertad.

Podemos enumerar efectos beneficiosos y perjudiciales del deporte a nivel psicológico si hablamos de deporte recreativo y deporte competitivo.



DEPORTE RECREATIVO	DEPORTE COMPETITIVO
Educa.	Hay un estrés propio de la competencia.
Enseña a superarse.	El resultado conlleva presión.
Ayuda a relacionarse.	Al haber mayor presión, se eleva la agresión.
Eleva la calidad de vida.	En el mismo sentido se eleva la ansiedad.
Ayuda a liberar los impulsos agresivos.	Puede mermar la motivación.
Mantiene alta la motivación.	Disminuye la autoestima fabricando fracasos.
Mantiene alta la autoestima.	Se puede convertir en adicción.
Disfrute y placer lúdico.	No es buen destino para el ocio.
Es un buen destino para el ocio.	Se aplasta el disfrute.
Colabora en el desarrollo afectivo, social, intelectual y motor.	Aumenta la vulnerabilidad a las lesiones.
Eje puesto en el desempeño y no en el resultado.	Aumenta el riesgo de abandono.
Ayuda a interiorizar reglas.	Se fomenta el individualismo.
Cooperación y sociabilización.	Se pierden las relaciones amistosas.
Gratificaciones.	Genera pesimismo.
Puede aliviar estados de ánimo adversos.	Genera frustraciones.
Busca mantener el aspecto físico potenciando el optimismo y el auto concepto.	
Produce un efecto distractor y relajante de la cotidianeidad a nivel mental.	
Alivia tensiones corporales.	



La inclusión de categorías infantiles dentro de programa competitivos regionales, deportiviza a las clases (prácticas) de voley para púberes y adolescentes en nuestra Liga en la cual están inmersos los clubes de Isla Verde. (Cuando decimos deportiviza utilizamos la acepción negativa de la misma que cita Lawther (1978)).

El desarrollo de los niños deportistas y su participación en las competencias serias, afrontan un problema común en todo el mundo. Los riesgos de una especialización prematura, son un hecho lamentable, ya que un entrenamiento unilateral con el objetivo de lograr el éxito en las competiciones organizadas puede llevar a resultados desastrosos. Ahora es algo aceptado universalmente que existen peligros en la especialización a edades tempranas, cuando se tienen el propósito de alcanzar máximos rendimientos y record en las categorías infantiles. El riesgo es real y no tienen en cuenta las advertencias.

Han arruinado con frecuencia la carrera promisoría de niños atletas, quienes tenían el potencial para llegar a se deportistas de élite cuando alcanzasen la adultez.

Hay que tener en cuenta la enorme carga física y emocional que se coloca sobre los sistemas funcionales del organismo de los jóvenes deportistas, quienes tienen un alto nivel de excitabilidad, un relativo bajo nivel de funcionalidad cardiorrespiratoria y un poco económico gasto de energía.

La gran participación en competiciones tiene como consecuencia crónicos estrés físicos y psicológicos.

El hecho de sobresalir y ganar y un calendario de competiciones exigentes, es lo que nos lleva a una especialización prematura.

Todo esto se vería revertido si el planteo se limitara a desarrollar bases multilaterales que serán importantes para el logro de máximos rendimientos en el futuro, así se evitaría también que algún adolescente talentoso se retire de la actividad al enfrentar un prolongado estancamiento del rendimiento producido por grandes cargas competitivas.



Y por último, no debemos olvidar que las competiciones de los jóvenes no deben ser Test rigurosos y desagradables, sino momentos especiales que permitan disfrutar del esfuerzo físico sin que prevalezca un interés desmesurado por el triunfo.

En más de una ocasión, hemos observado a niños con destacado nivel de rendimiento atlético en las categorías pre-infantiles (10-11 años) o infantiles (12 años) a quienes podríamos calificar con justicia como verdaderos talentos. Pues bien, si ese rendimiento fuera el resultado de sus condiciones innatas, no podríamos poner mayores objeciones pero, si dicho rendimiento fuera la derivación de un entrenamiento excesivo para la edad, aplicando estímulos no acordes con un desarrollo biológico, nos encontramos con una aceleración del proceso enseñanza-aprendizaje y del rendimiento, que sólo logra agotar las reservas físicas y psíquicas y como consecuencia acorta el período de vida útil del niño atleta.

Es evidente que sólo la falta de información específica, o la excesiva ambición o ansiedad del docente a cargo son las causas de este equivocado enfoque.

En el desarrollo total de los niños no podemos esperar una evolución continua, sino mesetas de rendimiento e incluso retrocesos ocasionales.

Hay períodos de la vida infantil en los cuales se ven momentos de desarrollo rápidos y lentos, incluyendo también los que se caracterizan por una ausencia temporal de progresos. Los períodos de desarrollo positivo se conocen como “fases sensibles” y los de estancamiento y retraso como “fases críticas”.

Los docentes y entrenadores que trabajan con niños deben tener en cuenta estos conceptos de alternancia y no tratar de enfrentar esta formación por mesetas echando mano a entrenamientos extenuantes.

Considerando que: la actividad física es salud, el ejercicio es vida y por lo tanto el deporte debería ser educación.



Y desde la premisa de que: el movimiento es humano y considerando que el hombre es fundamentalmente un ser social.

Nuestras observaciones, quizás empíricas, pero sí muy conmovedoras, nos han llevado a detenernos en la afirmación de José María Cagigal :

“La educación física ha sido reemplazada por la educación deportiva”.

Afirmación esta, que respaldada por nuestras observaciones nos han permitido atrevernos a expresar qué: “en este mundo globalizado que hoy nos toca vivir, el deporte competitivo y por ende violento, ha reemplazado al verdadero deporte infantil, educativo y favorecedor de la convivencia”.

Es oportuno destacar que nuestras observaciones del deporte infantil, se han realizado en el ámbito deportivo de la región donde vivimos, pero en distintas oportunidades, especialmente en cursos que hemos asistido referentes a este y otros temas, hemos recogido la preocupación de los colegas de la mayoría de los puntos de nuestro extenso país, así también como en países limítrofes.

Expresaba el prestigioso autor Jean Piaget:

“Cuando veo a un niño, el me inspira dos sentimientos: ternura por lo que él es y respeto por lo que puede ser”.

Y nos preguntamos, ¿qué ternura y qué respeto se consideran para la niñez desde la perspectiva del deporte infantil que se está desarrollando a nivel federado?

DEPORTE

Según Jorge Gómez (Gómez Jorge R: “La actividad física: salud para su vida”)

El deporte se define como una actividad compuesta por tres aspectos: el juego, la actividad física y la competición, es decir, su práctica incluye acciones motrices, pero no con un fin prioritario de salud.

El deporte es la actividad física de tiempo libre por excelencia, ya que busca sobre todo maximizar la salud.

Se reconoce al deporte un elevado potencial socializador.

La naturaleza social del deporte remite a su ubicación en la vida de las personas como una parte sustancial de su realidad. El deporte se experimenta, se ve, se siente



como algo propio, de ahí que constituya una parte de la vida cotidiana de millones de personas.

La competición aparece como el primer gran valor detectable en el deporte, tanto desde el punto de vista histórico como práxico.

El acto deportivo consiste en un enfrentamiento individual o colectivo, y toda la preparación de los deportistas, va encaminada a ese momento. La práctica deportiva se considera desde sus orígenes como una ejercitación saludable, como un signo de salud.

La idea de progreso también aparece estrechamente asociada a la práctica deportiva. Surge como un espíritu de superación constante al que no se le vislumbra límites.

La competición deportiva viene presidida por el valor de la igualdad, donde las organizaciones deportivas tratan siempre de disponer enfrentamientos entre contendientes, cuyo nivel de competencia sea similar.

Para hacer efectiva esta igualdad, el sistema deportivo, con sus federaciones al frente, establecen un gran número de categorías, clasificaciones y jerarquía donde se agrupan los deportes para competir entre sí. Este valor asimilado y hecho explícito en todos los reglamentos deportivos, asegura así un elevado nivel de expectación ante el evento deportivo, ya que la competición disputada con equilibrio, aumenta el interés del espectáculo entre la población y excita las emociones y pasiones de los espectadores.

Según Durand Georges (“El adolescente y los deportes”. Editorial Miracele. Barcelona) el deporte es una escuela de convivencia, una actividad física compensadora, un refugio seguro capaz de preservar la integridad física y moral del hombre frente a ciertas amenazas de nuestro mundo.

El deporte nos interesa bajo tres puntos de vista:

- Como método que nos ayuda a lograr los objetivos de la propia Educación Física.
- Para aumentar y enriquecer muestran habilidades y destrezas motrices.
- Como elemento para poder cubrir nuestro tiempo de ocio.

En el deporte se da una estructura con dos componentes:



El primero se refiere al “contenido”, no hay deporte sin una reglamentación de juegos y siempre hay competencia.

El segundo es el “sentido”, el deporte para poder llenarse de contenido debe estar provisto de una carga lúdica y deportiva.

CLASIFICACIÓN DE LOS DEPORTES

- **SEGÚN EL OBJETIVO MOTOR DE LA TAREA**

Deportes de traslación

Deportes de reproducción de modelos

Deportes de enfrentamiento cuerpo a cuerpo

Deportes para situar un móvil en una meta y/o enviarlo

- **SEGÚN EL TIPO DE COMUNICACIÓN MOTRÍZ**

Deportes psicomotores

Deportes de cooperación

Deportes de oposición

Deportes de cooperación / oposición

- **SEGÚN EL ESPACIO**

Deportes de espacio estandarizado o sin incertidumbre.

Deportes de espacio no estandarizado o con incertidumbre.

- **SEGÚN EL TIPO DE COMUNICACIÓN**

Deportes psicomotores con espacio estandarizado y de traslación por ejemplo salto en longitud, salto trampolín.

Deportes psicomotores con espacio estandarizado y de reproducción de modelos.

Deportes psicomotores con espacio no estandarizado y de reproducción de modelos por ejemplo el surf.



Deportes de cooperación con espacio estandarizado y de traslación por ejemplo el ciclismo.

Deportes psicomotores con espacio no estandarizado y de traslación por ejemplo el piragüismo en aguas bravas, el piragüismo por parejas.

Deportes de cooperación con espacio estandarizado y de reproducción de modelos por ejemplo la gimnasia rítmica por equipos.

Deportes de oposición en espacio estandarizado y de traslación por ejemplo en atletismo los 1500 mts..

Deportes de oposición en espacio no estandarizado y de traslación por ejemplo ciclo cross.

Deportes de cooperación / oposición con espacio estandarizado y de traslación por ejemplo 4x400 mts..

Deportes de oposición en espacio estandarizado y de enfrentamiento cuerpo a cuerpo por ejemplo lucha.

Deporte de cooperación/oposición con espacio no estandarizado y de traslación por ejemplo el ciclismo.

Deportes de oposición en espacio estandarizado y de situar el móvil en una meta y/o enviarlo por ejemplo el tenis.

Deportes de equipo de cooperación/oposición en espacio estandarizado y de situar el móvil en una meta por ejemplo el básquetbol, el rugby, el hockey, el fútbol, el voley.



EL DEPORTE COMO INSTRUMENTO DE EDUCACIÓN Y SALUD

Beneficios de la práctica deportiva: (Revista: "los beneficios de la actividad física". Laboratorio Casasco.)

- Efectos cardiovasculares

Mejora la circulación del músculo cardíaco.

Disminuye la frecuencia Cardíaca

Aumenta el rendimiento cardíaco.

Disminuye la presión arterial.

- Efectos pulmonares

Aumenta la capacidad pulmonar.

- Efectos musculares

Aumenta el tamaño de la fuerza de los músculos

Aumenta la capacidad de generar, mantener y liberar energía.

Aumenta la resistencia a la fatiga física.

- Efectos sobre el peso, el tejido adiposo y las grasas circulantes

Disminuye la grasa corporal superflua.

Disminuye los triglicéridos en sangre.

Disminuye el colesterol en sangre.

Aumenta las lipoproteínas de alta densidad (disminuye el colesterol perjudicial).

El deporte constituye un notable medio de educación. La adolescencia, edad del movimiento; debe ser aprovechada para utilizar el tiempo libre sobre todo en las prácticas deportivas.

El deporte crea sus propios estatutos, sus propias leyes, para regular los límites tolerables de los diversos grados de violencia permitidos en los enfrentamientos, aparece aquí la justicia deportiva.



El deporte decanta como pocas actividades humanas, la moral del triunfo, el afán de vencer, la consecución de la victoria, cualquiera que sea el ámbito y nivel en donde se compita.

No existe ningún deportista que compita para perder o se sienta derrotado de antemano.

El éxito deportivo ostenta muy diversos grados y niveles, ajustado en todo momento a las características e intereses de los competidores.

La competición deportiva es e sí misma un significante y un significado, pues su carácter de contienda civilizada permite comparar grupos, establecer rivalidades y validar jerarquías; lo que provoca que su significado se engrose con contenidos no estrictamente deportivos como la raza o el ímpetu, la superioridad de unas regiones sobre otras, la expresión de los sentimientos xenófolos.

La bufanda que lleva un seguidor de un equipo deportivo cumple la función de significante al ser mostrada con orgullo por una victoria, pero ésta, en el sentido estricto es su significación, puede cargarse con otros contenidos significativos.

LOS ADOLESCENTES Y EL DEPORTE

La adolescencia es una etapa de intensa actividad física, en la cual se comienza a adquirir la madurez motora. En lo psicológico, el yo es el centro del interés con aparición progresiva del deseo de independencia y autonomía, existe una gran preocupación por los cambios físicos y la imagen. Aparece la búsqueda de los modelos de identificación, pasando a jugar un papel muy importante las figuras destacadas del deporte (deportistas, entrenadores, padres, etc.), surge un mayor interés por la pertenencia al grupo de pares.(Ferrari, Raúl Osvaldo: Apunte de pediatría:"la actividad física y el deporte: Pág. 42.)

Existe una necesidad de autoafirmación del pensamiento autónomo apareciendo una crisis con las figuras adultas, que quieren que continúe con las mismas metas que en la etapa anterior, que muchas veces no coinciden con las mismas metas que el propio adolescente se traza.

Es muy importante comprender que la motivación de los jóvenes crece a medida que lo que hace satisface sus necesidades e intereses. Tanto en la infancia como en



edades más avanzadas (pubertad o adolescencia), los jóvenes identifican la calidad de lo que hacen con el esfuerzo realizado (Roberts, 1991). El entrenador, aun siendo consciente de que la calidad del trabajo propuesto no sólo depende de este parámetro, debe satisfacer esta necesidad de movimiento como recurso que ayudará a incrementar la motivación por la tarea.

Sería un error obviar que independientemente de la motivación que los niños perciben a través del programa de contenidos propuesto por el entrenador, las relaciones que se establecen entre éste y los jugadores son decisivas y determinantes. La motivación de los jóvenes se puede ver favorecida o perjudicada en función de otros factores como los relacionados con el nivel de exigencia, el tipo de información contingente al error, las recompensas o castigos aplicados, etc.

Ruiz, et. Al. (1989), proponen las siguientes recomendaciones para el diseño de un entrenamiento psicológicamente bien orientado:

- Recompensar tanto las jugadas correctas como el esfuerzo realizado por los jugadores.
- Animar y, sobre todo, proporcionar instrucciones técnicas apropiadas cuando los jugadores cometan un error.
- Transmitir las instrucciones técnicas de forma positiva.
- Utilizar lo menos posible tanto el castigo como las instrucciones técnicas punitivas.

Caracuel (1997) nos ofrece algunas soluciones válidas en esta relación entrenador / jugador como son:

- Centrar la actividad físico-deportiva en la orientación de la tarea y el gusto por la ejecución.
- Planificar y orientar el deporte como juego y disfrute.
- Reducir a los justos términos la competitividad entre los deportistas infantiles.
- Planificar los entrenamientos potenciando las conductas de colaboración y cooperación entre los miembros del equipo.



A estas recomendaciones queremos añadir algunas otras que consideramos básicas para una adecuada motivación hacia las situaciones habituales de entrenamiento:

- Aceptar el error como parte integrante del proceso de entrenamiento y, por lo tanto, estimular al jugador hacia la búsqueda de nuevas alternativas cuando las situaciones de entrenamiento sean abiertas (de elección). El método de resolución de problemas así como el descubrimiento guiado, ayudan a incrementar el grado de satisfacción por la actividad física (Viciano J. y Santos, J.A. 1995; Cárdenas, D. y Moreno, E. 1996).
- Fomentar las motivaciones intrínsecas centradas en una mejora de la ejecución de la tarea restando cierta importancia a la victoria o derrota.
- Respetar el principio de individualidad aceptando la idea de que un equipo está compuesto con diferentes individuos con sus propias particularidades y necesidades específicas,
- Asumir tareas en las que el beneficio común prime sobre los intereses personales.
- Orientar a los jugadores para que aprendan a comprender el verdadero valor de la competición y, por lo tanto, de la victoria o la derrota.
- No anteponer las propias aspiraciones profesionales del entrenador (prestigio y reconocimiento social, quedar en buen lugar) al adecuado y progresivo aprendizaje.



PROBLEMA

En la adolescencia: ¿Cuál es la relación entre la deserción deportiva, la edad y la competitividad en edades tempranas; en la localidad de Isla Verde, provincia de Córdoba.

HIPÓTESIS

- La deserción deportiva es alta en la adolescencia.
- La competitividad en edades tempranas influye en la deserción deportiva en la adolescencia.

VARIABLES

- **Edad**
- **Deserción Deportiva**

Modalidad: Alta
Baja
- **Competitividad infantil**

Modalidad: Alta
Baja



REFERENTE METODOLOGICO

FUENTE DE DATOS

Se trabajó con fuentes de datos primarias. La primaria constituida por los datos obtenidos a partir de las encuestas y las entrevistas.

INSTRUMENTOS DE RECOLECCION

Los instrumentos de los que nos hemos valido para acercarnos al fenómeno y extraer información son la entrevista y la encuesta. Fundamentalmente la elección de estos instrumentos de contacto con lo empírico la necesidad de establecer la correspondencia entre teoría y la empiria.

La entrevista fue llevada a cabo en forma personal y estará clasificada como “No Estructurada o No Formalizada” (Ander Egg, 1971).

Se entrevistaron a 4 docentes. El tema se desarrollo a partir de una serie de disparadores (entrevista a entrenadores) y la entrevista fue concertada previamente, con acuerdo de los participantes. Se contó además con un grabador para el registro de las mismas.

Tras la explicación sucinta de los objetivos de la entrevista hubieron de realizarse algunos esfuerzos por parte de los entrevistadores para el encauzamiento de la misma.

Como característica saliente del instrumento Encuesta, que se clasifica dentro de la Semiestructura se trató de elaborar de forma tal que cuyas características principales sean la brevedad y simpleza, considerando esto último a partir de la amplitud del grupo etario encuestado.



MODELO DE ENCUESTA

Variable: **Edad**

- Año de nacimiento.....

Variable: **Deserción deportiva**

- Practicaste alguna vez algún deporte? **SI - NO**
- Si tu respuesta fue SI: continuas practicando algún deporte? **SI - NO**
- Si tu respuesta anterior fue NO: lo abandonaste entre los 14 y 17 años?

SI - NO

Variable: **Competitividad infantil**

- Practicaste algún deporte hasta los 12 años? **SI - NO**
- Competiste en alguna Liga Deportiva hasta los 12 años? **SI - NO**
- Para el club en el que competías era muy importante que vos o tu equipo ganen el día de la competencia? **SI - NO**

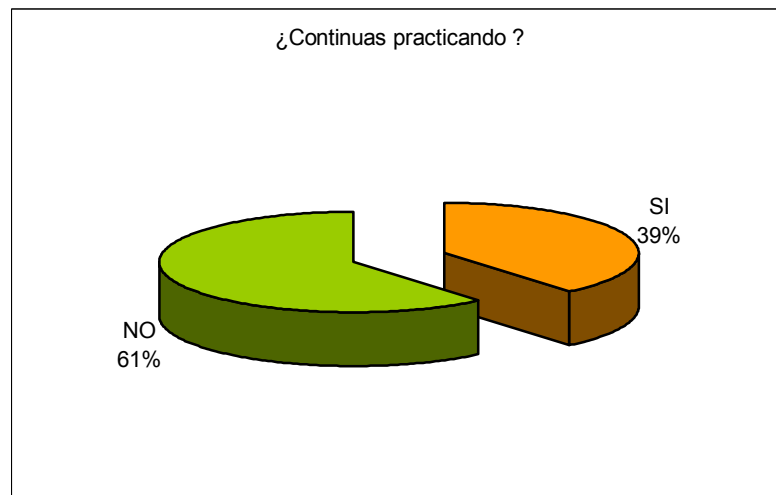


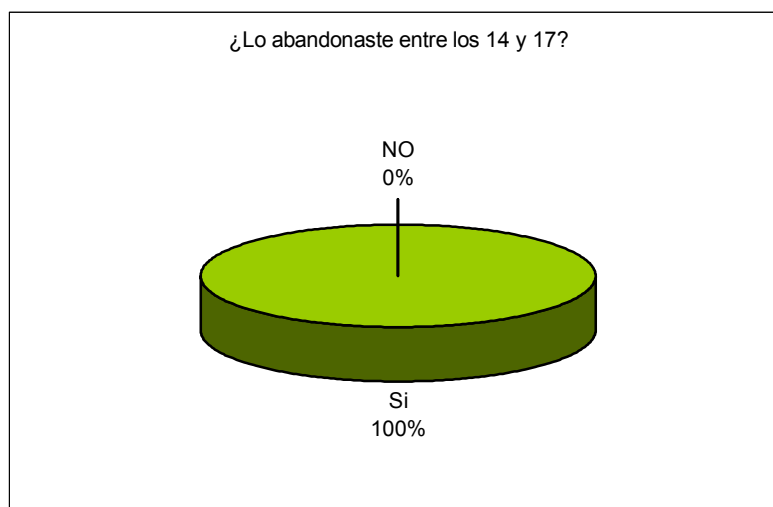
RESULTADOS DE ENCUESTAS

		Totales
1)	¿Practicaste alguna vez algún deporte?	
	SI	147
	NO	14
2)	¿Continuas practicando ?	
	SI	57
	NO	90
3)	¿Lo abandonaste entre los 14 y 17?	
	Si	90
	NO	0
4)	¿Practicaste algún deporte hasta los 12 años?	
	SI	126
	NO	21
5)	¿Competiste en alguna liga deportiva hasta los 12 años?	
	Si	123
	NO	3
6)	¿Se te exigió ganar?	
	Si	101
	NO	22
7)	Edad	
	14 años	48
	15 años	47
	16 años	47
	17 años	19

ANÁLISIS DE DATOS

Variable: **Deserción Deportiva**

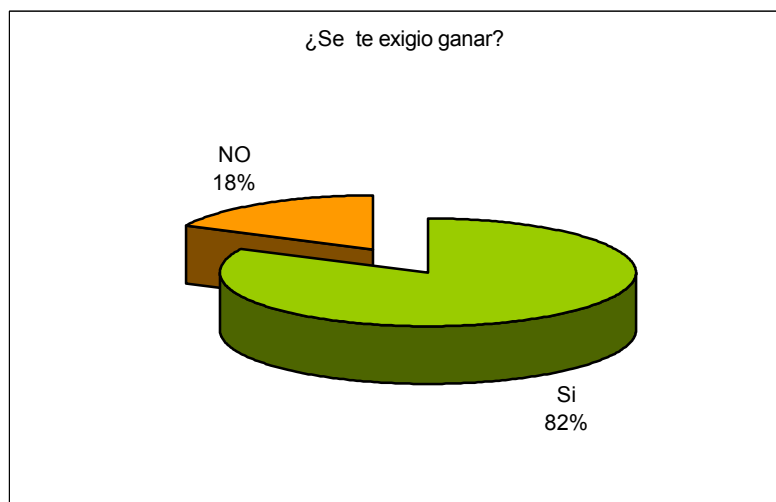




Del total de los encuestados, el 91% practicó alguna vez un deporte, de estos, el 61% abandonó.

Todos los que abandonaron, lo hicieron entre los 14 y 17 años.

Variable: **Competitividad Infantil**



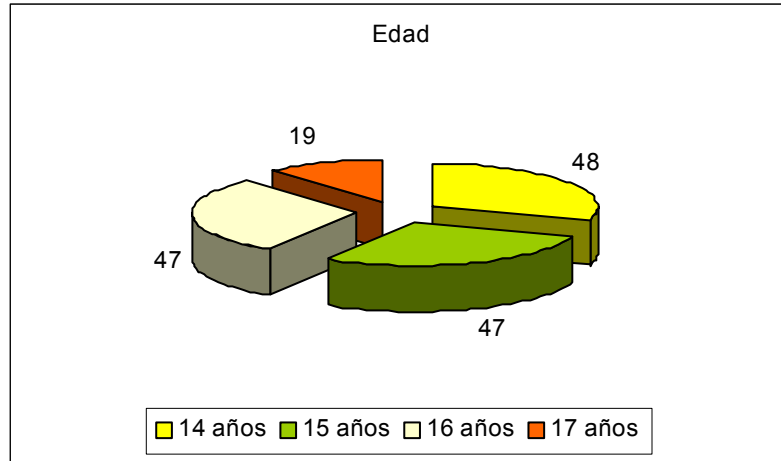


De los encuestados que practicaron alguna vez un deporte, el 86% lo hicieron antes de los 12 años.

De estos, el 98% compitió en ligas deportivas.

Dentro de los que compitieron en ligas deportivas, el 82% sentía presión por ganar.

Variable: **Edad**





CONCLUSION

La emergente de la instancia de valoración operativa nos permite obtener evidencia de que las hipótesis se cumplen en un alto grado.

Las expresiones de los adultos entrevistados y los resultados de las encuestas a los adolescentes nos muestran un alto porcentaje de deserción entre los 14 y 17 años y está íntimamente relacionado con un alto grado de presión de la competencia deportiva durante la infancia.

A demás de la presión de ganar a edades tempranas que son los resultados que emergen de la encuesta, podemos agregar por observaciones directas realizadas a grupos de adolescentes de nuestra localidad que el abandono de alguna actividad deportiva se da también por las características propias de la adolescencia, época en la cual generalmente se mueven en masa, evitando compromisos en los cuales tengan que respetar reglas o límites que demanden esfuerzo y le quiten tiempo para pasar con su grupo de amigos.

La actividad deportiva formal por un lado y el tecnicismo y la tecnocracia, hoy también al servicio de los niños, han hecho de que los niños se hayan olvidado de jugar.

Muy lejos y perdidos en el tiempo quedaron los juegos tradicionales como: la rayuela, el juego del elástico, el barrilete y la payana entre otros, juegos muy simples y sencillos que durante años acompañaron las necesidades de crecimiento de los niños, incentivando el desarrollo de la creatividad, de la destreza y fundamentalmente la sana convivencia.

No será la hora de que los niños vuelvan a jugar, y que de una vez por todas, el deporte educativo encuentre el espacio que le corresponde, para poder con sus beneficios favorecer a la niñez.

Como conclusión de este análisis, nos atrevemos a afirmar que estos niños que hoy ocupan la ancha base de una pirámide que representa la práctica deportiva, cuando llegan a la adolescencia abandonaran el deporte, justamente en el momento en que más lo necesitan; y esta determinación llegará como consecuencia de todas las presiones psicológicas recibidas en su precoz carrera deportiva, así también como producto de los éxitos o fracasos vividos en momentos no oportunos.



Como un aporte de lo expuesto, es preciso resaltar que no se trata de eliminar al Deporte Infantil, sino que este no contradiga con sus métodos a los fines de la educación, considerando que el deporte infantil debería ser:

- Un medio y no un fin.
- Un medio de educación.
- Un medio de autovaloración.
- Un medio de desarrollo de las capacidades y habilidades básicas.

En función de esta fundamentación es que coincidiendo con destacados autores, proponemos desarrollar sistemáticamente programas deportivos-recreativos infantiles que contemplen las siguientes características:

- Conservar el carácter lúdico.
- encuentros deportivos.
- Y fundamentalmente, valorar el Asegurar la participación de todos.
- Reemplazar a las competencias por progreso con respecto al de ayer, más que el ganarle al prójimo.

Es oportuno destacar que la puesta en práctica de un sistema de desarrollo y participación deportiva desde la perspectiva del encuentro deportivo, acompañado de conferencias educativas para niños, padres y docentes, situaciones estas en donde la integración y los valores de convivencia juegan un papel fundamental, resaltándose oportunamente los beneficios educativos que se pueden desarrollar por medio del deporte, en contrapartida con los perjuicios que puede ocasionar el deporte competitivo a corta edad.



Nuestro propósito, es de ahora en más, presentar diferentes artículos a modo de disparadores metodológicos, para de una u otra manera cubrir toda la esfera que recubre y afecta positiva o negativamente al niño. Hablamos de padres, docentes-entrenadores, clubes.

Estos artículos se enviarán como folletines que acompañan en forma secundaria, alguna información que se quiere transmitir de los entrenadores a los padres.

Nuestra intención es realizar una reflexión sobre la importancia que tiene el deporte y que los entrenadores y profesores, realicemos un análisis de la situación de cada uno de nuestros grupos, de la realidad en la cual estamos desarrollando nuestra tarea y actuemos lo más acertadamente posible en pro de la educación deportiva de los chicos tendiendo a lograr un desarrollo motor amplio que les permita posteriormente alcanzar niveles más altos de rendimiento y no “apurarlos” en la adquisición de determinados gestos técnicos, que en definitiva solamente hará que nuestro ego quede satisfecho.

Tal vez busquemos rendimiento prematuro en nuestros niños para la consecución de un torneo o un partido buscando el reconocimiento personal de padres o directivos,(que poco entienden de formación deportiva.) Pero...¿y los chicos?

En la enseñanza no hay caminos cortos y muchas veces por obtener determinados logros pasamos por alto detalles de tremenda importancia para la educación deportiva de los niños.

Nos pareció una linda manera con esta poesía de expresar lo que un niño siente ante la presión de ganar inculcada por los que lo rodean. (Clubpinocho @arnet.com)



YO ASI NO JUEGO MAS

YO ASI NO JUEGO MAS.
SI EL JUEGO ES UNA CARRERA
QUE SOLO GANA EL QUE LLEGA,
YO ASI NO JUEGO MAS.

SI POR GANAR, NO ME IMPORTA
QUE VOS TE QUEDES SIN TORTA,
YO ASI NO JUEGO MAS.

SI EL JUEGO ES UNA PELEA
QUE SOLO GANA EL QUE PEGA,
YO ASI NO JUEGO MAS.

SI ESTAS JUGANDO CONMIGO
Y POR GANAR TE LASTIMO
YO ASI NO JUEGO MAS.

YO SOLO QUIERO JUGAR
PORQUE ME GUSTA ENCONTRAR
LA RISA QUE SE PERDIO.

YO SOLO QUIERO JUGAR
PORQUE ES LA FORMA MEJOR
DE DEJAR PASAR EL SOL.

¡ NO ME QUIERAN ENSEÑAR
COMO SE DEBE JUGAR,
QUE EL JUEGO, LO INVENTE YO!



NO APUREMOS LOS PROCESOS, DEJEMOS Y AYUDEMOS A QUE CADA CHICO PUEDA MADURAR CON EL TIEMPO.



ANEXO

Todos los artículos fueron que a continuación se leerán fueron recopilados de:
Clubpinocho@arnet.com

“PAPÁ, ¿QUÉ ESTÁS HACIENDO?”

No sé cómo decírtelo. Seguramente crees que lo haces por mi bien, pero no puedo evitar sentirme raro, molesto, mal. Me regalaste la pelota cuando apenas empezaba a andar. Aún no iba a la escuela cuando me apuntaste al equipo. Me gusta entrenar durante la semana, bromear con mis compañeros y jugar los sábados, como lo hacen los equipos grandes.

Pero cuando vas a los partidos...no sé. Ya no es como antes. Ahora no me das una palmada cuando termina el partido, ni me invitas a tomar algo. Vas a la tribuna pensando que todos son enemigos. Insultas a los árbitros, a los entrenadores, a los jugadores, a otros padres...¿Por qué has cambiado?

Creo que sufres y no lo entiendo. Me repites que soy el mejor, que los demás no valen nada a mi lado, que quien diga lo contrario se equivoca, que sólo vale ganar. El chico que el otro día salió en mi puesto...¿Te acodas? Sí, hombre, aquel que estuviste toda la tarde criticando porque “no sirve ni para llevarme el bolso”, como vos decís. Ese chico va a mi clase. Cuando lo vi el lunes, me dio vergüenza.

No quiero decepcionarte. A veces pienso que no tengo suficiente calidad, que no llegaré a ser profesional y a ganar millones, como vos querés. Me agobias. Hasta he llegado a pensar en dejarlo, pero, ¡ me gusta tanto!...

Papá, por favor, no me obligues a decirte que no quiero que vengas a verme jugar.

REFLEXIONES JUNTO A LOS PADRES

Muchos chicos se acercan a los clubes, generalmente traídos por sus papás, para comenzar con la práctica del fútbol, los entrenadores vemos esas caras ansiosas, que se sonríen en cuanto ponemos la pelota en sus pies, la miran, la patean y avanzan dentro



del campo a tratar de meterla en un arco, en ese momento pienso...¿qué pasará dentro de esa cabecita?, ¿cuáles serán sus expectativas?, ¿le parecerá divertido este juego?.

Levanto la vista y veo a papá, con una sonrisa de oreja a oreja y digo...¿estará pensando lo mismo que yo? O solo verá un pedazo de sí mismo que va a patear la pelota al arco.

No, no... otro más que piensa... ¡ qué bien la pateó...! ¡ La pateó bien...!

Han escuchado a los médicos sobre la cada vez mayor incidencia que tiene el estrés en los niños, hoy en día los niños sufren tanto estrés como los adultos

Prácticamente en todas las áreas en las que se desenvuelven se les exige algo, en la escuela tiene exigencias por cumplir con un rendimiento determinado y también en las tareas extraprogramáticas, inglés, computación, etc.

Ahora bien... jugar, jugar al fútbol, a la mancha a lo que sea ¿para cuándo?

Muchos adultos nos estamos olvidando que a los niños les gusta jugar por jugar, que cada vez juegan menos..., que cada día que pasa los tratamos un poco más como adultos en miniatura, los padres, los maestros, los entrenadores.

¿Cómo podemos participar positivamente en su crecimiento?

Fundamentalmente en la toma de decisiones, tenemos que decidir qué es lo que queremos para nuestros hijos, ya sea en el deporte, en el colegio, en su educación.

Luego acompañarlos, a los chicos les encanta que los papis los acompañen, no estoy hablando de decirles lo que tienen que hacer durante el juego, simplemente hacerles ver que nos interesa lo que están haciendo, que estén jugando (por ejemplo fútbol infantil) y saber que están los padres en la cancha influye enormemente en el desarrollo de su personalidad, se sienten seguros.

Pero los adultos muchas veces queremos que el juego se desarrolle como a nosotros nos gustaría, inconscientemente nos sale el “entrenador” que todos tenemos dentro, que los chicos jueguen según nuestras preferencias, que se la pasen a fulanito, que jueguen para manganito.

¿Qué jueguen o que compitan como nosotros queremos?

¿Y lo que ellos quieren?

O nuestra omnipotencia de adultos sabelotodos no nos permite respetar los intereses de los niños, ni siquiera de nuestro propio hijo.



Cuándo vemos un juego, ¿qué es lo que vemos?

Un grupo de niños desarrollándose y divirtiéndose o unos adultos en miniatura en una batalla por llevarse el triunfo no importando lo que cueste, que lo único que hará seguramente es satisfacer más el ego de los adultos que de los niños.

Las preguntas que siempre me hago son las siguientes:

Estamos educando(educación = adquisición de valores) a nuestros hijos mediante la práctica deportiva, o solamente les estamos dando el mensaje que lo único que vale es el triunfo.

El entrenador de su hijo vale ¿por los valores que transmite o por los partidos que gana?

Nosotros que alguna vez hemos criticado al entrenador o algún compañero sobre su accionar ¿cómo actuamos? ¿Nos desequilibramos? ¿Mantenemos la cordura en los momentos difíciles?

Nuestra presencia en la cancha qué propósito tiene??

Alentarlo a triunfar contra los “otros”??, o:

Acompañar a nuestro hijo haciéndole ver que nos interesa lo que hace.

¿Cómo es nuestro comportamiento?

Actuamos del mismo modo que nos gustaría que actúen nuestros hijos.

Los niños tiene más necesidad de modelos que de críticos.

La mejor herencia que un padre puede dejar a su hijo o un educador a su discípulo es la firmeza de aspirar a los triunfos y la capacidad de asimilar las derrotas.

Desde el mismo momento que aceptamos jugar contemplamos la posibilidad de sufrir una derrota, ya sea en forma individual o grupal,

¿Cómo actuamos ante ella, con dignidad o vergonzosamente?

Cada uno es libre de escoger la forma de actuar lo que importa no son las circunstancias sino nuestra actitud frente a las circunstancias.



APORTES A LOS PADRES.

La influencia de los padres, nos guste o no, es importantísima, y esta no tiene por qué interferir en el trabajo del entrenador o ser negativa.

Ha de existir un programa de asesoramiento para los padres, con el objetivo que conozcan de qué manera pueden contribuir con su actuación, de forma coordinada con el entrenador, a que la práctica deportiva sea un medio más educativo y satisfactorio para sus hijos. Algunas de las consignas que propone el propio Smoll (1986) nos pueden ayudar en este sentido:

- Aceptar el papel del entrenador.

Los padres, aunque posean conocimientos del deporte, en ningún caso han de interferir ni sustituir las funciones del entrenador, y menos aún llegar a colocar al hijo en situación de tener que escoger, ante posibles contradicciones, entre los criterios de los padres y el entrenador en cuestiones técnicas o tácticas.

En aquellos casos en que puedan tener criterios diferentes, pueden intercambiar opiniones, en el momento y lugar adecuado, con el entrenador.

- Aceptación de los éxitos y fracasos que están orientados hacia la motivación y la mejora.

La importancia que el niño pueda dar a una victoria o derrota, puede estar influida en gran medida por la respuesta de los padres, que sin quererlo pueden generar una presión innecesaria.

Un grupo de padres más preocupados por si sus hijos se lo pasan bien, y por si cada vez realizan menos errores y mejoran en su rendimiento deportivo facilitarán el aprendizaje y ayudarán a crear un clima confortable.

- Dedicación e intereses adecuados.

Hay que evitar las situaciones extremas. No es bueno ignorar o no dar importancia a la práctica deportiva del hijo/a. Por ello conviene tener cierto nivel de comunicación sobre cómo van las cosas, su estado de ánimo, su relación con el entrenador y



compañeros, etc. Otro aspecto importante es conocer el interés que puede tener el hijo/a en que los padres asistan a entrenamientos o competiciones.

Por otro lado, estar muy implicados en todo momento, por muy motivados que los padres estén, puede convertirlos en un elemento desestabilizador y una fuente de estrés importante. Hay que dejar que sea un poco el deportista el que indique el modo y la forma en que quiere y necesita la intervención de los padres.

- Ayudar a que el hijo/a tome sus propias decisiones.

Es importante que los padres no lleguen a planificar y tomar exclusivamente todas las decisiones relacionadas con la práctica: qué deportes practicar, la elección del material deportivo, nivel de compromiso, etc. Es importante que ayuden a que su hijo/a, de forma progresiva y poco a poco, aprenda a tener criterios propios y a comprometerse y responsabilizarse de ellos.

- Ser un modelo de autocontrol.

La forma de actuar de los padres durante la infancia y la preadolescencia es determinante ya que son patrones de conducta a imitar muy importantes. Por ello no se puede pedir a los hijos, por ejemplo, que tengan calma y control, cuando los padres son los primeros en estar nerviosos y perder la compostura. Esto puede ser aplicable a la actitud a tener con los adversarios, árbitros, etc.

APORTES A LOS TECNICOS-ENTRENADORES.

- Adecuar la relación con los deportistas y saber motivarlos.

El trato individualizado es importante y puede ser una de las características que diferencia a los buenos entrenadores. Ello sólo es posible si conocemos realmente al deportista.

La psicología, como ciencia que estudia el comportamiento humano, aporta numerosas pruebas y test para medir y evaluar numerosos aspectos: inteligencia, personalidad, estado de ánimo, autoestima, etc. Poder contar con la colaboración de un



especialista puede resultar de gran ayuda en este aspecto. De todas formas un entrenador tiene a su alcance medios que le permitirán mejorar en este aspecto. Resultan destacables dos: la observación sistematizada y las preguntas.

El dedicar tiempo del entrenamiento a observar cómo reacciona cada deportista en diferentes situaciones es fundamental. Pero la observación muchas veces por sí sola no permitirá conocer las causas de muchos comportamientos, por ello si se complementa con preguntas adecuadas a cada deportista de forma regular y de diferentes aspectos (durante los entrenamientos, en el vestuario, en los desplazamientos, etc.) se obtendrá una información muy valiosa de los deportistas.

- Orientar al deportista hacia su mejora más que hacia sus resultados.

El entrenador ha de forzar y potenciar todo aquello que conduce a la posibilidad de mejorar tanto en los aspectos deportivos como personales: asistencia, puntualidad, ganas, interés por los compañeros, esfuerzo, etc. Es importante que disponga de indicadores de esta mejora para que el deportista sea consciente de ella y observe los resultados de su trabajo y esfuerzo, reforzando así cada pequeño avance. Estos indicadores van desde las marcas en diferentes pruebas (físicas o técnicas) hasta listas de asistencia, controles de puntualidad, o el número de errores o aciertos en algunos ejercicios.

- Programa de establecimiento de objetivos tanto deportivos (técnicos-tácticos), como personales (hábitos, actitudes, etc.).

El entrenador ha de ser capaz de establecer objetivos suficientemente amplios y generales que abarquen aspectos propios del deporte, como de comportamiento (hábitos higiénicos, actitud con los compañeros o adversarios, puntualidad, asistencia, etc.).

Es importante que el deportista vaya conociendo estos objetivos para que esté orientado sobre qué esperamos de ellos, y además hemos de irlos integrando (a los deportistas), realistas (que no sean demasiado optimistas o demasiado fáciles).



Para conseguir que los niños acepten las metas, se deberán discutir las estrategias para alcanzar las metas con los niños, intentar que el niño establezca un compromiso individual con las metas y proporcionar un apoyo fuerte a las metas (proporcionar al niño evaluación de sus mejoras).

- Programa de asesoramiento para los padres.

Volver al apartado Aportaciones a los padres.

- El entrenador como modelo de comportamiento.

Al igual que los padres, el entrenador ha de evitar caer en incoherencias entre lo que exige y lo que pide a los deportistas. Si esto ocurre, aparte de la pérdida de prestigio que supone hacia el grupo de deportistas, dejará al entrenador en una situación de indefensión y sin fuerza moral para exigirles el cumplimiento de normas y compromisos.

Y para finalizar, se incluyen a continuación una serie de pautas de comportamiento del entrenador que favorecen la opinión de los deportistas sobre la práctica deportiva:

- Énfasis en la ejecución y no en el resultado.
- Reforzar frecuentemente tanto la destreza y habilidad como el esfuerzo desarrollado por cada niño.
- Animar cuando no se ha logrado lo previsto o se han cometido fallos. Hacer ver al niño que no se hunde el mundo por ello y ayudarlo a mantener su estado de ánimo.
- Dar instrucciones técnicas de manera positiva para subsanar y corregir actuaciones inadecuadas o incorrectas.



- El castigo se empleará en aquellas contadas ocasiones en que sea absolutamente imprescindible, es decir, prácticamente nunca.

Muchos psicólogos han demostrado, incluso experimentalmente, los efectos nocivos del castigo, tanto a corto como a largo plazo, así como su negativa repercusión sobre diversas facetas psicológicas e incluso fisiológicas (como ejemplo citar a Skinner (1953)).

Algunas pautas para la correcta administración del castigo pueden ser:

- No emplear castigo físico.
- No utilizar formas de castigo que ridiculicen o ataquen la auto valía del niño.
- No emplear la comparación con otros niños como forma de castigo.
- El castigo debe administrarse lo más inmediatamente posible a la acción punible, para facilitar la asociación contingente entre una y otro.
- Debe ser proporcional a la falta cometida: ni mayor, porque crea sensación de injusticia, ni menor, pues entonces el niño encontrará provechoso obtener un beneficio mayor a costa de un perjuicio menor.
- Cuando haya de castigarse, se tratará de hacer con la mayor serenidad posible, explicando el por qué de su aplicación.
- Los niños deben conocer de antemano cuáles son los tipos de comportamientos que van a ser castigados y cuáles las sanciones que le corresponden.

Finalmente se debe llamar la atención sobre otro de los peligros de castigar, sobre todo frecuentemente. El castigo como hecho aversivo, queda asociado a quien lo



impone, por lo que la persona del castigador adquiere connotaciones aversivas. Así el entrenador es visto como una persona poco amistosa, como alguien a quien temer, el niño va a disgusto al entrenamiento, etc.

Otro de los puntos relevantes a tener en cuenta, es la competitividad en deportes infantiles, las cuales deberán ser perfectamente manejadas para no producir abandono en edades tempranas, debido al gran estrés al que se someten los niños. Sostenemos que la gran carga física como emocional en estas edades, es un factor determinante en la problemática del adolescente.

APORTES AL JOVEN DEPORTISTA.

De los múltiples aspectos a enseñar a los deportistas, se exponen a continuación algunas habilidades psicológicas que le permitan adaptarse mejor y aumentar su rendimiento deportivo:

- Aprendizaje de las habilidades y técnicas necesarias para la competición.

El técnico ha de estar más preocupado de cómo el niño percibe y experimenta la situación de competición o partido, y sobre todo detectar si posee todos los recursos necesarios ante esta situación: condiciones físicas, técnicas, tácticas y psicológicas, suficientes que permitan al niño adaptarse y disfrutar del juego.

Probablemente las habilidades psicológicas, por norma general, no son entrenadas de forma sistemática de la misma forma que las técnicas.

El entrenamiento psicológico tiene como objetivo el aprendizaje de técnicas y estrategias, propias de la psicología, que ayuden a que el deportista tenga un mejor control de sí mismo, así como a mejorar su rendimiento deportivo.

A continuación se comentan muy brevemente algunas técnicas que pueden resultar útiles:

- Las técnicas de relajación. Toda actividad posee unos niveles óptimos de tensión para llevarla a cabo. El objetivo es que el deportista, mediante el



control de su ritmo respiratorio y el nivel de activación muscular consiga modular su nivel de tensión para sentirse cómodo y rendir mejor.

- La práctica imaginada o visualización. Consiste en repasar mentalmente, mediante imágenes y otras sensaciones, diferentes aspectos propios de la competición, ya sean situaciones o personas (lugares, pistas deportivas, etc.), acciones propias, o bien de compañeros o adversarios.

Es una habilidad muy efectiva: ayuda al aprendizaje de acciones técnicas, permite llevar a cabo planes precompetitivos, desarrolla ciertos niveles atencionales y mejora la concentración evitando distracciones irrelevantes.

Esta técnica requiere un programa de entrenamiento progresivo que va desde la visualización de objetos simples a la de acciones complejas. En la iniciación deportiva se puede empezar a entrenar esta habilidad de forma genérica, y poco a poco ir aplicándola en sencillos programas de competición.

- Control del pensamiento. A menudo los deportistas tienden a desarrollar todo un conjunto de pensamientos negativos como: sensaciones de incapacidad e inferioridad, expectativas de errores, miedo al resultado, etc, que afectan a su rendimiento y a la forma de adaptarse a la competición. Hay que ayudarles a identificar estos pensamientos, y a reorientar su atención hacia aspectos controlables por el propio deportista.
- Orientación en el establecimiento de objetivos: personales, deportivos, etc.

El niño debe ir aprendiendo a marcarse objetivos realistas que orienten y motiven toda la dedicación y esfuerzo que conlleva la práctica deportiva. Éste no es un aprendizaje sencillo ni rápido, pero hemos de ser capaces de orientarles no sólo a metas inmediatas, sino, poco a poco, a establecer objetivos a más largo plazo y a esforzarse para conseguirlos. En los deportes colectivos es aconsejable el establecer inicialmente objetivos de equipo, y así la adquisición de compromiso de cada deportista con el grupo



es más sencilla y sin tanta responsabilidad. Poco a poco se pueden empezar a establecer metas individuales en función de las necesidades en cada caso.

El aprendizaje en el establecimiento de objetivos en el ámbito deportivo, será de gran utilidad en otras facetas del deportista: académica, personal, profesional, etc.

- Mejora de la comunicación entrenador-deportistas.

Muchas situaciones conflictivas tienen su origen en la falta de comunicación. Si el entrenador es capaz de crear un ambiente de confianza con el grupo, donde todos los niños / as se sienten importantes y perciben que importan a los demás, facilitará no tan solo el que exista un buen ambiente en el equipo, sino que esta dinámica facilitará el establecimiento de objetivos muchos más altos como grupo.

Muchas actitudes del entrenador pueden contribuir a crear este clima: preguntar y preocuparse por las demás actividades de los deportistas (estudios, relaciones familiares, hobbies, etc.), fomentar actividades fuera de los entrenamientos, dedicar tiempo a actividades de dinámica de grupo, etc.

REFLEXIONES SOBRE NUESTROS DEPORTISTAS ADOLESCENTES.

Hay datos concretos que marcan que el comienzo de la adolescencia es más temprano, la cantidad y la complejidad enorme de estímulos a que son sometidos los niños hacen que la pubertad, que es la antesala de la adolescencia comience antes.

Los cambios sociales, hacen que los chicos vayan jugando cada vez menos porque tienen que ocupar su tiempo en cosas “serias”, que le sirvan para su futuro, es como que el jugar por jugar no es una actividad productiva.

Ellos tienen que ir a doble escolaridad luego a inglés, computación, aprender algún instrumento musical por las dudas, es decir realizar actividades “útiles” para su futuro, estas tareas mayoritariamente son dirigidas, en donde los adultos le dicen lo que tienen



que hacer, cuando cumplen con todas ellas y quieren jugar se encuentran con que tienen que hacer la tarea escolar para el día siguiente.

Esto trae como consecuencia una falta de experiencias de movimiento y actividades lúdicas, las cuales no pueden ser suplidas por el colegio con el escaso tiempo que se le dedica a la educación física y aún en aquellos colegios que le dan importancia, también las actividades son mayoritariamente guiadas por profesores, esto sin lugar a dudas está condicionando la conformación de la personalidad de los jóvenes que se desarrollan en las grandes ciudades fundamentalmente.

En muchas oportunidades el contexto marca que no hay espacio para el juego libre, ausencia de “potreros”, las competencias excesivas a temprana edad, (más que la competencia la búsqueda de un resultado), hacen que los niños vayan perdiendo el gusto por el juego, el jugar por jugar está visto por muchos adultos como carente de sentido, para muchos siempre hay que jugar por “algo” esto genera un cierto grado de stress que no permite expresarse libremente y esto indudablemente afecta las posibilidades de crear por el “miedo” a cometer errores.

Es indudable que existen muy pocas o casi nulas actividades que le permiten desarrollar su creatividad y que estimulen la toma de decisiones, como consecuencia observamos en las categorías infantiles y cadetes como se presentan graves inconvenientes ante la necesidad de tomar decisiones adecuadas en el juego, de resolver situaciones imprevistas.

La personalidad de los adolescentes está cambiando, su mayor dependencia de los padres, no les permite ejercitar la toma de decisiones. La necesidad de adquirir conocimientos para poder afrontar con éxito los requerimientos del mercado laboral, hace que estén más tiempo dependiendo de su familia, universidad, pos grados (esto es para clase media alta ya que otras clases sociales no hay adolescencia se pasa de la niñez a la adultez sin ningún tipo de contemplaciones).

Ese pasaje por la adolescencia desencadena que muchos chicos una vez terminado el secundario no saben que hacer, se sienten vacíos, eso se refleja en el deporte, no saben lo que quieren, si a esto le sumamos que muchos padres malcrian a los



adolescentes evitándoles esfuerzos que los ayudarán a crecer, confundiendo educación con sobreprotección, los chicos llegan a los 16-17 años sin expectativas y sin conocer lo que es el esfuerzo para lograr algo.

Aquí se presenta uno de los primeros “encontronazos” con los entrenadores que les piden esfuerzo para lograr algo.

Vivimos en una época Light y como tal los compromisos también suelen ser Light por lo que muchas veces nos comprometemos con objetivos y luego no hacemos lo que hace falta hacer para concretarlos.

Conversando con ellos nos hemos dado cuenta que no le encuentran sentido a muchas cosas. Sí es así...¿Cómo podrían ponerle pasión y entusiasmo a algo que no tiene tanto sentido (por ejemplo defender).

Los entrenadores estamos en dificultades, los recursos didácticos que utilizábamos hasta hace poco ya no nos dan resultados esperados, ¿no es hora de empezar a cambiar?.

Creemos que sinceramente tenemos que estudiar mucho sobre como lograr motivación en nuestros jóvenes deportistas.

Como todo, una de las cosas más difíciles es saber por dónde empezar, por eso el hecho de tener identificado el problema ya es una gran ventaja.

Es un llamado de atención a todos los entrenadores de cualquier deporte (individual o de equipo), somos unos de los eslabones de una cadena que es de vital importancia para que el joven tenga de donde sujetarse. Es un difícil compromiso con ellos y con nosotros mismos, entre todos demos batalla a la deserción deportiva.

Otro eslabón importante de esta cadena son los padres, y para que sirva como orientación en su incursión como padre de un deportista, agregamos un decálogo que alguien supo escribir alguna vez anónimamente.

Usted no debe insistir en ser el entrenador de su hijo, ni darle consejos continuamente. Este tipo de actitudes perjudican a la formación de la personalidad del



chico. El entrenamiento debe realizarlo una persona idónea, esto le crea un sentido de responsabilidad al niño lo que se reflejará en el futuro.

- Trate de no observar las prácticas de su hijo en demasía, esto crea una situación de desconfianza hacia él y hacia el propio entrenador.
- El único caso en que debe aconsejar a su hijo, es cuando él se lo pida, pero sin que la “habilitación” le dé a usted, la atribución de realizar recriminaciones, muy por el contrario sus palabras deben ser de aliento.
- No debe ser juez de la competencia en la que juegue su hijo, ni debe mofarse de los contrarios que lo enfrentan, tampoco debe aplaudir en forma estruendosa o hacer gestos figurativos que llamen la atención. Usted debe ser un observador silencioso ante un triunfo o una derrota, inculcando una real superación ente todos los deportistas.
- Cuando su hijo juega o participa debe hacerlo por sus propios medios y por ninguna causa Usted debe controlar la situación, no debe conversar con los jueces, no discuta clasificaciones o tantos, ni siquiera el fixture.
- Si el triunfo acompaña a su hijo y lo felicitan sea solamente agradecido sin aparatosidad, ni tampoco se pase a la indiferencia, muy acostumbrada en estos casos.
- Cuando el resultado le es adverso, no pida explicaciones de ningún tipo a su hijo, no le diga tampoco “lo que usted hacía en su juventud”...además tenga en cuenta que si él decide hacerlo participe de alguna falla y de su comentario para repararla, nacerá de él.
- Usted tampoco debe elegir los torneos o competencias en las que su hijo debe participar, ni ser su seguidor o custodio. Tampoco debe inscribirlo sin su



previa autorización, ya que su participación debe estar siempre a su conformidad.

- Tampoco debe arreglar partidos o carreras, ni horarios, ni nada que sea de exclusiva determinación del protagonista.
- No magnifique el o los trofeos ganados por su hijo, tampoco dé mas valor a unos que a otros, inclusive nunca incite a participar de tal o cual competencia, poniendo por medio el valor de los premios, el deporte verdadero no requiere regalías, sino el simple y amplio sabor de la satisfacción por lo realizado.
- Usted no debe forzar a su hijo a entrenarse cada vez más, no quiera fabricar un campeón, si quiere tener un campeón en la familia, empiece por serlo usted como el mejor ejemplo. Él es quien debe elegir su camino y si él quiere puede, él es el que debe.
- En el único momento que debe intervenir cuando su hijo disputa un partido o carrera, es cuando se comporte antideportivamente o cuando ciego de nervios arroje implementos, insulte o agreda a adversarios, o jueces, llamándole a la realidad y nunca consintiendo o buscando el motivo, aunque existiera, para justificar sus desbordes.
- Tampoco quiera transferir el deporte de su agrado o que Usted practique, déjelo que él decida por el que le gusta, su mente y su cuerpo armonizarán mejor y si tiene condiciones naturales en la disciplina elegida podrá progresar.
- Tampoco quiera a toda costa ser una prolongación propia en su hijo, si el sigue en su mismo deporte. Si Usted no llegó “lejos” no pretenda buscar éxito con el cuerpo de su hijo y si Usted brilló en sus mejores tiempos, no le exija “topes” de performances, ni similitudes, y ni siquiera haga comparaciones. Deje libre de tensiones a su hijo.



- Cuando su hijo es un niño no lo trate como si fuera aún más, son muchos los pequeños que se estancan en el deporte y en su personalidad por el excesivo cariño y consentimiento.
- No se interne en alguna disciplina deportiva, en sus comisiones directivas con el propósito de “facilitar” el “ascenso” de su hijo y si su hijo abandona ese deporte por otro, sepa respetar el compromiso asumido terminando el período, el mandato o responsabilidad asumida sin altibajos, por el contrario demuestre el total desinterés por los “acomodos” o ambiciones “extra-deportivas”.

Un apretón de manos entre ocasionales rivales es tan saludable que premia al perdedor con el mas grande de los trofeos: LA AMISTAD...!



BIBLIOGRAFÍA

- Aberastury, Arminda; "El adolescente y la sociedad"; Ed. Karmegian, 1973
- Ainsentein, Angela; "Currículo presente, Ciencia ausente"; Miño y Dávila, 1994
- Bourdieu, Pierre; "Sport and social class"; SAGE París, 1978
- Bosellini - Orsini; "Sociología"; AZ Editora Bs. As. 1995
- Cagigal, José María; "Deporte, pulso de nuestro tiempo"; Editora Nacional Madrid 1972
- Di Segni de Obiols; "Sociología, uno y los otros"; AZ Editora Bs. As. 1996
- Días - Hillert; "El tren de los adolescentes"; LIBRIS Bs. As. 1998
- Durand, Georges; "El adolescente y los deportes"; Ed. Mirasele Barcelona
- Egg, Ander; "Introducción a las técnicas de la investigación social"; Ed. Humanitas Bs., As. 1972
- Farber, Seymour; "El mundo del adolescente"; Marymar Bs. As. 1997
- Ferrari, Raúl Osvaldo; "Apunte de pediatría, La actividad física y el deporte"; Pag. 42
- Fox; "Diccionario Ilustrado"; Barcelona 1967
- Gesell, Arnold; "El adolescente de 10 a 16 años"; Ed. Paidos 1980
- Gomez, Jorge; "La actividad Física Salud para la vida"
- Mauss, Marcel; "Les techniques du hábeas, sociología y antropología"; Paris 1996
- Meinei - Schnabel; "Teoría del movimiento"; Stadium Bs. As. 1988
- Nocker, Josef; "Bases biológicas del ejercicio"; Kapelusz 1980
- Labaké, Julio Cesar; "El problema actual de la educación"; Ed. Bonum Bs. As. 1986
- Lawter, John; "Sociología del deporte"; Paidos Bs. As. 1978
- Koch, Carl; "Hacia una ciencia del deporte"; Kapelusz 1981
- Parlebas; "Elementos de sociología del deporte"; 1986
- Ribebeiro, Ataide; "Sociología del deporte y preparación del deportista"; Kapelusz Bs. As. 1978
- Rousseau, Juan J.; "Epistemología y Metodología"; EUDEBA 1966
- Sánchez Bañuelos; "Bases para una didáctica de la Ed. Física y el deporte"; Gimmos Madrid
- Saravi Riviere; "Misión del profesor de educación física"; DNEFDyR Bs. As. 1959
- Tubino, Manoel; "Dimensiones sociales del deporte"; Ed. Cortes Lisboa 1992
- Internet: www.Clubpinocho.com.



Zimmerman, Max; "La reproducción de los seres humanos"; Ed. Cultural 1991