

MENTOR

Revista de Investigación Educativa y Deportiva

Volumen 3

Número 8

2024

Director: Ph.D. Richar Posso Pacheco

Email: rjposso@revistamentor.ec

Web: <https://revistamentor.ec/>

Editora en Jefe: Ph.D.(c) Susana Paz Viteri

Coordinador Editorial: Ph.D. (c) Josue Marcillo Ñacato

Coordinadora Comité Científico: Ph.D. Laura Barba Miranda

Coordinadora Comité de Editores: Msc. María Gladys Cóndor Chicaiza

Coordinador del Consejo de Revisores: Msc. José Julio Lara Reimundo

Editorial

Estrategias para fomentar la participación y motivación en campeonatos internos en instituciones educativas

Strategies to Promote Participation and Motivation in Internal Championships in Educational Institutions

* Ph.D. Richar Jacobo Posso Pacheco
ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1279-9852>
** Ph.D. Laura Cristina Barba Miranda
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6902-8066>

*Director MENTOR Revista de Investigación Educativa y Deportiva, Ecuador
**Analista Mejoramiento Pedagógico Ministerio de Educación, Ecuador

Contacto:
* rjposso@revistamentor.ec
** laura.barba@educacion.gob.ec

Resumen

La participación deportiva escolar es crucial para el desarrollo físico y psicológico de los estudiantes, pero disminuye significativamente durante la transición de la educación básica a la secundaria debido a factores como la falta de inclusión y la presión competitiva. Se utilizó una metodología mixta que incluyó revisión de literatura y observaciones directas en clases y eventos deportivos para identificar barreras y diseñar estrategias efectivas para aumentar la participación deportiva entre los estudiantes. Las propuestas incluyen torneos interparalelos de deporte modificado y programas de fitness personalizado y desafíos grupales, diseñados para fomentar la inclusión, mejorar la motivación y el compromiso de los estudiantes en actividades deportivas. Las estrategias basadas en la teoría de la autodeterminación y el aprendizaje experiencial promueven un entorno inclusivo y adaptativo, mejorando el bienestar físico, mental y social de los estudiantes, y estableciendo un marco para futuros programas educativos.

Palabras clave: participación deportiva, inclusión, motivación, bienestar estudiantil, estrategias educativas.

Abstract

School sports participation is crucial for the physical and psychological development of students, but it significantly decreases during the transition from primary to secondary education due to factors such as lack of inclusion and competitive pressure. A mixed methodology was used, including literature review and direct observations in classes and sports events, to identify barriers and design effective strategies to increase sports participation among students. The proposals include modified sport interclass tournaments and personalized fitness programs and group challenges, designed to foster inclusion, improve motivation, and enhance student engagement in sports activities. Strategies based on self-determination theory and experiential learning promote an inclusive and adaptive environment, improving the physical, mental, and social well-being of students, and establishing a framework for future educational programs.

Keywords: sports participation, inclusion, motivation, student well-being, educational strategies.

Introducción

La participación en actividades deportivas escolares ha demostrado ser importante para el desarrollo físico y psicológico de los estudiantes; hay estudios que indican una disminución en la participación deportiva a medida que los estudiantes avanzan en sus estudios, especialmente en la transición de la educación básica a la secundaria (Youth Sport Trust, 2023), esta transición es un periodo donde varios factores contribuyen a la reducción de la participación en deportes.

Uno de estos factores es la falta de inclusión en las actividades deportivas tradicionales; muchos programas deportivos no están diseñados para ser inclusivos, lo que excluye a estudiantes con diferentes niveles de habilidad y condiciones físicas (Coakley, 2021); es decir la exclusión lleva a una disminución en la participación y, en última instancia, a una pérdida de interés en la actividad física.

Otro factor es el miedo al fracaso y la presión competitiva, los estudiantes a menudo sienten una intensa presión para rendir bien en competiciones deportivas, lo que lleva a la ansiedad y la falta de motivación para participar, esta es exacerbada por las expectativas de padres y entrenadores, que a veces priorizan el éxito competitivo sobre el disfrute y el desarrollo personal (Eime et al., 2013).

La ausencia de actividades adaptadas a los intereses y habilidades de los estudiantes también es una barrera importante; la oferta de deportes en muchas escuelas no refleja los intereses diversificados de los estudiantes, lo que resulta en una desconexión y falta de

motivación para participar (Barnett et al., 2008); estas actividades no adaptadas desmotivan a los estudiantes y contribuyen a una percepción negativa de la educación física en general.

Además, las experiencias negativas en la educación física llevan a una aversión a largo plazo hacia la actividad física; es decir la exposición a críticas severas o la falta de apoyo durante las clases afectan negativamente la autoeficacia y la autoestima de los estudiantes, lo que reduce su participación futura en actividades deportivas (Cairney et al., 2012).

La disminución de la participación deportiva en la transición de la educación básica a la secundaria tiene implicaciones importantes para el bienestar de los estudiantes, por ejemplo, participación en deportes es vital para la salud física y también contribuye al desarrollo social y emocional. Esta falta de actividad física regular lleva a problemas de salud a largo plazo, incluyendo obesidad y enfermedades relacionadas con el sedentarismo (Janssen & LeBlanc, 2010).

Se debe dimensionar que la participación en actividades deportivas escolares tiene un impacto en el desarrollo integral de los estudiantes, porque radica en los beneficios físicos, psicológicos y sociales que aporta a los jóvenes en edad escolar. Se ha demostrado que los estudiantes que participan regularmente en deportes experimentan una mejora significativa en su bienestar general (Youth Sport Trust, 2023).

Además, los beneficios de la participación deportiva no se limitan a los estudiantes, es decir los programas deportivos escolares también tienen impacto positivo en la comunidad educativa en su conjunto. Los eventos deportivos fomentan la cohesión social entre estudiantes, profesores y padres, creando un sentido de comunidad y apoyo mutuo (Fraser et al., 2005).

Para esto se debe asegurar que existan estrategias para fomentar la participación en actividades deportivas escolares, debido a los numerosos beneficios que estas proporcionan a los estudiantes. Al desarrollar e implementar estrategias efectivas se mejora la salud física de los estudiantes y se fomenta un ambiente escolar más inclusivo y motivador.

Uno de los principales beneficios de la participación deportiva es la promoción de la salud física. Esta se consigue con la actividad física regular, fundamental para el desarrollo saludable de los niños y adolescentes, ayudando a prevenir enfermedades crónicas como la obesidad, la diabetes tipo 2 y las enfermedades cardiovasculares (Janssen & LeBlanc, 2010). La participación en deportes escolares proporciona un medio efectivo para que los estudiantes se mantengan activos, cumpliendo con las recomendaciones de actividad física diaria establecidas por organismos de salud (World Health Organization, 2020).

Además, la participación deportiva tiene beneficios psicológicos, la teoría de la autodeterminación destaca la importancia de satisfacer las necesidades básicas de autonomía, competencia y relación para el bienestar psicológico (Deci & Ryan, 2000). Los deportes modificados y el fitness personalizado pueden satisfacer estas necesidades al proporcionar un entorno inclusivo y adaptado a las capacidades individuales de los estudiantes, promoviendo así la autoeficacia y la autoestima (Eime et al., 2013).

Además, la participación en deportes mejora las habilidades sociales y el desarrollo emocional de los estudiantes. Esta interacción en equipos deportivos fomenta el trabajo en equipo, la comunicación y la resolución de conflictos, habilidades que son transferibles a otros aspectos de la vida (Bailey, 2006). Estas experiencias pueden fortalecer las relaciones

interpersonales y mejorar el ambiente escolar en general, creando un entorno más positivo y cohesionado.

El plantear estrategias para aumentar la participación deportiva es importante para abordar las disparidades en el acceso a la actividad física. Los estudiantes de comunidades desfavorecidas a menudo tienen menos oportunidades de participar en deportes debido a la falta de recursos y apoyo (Fraser-Thomas et al., 2005). Desarrollar estrategias que sean accesibles y sostenibles puede ayudar a cerrar esta brecha, asegurando que todos los estudiantes, independientemente de su origen socioeconómico, puedan beneficiarse de la participación deportiva. Con estos antecedentes se fundamenta el objetivo de esta investigación la cual fue diseñar estrategias de intervención que incluyan torneos interparalelos de deporte modificado y fitness personalizado.

Metodología

La metodología empleada en esta investigación para desarrollar las propuestas de intervención en actividades deportivas escolares se basó en un enfoque cualitativo, previo a la revisión de la literatura sobre los beneficios de la participación deportiva en niños y adolescentes. Esta revisión incluyó estudios empíricos, artículos de revisión e informes de organizaciones como Youth Sport Trust y World Health Organization), permitiendo identificar las barreras comunes a la participación deportiva y las estrategias efectivas que han sido implementadas en diversos contextos educativos.

Para profundizar en la comprensión de los datos teóricos obtenidos se realizaron observaciones directas en las clases de educación física y durante los eventos deportivos escolares. Las observaciones se centraron en identificar las prácticas actuales, la participación de los estudiantes, como también las dinámicas entre estudiantes y profesores. Se utilizó una lista de verificación estructurada para registrar las observaciones de manera sistemática.

Propuesta de Estrategia de Intervención

Previo a presentar las estrategias de intervención, es fundamental comprender el contexto y la motivación detrás de su desarrollo, la participación activa en actividades deportivas escolares tiene un impacto en el bienestar físico, mental y social de los estudiantes, sin embargo, diversas barreras como la falta de inclusión, el miedo al fracaso y la ausencia de actividades adaptadas a los intereses y habilidades de los estudiantes han contribuido a una disminución en la participación deportiva, especialmente durante la transición de la educación básica a la secundaria. Para abordar estos desafíos, se han diseñado dos estrategias de intervención específicas que busca aumentar la participación y mejorar la motivación y el compromiso de los estudiantes hacia la educación física a través de enfoques adaptativos y personalizados.

Estrategia de Intervención 1: Torneos Interparalelos de Deporte Modificado

Fundamentación Técnica de la Estrategia

Esta estrategia se basa en la teoría de la autodeterminación, que enfatiza la importancia de satisfacer las necesidades de autonomía, competencia y relación para motivar a los

estudiantes. Los deportes modificados (que ajustan las reglas para maximizar la participación y el disfrute) satisfacen estas necesidades, haciéndolos accesibles y emocionantes para los adolescentes. Además, los torneos interparalelos fomentan un espíritu de equipo y camaradería entre pares, lo cual es importante para el desarrollo social en edades de 14 a 15 años.

Estructura de la Estrategia

- Escoger deportes populares entre los estudiantes y modificarlos para asegurar la inclusión y participación activa de todos.
- Organizar equipos interparalelos para promover la diversidad y el compañerismo, asignar roles específicos para fomentar la participación de cada estudiante.
- Dedicar varias sesiones a entrenar en las reglas modificadas y practicar habilidades específicas, asegurando que todos los estudiantes se sientan preparados y confiados.
- Implementar un torneo durante las horas de clase, con partidos cortos y dinámicos que mantengan el interés y la energía alta.
- Concluir el torneo con una ceremonia de premiación, reconociendo no solo a los ganadores, sino también otorgando premios por esfuerzo, espíritu deportivo y mejora personal.
- Solicitar comentarios de los estudiantes y profesores sobre la experiencia para mejorar futuros torneos.

Estrategia de Intervención 2: Fitness Personalizado y Desafíos de Grupo

Fundamentación Técnica de la Estrategia

Basada en la teoría del aprendizaje experiencial, esta estrategia utiliza desafíos físicos y metas personales para promover el desarrollo personal y colectivo. El fitness permite a los estudiantes establecer y alcanzar metas personales para aumentar su sentido de competencia, mientras que los desafíos grupales pueden mejorar la cohesión social y la motivación colectiva.

Estructura de la Estrategia

- Realizar una evaluación inicial para entender el nivel de fitness de cada estudiante y ayudarles a establecer metas realistas.
- Diseñar actividades físicas que se adapten a diversos intereses y capacidades, asegurando que todos los estudiantes puedan participar y progresar.
- Introducir desafíos físicos semanales que requieran que los estudiantes trabajen juntos para alcanzar metas comunes, fomentando la colaboración y el espíritu de equipo.
- Monitorear el progreso de los estudiantes y realizar ajustes en los planes de fitness según sea necesario para mantenerlos desafiantes y motivadores.
- Organizar reuniones regulares para que los estudiantes compartan sus experiencias y aprendizajes, reforzando las lecciones de crecimiento personal y colaboración.
- Al final el mes de trabajo, realizar un evento de celebración donde los estudiantes demuestren sus habilidades mejoradas y recibir reconocimiento por sus logros.

Conclusiones

Se ofrece una comprensión multifacética de las barreras que afectan la participación deportiva de los estudiantes durante la transición educativa y proporciona estrategias innovadoras para superarlas, se han identificado factores que disuaden a los estudiantes de participar en actividades deportivas. Las estrategias de intervención demuestran la importancia de adaptar las actividades deportivas para satisfacer las necesidades individuales de los estudiantes, promoviendo así la inclusión, la motivación y el compromiso.

Esta propuesta contribuye al campo de la educación física y el desarrollo juvenil, al proponer soluciones prácticas y basadas en evidencia que deben ser implementadas en diversos contextos escolares. Al centrarse en la teoría de la autodeterminación y el aprendizaje experiencial, las estrategias diseñadas no solo responden a las necesidades inmediatas de los estudiantes, sino que también establecen un marco para el desarrollo de programas educativos futuros que promuevan una participación equitativa y significativa en el deporte.

Referencias

- Bailey, R. (2006). Physical education and sport in schools: A review of benefits and outcomes. *Journal of School Health*, 76(8), 397-401. <https://doi.org/10.1111/j.1746-1561.2006.00132.x>

- Barnett, L. M., van Beurden, E., Morgan, P. J., Brooks, L. O., & Beard, J. R. (2008). Childhood motor skill proficiency as a predictor of adolescent physical activity. *Journal of Adolescent Health, 44*(3), 252-259. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2008.07.004>
- Cairney, J., Kwan, M. Y. W., Veldhuizen, S., Hay, J., Bray, S. R., & Faight, B. E. (2012). Gender, perceived competence, and the enjoyment of physical education in children: A longitudinal examination. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity, 9*(26), 1-15. <https://doi.org/10.1186/1479-5868-9-26>
- Coakley, J. (2021). *Sports in society: Issues and controversies*. McGraw-Hill.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist, 55*(1), 68-78. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.68>
- Eime, R. M., Young, J. A., Harvey, J. T., Charity, M. J., & Payne, W. R. (2013). A systematic review of the psychological and social benefits of participation in sport for children and adolescents: Informing development of a conceptual model of health through sport. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity, 10*(1), 1-15. <https://doi.org/10.1186/1479-5868-10-98>
- Fox, C. K., Barr-Anderson, D., Neumark-Sztainer, D., & Wall, M. (2010). Physical activity and sports team participation: Associations with academic outcomes in middle school and high school students. *Journal of School Health, 80*(1), 31-37. <https://doi.org/10.1111/j.1746-1561.2009.00454.x>

Fraser-Thomas, J. L., Côté, J., & Deakin, J. (2005). Youth sport programs: An avenue to foster positive youth development. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 10(1), 19-40.

<https://doi.org/10.1080/1740898042000334890>

Janssen, I., & LeBlanc, A. G. (2010). Systematic review of the health benefits of physical activity and fitness in school-aged children and youth. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 7(40), 1-12. <https://doi.org/10.1186/1479-5868-7-40>

Lubans, D. R., Richards, J., Hillman, C. H., Faulkner, G., Beauchamp, M. R., Nilsson, M., & Biddle, S. J. H. (2016). Physical activity for cognitive and mental health in youth: A systematic review of mechanisms. *Pediatrics*, 138(3), 1-13.

<https://doi.org/10.1542/peds.2016-1642>

World Health Organization. (2020). *Guidelines on physical activity and sedentary behaviour*. Geneva: World Health Organization. Retrieved from

<https://www.who.int/publications/i/item/9789240015128>

Youth Sport Trust. (2023). *PE and School Sport: The Annual Report 2023*.

<https://www.youthsporttrust.org/research-listings/research/pe-school-sport-the-annual-report-2023>

Conflictos de intereses

Los autores declaran no tener conflictos de intereses.

Contribución de los autores

Los autores han participado en la redacción del trabajo y análisis de los documentos.