

**Factores Psicológicos relacionados con el abandono de la práctica deportiva en jóvenes deportistas federados**



Alumnos: Arrojo, Facundo 6395/04  
Burzaco, Eugenio 6062/03  
Merodio, Victoria 6698/04

Supervisor: Dr. Urquijo, Sebastián

Cátedra de radicación: Psicología Cognitiva

N° CLASIFICACION:	ADQUISICION:
t-03.	13/10
	N° INVENTARIO:
	R-1041



Unidad Académica: Facultad de Psicología.

Universidad Nacional de Mar del Plata.

Título del Proyecto: *Factores Psicológicos relacionados con el abandono de la práctica deportiva en jóvenes deportistas federados*

Informe Final del Trabajo de Investigación correspondiente al requisito curricular conforme O.C.S. 143/89.

Alumnos: *Arrojo, Facundo*

Matrícula 6395 Año 2004. D.N.I 31958682

*Burzaco, Eugenio*

Matrícula 6062. Año 2003. D.N.I 30505715

Merodio, Victoria

Matrícula 6698 Año 2004. D.N.I. 31734762

Supervisor: *Dr. Urquijo, Sebastián*

Cátedra de radicación: *Psicología Cognitiva*

Este Informe Final corresponde al requisito curricular de Investigación y como tal es propiedad exclusiva de la / los alumnos Arrojo, Facundo, Burzaco, Eugenio y Merodio, Victoria de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional de Mar del Plata y no puede ser publicado en un todo o en sus partes o resumirse, sin el previo consentimiento escrito de los autores.

El que suscribe manifiesta que el presente Informe Final ha sido elaborado por la / los alumno / s Arrojo, Facundo, Burzaco, Eugenio y Merodio, Victoria matrícula / s N° 6395/04, N° 6062/03 N° y 6698/04, conforme los objetivos y el plan de trabajo oportunamente pautado, aprobando en consecuencia la totalidad de sus contenidos, a los 31 días del mes de Mayo del año 2011..

Supervisor:

Dr. Sebastian Urquijo

Firma:




Aclaración:

Sello:

Atento al cumplimiento de los requisitos prescritos en las normas vigentes, en el día de la fecha se procede a dar aprobación al Trabajo de Investigación presentado por la / los alumno / s Arrojo, Facundo, Burzaco, Eugenio y Merodio, Victoria matrícula / s N° 6395/04, N° 6062/03 N° y 6698/04

Firma y aclaración de los miembros integrantes de la Comisión Asesora.

  
S. Arrojo

  
E. Burzaco

Fecha de aprobación... 07/07/11...

CALIFICACIÓN : 9 (DISTINGUIDO)

Anteproyecto:

**PAUTAS PARA LA PRESENTACIÓN DEL PLAN DE TRABAJO PARA LA  
REALIZACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN DE PREGRADO**

**Requisito curricular del Plan de Estudios 1989 (O.C.S. 143/89)**

**Apellido y Nombre de los alumnos:** Arrojo, Facundo  
Burzaco, Eugenio  
Merodio, Victoria

**Matrícula y Año:** 6395/04  
6062/03  
6698/04

**Supervisor:** Urquijo, Sebastian

**Título del Proyecto:** (Factores Psicológicos relacionados con el abandono de la Práctica Deportiva EN JOVENES DEPORTISTAS FEDERADOS)

**Descripción :** El deporte posee numerosos beneficios de vital importancia para los jóvenes en desarrollo, tanto físicos como psicológicos, sociales, intelectuales, motrices, morales, afectivos. Sin embargo, investigaciones realizadas en Estados Unidos, España, (revelan que el abandono deportivo es una realidad que alcanza su máximo punto alrededor de los 18 años. Dentro de las causas de abandono hay variables sobre las que el psicólogo deportivo podría intervenir con el objetivo de evitarlas y así prevenirlo. *este fenómeno.*

El presente trabajo es una investigación exploratoria con la finalidad de detectar las razones del abandono de la practica deportiva vinculadas a razones psicológicas, en jóvenes federados de la ciudad de mar del plata, pertenecientes a Instituciones educativas públicas y privadas, de los dos últimos años del secundario; el método de relevamiento de datos será a través de un cuestionario semiestructurado.

**Palabras clave:** abandono de la práctica deportiva- razones - jóvenes federados- población marplatense - factores psicológicos

APRENDIZAJE DE NUEVAS HABILIDADES TÉCNICAS, MEJORA DE LA CONDICIÓN FÍSICA

APRENDIZAJE DEL LIDERAZGO, AUTODISCIPLINA, COOPERACIÓN Y COMPETICIÓN DEPORTIVA Y AUTOCONFIANZA

ENCONTRARSE CON AMIGOS Y HACER NUEVAS AMISTADES

(Gould y Petlichkoff 1988) por lo que de cada 10 niños que empiezan una temporada deportiva cada cuatro se retiran de la misma antes que acabe.

las tasas de abandono

llegar a una media del 35% anual

los agentes

la práctica

## Descripción detallada

### Motivos y antecedentes

“...Etimológicamente, la palabra deporte deriva de disporte (*dis* y *portare* ), sustraerse al trabajo. Esta derivación de la palabra implica que el deporte es diversión y no tarea pesada...” (Lawther, J.D. 1978, p. 12)

En el presente trabajo consideraremos al deporte federado como toda aquella actividad que se caracteriza por tener un requerimiento físico, estar institucionalizado (federaciones, clubes), requerir competición con uno mismo o con los demás y tener un conjunto de reglas perfectamente definidas.

Estadísticamente los jóvenes constituyen la población mas numerosa entre los practicantes de deporte . Este posee numerosos beneficios de vital importancia para los jóvenes en desarrollo, tanto físicos como psicológicos, sociales , intelectuales, motrices, morales, afectivos.

“...El deporte es una de las pocas áreas de la vida del niño en la que este puede participar intensamente en una actividad que tiene consecuencias significativas para el mismo, sus compañeros, su familia y la propia comunidad...” (Weinberg, R y Gold, D. 1996, p. 524)

Según Weinberg y Gould, “...en la mayoría de los niños la participación deportiva llega a un nivel máximo en torno a los doce años, y según la literatura de la psicología del desarrollo, sabemos que a esa edad y el tiempo que prepara el terreno para dicha participación, son momentos decisivos que tienen importantes consecuencias, sobre la autoestima y el desarrollo social, de los niños. Por ello, la experiencia deportiva juvenil puede tener efectos trascendentales, de por vida en la personalidad y el desarrollo psicológico de los niños...” (Weinberg, R y Gold, D. 1996, p. 524)

“...Contrariamente a la creencia popular la practica de deportes organizados, no es algo que beneficie a los niños de manera automática. El desarrollo del carácter, el liderazgo, la deportividad, y las orientaciones de logro, no tiene lugar mágicamente con la mera participación...” (Weinberg, R y Gold, D. 1996, p. 524)

Dentro de los motivos que llevan al abandono de la práctica deportiva que se mencionan en investigaciones previas, (Nuviala Nuviala, A y Nuviala Nuviala, R; 2005) y (José Antonio Pérez Turpin y Concepción Suárez Llorca, 2005) se encuentran los siguientes: falta de tiempo, exigencias del estudio o trabajo, énfasis competitivo de los campeonatos, tanto por parte del programa, como por parte de los entrenadores, competencia percibida, orientaciones de meta y respuestas de estrés, siendo estas últimas tres motivos ligados con el itinerario deportivo.

Steiner (1982) citado por Hahn (1988), afirma que las razones internas del abandono en el deporte son:

1. El comportamiento pasivo, adaptado y subordinado del niño.
2. La obligatoriedad del esfuerzo.
3. La perspectiva de fines a largo plazo, que evita refuerzos positivos inmediatos.
4. La monotonía del entrenamiento.
5. El entrenamiento y la competición enfocados hacia una selección.

Según Cervelló (1996), los principales motivos del abandono deportivo son:

1. Conflicto de intereses.
2. Falta de diversión
3. Falta de competencia.
4. Problemas con los otros significativos (entrenador, padres, ...).
5. Problemas relativos al programa.
6. Lesiones. (Valero Valenzuela, A y Latorre Román, P. 2008)

Maxima participacion deportiva

Incluir Razones de los jóvenes para abandonar Weinberg pag 527

El objetivo de nuestro trabajo será el hallazgo de los factores psicológicos vinculados al abandono de la práctica deportiva, sobre los cuales <sup>los agentes</sup> el psicólogo deportivo podrá intervenir.

La edad en la que se produce el abandono de la práctica deportiva según los antecedentes citados por Weinberg será a partir del período comprendido entre los 10 y los 13 años, luego, este fenómeno se prolongará hasta los 18 años, después de los cuales solo un pequeño porcentaje de jóvenes sigue implicado en el deporte organizado. La muestra seleccionada para este trabajo esta basada en los hallazgos obtenidos en estas investigaciones, asegurándonos de esta manera obtener el mayor numero de jóvenes que han abandonado la práctica deportiva.

pag

son rosas) Numerosas investigaciones sobre causas de abandono deportivo en jóvenes se han realizado en España y Estados Unidos, sin embargo, luego de realizar una búsqueda de antecedentes solo se ha encontrado un artículo publicado en nuestro país, el cual, hace referencia la tesis del doctor Rafael Ramos de la Universidad de La Rioja, de todas maneras no hace referencia a factores psicológicos de abandono de la práctica deportiva por lo cual no consideramos los resultados de la misma. (A que hace referencia esta investigación?)

Teniendo en cuenta la falta de información relativa a las "causas de abandono de la práctica deportiva", y principalmente, los factores psicológicos asociados a la misma; que se dan en la Argentina, y mas específicamente, en Mar del Plata, nos resulta de interés llevar a cabo una investigación de este tipo partiendo de las especificidades del contexto socio-económico y cultural de la población marplatense.

La siguiente investigación nos permitiría plantear en el futuro propuestas que permitan mejorar los programas deportivos para generar adhesión al deporte.

19 practica



## Objetivos generales y particulares

### Objetivo principal:

Establecer las razones de abandono de la práctica deportiva de jóvenes (dedicados al deporte competitivo) cuyas edades están comprendidas entre los 16 y 18 años que han abandonado la actividad deportiva.

### Objetivos particulares:

- Construcción de un instrumento para la recolección de datos.
- Validación del instrumento.
- Conocer si los jóvenes dejan los programas deportivos para iniciar su actividad en otros deportes o si abandonan la participación por completo.
- Establecer cuales son las variables psicológicas relacionadas con el abandono de la práctica deportiva.

## Métodos y técnicas

### Trabajo exploratorio.

Construcción y validación de un cuestionario cerrado y autoadministrable a jóvenes de la muestra seleccionada.

## Muestra

Estará compuesta por jóvenes pertenecientes a 5 Colegios Públicos y 5 Colegios Privados, de los últimos 2 años del secundario. La selección de las Instituciones será intencional, tomando como criterio que las mismas pertenezcan a distintos barrios de la ciudad.

## Lugar de realización del trabajo

Universidad Nacional de Mar del Plata, Facultad de Psicología.

La aplicación del instrumento se realizará en colegios secundarios de la ciudad de Mar del Plata .

## Cronograma de actividades

	Semana 1 a la 3	Semana 4 a la 6	Semana 7 a la 9	Semana 10 a la 12
Búsqueda y análisis de antecedentes	X			
Revisión de bibliografía	X	X	X	X
Elaboración del cuestionario			X	
Aplicación del instrumento			X	
Análisis de datos y elaboración de conclusiones				X
Redacción del informe final				X

## Bibliografía Básica de Referencia

- Lawther, J D. (1978) *Psicología del deporte y del deportista*. Barcelona. Ed Paidos.
- Nuviala Nuviala, A. y Nuviala Nuviala, (2005) *Abandono y continuidad de la práctica deportiva escolar organizada desde la perspectiva de los técnicos de una comarca aragonesa*. Disponible en línea (02/06/2010): <http://cdeporte.rediris.es/revista/revista20/artabandono15.htm>
- Pérez Turpin, J. A. y Suárez Llorca, C. *Estudio sobre la relación entre las experiencias competitivas de los jóvenes y el abandono en la competición deportiva* (2005 Setiembre) Disponible en línea (02/06/2010): <http://www.efdeportes.com/efd88/abandono.htm>
- Prieto Saborit J. A. Nistal Hernández, P (2003 junio) *La importancia del deporte-salud*. Disponible en línea (02/06/2010): [www.efdeportes.com/efd61/deporte.htm](http://www.efdeportes.com/efd61/deporte.htm)
- Ruiz Juan, F. y García Montes, M. E. (2002 Abril) *El abandono y la ausencia de práctica de actividad físico-deportiva de tiempo libre del alumnado de la universidad de Almería. Un estudio longitudinal* Disponible en línea (02/06/2010): <http://www.efdeportes.com/efd47/aband.htm>

- Salguero, A., Tuero, C. y Márquez, S. (2003 enero). *Adaptación española del Cuestionario de Causas de Abandono en la Práctica Deportiva: validación y diferencias de género en jóvenes nadadores*. Disponible en línea (02/06/2010): <http://www.efdeportes.com/efd56/aband.htm>
- Valero Valenzuela, A, Latorre Román, P (2008) *La motivación en la iniciación deportiva*. Disponible en línea (02/06/2010): <http://www.docstoc.com/docs/892005/deporte-escolar>
- Weinberg, R y Gould, D (1996). *Fundamentos de Psicología del deporte y del ejercicio físico*. Barcelona. Ed Ariel. S.A.
- Disponible en línea (02/06/2010): <http://www.unirioja.es/apnoticias/servlet/Noticias?codnot=1511&accion=detnot>

Complete las consignas y marque con una X según corresponda

EDAD:	SEXO: M F	COLEGIO:			CURSO: 4° 5°	
NIVEL EDUCATIVO DE LOS PADRES:	PADRE	INCOMPLETO	COMPLETO	MADRE	INCOMPLETO	COMPLETO
	PRIMARIO			PRIMARIO		
	SECUNDARIO			SECUNDARIO		
	TERCIARIO			TERCIARIO		
	UNIVERSITARIO			UNIVERSITARIO		

¿A que edad comenzaste a practicar deporte federado?																																																	
¿ A que edad abandonaste la práctica deportiva federada?																																																	
¿Qué deporte/s practicas/te a nivel federado?																																																	
¿Cuáles son las principales causas por la que dejaste de practicar deporte?. Elige la/ las opción/ es que mas se adecues a tu caso, y en caso de considerar mas de una opción enumera las causas elegidas de acuerdo con el orden de importancia, siendo el 1 la mas importante.	<table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 5%; text-align: center;">1</td> <td style="width: 5%; text-align: center;"><input type="checkbox"/></td> <td style="width: 10%;"></td> <td style="width: 70%;">A No contabas con las habilidades para ello como pensabas</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">2</td> <td style="text-align: center;"><input type="checkbox"/></td> <td></td> <td>No era lo suficientemente divertido</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">3</td> <td style="text-align: center;"><input type="checkbox"/></td> <td></td> <td>Querías practicar otro deporte</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">4</td> <td style="text-align: center;"><input type="checkbox"/></td> <td></td> <td>B No te gustaba la presión</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">5</td> <td style="text-align: center;"><input type="checkbox"/></td> <td></td> <td>Te aburría</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">6</td> <td style="text-align: center;"><input type="checkbox"/></td> <td></td> <td>No te gustaba el entrenador</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">7</td> <td style="text-align: center;"><input type="checkbox"/></td> <td></td> <td>Cambio de intereses</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">8</td> <td style="text-align: center;"><input type="checkbox"/></td> <td></td> <td>Los entrenamientos eran demasiado duros</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">9</td> <td style="text-align: center;"><input type="checkbox"/></td> <td></td> <td>No era lo suficientemente estimulante</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">10</td> <td style="text-align: center;"><input type="checkbox"/></td> <td></td> <td>otras causas (especificar)</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>.....</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td>.....</td> </tr> </table>	1	<input type="checkbox"/>		A No contabas con las habilidades para ello como pensabas	2	<input type="checkbox"/>		No era lo suficientemente divertido	3	<input type="checkbox"/>		Querías practicar otro deporte	4	<input type="checkbox"/>		B No te gustaba la presión	5	<input type="checkbox"/>		Te aburría	6	<input type="checkbox"/>		No te gustaba el entrenador	7	<input type="checkbox"/>		Cambio de intereses	8	<input type="checkbox"/>		Los entrenamientos eran demasiado duros	9	<input type="checkbox"/>		No era lo suficientemente estimulante	10	<input type="checkbox"/>		otras causas (especificar)				.....				.....
1	<input type="checkbox"/>		A No contabas con las habilidades para ello como pensabas																																														
2	<input type="checkbox"/>		No era lo suficientemente divertido																																														
3	<input type="checkbox"/>		Querías practicar otro deporte																																														
4	<input type="checkbox"/>		B No te gustaba la presión																																														
5	<input type="checkbox"/>		Te aburría																																														
6	<input type="checkbox"/>		No te gustaba el entrenador																																														
7	<input type="checkbox"/>		Cambio de intereses																																														
8	<input type="checkbox"/>		Los entrenamientos eran demasiado duros																																														
9	<input type="checkbox"/>		No era lo suficientemente estimulante																																														
10	<input type="checkbox"/>		otras causas (especificar)																																														
			.....																																														
			.....																																														
¿Obtuviste logros deportivos a nivel local, provincial, nacional y/o internacional? Cuales?	<hr style="border-top: 1px dashed black;"/> <hr style="border-top: 1px dashed black;"/> <hr style="border-top: 1px dashed black;"/>																																																
¿Practicas algún deporte en la actualidad?																																																	


Firma del Supervisor


Resultado de la evaluación (aprobado/rehacer)


Fecha: 24/08/10

APROBADO CON MODIFICACIONES

  
 GUILLERMO D. OJEA  
 Lic. en Psicología  
 M.P. 45.533


 FERNANDO ARROJO  
 6395/04


 Mercedes Victoria  
 6698/04

  
 FERNANDO ARROJO  
 M.P. 6062/03

Firma de los alumnos



Anteproyecto (corregido)

Universidad Nacional de Mar del Plata

Facultad de Psicología

**PAUTAS PARA LA PRESENTACIÓN DEL PLAN DE TRABAJO PARA LA  
REALIZACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN DE PREGRADO**

**Requisito curricular del Plan de Estudios 1989 (O.C.S. 143/89)**

**Apellido y Nombre de los alumnos:** Arrojo, Facundo

Burzaco, Eugenio

Merodio, Victoria

**Matrícula y Año:** 6395/ 04

6062/03

6698/04

**Supervisor:** Urquijo, Sebastian

**Título del Proyecto:** Factores Psicológicos relacionados con el abandono de la Práctica Deportiva en Jóvenes Deportistas Federados.

**Descripción :** El deporte posee numerosos beneficios de vital importancia para los jóvenes en desarrollo, tanto físicos , es decir aprendizaje de nuevas habilidades técnicas, mejora de la condición física; como psicológicos, aprendizaje de liderazgo, autodisciplina, cooperación y competición, deportividad y autoconfianza; sociales , encontrarse con amigos y hacer nuevas amistades; intelectuales, motrices, morales, afectivos. Sin embargo, investigaciones realizadas revelan que las tasas de abandono deportivo llegan a una media del 35% anual ( Gould y Petlichkoeff 1988) por lo que de cada 10 niños que empiezan una temporada deportiva, cuatro se retiran de la misma antes que acabe. Dentro de las causas de abandono hay variables sobre las que los agentes deportivos podrían intervenir con el objetivo de prevenir este fenómeno.

El presente trabajo es una investigación exploratoria con la finalidad de detectar las razones del abandono de la practica deportiva vinculadas a razones psicológicas, en deportistas jóvenes federados de la ciudad de Mar del Plata, pertenecientes a Instituciones educativas públicas y privadas, de los dos últimos años del secundario; el método de relevamiento de datos será a través de un cuestionario semiestructurado.

**Palabras clave:** abandono de la práctica deportiva- razones - jóvenes federados- población marplatense – factores psicológicos

## Descripción detallada

### Motivos y antecedentes

“...Etimológicamente, la palabra deporte deriva de disporte (*dis* y *portare* ), sustraerse al trabajo. Esta derivación de la palabra implica que el deporte es diversión y no tarea pesada...” (Lawther, J.D. 1978, p. 12)

En el presente trabajo consideraremos al deporte federado como toda aquella actividad que se caracteriza por tener un requerimiento físico, estar institucionalizado (federaciones, clubes), requerir competición con uno mismo o con los demás y tener un conjunto de reglas perfectamente definidas.

Estadísticamente los jóvenes constituyen la población mas numerosa entre los practicantes de deporte . Este posee numerosos beneficios de vital importancia para los jóvenes en desarrollo, tanto físicos como psicológicos, sociales , intelectuales, motrices, morales, afectivos.

“...El deporte es una de las pocas áreas de la vida del niño en la que este puede participar intensamente en una actividad que tiene consecuencias significativas para el mismo, sus compañeros, su familia y la propia comunidad...” (Weinberg, R y Gold, D. 1996, p. 524)

Según Weinberg y Gould, “...en la mayoría de los niños la participación deportiva llega a un nivel máximo en torno a los doce años, y según la literatura de la psicología del desarrollo, sabemos que a esa edad y el tiempo que prepara el terreno para dicha participación, son momentos decisivos que tienen importantes consecuencias, sobre la autoestima y el desarrollo social, de los niños. Por ello, la experiencia deportiva juvenil puede tener efectos trascendentales, de por vida en la personalidad y el desarrollo psicológico de los niños...” (Weinberg, R y Gold, D. 1996, p. 524)

“...Contrariamente a la creencia popular la practica de deportes organizados, no es algo que beneficie a los niños de manera automática. El desarrollo del carácter, el liderazgo, la deportividad, y las orientaciones de logro, no tiene lugar mágicamente con la mera participación...” (Weinberg, R y Gold, D. 1996, p. 524)

Dentro de los motivos que llevan al abandono de la práctica deportiva que se mencionan en investigaciones previas, (Nuviala Nuviala, A y Nuviala Nuviala, R; 2005) y (José Antonio Pérez Turpin y Concepción Suárez Llorca, 2005) se encuentran los siguientes: falta de tiempo, exigencias del estudio o trabajo, énfasis competitivo de los campeonatos, tanto por parte del programa, como por parte de los entrenadores, competencia percibida, orientaciones de meta y respuestas de estrés, siendo estas últimas tres motivos ligados con el itinerario deportivo.

Steiner (1982) citado por Hahn (1988), afirma que las razones internas del abandono en el deporte son:

1. El comportamiento pasivo, adaptado y subordinado del niño.
2. La obligatoriedad del esfuerzo.
3. La perspectiva de fines a largo plazo, que evita refuerzos positivos inmediatos.
4. La monotonía del entrenamiento.
5. El entrenamiento y la competición enfocados hacia una selección.

Según Cervelló (1996), los principales motivos del abandono deportivo son:

1. Conflicto de intereses.
2. Falta de diversión
3. Falta de competencia.
4. Problemas con los otros significativos (entrenador, padres, ...).
5. Problemas relativos al programa.
6. Lesiones. (Valero Valenzuela, A y Latorre Román, P. 2008)

De acuerdo con Winberg y Gould (1996) las razones de los jóvenes para abandonar el deporte son:

1. Fracaso en el aprendizaje de mínimas destrezas
2. Falta de diversión
3. Falta de afiliación
4. Ausencia de emoción o entusiasmo
5. Ausencia de ejercicio forma física
6. Falta de desafío/ derrota

El objetivo de nuestro trabajo será el hallazgo de los factores psicológicos vinculados al abandono de la práctica deportiva, sobre los cuales los agentes deportivos deportivo podrán intervenir.

La edad en la que se produce la máxima participación deportiva según los antecedentes citados por Weinberg es entre los 10 y los 13 años, luego, este fenómeno se prolongará hasta los 18 años, después de los cuales solo un pequeño porcentaje de jóvenes sigue implicado en el deporte organizado. La muestra seleccionada para este trabajo esta basada en los hallazgos obtenidos en estas investigaciones, asegurándonos de esta manera obtener el mayor numero de jóvenes que han abandonado la práctica deportiva.

Investigaciones sobre causas de abandono deportivo en jóvenes se han realizado en España y Estados Unidos, sin embargo, luego de realizar una búsqueda de antecedentes en nuestro país solo se ha encontrado un artículo publicado, el cual, hace referencia la tesis del doctor Rafael Ramos de la universidad de La Rioja, el cual es simplemente estadístico, dando cuenta de la cantidad de adolescentes que abandonan la práctica por edad y por sexo sin referirse a sus causas. Por esta

razón, al no hacer referencia a los factores psicológicos de abandono de la práctica deportiva no consideramos los resultados de la misma.

Teniendo en cuenta la falta de información relativa a las “causas de abandono de la práctica deportiva”, y principalmente, los factores psicológicos asociados a la misma ; que se dan en la Argentina, y mas específicamente, en Mar del Plata, nos resulta de interés llevar a cabo una investigación de este tipo partiendo de las especificidades del contexto socio-económico y cultural de la población marplatense.

La siguiente investigación nos permitiría plantear en el futuro propuestas que permitan mejorar los programas deportivos para generar adhesión a la práctica deportiva

## Objetivos generales y particulares

### Objetivo principal:

Establecer las razones de abandono de la práctica deportiva de jóvenes (dedicados al deporte competitivo) cuyas edades están comprendidas entre los 16 y 18 años que han abandonado la actividad deportiva.

### Objetivos particulares:

- Construcción de un instrumento para la recolección de datos.
- Validación del instrumento.
- Conocer si los jóvenes dejan los programas deportivos para iniciar su actividad en otros deportes o si abandonan la participación por completo.
- Establecer cuales son las variables psicológicas relacionadas con el abandono de la práctica deportiva.

## Métodos y técnicas

Trabajo exploratorio.

Construcción y validación de un cuestionario cerrado y autoadministrable a jóvenes de la muestra seleccionada.

## Muestra

Estará compuesta por jóvenes pertenecientes a 5 Colegios Públicos y 5 Colegios Privados, de los últimos 2 años del secundario. La selección de las Instituciones será intencional, tomando como criterio que las mismas pertenezcan a distintos barrios de la ciudad.

## Lugar de realización del trabajo

Universidad Nacional de Mar del Plata, Facultad de Psicología.

La aplicación del instrumento se realizará en colegios secundarios de la ciudad de Mar del Plata .

## Cronograma de actividades

	Semana 1 a la 3	Semana 4 a la 6	Semana 7 a la 9	Semana 10 a la 12
Búsqueda y análisis de antecedentes	X			
Revisión de bibliografía	X	X	X	X
Elaboración del cuestionario			X	
Aplicación del instrumento			X	
Análisis de datos y elaboración de conclusiones				X
Redacción del informe final				X

## Bibliografía Básica de Referencia

- Lawther, J D. (1978) *Psicología del deporte y del deportista*. Barcelona. Ed Paidos.
- Nuviala Nuviala, A. y Nuviala Nuviala, (2005) *Abandono y continuidad de la práctica deportiva escolar organizada desde la perspectiva de los técnicos de una comarca aragonesa*. Disponible en línea (02/06/2010): <http://cdeporte.rediris.es/revista/revista20/artabandono15.htm>
- Pérez Turpin, J. A. y Suárez Llorca, C. *Estudio sobre la relación entre las experiencias competitivas de los jóvenes y el abandono en la competición deportiva* (2005 Setiembre) Disponible en línea (02/06/2010): <http://www.efdeportes.com/efd88/abandono.htm>
- Prieto Saborit J. A. Nistal Hernández, P (2003 junio) *La importancia del deporte-salud*. Disponible en línea (02/06/2010): [www.efdeportes.com/efd61/deporte.htm](http://www.efdeportes.com/efd61/deporte.htm)
- Ruiz Juan, F. y García Montes, M. E. (2002 Abril) *El abandono y la ausencia de práctica de actividad físico-deportiva de tiempo libre del alumnado de la universidad de Almería. Un estudio longitudinal*. Disponible en línea (02/06/2010): <http://www.efdeportes.com/efd47/aband.htm>



- Salguero, A., Tuero, C. y Márquez, S. (2003 enero). *Adaptación española del Cuestionario de Causas de Abandono en la Práctica Deportiva: validación y diferencias de género en jóvenes nadadores*. Disponible en línea (02/06/2010): <http://www.efdeportes.com/efd56/aband.htm>
- Valero Valenzuela, A, Latorre Román, P (2008) *La motivación en la iniciación deportiva*. Disponible en línea (02/06/2010): <http://www.docstoc.com/docs/892005/deporte-escolar>
- Weinberg, R y Gould, D (1996). *Fundamentos de Psicología del deporte y del ejercicio físico*. Barcelona. Ed Ariel. S.A.
- Disponible en línea (02/06/2010): <http://www.unirioja.es/apnoticias/servlet/Noticias?codnot=1511&accion=detnot>

Complete las consignas y marque con una X según corresponda

EDAD:	SEXO: M F	COLEGIO:			CURSO: 4° 5°												
NIVEL EDUCATIVO DE LOS PADRES:	PADRE	INCOMPLETO	COMPLETO	MADRE	INCOMPLETO	COMPLETO											
	PRIMARIO			PRIMARIO													
	SECUNDARIO			SECUNDARIO													
	TERCIARIO			TERCIARIO													
	UNIVERSITARIO			UNIVERSITARIO													
¿A que edad comenzaste a practicar deporte federado?																	
¿A que edad abandonaste la práctica deportiva federada?																	
¿Qué deporte/s practicas/te a nivel federado?																	
<p>¿Cuáles son las principales causas por la que dejaste de practicar deporte?. Elige la/ las opción/ es que mas se adecues a tu caso, y en caso de considerar mas de una opción enumera las causas elegidas de acuerdo con el orden de importancia, siendo el 1 la mas importante.</p>		<table border="1"> <tr><td></td></tr> <tr><td></td></tr> <tr><td></td></tr> <tr><td></td></tr> <tr><td></td></tr> <tr><td></td></tr> <tr><td></td></tr> <tr><td></td></tr> <tr><td></td></tr> <tr><td></td></tr> <tr><td></td></tr> </table>													<ul style="list-style-type: none"> <li>• No contabas con las habilidades para ello como pensabas</li> <li>• No era lo suficientemente divertido</li> <li>• Querías practicar otro deporte</li> <li>• No te gustaba la presión</li> <li>• Te aburría</li> <li>• No te gustaba el entrenador</li> <li>• Cambio de intereses</li> <li>• Los entrenamientos eran demasiado duros</li> <li>• No era lo suficientemente estimulante</li> <li>• otras causas (especificar)</li> </ul> <p>.....</p> <p>.....</p>		
<p>¿Obtuviste logros deportivos a nivel local, provincial, nacional y/o internacional? Cuales?</p>		<p>-----</p> <p>-----</p> <p>-----</p>															
<p>¿Practicas algún deporte en la actualidad?</p>																	

## Índice general

1.-INTRODUCCIÓN	2
2.-MARCO TEÓRICO	5
3.- METODOLOGÍA	19
3.1- Objetivo general	20
3.2- Objetivo específico	20
3.3- Hipótesis	20
3.4- Muestra	21
3.5- instrumento	21
3.6- Procedimiento	21
4.- PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS	23
5.- DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS Y CONCLUSIONES	31
6.- BIBLIOGRAFÍA	35
7.- ANEXO	39

## Agradecimientos

---

Se agradece a las siguientes personas que por su colaboración permitieron que este trabajo de investigación pudiera ser realizado:

- Dr. Urquijo, Sebastián, por brindar supervisión, acompañamiento y apoyo en la realización de este trabajo.
- De Brandi, Alejandro, por su ayuda en las cuestiones referidas al material teórico y bibliográfico
- A las escuelas, Mariano Moreno, EEM. N°3, Juvenilia, Divino Rostro, Quilmes, Einstein y San Alberto.
- Y especialmente a nuestras familias, por su apoyo y acompañamiento.

Factores Psicológicos relacionados con el abandono de la  
práctica deportiva en jóvenes deportistas federados

---

Alumnos: Arrojo, Facundo 6395/04  
Burzaco, Eugenio 6062/03  
Merodio, Victoria 6698/04

Supervisor: Dr. Urquijo, Sebastián

Cátedra de radicación: Psicología Cognitiva

## 1.- Introducción

---

## 1.- Introducción

El deporte en la actualidad es considerado como un fenómeno social por el auge que ha cobrado en los últimos años; esto nos lleva a reflexionar sobre la importancia que éste ha ido adquiriendo en la vida cotidiana de gran parte de la población, tanto a nivel de recreación y de espectáculo, como de búsqueda de salud.

A su vez, la práctica del deporte, adquiere importancia por los numerosos beneficios que aporta para las personas en general y para los jóvenes en desarrollo particularmente, entre ellos se encuentran los siguiente: físicos y motrices, sociales, intelectuales, morales, psicológicos y afectivos.

El concepto de deporte trasciende el aspecto etimológico de la palabra, el cual hace referencia a sustraerse al trabajo. Como explican García Ferrando (1991) y De Andrés y Aznar (1996) una constante entre los teóricos de nuestro tiempo es representar al deporte entre dos grandes líneas divergentes o dimensiones de carácter dicotómico, deporte como rendimiento, competición, el deporte federado, el cual será tenido en cuenta en esta investigación; frente al deporte ocio o de tiempo libre, que condicionadas por diferentes motivantes y exigencias están llamadas a tener funciones y papeles distintos en nuestra sociedad actual. Ambas manifestaciones nacen de una misma necesidad de realización humana, son requeridos por demandas sociales diferentes y toman dispares direcciones.

Sin embargo, pese a su creciente importancia en los últimos años, investigaciones realizadas revelan que las tasas de abandono deportivo llegan a una media del 35% anual (Gould y Petlichkoeff 1988). Esto implicaría que de cada 10 niños que empiezan una temporada deportiva, cuatro se retiran antes de que acabe.

Considerando la falta de antecedentes y el poco desarrollo teórico sobre este tema en nuestro país, es que el presente trabajo será una investigación exploratoria. La finalidad del mismo será detectar las razones del abandono de la práctica deportiva en jóvenes federados de la ciudad de

Mar del Plata, pertenecientes a Instituciones educativas públicas y privadas, de los dos últimos años del secundario; el método de relevamiento de datos será a través de un cuestionario semiestructurado.

## 2.- Marco Teórico

---

## 2.- Marco teórico

*"...Etimológicamente, la palabra deporte deriva de disporte (dis y portare), sustraerse al trabajo. Esta derivación de la palabra implica que el deporte es diversión y no tarea pesada..."* (Lawther 1978, p. 12).

Sin embargo el concepto de deporte trasciende el aspecto etimológico de la palabra. Como explican García Ferrando (1991) y De Andrés y Aznar (1996) una constante entre los teóricos de nuestro tiempo es representar al deporte entre dos grandes líneas divergentes o dimensiones de carácter dicotómico, deporte como rendimiento, competición, frente al deporte ocio o de tiempo libre, que condicionadas por diferentes motivantes y exigencias están llamadas a tener funciones y papeles distintos en nuestra sociedad actual. Ambas manifestaciones nacen de una misma necesidad de realización humana, son requeridos por demandas sociales diferentes y toman dispares direcciones. Esta constitución bipolar del deporte es un hecho ampliamente reconocido; ambos polos constituyen dos realidades distintas que consecuentemente requieren de aproximaciones y métodos diferentes.

Tampoco hay que confundir los conceptos de deporte y actividad física, ya que no son sinónimos. La actividad física, es una simple práctica, mientras que el deporte implica una competencia que siempre arroja un resultado. El deporte es aquella actividad física en la que se deben respetar un conjunto de reglas y que es realizada con afán competitivo.

Mas allá de las definiciones expuestas el deporte aporta numerosos beneficios para los jóvenes en desarrollo:

- Físicos y motrices : aprendizaje de nuevas habilidades, técnicas, mejora de la condición física
- Sociales: encontrarse con amigos, hacer nuevas amistades
- Intelectuales : práctica moderada y regular de ejercicio físico, favorece las actividades que realiza el hipocampo, una zona del cerebro encargada entre otras funciones, de la memoria y del aprendizaje.
- Morales: valores



- Psicológicos y afectivos: aprendizaje del liderazgo , autodisciplina. Cooperación y competición, deportividad y autoconfianza.

Enfatizando en este último punto a continuación desarrollaremos los beneficios psicológicos del deporte:

Según Llácer, (2009) el deporte en equipo puede ser un modo de socialización e integración. Practicado de forma sana, el deporte facilita las relaciones humanas en un contexto lúdico y permite aumentar el autoestima y la seguridad en uno mismo. El deporte también fomenta valores educativos como generosidad, compañerismo y responsabilidad, tolerancia a la frustración y respeto a la autoridad.

Los deportes individuales también aportan ventajas y cuestiones a tener en cuenta:

Llácer, (2009) explica que en actividades deportivas en las que no participe un gran número de personas las personas más tímidas se sentirán más cómodas.

Muchos niños y adolescentes se desenvuelven y rinden mejor cuando no dependen de los demás.

Por su parte, los deportes individuales ofrecen más oportunidades para fomentar la autonomía y la creatividad, lo que aumenta la confianza en uno mismo.

En el caso de los jóvenes más impulsivos y transgresores con las normas, que serían discriminados en el contexto de un equipo, les favorece depender sólo de ellos mismos, aunque reciban atención individualizada por parte del entrenador.

A sí mismo la autora explica que los efectos del deporte repercuten en el autoestima, mediante el deporte se mejora la percepción de uno mismo cuando se descubren cualidades desconocidas como resultado de practicarlo día a día. Perfeccionadas las capacidades físicas, el menor gana confianza, aunque sea en un terreno diferente al rendimiento intelectual. El deporte facilita que el cerebro esté más activo, por lo que ayuda a la concentración y, de manera indirecta, a favorecer el rendimiento escolar.

En la presente investigación consideramos una de las ramas del deporte, el competitivo, dirigiendo, entonces, nuestra mirada hacia aquellos jóvenes que practican deporte federado, entendiendo a este, como toda aquella actividad que se caracteriza por tener un requerimiento físico, estar institucionalizado (federaciones, clubes), requerir competición con uno mismo o con los demás, tener un conjunto de reglas perfectamente definidas y entrenamientos regulares.

En relación a la práctica deportiva federada juvenil un fenómeno muy frecuente, aunque escasamente estudiado en nuestro país, es el abandono. Es por eso que pensamos que es de interés estudiar las causas que llevan al mismo, ya que de esta manera podríamos obtener información que ayude a mejorar la adhesión al deporte.

Antes de hablar de abandono deportivo es necesario explicar y desarrollar un concepto que se encuentra íntimamente ligado al primero; este es, la motivación. Es determinante tenerla en cuenta, ya que el abandono es, a menudo, consecuencia de la falta de la misma. Tal como afirma Cervelló (1996), el abandono es un indicador muy importante de la motivación en el deporte.

Mientras que el abandono esta relacionado con el fin de la práctica, la motivación, por su parte, se vincula con el mundo de la iniciación deportiva. Es por ello que resulta de mucha importancia, solo cuando se consiguen captar la atención y atraer el interés del grupo con el que se trabaja se encuentran en condiciones óptimas para conseguir los objetivos, y en este caso, la permanencia en el deporte.

Al hablar de motivación nos podemos remitir a su raíz latina, la cual significa, "mover", "poner en movimiento", en el sentido de algo que impulso a la acción. "... *Constituye pues un estado – permanente o transitorio y aun esporádico – caracterizado por una predisposición favorable para la acción...*" (Paglilla y Zavanella Díaz. 2005)

Como señalan Paglilla y Zavanella (2005) la palabra “motivo” tiene una connotación mas bien racional y es utilizada para referirse a los elementos determinantes de la motivación en tanto que el termino “motivación” indica sobretodo una actitud de la personalidad total del sujeto, con preponderancia de los factores activo – emocionales.

La motivación es, entonces, esencial en toda actividad humana y, por supuesto, en el entrenamiento y la competencia, y se entiende como aquella fuerza impulsora de nuestra conducta, la cual va a implicar dos variables, la intensidad y la dirección “... *Los motivos de práctica físico deportiva de las personas pueden interpretarse desde la Teoría de las Metas de Logro, la cual plantea dos dimensiones motivacionales bien diferenciadas: 1) motivos hacia la tarea; 2) motivos hacia el ego. La primera presenta un alto contenido intrínseco en la actividad y un bajo contenido extrínseco en la misma, caracterizándose por la valoración del esfuerzo más que en el resultado del mismo. La dimensión hacia el ego muestra las características antagónicas a la anterior ...*” (Moreno Murcia et. al, 2005).

En relación con una actividad, la motivación influye:

- En la actitud del sujeto frente a la misma.
- En la iniciación y modo de realización de la actividad
- En el grado de esfuerzo del sujeto.
- En la evaluación de la actividad.

Los motivos de la práctica deportiva en jóvenes pueden ser muy variados, por su parte Paglilla y Zavanella Díaz (2005) han sintetizado los resultados de numerosas observaciones e investigaciones y señalan como principales motivaciones del deportista las siguientes:

- Interés y gusto intrínseco por la actividad deportiva. Placer derivado de la misma.
- Gusto por la actividad física intensa.

- Necesidad de recreación, de cambio de actividad para compensar las tensiones del trabajo cotidiano, de evasión.
- Deseo de mantenerse bien físicamente, de conservar o mejorar la salud.
- Deseo de prepararse para otras actividades por medio del deporte.
- Deseo de pertenecer a un grupo, necesidad de convivencia en una relación social con objetivos comunes.
- Tendencia a experimentar la emoción suscitada por la competencia.
- Deseo de ganar, de demostrar fuerza y habilidad. Deseo de autoafirmación y superación. Placer derivado de vencer obstáculos.
- Deseo de lograr fama, popularidad, reconocimiento y aprobación social. En ciertos casos, este suele desembocar en el deseo de obtener alguna ventaja económica por medio del éxito deportivo.

Roberts, Kleiber, Duda (1981) proponen una clasificación alternativa de las motivaciones agrupándolas en tres tipos en función de su orientación.

- Las relacionadas con la propia mejora, el sujeto está orientado a sí mismo, y su objetivo principal es mejorar su rendimiento (aumentar el número de aciertos, disminuir errores, mejorar una marca, etc.)
- Las relacionadas con la competencia deportiva. La referencia son los de más, el deportista se valora a sí mismo comparando sus resultados con los demás deportistas.
- Las de aprobación social. El deportista se encuentra orientado a las consecuencias sociales de su actividad deportiva como pueden ser los premios, los trofeos o la actitud y atención de padres, compañeros, entrenador, etc.

Serían estos mismos autores los que darían cuenta de una relación entre los diferentes tipos de motivación y la etapa del desarrollo en la que se encuentra el joven:

- De los 8 a los 11 años, aparecen principalmente las orientadas a la mejora y las de aprobación social.

Los objetivos fundamentales a estas edades se centran en el aprendizaje de nuevas habilidades y en el refuerzo y apoyo social, fundamentalmente de los padres y entrenador.

Si en estas edades encontrásemos orientaciones de competencia, tendríamos que preguntarnos si no son producto de su orientación social. Ello nos indicaría que no se trata tanto de una motivación del joven deportista sino de personas cercanas e importantes para él.

- De los 11 a los 13 años, se dan fundamentalmente las orientadas a la competencia.

En este periodo de la preadolescencia el niño empieza a desarrollar de forma acentuada su personalidad, a tener criterios propios y a compararse con los demás. En estos momentos su principal orientación va dirigida hacia el lugar que le corresponde dentro de su grupo y a compararse constantemente con los demás.

- De los 13 a los 17 encontramos motivaciones orientadas a las competencias y mejora.

Se mantiene la orientación a la competencia, pero vuelve a aparecer de forma relevante la de la propia mejora. Este aspecto es importante para trabajar el perfeccionamiento en habilidades ya aprendidas que requieren un trabajo y entrenamiento constante, que sin una motivación importante hacia la propia mejora es difícil de conseguir.

Esta información brindada por los autores permite observar que tipo de motivación impera en un momento determinado y por lo tanto buscar estrategias para fomentarla.

Para comprender mejor el fenómeno del abandono deportivo comenzaremos por conceptualizarlo como: *"... aquella situación en la cual los sujetos han finalizado su compromiso explícito con una especialidad deportiva concreta..."* (Cervelló 1996). Al definir el concepto de abandono deportivo y para evitar caer en el reduccionismo debemos considerar la existencia de diferentes niveles de compromiso, de intensidad de práctica, de estructuración de los programas deportivos en los cuales participan los individuos y de diferentes expectativas futuras respecto a la participación o no en el deporte. También cuando hablamos de abandono deportivo estamos haciendo referencia no sólo el cese total de toda práctica deportiva, sino también, al cambio o transición hacia otra modalidad, independientemente de que consideremos la segunda opción como más positiva que la primera.

Según Gould y Petlichkoff el proceso de desgaste termina cuando un chico deja de participar en un programa deportivo organizado. Sin embargo es un error suponer que los niños deportistas que interrumpen la participación en un deporte nunca lo retomarán. Los jóvenes deportistas pueden experimentar varios "tipos" o niveles de abandono. Por ejemplo, muchos niños abandonarán ese deporte para unirse o involucrarse en otro deporte (abandono específico deportivo). Petlichkoff (1982) entrevistó a jóvenes estudiantes de escuela secundaria básica y de la escuela secundaria que habían desertado deportivamente, y halló que el 59% no tomaba parte en ningún deporte organizado desde que habían abandonado sus respectivos deportes, y tampoco tenían planes de hacerlo en el futuro. Por eso, *"... el abandono deportivo debe ser visto como un proceso que cambia gradualmente, que va de un deporte específico a un abandono general..."* (Trepode 2001). Por su parte Weiss y Chaumont (1992) consideran que el fenómeno del abandono deportivo es un proceso continuo

que abarca desde aquel grupo de individuos que se retiran de un deporte particular pero pasan a practicar otro deporte o el mismo a diferente nivel de intensidad, hasta aquel grupo de sujetos que se retiran definitivamente del deporte.

Los motivos del abandono de la practica deportiva pueden ser muchos y muy variados, señalándose como principales razones según Nuviala Nuviala, A y Nuviala Nuviala, R (2005) y José Antonio Pérez Turpin y Concepción Suárez Llorca (2005) los siguientes: falta de tiempo, exigencias del estudio o trabajo, énfasis competitivo de los campeonatos, tanto por parte del programa, como por parte de los entrenadores, competencia percibida, orientaciones de meta y respuestas de estrés, siendo estas últimas tres, motivos ligados con el itinerario deportivo.

De acuerdo con Steiner (1982) citado por Hahn (1988) las razones internas del abandono en el deporte son:

1. El comportamiento pasivo, adaptado y subordinado del niño.
2. La obligatoriedad del esfuerzo.
3. La perspectiva de fines a largo plazo, que evita refuerzos positivos inmediatos.
4. La monotonía del entrenamiento.
5. El entrenamiento y la competición enfocados hacia una selección.

Otra clasificación, llevada a cabo por Cervelló (1996), señalará como los principales motivos del abandono deportivo a:

1. Conflicto de intereses.
2. Falta de diversión
3. Falta de competencia.
4. Problemas con los otros significativos (entrenador, padres, ...).
5. Problemas relativos al programa.
6. Lesiones. (Valero Valenzuela, A y Latorre Román, P. 2008)

Finalmente de acuerdo con Winberg y Gould (1996) las razones de los jóvenes para abandonar el deporte son:

1. Fracaso en el aprendizaje de mínimas destrezas
2. Falta de diversión
3. Falta de afiliación
4. Ausencia de emoción o entusiasmo
5. Ausencia de ejercicio forma física
6. Falta de desafío/ derrota

Teniendo en cuenta las causas mencionadas por los autores citados, éstos coinciden en las siguientes: énfasis competitivo, perspectiva de fines a largo plazo, falta de diversión y falta de competencias.

Sin embargo, también debemos tener en cuenta que el abandono deportivo es entendido por distintos autores Gould y Cols (1982), Robinson y Carron (1982) como un proceso normal de ensayo-error en la elección del deporte a practicar por cada niño. En esta misma dirección, Durand (1988) expone que es probable que la competencia entre las actividades que ofrece el mercado de entretenimiento influya sobre esta tendencia a "ensayar" sucesivamente varias especialidades, y a cambiar cada año de actividad. Como explican Marquez, A., Tuero, Marquez, S (2003) Esta inconsistencia que parece un tanteo activo, también responde a la naturaleza de la curiosidad de los niños capaces de apasionarse intensamente por una actividad durante un lapso muy breve de tiempo y a continuación olvidarla bruscamente.

Remitiéndonos a los conceptos antes desarrollados, motivación y abandono, podemos detectar el nexo que existe entre ambos. Un trabajo de Gould et al. (1982), recogido por Durand (1988) hace de soporte a la afirmación antes mencionada. Allí se plantean algunas razones o causas del abandono deportivo que se hallaron en jóvenes deportistas en las cuales el motivo subyacente remite a la falta de motivación:

- Tengo otras cosas que hacer (esconde múltiples razones: falta de motivación, estudios, conducta de evitación, etc.)
- No era tan bueno como pensaba (aparece en aquellos deportistas claramente orientados a la competencia)
- No era suficientemente divertido (depende en gran medida de la forma de trabajar del entrenador)
- Quería hacer otro deporte (relacionado con la falta de motivación)
- No soportaba la presión (denota una falta de recursos ante la competición y una importante orientación a la competencia)
- Era aburrido (depende en gran medida del entrenador y de su forma de trabajar)
- No me gustaba el entrenador (depende de la forma de entrenar y de relacionarse el entrenador con los jóvenes deportistas).

En función de esto se puede observar como dentro de las principales causas de abandono de la actividad del joven deportista se encuentran en primer lugar un exceso en la orientación hacia la competencia y a los resultados deportivos (2 y 5) o bien cuando la forma de entrenar la actividad no era suficientemente divertida y resultaba aburrida (3 y 6). Otra de las causas a destacar es la forma en que son tratados los niños por el entrenador (7).

De todo ello Gordillo arriba a la conclusión de que en muchos aspectos el entrenador es un actor fundamental y que si esta bien orientado psicológica y pedagógicamente, puede evitar que se den causas de abandono y de falta de motivación o interés.

Por esta razón la responsabilidad de los adultos en el diseño de programas deportivos es muy grande, "*... Los educadores adultos pueden facilitar la participación de los niños y disuadirles de abandonar la actividad si estructuran el entorno deportivo de modo que satisfaga sus motivos para implicarse, y potencian su autovalía fijando la atención en los objetivos de rendimiento individual y quitando importancia a los objetivos de resultado de*

*comparación social, haciendo un seguimiento de datos estadísticos de participación y abandono, y llevando a cabo entrevistas de salida para determinar las razones por las que los jóvenes interrumpen su implicación en el programa ...” (Weinberg y Gold, 1996, p. 540)*

Durand (1988) argumenta que el carácter fluctuante e inconstante de la práctica deportiva infantil se debe en parte a que las estructuras y el modelo de funcionamiento de los clubes y de las diferentes competiciones no han sido concebidos para los niños y tampoco se han adecuados a ellos. En este sentido Roberts (1995) expone que el incremento de la motivación depende de forma directamente proporcional de la atracción por la dificultad de la tarea y la obtención de éxito, y propone para lograrlo una adaptación de las condiciones en las que se desarrolla la actividad, sobre todo en lo que concierne a las dimensiones de los espacios de juego y en las metas a conseguir.

Por estas razones es importante comprender y tener en cuenta la motivación en un estudio acerca del fenómeno del abandono deportivo, y mas aun, en el diseño de programas deportivos, Gordillo (1992) explicará el porque de esta afirmación: *“... De las múltiples formas existentes de enseñar las habilidades mas básicas, hemos de desarrollar aquellas que mejor se adapten a las características del grupo y que les permita disfrutar de la actividad como “juego” mas que como “deporte”, tal como lo conocemos desde una perspectiva de adultos.*

*Si no conseguimos hacerles disfrutar de la actividad va a ser difícil que mantengan su motivación y lo mas fácil es que lleguen a abandonar este deporte o la practica deportiva ...” (p. 29 – 30)*

Ya mencionamos los motivos que llevan a los jóvenes a la practica deportiva como así también al abandono de la misma, hemos establecido su relación y destacamos la importancia del diseño de los programas deportivos a la hora de fomentar la adhesión deportiva, así como también, la actitud de padres y entrenadores. Otro componente que se suma a nuestra

investigación deriva del estudio desarrollado por Weinberg, en población estadounidense, de la cual extrae la siguiente conclusión: la edad en la que se produce la máxima participación deportiva es entre los 10 y los 13 años, y a partir de ahí disminuye constantemente hasta los 18, cuando un porcentaje de jóvenes relativamente pequeño sigue implicado en el deporte organizado. Esto nos lleva a interrogarnos sobre cuales son las causas de abandono deportivo en cada edad y si esto guarda relación con no tener en cuenta las motivaciones propias de cada etapa del desarrollo en los programas deportivos en la población marplatense.

Como explicamos a lo largo del trabajo el deporte brinda numerosos beneficios motrices, físicos, psicológicos, sociales, intelectuales y morales para el desarrollo humano; en la actualidad, como así también a lo largo de la historia, el abandono deportivo es una constante, sin embargo no es un territorio muy explorado. Esto ha despertado nuestro interés lo que nos conduce a investigar sobre las causas que llevan al mismo para poder prevenirlo y fomentar su adhesión. Aunque dichas causas pueden dividirse en psicológicas y no psicológicas nos interesa detectar la incidencia de las psicológicas ya que son aquellas, sobre las cuales los profesionales de la psicología podrán intervenir.

Con respecto a este tema, en Argentina y precisamente en Mar del Plata no se han hallado antecedentes referidos a las causas psicológicas del abandono de la práctica deportiva federada juvenil, la única investigación mas aproximada a dicho fenómeno, es la del doctor Ramos de la Universidad de La Rioja, la cual es simplemente estadística, dando cuenta de la cantidad de adolescentes que abandonan la práctica por edad y por sexo sin referirse a sus causas. Por otra parte la mayoría de los antecedentes encontrados remiten a investigaciones españolas generalmente acotadas a un deporte en particular y que no hacen mucho hincapié en los factores psicológicos del abandono. Considerando la falta de desarrollo del mismo es que decidimos realizar el presente estudio.

Para poder comenzar con dicha investigación es importante acotar el campo de estudio en función de estos dos aspectos: deporte y edad. Con respecto al primero, nos vamos a referir únicamente a una de sus vertientes, el deporte federado (se caracteriza por tener un requerimiento físico, estar institucionalizado, requerir competición con uno mismo o con los demás, tener un conjunto de reglas perfectamente definidas y entrenamientos regulados, tener un entrenador y en algunos casos formar parte de un equipo). Por sus características particulares éste aporta elementos que no da la actividad física; y a su vez nos ofrece la posibilidad de delimitar la muestra con mayor facilidad. Aunque se sabe que la práctica del deporte federado no garantiza la continuidad en el mismo y que implica mayores obstáculos / desafíos, entre ellos los psicológicos, para los deportistas a diferencia de la actividad física, éste es una poderosa herramienta de inclusión social, salida laboral y constituye un aspecto importante de la política nacional en pos de lograr mayor presencia y reconocimiento a nivel mundial (olimpiadas, mundiales, etc.).

Considerando la edad, el criterio de elección de la franja etaria de la muestra responde a los resultados presentados en función de los estudios realizados por Weinberg, los cuales dan cuenta que a partir de los 13 años hasta los 18 se produce paulatinamente el abandono por ello el estudio tomará los dos últimos años del secundario.

Para finalizar, dada la falta de desarrollo sobre el tema específico referido a las razones psicológicas que llevan al abandono deportivo en nuestro país, como así también la importancia que parecería tener la práctica deportiva federada para los jóvenes es que decidimos llevar a cabo el siguiente estudio.

### 3.- Metodología

---

### 3.- Metodología

#### 3.1.- Objetivo general

Detectar y describir las razones del abandono de la práctica deportiva federada juvenil asociadas a factores psicológicos, en deportistas de la ciudad de Mar del Plata.

#### 3.2. Objetivos específicos

Establecer las diferencias entre los factores psicológicos y no psicológicos de abandono deportivo en cuanto a género y colegios de gestión pública y privada.

Detectar la edad en la que se produce la frecuencia máxima de abandono deportivo y la frecuencia máxima de participación.

Delimitar la causa de abandono de la práctica deportiva atribuida por los jóvenes mas destacada en relación a la franja etaria.

Establecer el porcentaje de jóvenes que siguen implicados en alguna forma de actividad física y de jóvenes que han realizado un abandono general.

#### 3.3- Hipótesis

Las razones psicológicas determinan, en mayor medida, el abandono de la práctica deportiva federada que las razones no psicológicas.

Las causas psicológicas como las no psicológicas van a presentar la misma incidencia sobre el total de la muestra en cuanto a genero y tipo de institución.

Las causas mas destacadas en cada franja etaria van a corresponderse con causales psicológicas de abandono.

Habrá un porcentaje elevado de jóvenes que continúan implicados en alguna forma de actividad física.



### 3.4- Muestra

El criterio de selección de la muestra es intencional y no aleatoria ya que se escogieron jóvenes de los dos últimos años de la escuela secundaria, porque eran los que respondían al criterio de edad, y se les administro el cuestionario únicamente a aquellos que abandonaron la práctica deportiva federada. Las escuelas seleccionadas fueron: 2 escuelas de gestión pública (Mariano Moreno y la EEM. N°3) y 5 escuelas de gestión privada (Juvenilia, Divino Rostro, Quilmes, Einstein y San Alberto).

La muestra esta compuesta por 82 Jóvenes, 35 estudiantes de escuelas públicas (11 mujeres y 24 hombres); y 47 estudiantes de escuelas privadas (18 mujeres y 29 hombres), la edad media de la misma es de 17 años.

### 3.5- Instrumento

Se diseñó un cuestionario semiestructurado, autoadministrable, basado en los motivos mencionados en un estudio sobre el abandono de la práctica deportiva, llevado a cabo por Gould, Feltz, Horm, Weiss (1982).

Los motivos de abandono fueron divididos en dos categorías según se vincularan a causas psicológicas o no psicológicas:

- a. Motivos asociados a causas psicológicas de abandono: me aburría, no era lo suficientemente estimulante, no era lo suficientemente divertido, no me gustaba el entrenador, no me gustaba la presión, no me gustaba el grupo, no me ponían en los partidos, cambio de intereses y quería practicar otro deporte.
- b. Motivos no asociados a causas psicológicas: no contaba con habilidades, entrenamientos muy duros, no tenia tiempo, lesiones / salud, distancia / mudanza y edad.

### 3.6- Procedimiento

Para llevar a cabo la recolección de datos nos dirigimos a diferentes establecimientos educativos tanto públicos como privados de la

ciudad de Mar del Plata con la intención de abarcar las distintas zonas de la ciudad; sin embargo en algunos colegios la negativa de los directivos impidió este objetivo, lo que nos llevó a trabajar con aquellos establecimientos que apoyaron nuestro estudio.

Para equilibrar la cantidad de encuestados fue necesario recurrir a un mayor número de colegios de gestión privada (5) que pública (2), la cual presenta una mayor cantidad de alumnado aunque mayores dificultades burocráticas a la hora del acceso, como por ejemplo ausencia de directivos responsables de la institución, solicitud de carta de presentación avalada por la universidad.

Una vez obtenido el consentimiento de los directivos se presentaron dos situaciones, por un lado, el caso en el que pudimos ingresar a las aulas, dando la consigna oralmente y evacuar las dudas que surgían, y por el otro, el caso en que no pudimos acceder a las aulas por lo cual tuvimos que entregar un instructivo por escrito, quedando a cargo la administración del instrumento por parte del preceptor / docente. La consecuencia de esto fue que no pudimos supervisar la actividad quedando varios cuestionarios descartados por no cumplir con los requisitos, falta de datos, se encuestaron a alumnos que no habían abandonado la práctica deportiva federada, falta de comprensión de las consignas.

#### 4.- Presentación de los resultados

---

#### 4.- Resultados

- Tabla 1. Tabla de frecuencias y porcentajes de causas de abandono sobre el total de la muestra y discriminadas por escuela y género

Causas	Total Muestra		Privado				Público			
	Total	%	Hombres	Mujeres	Total privado	%	Hombres	Mujeres	Total público	%
No tenia tiempo	21	23,33%	7	5	12	24,00%	5	4	9	22,50%
Cambio de intereses	18	20,00%	8	4	12	24,00%	5	1	6	15,00%
No me gustaba el entrenador	14	15,55%	5	2	7	14,00%	6	1	7	17,50%
Lesiones / salud	8	8,88%	2	1	3	6,00%	4	1	5	12,50%
Quería practicar otro deporte	7	7,77%	4	2	6	12,00%	-	1	1	2,50%
Dificultad por distancia / mudanza	4	4,44%	-	-	-	-	3	1	4	10,00%
No era lo suficientemente estimulante	4	4,44%	2	1	3	6,00%	1	-	1	2,50%
No me gustaba la presión	4	4,44%	1	2	3	6,00%	1	-	1	2,50%
Aburría	2	2,22%	1	-	1	2,00%	1	-	1	2,50%
Entrenamientos muy duros	2	2,22%	1	-	1	2,00%	-	1	1	2,50%
No era lo suficientemente divertido	2	2,22%	1	-	1	2,00%	1	-	1	2,50%
No contaba con habilidades	1	1,11%	-	1	1	2,00%	-	-	-	-
No gustaba el grupo	1	1,11%	-	-	-	-	-	1	1	2,50%
No lo ponían en los partidos	1	1,11%	-	-	-	-	-	1	1	2,50%
Por la edad	1	1,11%	-	-	-	-	-	1	1	2,50%
<b>Total</b>	<b>90</b>	<b>100,00%</b>	<b>32</b>	<b>18</b>	<b>50</b>	<b>100,00%</b>	<b>27</b>	<b>13</b>	<b>40</b>	<b>100,00%</b>

\* Los totales, tanto de causas de abandono como de las edades de inicio y abandono difieren del número de encuestados ya que algunos alumnos practicaron mas de un deporte y a cada uno de ellos le atribuyeron su respectiva causa.

Observando los porcentajes de las causas sobre el total de los encuestados la mayor incidencia corresponde a “no tenia tiempo” (23,33%) estando este incluido dentro de la categoría de causas no psicológicas. Seguido por “cambio de intereses” (20%) y “no me gustaba el entrenador” (15,55%) ambos pertenecientes a la categoría de causas psicológicas.

Al considerar la suma de los porcentajes de ambas categorías, las causas psicológicas obtuvieron un 59% superando a las no psicológicas con un 41%.

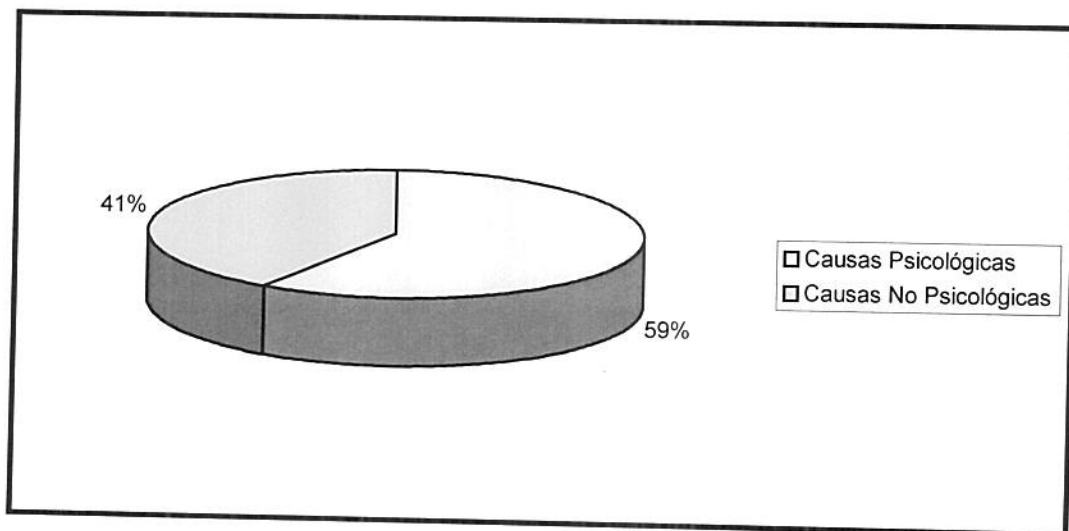
Teniendo en cuenta la segunda parte del cuadro, la cual divide los resultados según, colegio privado y colegio publico se puede observar que, en el primero, se equiparan los porcentajes de “no tenia tiempo” (causa no

psicológica) y “cambio de intereses” (causas psicológicas) con un 24%; seguido por “no me gustaba el entrenador” con un 14%.

La suma total de las causas psicológicas vuelve a ser superior con un 66% mientras que las no psicológicas obtuvieron un 34%.

En el caso del colegio publico, el mayor porcentaje corresponde a “no tenia tiempo” con un 22,50 % , seguido por “no me gustaba el entrenador” 17,50%, y por “cambio de intereses con 15,00%. Al tomar en cuenta los porcentajes totales tanto causas psicológicas como no psicológicas se igualan en un 50%

Gráfico 1. Porcentajes de causas psicológicas y no psicológicas sobre el total de la muestra.



Para establecer las relaciones entre causas psicológicas y no psicológicas con respecto a escuela de gestión pública y privada, y en cuanto al genero se aplicó la prueba de chi cuadrado. Se hallaron los siguientes resultados:

o Tabla 2.

	Escuela privada	Escuela publica	Sig. Chi cuadrado 0,00
Causas psicológicas	33	20	
Causas no psicológicas	17	20	

La incidencia de las causas psicológicas sobre las no psicológicas es significativa a un valor de 0,00 en las escuelas de gestión privada y no significativa en las de gestión pública. Lo que daría cuenta de que existiría una mayor prevalencia de abandono por causas psicológicas en las escuelas de gestión privada que públicas.

o Tabla 3.

	Hombres	Mujeres	Sig. Chi cuadrado 0,00
Causas psicológicas	37	16	
Causas no psicológicas	22	15	

La incidencia de las causas psicológicas sobre las no psicológicas es significativa a un valor de 0,00 para hombres y no para mujeres. Lo que indicaría que son los hombres quienes, en mayor medida que las mujeres, abandonarían la práctica deportiva por causas psicológicas.

o Tabla 4. edades de inicio de los encuestados provenientes de los colegios privados

Edad de inicio	Privado		Total privado	%
	Hombres	Mujeres		
5 - 7	9	-	9	18,00%
8 - 10	16	6	22	44,00%
11 - 13	4	9	13	26,00%
14 - 16	3	3	6	12,00%
	32	18	50	100,00%



El análisis de esta tabla indica que en los colegios privados la máxima deportiva se da entre los 10 y los 13 años, disminuyen paulatinamente hacia los 18 años tanto en hombres como en mujeres.

- o Tabla 5. edades de inicio de los encuestados provenientes de los colegios públicos

Edad de inicio	Público		Total público	%
	Hombres	Mujeres		
5-7	5	2	7	17,50%
8-10	2	5	7	17,50%
11 – 13	14	5	19	47,50%
14 - 16	6	1	7	17,50%
	27	13	40	100,00%

El análisis de dicha tabla indica que en los colegios públicos el máximo de participación deportiva se encuentra comprendido entre las edades de 10 y 13 años tanto en hombres como en mujeres.

- o Tabla 6. edades de abandono de los encuestados provenientes de los colegios privados

Edad de abandono	Privado		Total privado	%
	Hombres	Mujeres		
11 – 13	3	1	4	8,00%
14 – 16	21	16	37	74,00%
17 – 20	8	1	9	18,00%
	32	18	50	100,00%

En esta tabla puede observarse como el porcentaje de jóvenes que abandonan la práctica deportiva aumenta progresivamente encontrándose su pico comprendido entre las edades de 14 – 16 años.

- Tabla 7. edades de abandono de los encuestados provenientes de los colegios públicos

Edad de abandono	Público		Total público	%
	Hombres	Mujeres		
11 – 13	2	-	2	5,00%
14 – 16	19	9	28	70,00%
17 – 20	6	4	10	25,00%
	27	13	40	100,00%

En los colegios públicos el pico de abandono de la práctica deportiva se encuentra entre las edades de 14 – 16 años.

- Tabla 8. edad de abandono y total de encuestados

Edad de abandono	Total mixto	%
8 – 10	1	1,11%
11 – 13	5	5,55%
14 – 16	65	72,22%
17 – 20	19	21,11%
	90	100%

La tabla 8. que une los encuestados de los colegios públicos y privados permite observar como el abandono se incrementa a partir del periodo comprendido entre los 11 – 13 años, que es cuando la practica encuentra su pico máximo, viendo que en el período de los 14 – 16 años es cuando el abandono encuentra su número mas alto.

- Tabla 9. Frecuencia de las causas de abandono en relación a las franjas etarias en que fue dividida la muestra.

Causas	Franjas etarias							
	8 – 10		11 – 13		14 – 16		17 – 20	
	Total	Frecuencia	Total	Frecuencia	Total	Frecuencia	Total	Frecuencia
No tenia tiempo	-	-	2	40,00%	16	24,60%	3	15,78%
Cambio de intereses	-	-	1	20,00%	13	20,00%	4	21,05%
No me gustaba el entrenador	-	-	-	-	13	20,00%	1	5,26%
Lesiones / salud	-	-	-	-	4	6,15%	4	21,05%
Quería practicar otro deporte	1	100,00%	-	-	5	7,69%	1	5,26%
Dificultad por distancia / mudanza	-	-	-	-	3	4,60%	1	5,26%
No era lo suficientemente estimulante	-	-	-	-	3	4,60%	1	5,26%
No me gustaba la presión	-	-	-	-	3	4,60%	1	5,26%
Aburría	-	-	-	-	1	1,50%	1	5,26%
Entrenamientos muy duros	-	-	-	-	2	3,07%	-	-
No era lo suficientemente divertido	-	-	1	20,00%	1	1,50%	-	-
No contaba con habilidades	-	-	-	-	1	1,50%	-	-
No gustaba el grupo	-	-	1	20,00%	-	-	-	-
No lo ponían en los partidos	-	-	-	-	-	-	1	5,26%
Por la edad	-	-	-	-	-	-	1	5,26%
<b>Total</b>	<b>1</b>	<b>-</b>	<b>5</b>	<b>100,00%</b>	<b>65</b>	<b>100,00%</b>	<b>19</b>	<b>100,00%</b>

Como puede observarse en la tabla entre los 11-13 años de edad la causa con mayor porcentaje corresponde a “no tenia tiempo” (40,00%). Pero si consideramos las categorías causas psicológicas y no psicológicas, se observa un mayor porcentaje de las primeras 60,00% contra un 40,00% de las segundas.

En la franja etaria 14-16 la causa “no tenia tiempo” se encuentra en primer lugar con un 24,60% seguida por “cambio de intereses” y “no me gustaba el entrenador” con un 20,00% respectivamente. Refiriéndonos a las categorías causas psicológicas estas obtuvieron un 59,89% y las no psicológicas un 40,11%.

Finalmente la franja de 17-20 años presentó en primer lugar a “cambio de intereses” y “lesiones / salud” con un 21,05% seguido por “no tenia tiempo” con un 15,78%. La categoría causas psicológicas presento un 52,65% mientras que las no psicológicas un 47,35%.

- Tabla 10. Frecuencia y totales de jóvenes que siguen implicados en la actividad física y los que han realizado un abandono general, discriminado por genero y tipo de establecimiento

	Total		Colegio Privado				Colegio Público			
	Total	%	Hombre		Mujer		Hombre		Mujer	
			Total	%	Total	%	Total	%	Total	%
Continua la practica	45	54,87%	18	60,00%	9	52,94	15	62,50%	3	27,00%
Abandono general	37	45,12%	12	40,00%	8	47,05	9	37,50%	8	72,00%
Total	82	100,00%	30	100,00%	17	100,00%	24	100,00%	11	100,00%

La tabla permite observar el porcentaje total de jóvenes que continúan implicados en alguna forma de actividad física pese a haber abandonado la practica deportiva federada (54,87%) en contraposición a los jóvenes que abandonaron definitivamente todo forma de actividad física (45,12%).

En los colegios de gestión privada es mayor el número de hombres que siguen implicados en relación a los que abandonan definitivamente, al igual que en las mujeres aunque la diferencia es menor. Por su parte, también, en los colegios de gestión publica es mayor el número de hombres que siguen implicados en alguna forma de actividad física en relación a los que abandonan, sin embargo las mujeres presentan un mayor abandono definitivo.

## 5.- Discusión de resultados y Conclusiones

---

## 5.- Discusión de resultados y conclusiones

En principio, mas allá de los resultados obtenidos sería importante tener en cuenta ciertas limitaciones del estudio, entre ellas, el tamaño de la muestra que debería ser mayor para arribar a resultados mas concluyentes y el diseño del instrumento en lo que respecta a sus consignas para facilitar la comprensión del mismo ya que se debieron invalidar muchos cuestionarios por no estar debidamente respondidos.

Recordemos que el principal objetivo del trabajo es la búsqueda de las causas psicológicas de abandono de la práctica deportiva federada en jóvenes, teniendo en cuenta, a su vez, la significatividad de las mismas en comparación con aquellas que no son de carácter psicológico.

El análisis de los resultados determina respecto del total de la muestra que el porcentaje de causas de abandono se encuentra repartido, si embargo, las principales razones por las cuales los jóvenes de Mar del Plata abandonan la práctica deportiva federada son las psicológicas, que obtuvieron un 59%. Las causas mas destacadas fueron "cambio de intereses" y "no me gustaba el entrenador", dichas razones parecen responder a cuestiones motivacionales. Esto permitiría corroborar nuestra hipótesis que sostiene que las razones psicológicas determinan, en mayor medida, el abandono de la práctica deportiva federada que las razones no psicológicas; abriendo un amplio campo de intervención para el profesional de la psicología, implementando estrategias para fomentar la adhesión.

Con respecto al análisis de las causas de abandono, en función al genero e institución, se detectó que las causas psicológicas tienen incidencia significativa sobre las escuelas de gestión privada, no sucediendo lo mismo con las escuelas de gestión publica. Esto permitiría inferir que las desventajas producto del nivel socio - económico podrían estar influyendo en el abandono de la práctica deportiva, sin embargo las causas psicológicas presentaron un 50% por lo que deben ser tenidas en cuenta.

En cuanto al genero, la incidencia de las causas psicológicas sobre las no psicológicas es significativa para hombres y no para mujeres. A partir de esto se podría afirmar que los hombres requieren de mayor intervención psicológicas que las mujeres para evitar el abandono; aunque, las razones por las cuales la incidencia es mayor en hombres que en mujeres queda sujeta a futuras investigaciones.

La hipótesis de que las causas mas destacadas en cada franja etaria van a corresponderse con causales psicológicas de abandono fue corroborada. Remitiéndonos a la clasificación de motivaciones correspondientes a cada etapa de desarrollo expuesta por Roberts, Kleiber y Duda, podríamos pensar que no se estarían respetando los aspectos motivacionales propio de cada edad.

Finalmente también fue corroborada nuestra hipótesis, la cual sostiene que, habrá un porcentaje elevado de jóvenes que continúan implicados en alguna forma de actividad física. Si bien esto es considerado una forma de abandono, al no tratarse de un abandono definitivo, se podría inferir que ciertas características del deporte federado estarían afectando la adhesión al mismo.

También el análisis de los datos permitió determinar la edad en la que se produce la máxima participación deportiva, esta se da en el periodo comprendido entre los 10 y 13 años, y además detectar el máximo abandono deportivo, el cual queda comprendido en el periodo de entre los 14-16 años. Esto permite corroborar la teoría de Weinberg mencionada anteriormente donde la edad en la que se produce la máxima participación deportiva es entre los 10 y los 13 años, y a partir de ahí disminuye constantemente hasta los 18, cuando un porcentaje de jóvenes relativamente pequeño sigue implicado en el deporte organizado.”

Comprender y conocer las razones psicológicas de abandono sería tan solo una parte de un abordaje complejo que, junto a, los motivos que llevan a los jóvenes a la práctica deportiva permitiría el desarrollo de programas o estrategias que busquen fomentar la practica deportiva evitando así la deserción. Es necesario que tanto los programas deportivos, como

entrenadores y padres incentiven a la formación y a la comprensión de que el deporte también es un juego, y que no solo se ponga el énfasis en la competencia, que se busque respetar las motivaciones que en cada periodo del desarrollo llevan a las jóvenes a la práctica deportiva.

El campo del deporte es un territorio poco explorado en nuestro país por los profesionales de la psicología, y como muestran los resultados obtenidos en nuestro estudio, sería de gran importancia la labor de los mismos en dicho sector. Esta investigación que consideramos una importante contribución al estado de la psicología del deporte, para nuestra población, deja abierta la posibilidad de estudios futuros sobre el tema.

## 6.- Referencia Bibliográfica

---



## 6.- Referencia bibliográfica

Cervelló, E. (1996) *La motivación y el abandono deportivo desde la perspectiva de las metas de logro*. Tesis Doctoral. Universidad de Valencia

Durand, M (1988). *El niño y el deporte*. Barcelona Paidós

Gordillo, A. (1992) Orientaciones psicológicas en la iniciación deportiva. *Revista de Psicología del Deporte*. (pp. 27 – 36)

Gregorat, J.J y Soria, L. (2008 Diciembre). *Motivos y características de la práctica de actividad física de alumnos de colegios de nivel polimodal de la ciudad de Catamarca*. Obtenido de: <http://www.efdeportes.com/efd127/motivos-y-caracteristicas-de-la-practica-de-actividad-fisica-de-alumnos.htm> (06/10/2010)

Lawther, J D. (1978) *Psicología del deporte y del deportista*. Barcelona. Ed Paidós.

Llacer, M (2009) *Ventajas psicológicas del deporte en los jóvenes*. Obtenido de: [www.deportesalud.com/deporte-salud-beneficios-del-deporte-y-la-actividad-fisica.html](http://www.deportesalud.com/deporte-salud-beneficios-del-deporte-y-la-actividad-fisica.html) (06/10/2010)

Moreno Murcia J.A., Pavón Lores A.I., Gutiérrez Sanmartín M., Sicilia Camacho A. (2005) *Motivaciones de los universitarios hacia la práctica físico-deportiva*. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte* (19).

Nuviala Nuviala, A. y Nuviala Nuviala, (2005) *Abandono y continuidad de la práctica deportiva escolar organizada desde la perspectiva de los técnicos de una comarca aragonesa*. Obtenido de: <http://cdeporte.rediris.es/revista/revista20/artabandono15.htm> (02/06/2010)

Paglilla, D y Zavanella Díaz, A (2005) La motivación del deporte. Obtenido de: [http://psicologia-online.com/articulos/2005/motivacion\\_deporte.shtml](http://psicologia-online.com/articulos/2005/motivacion_deporte.shtml) (02/06/2010)

Pérez Turpin, J. A. y Suárez Llorca, C. *Estudio sobre la relación entre las experiencias competitivas de los jóvenes y el abandono en la competición deportiva* (2005 Setiembre) Obtenido de: <http://www.efdeportes.com/efd88/abandono.htm> (02/06/2010)

Prieto Saborit J. A. Nistal Hernández, P (2003 Junio) *La importancia del deporte-salud*. Obtenido de: [www.efdeportes.com/efd61/deporte.htm](http://www.efdeportes.com/efd61/deporte.htm) (02/06/2010)

Roberts, G.; Kleiber, D.; Duda, J.L. (1981). *An analysis of motivation in children's sport: the role of perceived competence in participation*, Journal of Sport Psychology, 3, pp. 206 - 216

Ruiz Juan, F. y García Montes, M. E. (2002 Abril) *El abandono y la ausencia de práctica de actividad físico-deportiva de tiempo libre del alumnado de la universidad de Almería. Un estudio longitudinal*. Obtenido de: <http://www.efdeportes.com/efd47/aband.htm> (02/06/2010)

Salguero, A., Tuero, C. y Márquez, S. (2003 enero). *Adaptación española del Cuestionario de Causas de Abandono en la Práctica Deportiva: validación y diferencias de género en jóvenes nadadores*. Obtenido de: <http://www.efdeportes.com/efd56/aband.htm> (02/06/2010)

Trepode, Néstor (2000) *Educación y educación física*. Ed. Autor.

Valero Valenzuela, A, Latorre Román, P (2008) *La motivación en la iniciación deportiva*. Obtenido de: <http://www.docstoc.com/docs/892005/deporte-escolar> (02/06/2010)

Weinberg, R y Gould, D (1996). *Fundamentos de Psicología del deporte y del ejercicio físico*. Barcelona. Ed Ariel. S.A.

Weiss, M.R.; Chaumenton, N. (1992). *Motivational orientation in sport*. En Horn T. (Ed), *Advances in Sport psychology*, (61-99). Champaign Illinois: Human Kinetics

Obtenido de:  
<http://www.unirioja.es/apnoticias/servlet/Noticias?codnot=1511&accion=detnot>  
(02/06/2010)

Obtenido de: [www.psicologiadeportiva.cl/res/TriunfoArchivos/beneficiocognitivoejerciciofsico.pdf](http://www.psicologiadeportiva.cl/res/TriunfoArchivos/beneficiocognitivoejerciciofsico.pdf) (06/10/2010)

**Anexo**  
**Cuestionario**

---

Complete las consignas y marque con una X según corresponda

EDAD:	SEXO: M F	COLEGIO:			CURSO: 4° 5°	
NIVEL EDUCATIVO DE LOS PADRES:	PADRE	INCOMPLETO	COMPLETO	MADRE	INCOMPLETO	COMPLETO
	PRIMARIO			PRIMARIO		
	SECUNDARIO			SECUNDARIO		
	TERCIARIO			TERCIARIO		
	UNIVERSITARIO			UNIVERSITARIO		
¿A que edad comenzaste a practicar deporte federado?						
¿ A que edad abandonaste la práctica deportiva federada?						
¿Qué deporte/s practicas/te a nivel federado?						
¿Cuáles son las principales causas por la que dejaste de practicar deporte?. Elige la/ las opción/ es que mas se adecuen a tu caso, y en caso de considerar mas de una opción enumera las causas elegidas de acuerdo con el orden de importancia, siendo el 1 la mas importante.		<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• No contabas con las habilidades para ello como pensabas</li> <li>• No era lo suficientemente divertido</li> <li>• Querías practicar otro deporte</li> <li>• No te gustaba la presión</li> <li>• Te aburría</li> <li>• No te gustaba el entrenador</li> <li>• Cambio de intereses</li> <li>• Los entrenamientos eran demasiado duros</li> <li>• No era lo suficientemente estimulante</li> <li>• otras causas (especificar)</li> </ul> <p>.....</p> <p>.....</p>		
¿Obtuviste logros deportivos a nivel local, provincial, nacional y/o internacional? Cuales?		----- ----- -----				
¿Practicas algún deporte en la actualidad?						