Universidad abierta Interamericana.

Facultad de Motricidad Humana y Deportes,

Licenciatura en Actividad física y Deportes

“Factores que inciden en la baja participación de los adolescentes varones en las prácticas de ejercicio físico durante las clases de Educación Física.”

Autor: Jonatan Zandri

Tutor: Marcos Jeriha

2026

Índice:

Índice: 2
Tema de investigación: 5
Introducción/Resumen: 6
Fundamentación: 7
Planteamiento del problema: 9
Preguntas al problema: 10
Estado de arte: 12
Objetivo general: 14
Objetivo específicos: 15
Palabras clave: 16
Marco teórico: 17
Ejercicio físico, diferencias de conceptos, consecuencia de la ausencia y beneficios: 17
Diferencias en el concepto de actividad física, ejercicio físico y deporte 17
Consecuencia de la ausencia de movimiento físico 18
Beneficios físicos, cognitivos y emocionales del ejercicio 19
Adolescentes, factores influyentes y el entorno social: 20
Factores del desarrollo en la adolescencia que influyen en el desinterés a las prácticas de ejercicio físico 20
Influencia del entorno social 22
Educación Física, concepto y principios generales: 24
Principios generales de la educación física que inciden en la baja participación de los adolescentes varones 26
Principio de identidad corporal 26
Principio de la significación sensorial 26
Principio de la interacción funcional 27
Principio de la realidad antropodinámica 27
Principio de la Identidad Antropológica 28
Principio de la Asunción Personal del Movimiento 28
Motivación, concepto y teorías: 30
Teorías de la motivación 30
Teoría de la pirámide de Maslow 30
Teoría de las tres necesidades de McClelland 31
Teoría de la fijación de metas de Edwin Locke 34
Hipótesis: 35
Marco metodológico: 36
Análisis de campo: 38
Discusión: 48
Conclusión: 52
Referencias: 56

Anexo:.....54

Tema de investigación:

"Factores que inciden en la baja participación en las prácticas de ejercicio físico durante las clases de Educación Física de los adolescentes varones de 4to año 1ra división de la escuela San José ciudad de Rosario"

Introducción/Resumen:

La siguiente investigación tiene como objetivo analizar la problemática de los factores que inciden en la baja participación en las prácticas de ejercicio físico durante las clases de educación física de los adolescentes varones. Se busca comprender las variables que influyen y por qué muchos de ellos no participan activamente en estas clases y en algunos casos, evitan el ejercicio físico por completo. La investigación se llevará a cabo en el colegio San José, ubicado en la ciudad de Rosario, provincia de Santa Fe, y estará centrada en los estudiantes de cuarto año, primera división.

Se indago sobre la baja participación en las prácticas de ejercicio físico durante las clases de educación física en los adolescentes varones ya que es una problema creciente que afecta su bienestar físico y mental, así como su desarrollo integral.

La actividad física es fundamental para el crecimiento saludable, pero muchos adolescentes varones muestran un bajo nivel de participación en estas clases, lo que puede tener consecuencias a largo plazo en sus hábitos sobre la salud como así también su estilo de vida. Identificar las condiciones que influyen en ellos y llevan a este desinterés nos permitirá comprender mejor las barreras que enfrentan y a su vez poder generar estrategias para fomentar su motivación y compromiso con la actividad física, promoviendo un estilo de vida activo y saludable desde edades tempranas.

Fundamentación:

En esta investigación indagaremos sobre las condiciones que influyen en la baja participación en las prácticas de ejercicio físico durante las clases de educación física de los adolescentes varones, es decir, el por qué de los adolescentes varones no participan activamente en las clases de educación física y en muchos casos evitan el ejercicio físico.

Como lugar físico de investigación para este tema, elegimos el colegio San José, ubicado en la calle Pte. Roca 150. Provincia de Santa Fe ciudad de Rosario. El grupo en el cual vamos a sustentar las investigaciones del desinterés a las prácticas por el ejercicio físico, serán los adolescentes de cuarto año primera división.

Es relevante este tipo de investigación ya que en estos tiempos contemporáneos, la baja participación en las prácticas de ejercicio físico entre los adolescentes, especialmente en las clases de educación física, es un problema que mantiene alerta a educadores y especialistas en la salud. A pesar de los múltiples beneficios del ejercicio para el desarrollo físico y mental, muchos adolescentes varones no muestran una participación activa en estas clases. Este desinterés puede estar relacionado con una variedad de factores o también influencias, tanto individuales como contextuales, que afectan su disposición hacia la actividad física. Entender estos factores es fundamental para mejorar la experiencia que se les puede brindar a los alumnos, fomentar hábitos saludables desde una edad temprana y a su vez tener el alcance para concientizar a los jóvenes.

Uno de los interrogantes que nos motiva a investigar esta problemática es cuáles son los factores principales que influyen en la baja participación de los adolescentes varones en las

clases de educación física, entre otros. Por lo tanto, lo que esperamos es una producción exploratoria con este tipo de investigación, ya que indagaremos la existencia de propiedades no puestas en relieve hasta el momento o conceptos que consideremos relevantes con respecto a lo que sucede.

Esta fundamentación tiene como objetivo investigar los condicionantes que varían y que provocan la baja participación en los adolescentes varones por el ejercicio físico durante las clases de educación física. Se pretende identificar los factores, tanto internos como externos que van a contribuir a esta baja participación, como así también aquellos como la motivación y compromiso.

Planteamiento del problema:

¿Cuáles son las influencias que conllevan una baja participación a las prácticas de ejercicio físico durante las clases de educación física en los adolescentes varones de 4to año 1ra división de la escuela San José ciudad de Rosario?

Preguntas al problema:

1- ¿De qué manera las condiciones de salud preexistentes o el estado físico afectan la capacidad o disposición (interés) del adolescente para realizar ejercicio físico?

2- ¿Qué rol juega el conocimiento o la educación sobre los beneficios del ejercicio físico?

3- ¿Cómo influyen las redes de apoyo (familia, amigos, etc.) haciendo referencia al interés por el ejercicio físico de los adolescentes?

4- Cómo afecta la comunicación al adolescente, para involucrarse en el ejercicio físico?

5- ¿En qué medida el acceso a instalaciones o espacios relacionados a la actividad física influye en la práctica de la ejercitación?

6- ¿Cómo influyen los factores económicos, como los costos asociados al ejercicio (por ejemplo: ropa deportiva), en la participación e interés por el ejercicio físico?

7-¿Cómo impactan la ansiedad, la depresión o el estrés en la motivación para realizar ejercicio físico?

8- Qué papel juegan las experiencias pasadas con la actividad física, ya sea positivas o negativas, en la disposición del adolescente para hacer ejercicio?

9- ¿Qué influencia le da el profesor de Educación Física a sus alumnos sobre el ejercicio físico?

10- ¿Cuán importante es la alimentación en los adolescentes para realizar ejercicio físico

Estado de arte:

En la contemporaneidad, el rol de la actividad física en la promoción de una vida saludable es innegable. Diversos estudios han demostrado que el movimiento es esencial para alcanzar una calidad de vida óptima. Pero las sociedades modernas están experimentando una preocupante disminución en la actividad física, especialmente entre niños y adolescentes.

Esta tendencia, que se asienta en la adolescencia y se agudiza en la edad adulta se refleja en lo siguiente que dice (Airasca, 2012, p. 26)**,** "Actualmente, muchos estudios epidemiológicos, avances en fisiología del ejercicio, experiencias clínicas y datos antropológicos nos permiten afirmar que una cantidad de actividad física es necesaria para una óptima calidad de vida Si bien no son pocos los estudiosos que formulan teorías del aprendizaje sustentadas desde el movimiento y la mayoría de las formas de educación graduada contemplan programas de educación física y deportes, se está observando en las sociedades capitalistas contemporáneas tanto en los países denominados desarrollados como por mímesis cultural y procesos de globalización en los países periféricos una tendencia a la inactividad física en las poblaciones infantiles que se afianza en la adolescencia y se profundiza en la edad adulta."

Siguiendo con lo mencionado anteriormente, encontramos coincidencias de ideas donde se ve reflejado en el siguiente libro de (Mendoza et al., 2022), Durante las últimas décadas, especialmente en los países industrializados, se produjeron cambios sociales y tecnológicos que fueron conduciendo a una expansión cada vez más generalizada del sedentarismo entre adolescentes.

Para una breve descripción de actividad física, la cual aparece como un concepto que debemos tener en cuenta para nuestra investigación, se refleja en el artículo "Sedentarismo en la

actividad física deportiva-recreativa y fitness total", que nos dice lo siguiente: "La actividad física hace referencia al movimiento, la interacción, el cuerpo y la práctica humana. Como en muchas otras manifestaciones de la vida, la actividad física aglutina una dimensión biológica, otra personal y otra sociocultural" (Alvarez & Cosentino, 2003, p.20)

Objetivo general:

1) Analizar cuales son los factores que conllevan una baja participación a las prácticas de ejercicio físico durante las clases de educación física en los adolescentes varones de 4to año 1ra división de la escuela San José de la ciudad de Rosario.

Objetivo específicos:

1) Identificar de qué manera influye el entorno social del adolescente en la baja participación a las prácticas de ejercicio físico dentro de la clase de educación física.

2) Examinar el rol de la educación en la divulgación del ejercicio físico.

3) Abordar los factores cognitivos del adolescente que influencian a una baja participación en las prácticas de ejercicio físico durante la clase de educación física.

Palabras clave:

- Ejercicio físico.
- Adolescentes.
- Educación física.
- Motivación intrínseca y extrínseca.
- Interés por ejercitarse.

Marco teórico:

Ejercicio físico, diferencias de conceptos, consecuencia de la ausencia y beneficios:

El ejercicio físico es mucho más que simplemente mover el cuerpo, es una herramienta la cual tiene un gran poder y es accesible para mejorar nuestra salud y calidad de vida. En un mundo cada vez más sedentario comprender el valor que tiene el ejercicio físico es de suma importancia. Para una definición más académica: "El ejercicio físico es toda actividad física planificada y estructurada que se realiza con la intención de mejorar o mantener uno o varios aspectos de la condición física" (Majen et al., 2000, pág. 2). Al mencionar la condición física (Majen et al., 2000), nos da a entender que es el desarrollo o adquisición de las capacidades físicas básicas, es decir, resistencia cardiovascular, flexibilidad, fuerza muscular, coordinación y composición corporal.

Diferencias en el concepto de actividad física, ejercicio físico y deporte

Teniendo en cuenta que el ejercicio físico es toda actividad física planificada y estructurada que se realiza con un objetivo a fin, podemos diferenciar este concepto empezando con el de actividad física "La actividad física es un comportamiento complejo y difícil de definir. Engloba actividades de baja intensidad, como bajar escaleras, jugar o pasear, hasta otras más extenuantes, como realizar una maratón." (Majen et al., 2000, pág. 2) Tal como la define Caspersen, nos referimos a la actividad física que implica todo movimiento corporal capaz de producir un gasto energético por encima del metabolismo basal (Caspersen et al., 1985). La actividad física se suele definir según el ámbito en el que se realice: en el trabajo, en el tiempo libre, en los desplazamientos y en casa (cuidado de la casa, etc).

Por otro lado, en un artículo de Unicef, habla sobre el deporte que ha sido definido por la Organización Mundial de la Salud como "todas las formas de actividad física que, a través de la participación casual u organizada, tienen como objetivo expresar o mejorar la aptitud física y el bienestar mental" (*Guia Actividad Física*, n.d.). Este no es más que otro significado que se diferencian de la actividad física y el ejercicio físico como hemos descrito anteriormente.

En resumen, toda forma de ejercicio físico es actividad física, pero no toda actividad física es ejercicio físico. El ejercicio es actividad física con un propósito específico de mejorar o mantener la condición física.

Consecuencia de la ausencia de movimiento físico

El ser humano, a lo largo de su historia evolutiva, ha estado genéticamente programado para la actividad física intensa. Sin embargo, los avances tecnológicos y el estilo de vida moderno han creado una profunda desconexión con esa herencia, llevándonos a una era de sedentarismo que choca directamente con nuestra naturaleza biológica

Como adelantamos anteriormente. Durante varios millones de años los seres humanos tuvieron que consumir grandes cantidades de energía en la búsqueda de alimento, desarrollando sistemas de enorme eficacia para su producción y almacenamiento. No obstante, el progreso científico y tecnológico desde mediados del siglo XIX ha hecho que, especialmente en los países desarrollados, los seres humanos se encuentren mal adaptados a un tipo de vida en la que existe una enorme disponibilidad de energía y en la que ya no es necesario un gran esfuerzo físico. La sociedad actual no favorece la actividad física, y factores tales como la automatización de las fábricas, los sistemas de transporte o la amplia gama de equipos electrónicos en las viviendas han

reducido de forma muy apreciable la necesidad de desarrollar trabajo físico y han fomentado el sedentarismo (Márquez Rosa & Garatachea Vallejo, 2010) en (Jackson et al., 2003).

Este fenómeno de la digitalización es especialmente importante en la población infantil, que invierte una enorme cantidad de tiempo en la utilización de equipamientos electrónicos, un hecho incluso fomentado en muchas ocasiones por el entorno familiar. (Márquez Rosa & Garatachea Vallejo, 2010) en (Sanz et al., 2006).

Por lo tanto, el avance tecnológico ha reducido la necesidad de realizar actividad física en la vida cotidiana, fomentando el sedentarismo. Este fenómeno afecta de manera particular a los niños, quienes pasan mucho tiempo usando dispositivos electrónicos, a menudo con el apoyo del entorno familiar, lo que contribuye aún más a la falta de actividad física en las generaciones más jóvenes.

Beneficios físicos, cognitivos y emocionales del ejercicio

El ejercicio tiene como objetivo mejorar o mantener la condición física y por ende mejora la salud. Es fundamental para el bienestar general del ser humano, ya que fortalece el sistema cardiovascular, mejora la fuerza muscular, la flexibilidad y el equilibrio, y contribuye al control del peso corporal. Además de los beneficios físicos, el ejercicio tiene un impacto positivo en la salud mental, ayudando a reducir el estrés, la ansiedad y mejorando el estado de ánimo. Incorporar el ejercicio físico regularmente en la vida diaria de cada uno es esencial para promover una vida saludable y prevenir enfermedades que pueden llegar a ser crónicas.

Adolescentes, factores influyentes y el entorno social:

En la transición de la niñez a la adultez la adolescencia representa una etapa crucial en el desarrollo humano, no sólo en términos de cambios físicos y psicológicos, sino también en la consolidación de hábitos que impactarán la salud a largo plazo. Teniendo en cuenta que el presente estudio tiene como objetivo explorar y analizar las causas subyacentes del desinterés de los adolescentes varones hacia el ejercicio físico, para así comprender mejor este fenómeno la OMS define a la adolescencia como la fase de la vida que va de la niñez a la edad adulta, o sea desde los 10 hasta los 19 años. Representa una etapa singular del desarrollo humano y un momento importante para sentar las bases de la buena salud. (Organización Mundial de la Salud, 2024)

Factores del desarrollo en la adolescencia que influyen en el desinterés a las prácticas de ejercicio físico

El desarrollo adolescente está determinado por procesos biológicos, cognitivos y socioemocionales y este desarrollo se suele describir por periodos.

Cuando hablamos de los procesos biológicos, implican cambios físicos en el cuerpo de las personas. “Los genes heredados de los padres, el desarrollo del cerebro, el aumento de peso y de estatura, las habilidades motoras y los cambios hormonales de la pubertad, todos ellos reflejan el papel que desempeñan los procesos biológicos en el desarrollo adolescente” (Santrock, 2003,p.13).

Los procesos cognitivos implican cambios en el pensamiento y la inteligencia de un individuo. Resolver un problema de matemáticas, memorizar un poema o pensar a que se van a

dedicar a futuro reflejan el papel que desempeñan los procesos cognitivos en el desarrollo adolescente. (Santrock, 2003).

Así mismo, los procesos socioemocionales implican cambios en las relaciones de un individuo con otras personas, las emociones, la personalidad y el papel que desempeñan los contextos sociales en el desarrollo. Contestar a los padres, agredir a otro adolescente, la alegría en una fiesta y la orientación de los roles sexuales de la sociedad, todos ellos reflejan el papel que desempeñan los procesos socioemocionales en el desarrollo adolescente. (Santrock, 2003).

Para poder sintetizar lo desarrollado, los procesos de desarrollo biológicos, cognitivos y socioemocionales no trabajan de manera aislada, sino que más bien se relacionan y trabajan en conjunto para formar a la experiencia adolescente como así también a sus comportamientos. El desinterés por el ejercicio físico en esta población puede por tanto interpretarse como una manifestación de estas interacciones difíciles de entender. Los cambios biológicos, como el aumento de peso o las subidas y bajadas hormonales pueden influir en la imagen corporal y la autopercepción, llevando a evitar actividades físicas. A nivel cognitivo la capacidad de pensamiento abstracto puede no ser suficiente para valorar los beneficios del ejercicio físico a largo plazo, mientras que pensar en el presente y la satisfacción del momento puede llegar a anteponerse. Finalmente, los procesos socioemocionales condicionan un poder de influencia, la necesidad de aprobación de sus compañeros y la búsqueda de identidad pueden dirigir la atención hacia actividades socialmente valoradas, en el caso contrario, podrían generar vergüenza o inseguridad que desmotivan la participación en las clases de Educación Física. Por lo tanto, cualquier intento de fomentar el ejercicio físico en adolescentes se debe considerar estos tres factores del desarrollo para ser más efectivos.

Influencia del entorno social

Cuando hablamos del entorno social del adolescente es inevitable pensar en la familia, hay autores que la definen como, “La unidad fundamental y primaria donde el ser humano se va haciendo persona, es la primera escuela donde descubre las formas básicas de la vida social y en la que aprende a relacionarse con el otro” (Pérez Serrano, 1998). Hay otras definiciones como la Organización Mundial de la Salud (OMS) que la ven como un conjunto de personas que conviven, organizadas en roles fijos (padre, madre, hermanos, etc.) con vínculos consanguíneos o no, con un modo de existencia económico y social comunes, con sentimientos afectivos que los unen.

En consecuencia con lo anterior, “se constata que la transformación y los cambios en las familias es uno de los principales factores de influencia en los modos de estar y de ser de los adolescentes” (Silva Diverio, 2007), dado que influye directamente en la forma y el grado en el que podrán satisfacer las necesidades existenciales (materiales, emocionales, etc) de ellos.

De otra parte, el ambiente y entorno que rodea a los adolescentes por fuera de los que es la familia llamado sociedad, ofrece al referenciado contenidos materialistas por encima de la transmisión de valores éticos, morales y humanísticos, lo que puede influir negativamente en su formación (Castellano Barca, 2013).

El rol de las amistades durante la adolescencia y la juventud es crucial para el desarrollo de la persona, de este mismo modo, es tan así que a los amigos se los ve como una "segunda familia". En esta difícil etapa de integración social, el impacto del grupo o de pares es determinante, con consecuencias tanto positivas como negativas. (Castellano Barca, 2013). Por lo tanto, nuestros componentes mencionados en el entorno del adolescente que los categorizamos

con mayor jerarquía son: la familia, los amigos y agregando a esos dos factores nos queda por mencionar a los medios de comunicación.

La interrelación de los adolescentes y los medios de comunicación es cada vez más constante. El impacto en la forma que tienen muchos jóvenes de percibirse a sí mismos y relacionarse con los demás, está condicionado a su rol en las redes sociales. Los adolescentes viven totalmente inmersos en un entorno digital, las plataformas tradicionales como la TV y la radio ahora se complementan con nuevas tecnologías digitales. Estas tecnologías no sólo ofrecen acceso instantáneo a entretenimiento, información y conocimiento, sino que también fomentan la participación interactiva, el contacto social y la exposición a la publicidad. La revista Pediatría integral nos dice por consecuencia que “Los medios poseen una enorme capacidad de influencia en el cambio y/o asentamiento de hábitos, patrones y conductas. En muchas ocasiones, la imagen de la juventud que se proyecta en los medios de comunicación está distorsionada” (Hidalgo Vicario, 2022, p. 219)

En definitiva, Inicialmente, la familia constituye la primera estructura social que forma las maneras básicas de relacionarse y valorar el bienestar de uno mismo. Sin embargo, a medida que el chico transita la adolescencia, el peso de la sociedad y de los compañeros se hace más relevante. Finalmente, la inmersión constante en los medios de comunicación y el entorno digital potencia la exposición a mensajes y patrones de conducta. En conjunto, estos factores como lo son la familia, los amigos y los medios de comunicación, crean un contexto social donde el ejercicio físico en un contexto formal como lo es en la escuela, más precisamente en la clase de Educación Física, lucha contra las condiciones que impone lo digital y las prioridades impuestas por el grupo de los mismos compañeros, lo que puede conllevar a un desinterés a las prácticas de ejercicio físico en el contexto formal.

Educación Física, concepto y principios generales:

Toca centrarnos en la noción del concepto actual de la educación física. Es importante señalar que este concepto fue adquiriendo diversos significados a través del tiempo, para ello, dependiendo del período histórico se fueron asociando con las formas de actividad física más populares de la época. En consecuencia, se pueden escuchar en el habla cotidiana términos que la reemplazaron o la usan como sinónimo, como por ejemplo: "gimnasia" o "deporte", entre otros.

No obstante, gradualmente marcamos anteriormente las distinciones entre conceptos relacionados como el deporte, la actividad física y el ejercicio físico, por nombrar algunos. En este apartado, nos dedicaremos más precisamente a la concepción de la educación física.

Puntualizando específicamente en el concepto de educación física encontramos que es una “Disciplina pedagógica que aprovecha los medios físicos para educar” (Guimaraes Rodríguez, 2003). “Es parte de la educación general que utiliza el ejercicio físico sistemático a fin de contribuir a un desarrollo físico, mental, emocional y social en el individuo” (Guimaraes Rodríguez, 2003). Este concepto de educación física es una ciencia aplicada, ya que tiene su fundamento en el conocimiento científico, como por ejemplo la dosificación e intensidad del ejercicio, etapas del desarrollo del educando, su funcionamiento, etc.

Por otro lado tenemos a la ley de educación nacional Argentina 26.206 que tiene por objeto la protección integral de los derechos de las niñas, niños y adolescentes que se encuentren en el territorio de la república Argentina, para garantizar el ejercicio y disfrute pleno, efectivo y permanente. Esta ley eleva a la educación física a un espacio curricular obligatorio y esencial,

como herramienta para el desarrollo integral, el conocimiento del cuerpo y la promoción de la salud física y mental, y los hábitos de vida saludables de los estudiantes.

Por lo tanto, la baja participación en las clases de educación física a nivel del adolescente indicaría que, si bien la Ley 26.206 define un concepto moderno y esencial de la disciplina, el desafío estaría en trabajar su implementación para que el adolescente perciba la educación física como algo valioso para su salud y desarrollo y no como una simple obligación o una prueba de habilidades físicas.

Principios generales de la educación física que inciden en la baja participación de los adolescentes varones

Principio de identidad corporal. El individuo conoce el mundo a partir de su entidad corporal y vive a través de su cuerpo (Cagigal, 1979). Tal principio podemos relacionarlo con la baja participación de los adolescentes en las clases de educación física. Si el adolescente no se involucra activamente en la educación física, limita su capacidad de conocer y relacionarse con el mundo desde “su cuerpo”. La baja participación puede reflejar un factor de rechazo de la propia identidad corporal, ya sea por timidez, miedo al juicio, no estar satisfecho con el físico o por la falta de habilidades, lo cual es un factor que incide directamente.

Principio de la significación sensorial. El ser humano alimenta su tono vital con estímulos sensoriales y el movimiento multiplica esta variedad (Cagigal, 1979). En esta cita de José María Cagigal hacemos referencia a la pérdida de estímulos, el hecho de no realizar una práctica física conlleva una reducción de manera notable en las experiencias sensoriales y motrices. Si la educación física escolar no ofrece estímulos motivadores o placenteros, por ejemplo, clases repetitivas o demasiado centradas en la competición, esto se convierte en un factor de desinterés que lleva a la baja participación, privando al adolescente del "alimento" del cual Cagigal hace referencia que su cuerpo y mente necesitan.

Principio de la interacción funcional. La interacción cerebro-aparato locomotor, estimulada por el ejercicio, garantiza el desarrollo personal y de las funciones del pensar (Cagigal, 1979). Están expuestos en este principio, el desarrollo cognitivo y personal. Esta cita eleva la educación física a una función más allá de lo físico, la baja participación podría indicar que el adolescente no está recibiendo los estímulos necesarios para ser más eficientes en esta interacción funcional. Podríamos argumentar como sospecha que factores como la metodología docente o la valoración social de la educación física inciden negativamente en el desarrollo integral que este principio garantiza.

Principio de la realidad antropodinámica. El ser humano está capacitado y hecho para moverse, viviendo en y por el movimiento. (Cagigal, 1979). Aquí encontramos una contradicción con la naturaleza humana. La baja participación va en contra de la esencia antropológica del ser humano. Entendemos que se debe investigar esos factores que son obstáculos o que también impiden al adolescente cumplir con su naturaleza humana de toda la vida. Esto justifica la urgencia de nuestro estudio, por ende, se debe investigar qué impide la realización de esta realidad.

Principio de la Identidad Antropológica. El movimiento ayuda al ser humano a "estar en el espacio" y aporta una educación del cuerpo y el movimiento (Cagigal, 1979). El permanecer quieto o sin hacer nada en las clases se traduce básicamente en un fallo en la educación del cuerpo en el espacio. La inactividad en las clases impide la adquisición de las destrezas, herramientas, habilidades, aptitudes y conocimientos sobre el cuerpo y el movimiento en el entorno. Si los adolescentes no participan están perdiendo esta educación corporal esencial. Factores como el ambiente de exclusión o la falta de competencias para ciertas prácticas pueden ser las variables de esta baja participación, que a su vez limitan su capacidad de interacción en el espacio como así también lo que se refiere a lo social.

Principio de la Asunción Personal del Movimiento. El ejercicio debe centrarse en el disfrute y el placer funcional, llevando al individuo a sentirse psicológicamente necesitado del movimiento y finalmente, al hábito (Cagigal, 1979). Esta idea de que el factor principal es el disfrute y placer, nos ayuda a argumentar la baja participación de los adolescentes varones. Esto puede estar directamente relacionado con que las prácticas escolares no están generando disfrute. En ese sentido hay que observar en dónde están esos factores que no generan tal disfrute, como por ejemplo realizar ejercicios de manera excesiva en la competición, o si solo se valora el éxito deportivo, el adolescente que no es hábil no encuentra placer. A su vez podemos dar un ejemplo con la monotonía o la repetición, las clases que no ofrecen variedad ni novedad no generan ese "puro placer funcional" del cual nos habla Cagigal.

La baja participación de los adolescentes varones en educación física choca con los principios del movimiento de Cagigal. No se trata solo quedarse a un costado de la clase, sino de limitar su desarrollo integral, pierden oportunidades para construir su identidad corporal y el placer esencial del movimiento donde en ese sentido vemos el principio de Asunción Personal.

Los factores que mencionamos como el miedo a quedar ridículo, la monotonía o la excesiva competencia, podrían ser las barreras que frustran esta vocación natural y educativa de la actividad física.

Motivación, concepto y teorías:

La motivación es necesaria para crear hábitos, intentar cosas nuevas, asumir desafíos y mantener el compromiso con una tarea significativa o que nos genere algo gratificante. También impulsa a satisfacer necesidades básicas como alimentarse, dormir o mantenerse vivo en situaciones peligrosas. Como hemos descrito, el estudio de la motivación comprende diferentes enfoques y a su vez investigaciones, dicho concepto tiene una definición común el cual se comparte con las ideas de varios teóricos. A lo largo de este apartado iremos adentrándonos en este concepto con diferentes teorías para poder tener un panorama más amplio y variable.

Teorías de la motivación

Teoría de la pirámide de Maslow. El psicólogo estadounidense Abraham Maslow presentó su teoría jerárquica de las necesidades. Este modelo es conocido popularmente como “la pirámide de Maslow”.

Las necesidades básicas se ordenan en una jerarquía claramente definida sobre la base del principio de potencia relativa. Así, la necesidad de seguridad es más fuerte que la necesidad de amor, porque domina el organismo de diversas maneras perceptibles cuando ambas necesidades se ven frustradas. En este sentido las necesidades fisiológicas (que se ordenan en una sub jerarquía) son más fuertes que las de seguridad, que son más fuertes que las necesidades de amor, que a su vez son más fuertes que las necesidades de estima, que son más fuertes que aquellas necesidades idiosincrásicas a las que hemos denominado necesidad de autorrealización. (Maslow, 1991, p. 88).

Maslow definió cinco categorías de necesidades, de más a menos básica, se trata de las necesidades fisiológicas (nutrición, sueño, sexo, etc.), de seguridad (vivienda, trabajo, salud), de amor y de pertenencia (amistad, intimidad sexual), de reconocimiento (autoconfianza, éxito en lo profesional) y de autorrealizacion (creatividad, espontaneidad, moralidad).

En consecuencia con lo expuesto, una de las cinco categorías como es la necesidad de pertenencia ya sea de amistad o de relación entre compañeros que nos habla Maslow es relevante porque el adolescente le tiene miedo a la exposición social y al juicio durante la actividad física. Si la clase de educación física no fomenta la inclusión o si el alumno se siente aislado por su desempeño, esta necesidad social básica no se satisface lo que desmotiva el compromiso con la actividad. A su vez, ese reconocimiento donde el adolescente busca una autoconfianza, si se percibe que solo se valora la habilidad física o el rendimiento en la clase y no su esfuerzo o mejora personal, su autoestima se ve afectada, por ende el abandono de la participación en una clase es un mecanismo para protegerse a sí mismo.

Teoría de las tres necesidades de McClelland. En los años que siguieron a la popularización del modelo de Maslow aparecieron múltiples planteamientos similares como la teoría de las tres necesidades de McClelland. Donde una definición implícita de motivación según lo que nos dice este autor es que es el conjunto de dimensiones permanentes y subyacentes de la personalidad que dirigen y seleccionan la conducta y la experiencia de un individuo (McClelland, 1976).

Como hemos mencionado anteriormente este planteamiento se centra en la medición y el efecto de tres necesidades principales que son los componentes centrales de la motivación tales como, la necesidad de afiliación, la de logro y la de poder:

Necesidad de afiliación:

Las personas con una elevada motivación de afiliación tienen fuertes deseos de pertenecer a grupos sociales. También buscan gustar a las demás, por lo que tienden a aceptar las opiniones y preferencias del resto. Prefieren la colaboración a la competición y les incomodan las situaciones que implican riesgos y falta de certidumbre (McClelland, 1976).

Según esta necesidad de afiliación la cual impulsa a buscar pertenecer a grupos sociales, intentar gustar a los demás y preferir la colaboración antes que la competición, en relación con una baja participación, argumentamos que en la adolescencia el miedo al juicio y al rechazo social es alto. Las clases de educación física mayoritariamente se encuentran implicada a exponer el cuerpo y las habilidades motrices en público, un adolescente con alta necesidad de afiliación podría evitar la actividad para no arriesgarse a cometer errores lo que llevaría a dañar su imagen social, como así también mostrar desinterés o ausentarse si el ambiente de la clase es muy competitivo ya que prefiere evitar situaciones que implican riesgo de exclusión.

Necesidad de logro:

Quienes están alto en necesidad de logro sienten impulsos intensos de alcanzar metas que comportan un elevado nivel de desafío y no se oponen a tomar riesgos por tal de conseguirlo, siempre que sea de forma calculada. En general prefieren trabajar solas que acompañadas de otras personas y les gusta recibir retroalimentación sobre las tareas que desempeñan (McClelland, 1976).

En ese sentido, quienes tienen una alta necesidad de logro sienten de manera intensa que deben alcanzar metas desafiantes y recibir cierta retroalimentación sobre sus acciones. la relación con esta baja participación en clase aparece si el entorno no satisface esta necesidad, ya sea por

una ausencia de desafío en las actividades donde puede ser percibida como demasiado fácil o por el contrario tan difícil y arriesgada que se siente inalcanzable, encontramos que el adolescente se desmotiva porque el desafío no es óptimo o accesible. Otro factor que se relaciona con esta necesidad de logro es la falta de retroalimentación de manera individualizada, si la clase se enfoca en el resultado grupal y no se ofrece feedback específico sobre el progreso personal, el adolescente con alta necesidad de logro no recibe la información que necesita para medirse a sí mismo y así perdería el impulso de superación.

Necesidad de poder:

A diferencia de las personas más afiliativas, aquellas personas en las que predomina la motivación de poder disfrutan compitiendo con otras con tal de ganar. Quienes tienen una alta necesidad de poder valoran mucho el reconocimiento social y buscan controlar a otras personas e influir en su comportamiento, frecuentemente por motivos egoístas (McClelland, 1976).

Aunque los adolescentes con alta necesidad de poder según la teoría suelen ser los más participativos en la clase de educación física, especialmente en actividades de competición, su presencia podría ser una factor indirecto de la baja participación de los demás. El clima de dominación por parte de los alumnos permitido por el docente habilita a que estos alumnos hagan propias las actividades, tomen decisiones y dominen el espacio, los alumnos con menor necesidad de poder y mayor necesidad de afiliación se sienten excluidos o controlados y como consecuencia podrían optar por quedarse a un costado de la clase.

Teoría de la fijación de metas de Edwin Locke. En contraste, el psicólogo estadounidense Edwin Locke elaboró la "Teoría de fijación de metas", la cual afirma que la intención de alcanzar una meta es una fuente básica de la motivación. Una meta es como aquello que una persona se esfuerza por conseguir, las metas son importantes para el ser humano ya que motivan y guían sus actos. La intención de alcanzar metas es una fuente básica de motivación para el ser humano. (Locke & Latham, 1990).

Además, podemos decir que las metas nos impulsan a dar lo mejor de nosotros mismos, a tener una ilusión o también una aspiración y a mejorar nuestro rendimiento. Según la teoría de fijación de metas de Edwin Locke, las personas buscan y crean sus propias metas mediante las decisiones previas adecuadas. Una vez establecidas las metas, las personas se comprometen para alcanzarlas, para Locke la mejor meta es la que se plantea como un desafío accesible, realista y posible.

En síntesis, la teoría de Locke enfatiza que la meta debe ser un desafío accesible, realista y posible. Un factor negativo sería si las clases de educación física son percibidas como una obligación sin un propósito de mejora personal para el alumno o si no se establece un objetivo definido, a causa de ello la motivación se vería reducida. Por último, como mencionamos en los apartados anteriores, si comprendemos que la desmotivación surge cuando la tarea es vista como demasiado fácil o demasiado difícil, la meta del adolescente se limita, ya que lo lleva a hacer el mínimo esfuerzo justificando la baja participación en clase.

Hipótesis:

- La falta de oportunidades para que los estudiantes elijan actividades que les resulten más atractivas.
- La motivación insuficiente del docente hacia los estudiantes en la realización del ejercicio físico.
- El grado de influencia que genera el docente al ignorar a sus estudiantes.
- La influencia de actitudes negativas hacia el ejercicio físico del entorno social..
- El mal estado de las instalaciones y la falta de recursos materiales.

Marco metodológico:

El propósito de este trabajo analiza los factores de la problemática del desinterés a las prácticas de ejercicio físico en las clases de educación física entre los adolescentes varones de 4to 1ra de la escuela San José en Rosario. Este marco metodológico se basa en una investigación de tipo bibliográfica, mediante la comparación de diversas fuentes y la aplicación de fundamentos teóricos relevantes para comprender los factores que afectan la falta de interés por el ejercicio físico de este grupo específico.

El tipo de metodología que se utilizó es cualitativa y se centrará en la recolección y análisis de datos no numéricos, facilitando la identificación de patrones, factores contextuales, variables, condiciones y significados en torno a la conducta de los estudiantes. Dado que la finalidad es identificar y describir las condiciones detrás de la falta de participación activa en las clases de educación física, emplearemos un diseño con enfoque exploratorio-descriptivo.

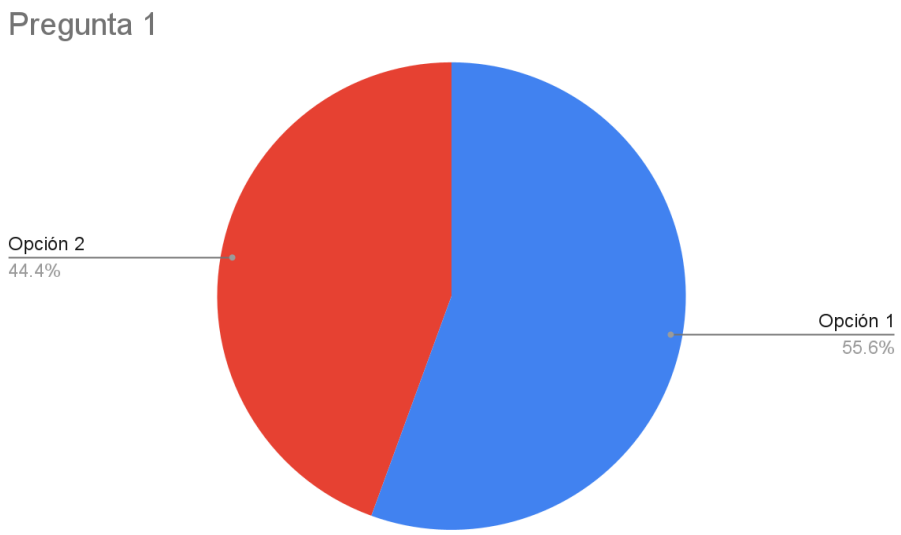
"Los estudios exploratorios sirven para familiarizarnos con fenómenos relativamente desconocidos, obtener información sobre la posibilidad de llevar a cabo una investigación más completa respecto de un contexto particular, indagar nuevos problemas, identificar conceptos o variables promisorias, establecer prioridades para investigaciones futuras, o sugerir afirmaciones y postulados." (Hernández Sampieri et al., 2014, p. 91)

Además, Sampieri respalda nuestra finalidad de la investigación cuando dice que "Con los estudios descriptivos se busca especificar las propiedades, las características y los perfiles de personas, grupos, comunidades, procesos, objetos o cualquier otro fenómeno que se someta a un análisis." (Hernández Sampieri et al., 2014, p. 92)

Para poder llevar a cabo esta investigación debemos definir a nuestra población, la cual Sampieri nos advierte que es el conjunto de todos los casos que concuerdan con una serie de especificaciones. Por ende la población sería los adolescentes varones de 4to 1ra de la escuela San José ciudad de rosario. Por otro lado, debemos considerar una muestra la cual es la totalidad o un subgrupo de la población del cual se recolectan los datos y que debe ser representativo de esta. En tanto así, nuestra muestra es de carácter intencional o de conveniencia ya que buscamos muestras representativas cualitativamente, es decir, que cumplan con ciertas características de interés para nosotros como investigadores. En consecuencia seleccionaremos intencionalmente a los individuos de la población hasta alcanzar el número necesario para nuestra muestra y garantizar la total representatividad.

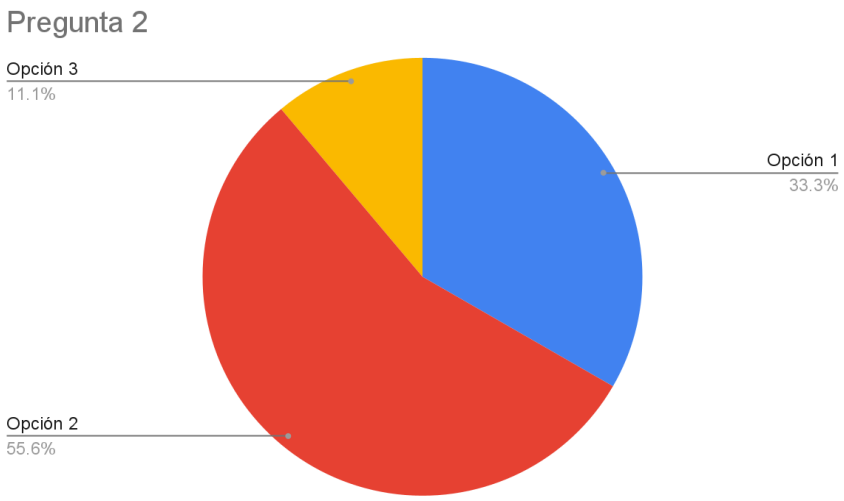
Así mismo, en una investigación disponemos de diversos tipos de instrumentos para medir las variables de interés y en algunos casos podemos combinar dos o más métodos de recolección de los datos. Para recolectar los datos necesarios en esta investigación, se utilizarán técnicas cualitativas como la observación directa, cuestionarios “Este no es otra cosa que un conjunto de preguntas, preparado cuidadosamente, sobre los hechos y aspectos que interesan en una investigación sociológica para su contestación por la población o su muestra a que se extiende el estudio emprendido” (SIERRA BRAVO, 1989, p. 304). Por otro lado, utilizaremos la entrevista como herramienta de recolección, que es un método de recolección primario que consiste en preguntar a una o varias personas su opinión sobre un tema. Todos estos instrumentos de mediciones sirven con el fin de obtener una comprensión más amplia y contextualizada del problema.

Análisis de campo:



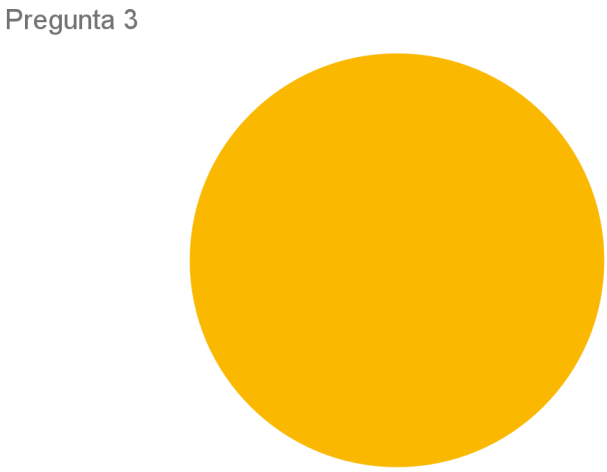
El primer cuadro busca determinar la percepción de los estudiantes sobre la variedad de las actividades propuestas en la clase de educación física, un factor el cual es importante en cuanto al interés y la motivación por la práctica.

Los datos arrojados por este cuadro indican que hay una división en cuanto a las opinioness que se encuestaron. El 55,6%, es decir 5 de 9 encuestados, manifestó que “Sí”, el repertorio de actividades es lo suficientemente variado para mantener su interés, lo que sugiere que para la mayoría la oferta de las prácticas de ejercicio físico es atractiva. Sin embargo, un porcentaje del 44,4%, 4 de 9 estudiantes, eligió la opción “A veces", indicando que la variedad no es una constante o que el interés se ve comprometido en algunas ocasiones. Es notable que ningún adolescente varón haya respondido "No", lo que excluye la variedad de actividades como un factor de desinterés total. Este hallazgo sugiere que, si bien la variedad es generalmente aceptada, existe un margen considerable para mejorar la diversificación y la innovación en las propuestas de las actividades para obtener la atención completa de los alumnos.

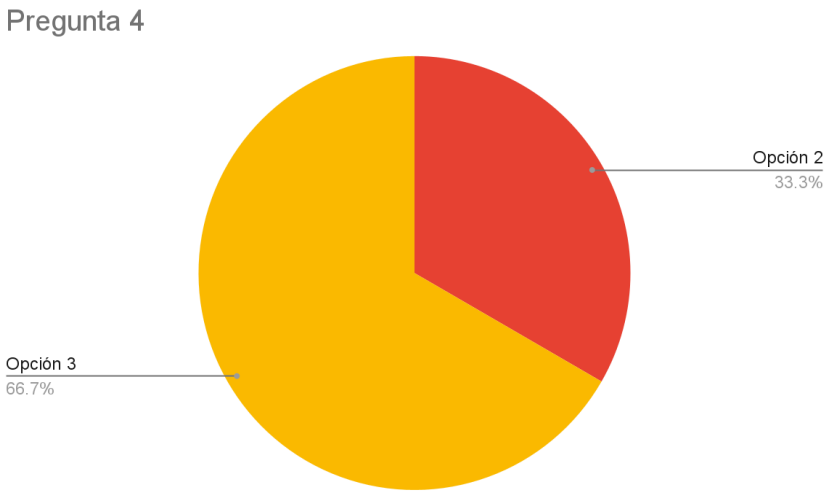


Respondiendo a la pregunta: ¿Sientes que la forma en que se presentan las actividades permite que los alumnos con diferentes niveles de habilidad puedan participar y sentirse incluidos?, la cual busca evaluar la percepción de los estudiantes acerca de la metodología de enseñanza y si esta promueve un ambiente inclusivo, permitiendo la participación equitativa de todos los alumnos, independientemente de su nivel de habilidad física.

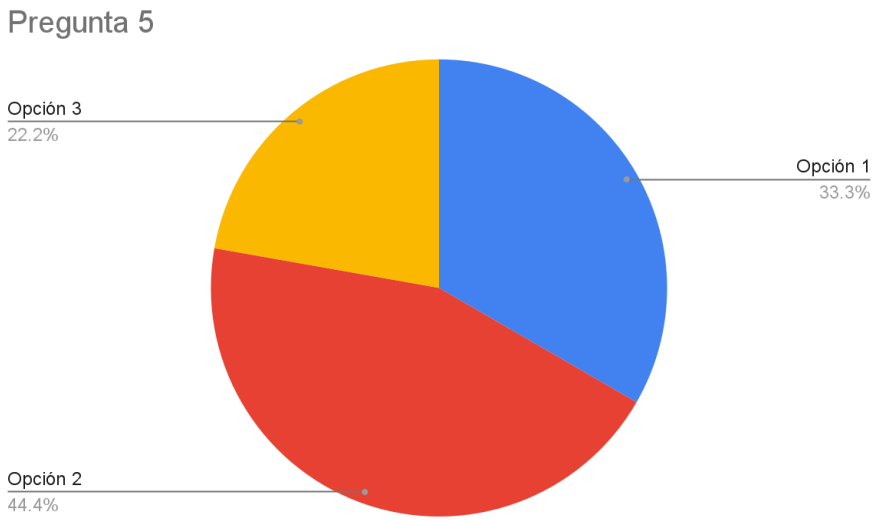
El análisis de este cuadro se ve relacionado en cuanto a la inclusión y la adaptación metodológica. La respuesta mayoritaria recae en la opción “A veces”, con un 55,6%, es decir 5 de 9 encuestados, lo que indica que para más de la mitad de la muestra, la presentación de las actividades no garantiza de manera consistente la participación y la sensación de inclusión de todos los compañeros. Solo un 33,3%, 3 estudiantes, afirmó percibir la inclusión “Sí”, mientras que un 11,1%, 1 estudiante, manifestó directamente que “No” y siente que la forma en que se presentan las actividades no permite la participación inclusiva. Este hallazgo sugiere que la baja participación podría estar directamente ligada a la falta de estrategias de enseñanza diversas y adaptadas que logren integrar a los alumnos con menores niveles de habilidad, haciendo que se sientan excluidos o desmotivados a participar.



Este cuadro busca descartar o confirmar si la complejidad de las reglas de las prácticas de ejercicio o la organización logística de la clase son factores que inciden en la baja participación de los adolescentes varones del colegio San José, explorando un posible factor de carácter cognitivo o estructural. El resultado arrojado fue muy claro, el 100% de los encuestados, es decir 9 de 9 estudiantes, seleccionó la opción “No”. En consecuencia, ningún alumno sintió que las reglas o la organización de las clases de Educación Física son demasiado difíciles de seguir o fueran la razón de su potencial baja participación. Este hallazgo nos permite a nosotros un posible descarte de manera absoluta que la dificultad en la comprensión de la clase sea un factor que incide negativamente en la participación de los alumnos de 4to año.

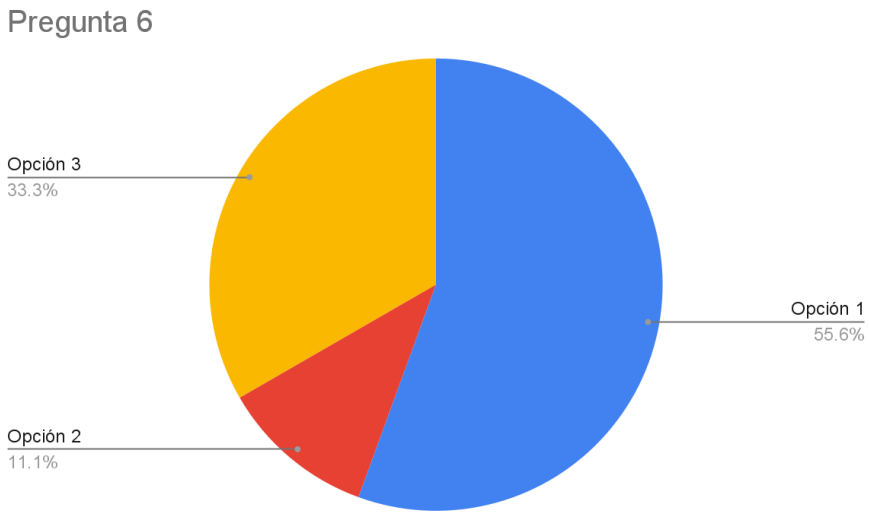


Este cuadro aborda si la falta de materiales o mal estado de la infraestructura representan una variable externa que impacta negativamente en la motivación y el deseo de los alumnos para participar activamente en la clase de educación física. Los resultados indican que para la mayoría de la muestra los problemas de infraestructura no son un factor directo de baja participación. Un 66,7%, es decir 6 de 9 encuestados, afirmó “No” sentir que la falta de materiales o el estado de las instalaciones influya negativamente en su deseo de participar. Sin embargo, un tercio de la muestra, el 33,3% (3 estudiantes), seleccionó la opción “A veces”, lo que sugiere que para una minoría pero que es relevante, el mal equipamiento o el espacio físico sí tienen un impacto de subidas y bajadas en cuanto a su motivación. Es importante destacar que ningún alumno afirmó que esto sea una influencia negativa constante. En resumen, si bien la infraestructura no es el factor principal de baja participación, su mejora podría eliminar la opción del "A veces" para un tercio de los estudiantes.



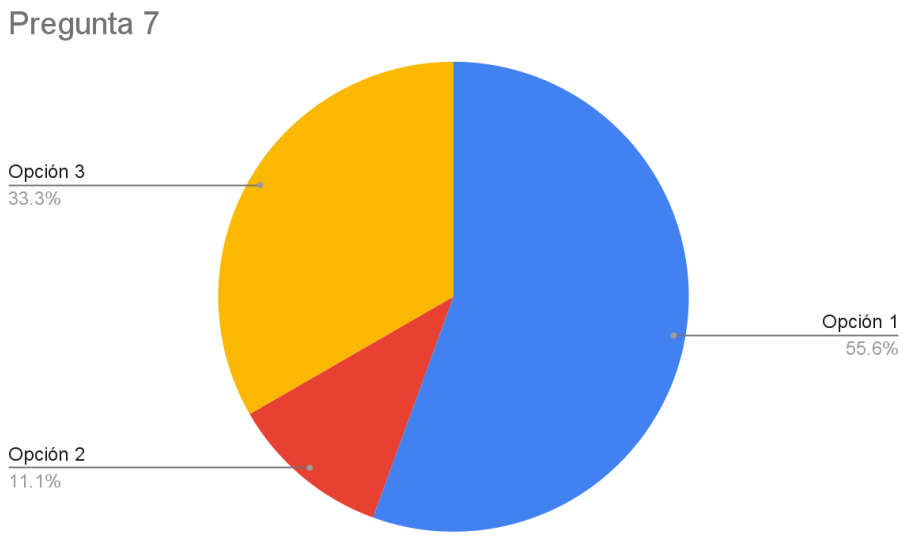
Se analizó el cuadro en relación a la pregunta: ¿Participas en la clase de educación física principalmente por la nota que obtendrás?. Esta misma se enfoca en el tipo de motivación que impulsa la participación de los alumnos, buscando determinar el peso de la motivación extrínseca, en este caso específicamente las notas obtenidas junto con los presentes de las clases.

Los porcentajes demuestran que la nota es un factor motivacional que predomina para la participación de los adolescentes. Al combinar las respuestas que indican que la nota es un factor principal, se obtiene que el 77,7% de los encuestados, es decir 7 de 9 estudiantes, están influenciados por la la nota que conseguirán. Específicamente el 33,3% (3 alumnos) afirmó que "Sí", su participación es principalmente por la nota, mientras que la mayoría el 44,4%, es decir 4 alumnos, indicó que es "En parte" por la nota. Solo el 22,2% (2 estudiantes) manifestó que "No" participa por la calificación. Este resultado sugiere que una parte de la participación observada podría no estar impulsada por un interés genuino en la actividad física o la salud, sino por la necesidad de cumplir con un requisito académico lo cual implica un bajo interés intrínseco.

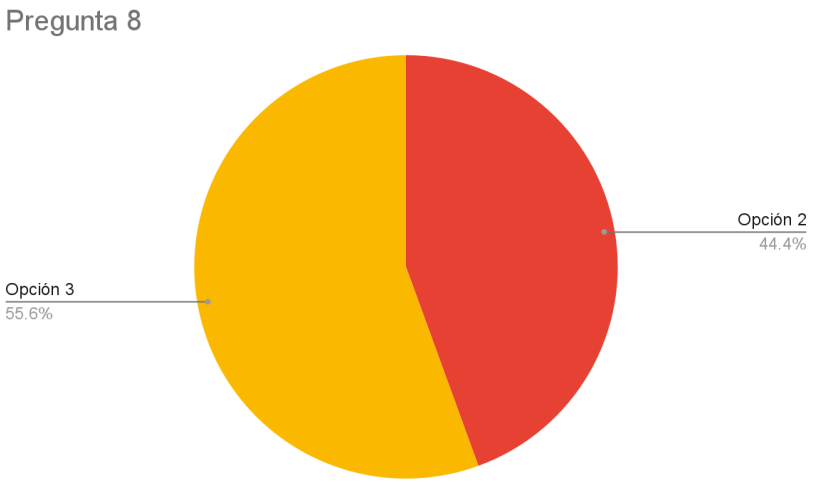


En este cuadro se analizó la percepción del clima social de la clase, examinando si existe un entorno de apoyo que permita a los estudiantes participar libremente sin temor al juicio, la burla de sus compañeros o la crítica excesiva del profesor.

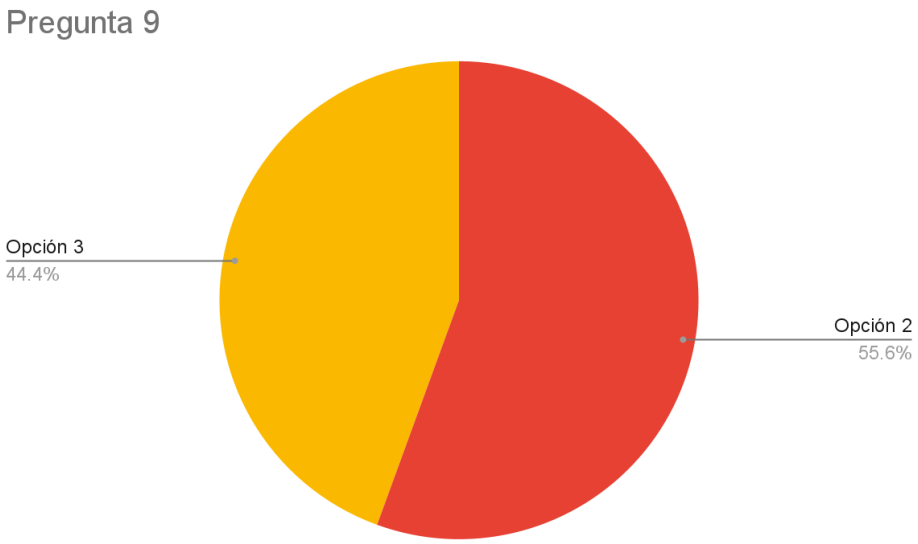
Aunque la mayoría, el 55,6%, es decir 5 de 9 encuestados, percibe que “Sí”, el ambiente de la clase permite equivocarse sin ser juzgado, el porcentaje de respuestas negativas se ve reflejado. Un claro 33,3%, 3 estudiantes, afirma directamente que “No” se siente libre de cometer errores sin juicio y un 11,1% (1 estudiante) percibe esta libertad “A veces”. En conjunto, el 44,4% de la muestra siente que el ambiente no es considerablemente seguro para la prueba y el error. Esto quiere decir que el juicio social o el temor al fracaso es un factor inhibidor importante para casi la mitad de los alumnos. La baja participación de estos adolescentes varones podría ser una estrategia para evitar la exposición y la potencial humillación ante sus compañeros o el profesor.



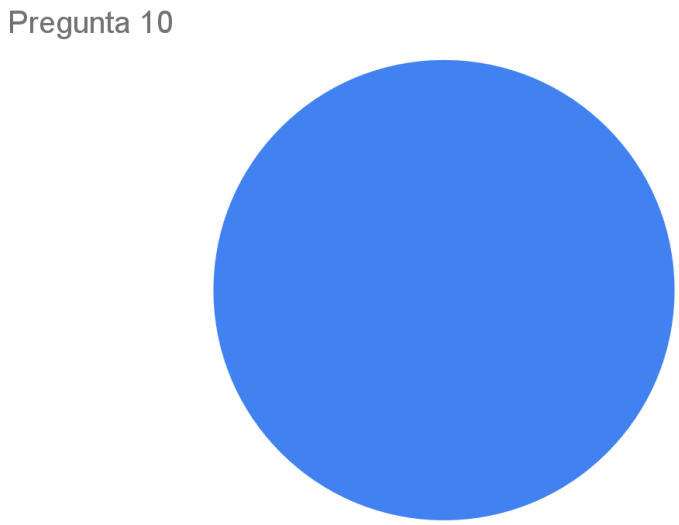
El resultado arrojado es evidente en relación a esta pregunta: ¿Tu interés en la clase baja cuando las actividades se enfocan solo en deportes que no sean el fútbol?. Este cuadro buscó medir la dependencia del interés de los adolescentes varones hacia el fútbol, explorando si la exclusión de este deporte del repertorio de actividades se convierte en un factor directo en la disminución de su motivación para participar en la clase de educación física. El porcentaje revela un claro análisis de fútbol-dependencia en el interés de los estudiantes. La mayoría 55,6%, es decir 5 de 9 encuestados, afirmó que "Sí", su interés en la clase disminuye cuando las actividades no son fútbol. Sumado al 11,1% (1 estudiante) que respondió "A veces", se tiene que el 66,7% de la muestra experimenta una caída en la motivación cuando se proponen otros deportes. Solo el 33,3%, 3 estudiantes, mantiene su interés sin importar el foco deportivo. En consecuencia, el foco predominante en el fútbol es un poderoso factor de motivación y su ausencia es un factor de desinterés para la mayoría, limitando un repertorio de actividades más amplio y educativo.



Este cuadro indaga sobre un factor social sobre la existencia de una posible norma grupal o presión entre compañeros que desaliente el esfuerzo en las clases de educación física. Si bien la mayoría 55,6%, es decir 5 de 9 encuestados, percibe el ambiente como libre de esta presión, una parte de la muestra sí la detecta. Un 44,4%, 4 de 9 estudiantes, indicó que siente esta presión "Un poco". Es crucial destacar que ningún alumno afirmó que esta presión exista de manera constante. La existencia de una minoría considerable que percibe una presión sutil para evitar el esfuerzo excesivo sugiere que es un factor latente en el grupo.



Si las clases se enfocarán en actividades donde no haya competencia ¿tu participación aumentaría? Los resultados arrojados sobre esta pregunta demuestran que la eliminación de la competencia no sería un factor que por sí solo aumentaría la participación de los alumnos de esta muestra. Un 55,6%, es decir 5 de 9 encuestados, afirmó que su participación “Es igual” sin importar si la actividad tiene un foco competitivo o no. Adicionalmente, un 44,4%, 4 estudiantes, respondió directamente que “No aumentaría” su participación. Cabe destacar que ningún alumno manifestó que su participación “Sí aumentaría” en ausencia de competencia.



La pregunta diez tenía como objetivo determinar la variable por la cual los propios adolescentes varones del colegio San José identificaban como la razón principal de su baja o directamente la no participación en las clases, contrastando factores como lo motivacional (la opción: “falta de interés”) contra el factor socioemocional (la opción: “miedo a hacerlo mal”). Los resultados arrojados de este último cuadro son claros, el 100% de los encuestados, es decir 9 de 9 estudiantes, seleccionó la opción “Falta de interés” como el motivo con el que se sienten más identificados al no participar en la clase. Es notable que ningún alumno haya manifestado que la causa sea el "Miedo a hacerlo mal" o la opción de "Ambas por igual". Este análisis establece que el factor primordial que incide en la baja participación de los adolescentes varones de 4to año 1ra división del colegio San José es la ausencia de interés.

Discusión:

El análisis de la baja participación de los adolescentes varones en educación física revela una clara desconexión entre los principios pedagógicos de la Educación Física y la realidad metodológica de la clase, lo cual es confirmado por la percepción del docente y las teorías de la motivación.

La teoría establece que la educación física debe asegurar la significación sensorial, como por ejemplo la variedad de estímulos, a su vez debe comprender el principio de la asunción personal del movimiento, traducido coloquialmente al disfrute.

La baja participación se asocia a la monotonía y la repetición que frustran la significación sensorial (Cagigal, 1979). Durante la entrevista, se le preguntó al profesor de educación física si creía que el repertorio de actividades que implementa era lo suficientemente diverso para motivar a la mayoría de sus alumnos, la opción que eligió fue "A veces”, donde fundamenta que le costaba encontrar actividades que los motiven a todos. Todo esto valida que la variedad de actividades es una dificultad clara y un factor que el docente identifica como limitante. Este hallazgo, donde la dificultad del docente se encuentra en la variedad para realizar las actividades, tendría relación con las respuestas del cuestionario que señalan la falta de interés o la preferencia por actividades no convencionales. La limitada oferta que se les ofrece a los alumnos actúa de tal manera que reduce el placer funcional, lo cual es lo contrario a los que nos dice el principio de educación física de la asunción personal del movimiento.

La falta de participación como mecanismo de autoprotección es el hallazgo más claro al cruzar el marco motivacional con la realidad social de la clase.

Según la teoría de Maslow (1991), las necesidades de amor y pertenencia que conlleva a ser aceptado por los pares y de estima o autoconfianza deben estar cubiertas para que el adolescente busque la autorrealización. Cuando el adolescente evita la práctica, es porque el entorno de la clase de educación física puede que no esté logrando satisfacer estas necesidades básicas. El temor a la burla o la crítica ante un bajo rendimiento o una habilidad motriz no adquirida amenaza directamente la estima, por ende el no participar de la clase se convierte en un mecanismo para proteger la imagen social propia y evitar la posible exclusión del grupo.

Por otra parte la teoría de McClelland, resalta que la alta necesidad de afiliación lleva a evitar riesgos sociales y competiciones (McClelland, 1976). Sí la educación física es un espacio que priorice la necesidad de poder o logro, es decir ganar, demostrar una habilidad, etc, el alumno afiliativo se siente incómodo, la exposición a la competencia tradicional es percibida como un riesgo de exclusión que podría dañar su imagen social, por lo que la opción más segura es la inactividad.

Así mismo, el principio general de educación física de identidad corporal (Cagigal, 1979) postula que el individuo se conoce y se relaciona con el mundo a través de su cuerpo, donde la inactividad puede ser traducida a un rechazo a esa identidad para protegerse. La baja participación forzada por el miedo al juicio genera una crisis en la construcción de la identidad corporal, en consecuencia el adolescente podría no estar limitando solo su ejercicio, sino que está rechazando activamente su cuerpo como instrumento de interacción social y aprendizaje.

El docente admite esta barrera citando: "procuro generar un clima de respeto y confianza", y valora el esfuerzo usando actividades cooperativas para disminuir la presión. Cuando el cuestionario revela que los adolescentes evitan participar para no ser juzgados o por

miedo al bajo rendimiento, se confirma que la necesidad de pertenencia y seguridad psicológica (Maslow) no está completamente cubierta. A su vez, el ambiente social competitivo promovido indirectamente por el profesor o los alumnos con alta necesidad de poder (McClelland), se convierte en el factor clave que obliga al adolescente a dejar la clase y a no participar para asegurar su aceptación social.

La forma en que se diseñan y adaptan las actividades es fundamental para asegurar el desarrollo de la misma, especialmente en alumnos con baja habilidad, como lo exigen los principios pedagógicos.

La Teoría de la Fijación de Metas planteada por Locke requiere que las metas sean un desafío accesible y realista, si la actividad es demasiado difícil para un grupo se percibe como inalcanzable, resultando en desmotivación y baja participación. En relación a lo anterior, la entrevista realizada al docente, nos cuenta que implementa estrategias activas para realizar actividades con distintos niveles de dificultad y que a su vez organiza grupos que tengan diferentes habilidades motrices. Esto demuestra que el docente identifica el problema de la heterogeneidad de habilidades y aplica soluciones metodológicas. La baja participación de los alumnos de bajo rendimiento evidenciada en el cuestionario sugiere que, a pesar de los esfuerzos del profesor por adaptar las actividades, la percepción subjetiva del objetivo sigue siendo de poco alcanzable, los alumnos con menor habilidad no logran percibir las adaptaciones como un desafío accesible y en consecuencia se retiran para proteger su imagen, lo cual está ligado al factor de estima (Maslow).

El desinterés se revierte al ofrecer prácticas que cumplen con el valor real de la educación física, La teoría de las tres necesidades demuestra que el enfoque en poder (competencia)

excluye al afiliativo, en cambio el principio de asunción personal exige disfrute y valor intrínseco. Por otro lado tenemos a la ley 26.206 y la definición académica que ven a la educación física como una herramienta de salud psicofísica y de bienestar. El docente propone una solución curricular directa para ello, donde nos dice que incorporaría más actividades no convencionales, como circuitos de entrenamiento funcional, juegos cooperativos y musculación. La propuesta del docente apunta a resolver los hallazgos del cuestionario que señalan la futbol-dependencia de los adolescentes. La incorporación de prácticas de entrenamiento funcional no solo promueve la salud, sino que establece metas personales de logro (McClelland), sin la presión social directa de la competencia lo que es fundamental para recuperar la motivación intrínseca.

Conclusión:

El presente estudio, enfocado en la baja participación de los adolescentes varones de 4to año 1ra división de la escuela San José ciudad de Rosario, concluye con que este fenómeno no es una simple manifestación de vagancia individual, sino el factor visible de una clara desconexión cultural y curricular de la educación física con las necesidades motivacionales de esta población. El análisis riguroso de la teoría, el cuestionario aplicado y la entrevista al docente desembocan para identificar la fútbol-dependencia como el factor condicionante primario, cuya influencia es evidentemente cuando se potencia por ambiente de juicio entre compañeros al emerger una equivocación.

El hallazgo central de esta tesis es que la fútbol-dependencia anula la variedad de actividades. Al concentrarse la práctica escolar en el deporte hegemónico, se frustra directamente el ejercicio, el cual debe centrarse en el disfrute y el placer funcional llevando al individuo a sentirse psicológicamente necesitado del movimiento y finalmente al hábito, por ende al haber una hegemonía se elimina el disfrute para quienes no se identifican con esa práctica llevándolos a la inactividad. Los resultados del cuestionario muestran que el desinterés se dispara cuando las actividades no son dirigidas al fútbol, por ello mismo evidencia que la currícula no se está logrando y como consecuencia no satisface las experiencias sensoriales y motrices que se exige al desarrollo en el adolescente. El mismo Profesor valida esta barrera al admitir que le cuesta encontrar actividades que motiven a la totalidad de los alumnos, lo que subraya que la limitación de la oferta en cuanto a las actividades es una dificultad metodológica estructural que va más allá de su voluntad personal.

Esta monotonía y el foco en el fútbol dan lugar para que el ambiente al juicio actúe como factor una variable influyente y determinante de la inactividad y la no participación de los adolescentes en la clase. El entorno de la educación física al volverse un espacio de demostración de habilidades y destrezas en el deporte más valorado el cual es el fútbol, genera un ambiente riesgoso hasta el punto de ser hostil. Para casi la mitad de los encuestados quienes respondieron que el ambiente da lugar al juicio negativo luego de cometer errores, la inactividad se convierte en una estrategia de evitación que los protege de las situaciones de incertidumbre y que implican riesgos. El adolescente se ve forzado a un dilema el cual es arriesgar su imagen social al participar en una actividad donde no es bueno o sacrificar su desarrollo motriz al quedarse al margen de la clase de Educación Física. Esta elección defensiva deja en evidencia el principio donde el individuo vive a través de su cuerpo, es el mismo adolescente quien rechaza activamente su cuerpo como instrumento de interacción por un ambiente de juicio y crítica frente a una equivocación o error. En este contexto, elegir quedar al margen, la no competición y evitar situaciones de riesgo se traduce en la preferencia por la pasividad y quedarse al margen antes que la exposición.

La investigación ofrece una contribución sustancial al diagnóstico y la intervención pedagógica. La solución no reside en insistir en la obligación sino en transformar la práctica escolar. La propuesta del docente de incorporar entrenamiento funcional y juegos cooperativos es la vía para satisfacer las experiencia motrices y sensitivas y generar metas de logro accesibles que no dependan del rendimiento colectivo. Además, el estudio reforzó esta conclusión a través de la superación de los obstáculos metodológicos en el campo, el traslado forzoso al “Club Regatas de Rosario” para observar la práctica de remo demostró que la introducción de una actividad novedosa y ajena al fútbol tuvo la capacidad inmediata de alterar los patrones de

participación, confirmando así que la monotonía de un deporte es la principal barrera, factor o variable a combatir.

La repetitividad en un solo deporte conlleva a la pérdida de oportunidades de experimentar el placer funcional que proviene de un amplio repertorio en cuanto a los patrones de movimientos, desafíos y sensaciones. Al solo valorarse las habilidades motrices específicas requeridas por ese deporte dominante llamado fútbol hay una privación de otras habilidades, como así también da lugar a que se permita el deterioro del objetivo principal de la educación física el cual es la salud y bienestar tanto físico como mental.

En conclusión, la baja participación es un reflejo de un sistema escolar que por su fuerte dependencia cultural al fútbol, falla en satisfacer las necesidades psicológicas, físicas y pedagógicas del adolescente. El camino para aumentar la participación en educación física y honrar su rol como promotora de salud según como dice la Ley 26.206, exige un cambio de visión claro, como por ejemplo, diversificar la oferta de las actividades aun cuando sobrepasa la voluntad del docente por dicha diversificación, procurar que no solo haya competencia hegemónica y crear un espacio de seguridad psicológica que permita al adolescente varón recuperar el disfrute intrínseco del movimiento y construir su identidad motriz sin temor al juicio.

Como propuesta de mejora para comprender estos factores sobre la baja participación, se propone que futuras investigaciones realicen un estudio sobre los adolescentes en un contexto educativo mixto, es decir que haya más de un género en la población elegida, ya que el colegio San José es solo de varones, utilizando los mismos instrumentos aplicados en la escuela San José. Dado que la presente investigación analizó un entorno de varones solamente, donde el

factor de juicio y la presión social están fuertemente ligados a la fútbol-dependencia, es crucial determinar si los patrones de evitación, desinterés, etc, presentan diferencias significativas entre géneros. Este contraste permitiría aislar si el factor o la variable principal está relacionada a la currícula de la monotonía o si está intrínsecamente ligada a la dinámica social de género en la clase de educación física.

Referencias:

Airasca, D. A. (2012). *La cultura escolar: ¿una aproximación a la cultura sedentaria?* Universidad Abierta Interamericana.

Alvarez, M., & Cosentino, M. J. (2003). *"Durante las últimas décadas, especialmente en los países industrializados, se han producido cambios sociales y tecnológicos que han ido conduciendo a una expansión cada vez más generalizada del sedentarismo entre adolescentes"*.

Cagigal, J. M. (1979). *Cultura intelectual y cultura física*. KAPELUSZ.

Caspersen, C. J., Powell, K. E., & Christenson, G. M. (1985). *Physical Activity, Exercise, and Physical Fitness*.

Castellano Barca, G. (2013). El adolescente y su entorno. *Pediatría integral*. https://www.pediatriaintegral.es/wp-content/uploads/2013/xvii02/04/109-116%20Adolescente.pdf

Guia Actividad Fisica. (n.d.). Unicef. Retrieved September 5, 2025, from https://www.unicef.org/chile/media/3086/file/La%20actividad%20F%C3%ADsica.pdf

Guimaraes Rodríguez, T. (2003). *Educación física básica*. EUNED.

Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2014). *Metodología de la investigación* (P. Baptista Lucio, Ed.). McGraw-Hill Education.

Hidalgo Vicario, M. I. (2022). CÓMO REALIZAR LA ATENCIÓN AL ADOLESCENTE. *Pediatría integral*, *26*, 112. https://www.pediatriaintegral.es/wp-content/uploads/2022/06/Pediatria-Integral-XXVI-4_WEB.pdf#page=39

Locke, E. A., & Latham, G. P. (1990). *A Theory of Goal Setting & Task Performance*. Prentice Hall.

Majen, L. S., Viña, B. R., & Bartrina, J. A. (2000). *Actividad física y salud*. Masson.

Márquez Rosa, S., & Garatachea Vallejo, N. (2010). *Actividad física y salud*. Editorial Díaz de Santos, S.A.

Maslow, A. H. (1991). *Motivación y personalidad*. Díaz de Santos.

McClelland, D. C. (1976). *The achieving society: with a new introduction*. Irvington Publishers.

Mendoza, R., Mendoza Berjano, R., Santos-Rocha, R., & Gil, B. (Eds.). (2022). *La promoción de la actividad física en la sociedad contemporánea*. Ediciones Díaz de Santos, S.A.

Organización Mundial de la Salud. (2024). *Salud del adolescente*. https://www.who.int/es/health-topics/adolescent-health#tab=tab_1

Pérez Serrano, M. G. (1998). Familia y educación: Cuestión a debate. *Bordón: Revista de pedagogía*, *50*(1), 7-21.

Santrock, J. W. (2003). *Psicología del desarrollo en la adolescencia* (A. C. Pérez, Trans.). McGraw-Hill.

Serra Grima, J. R., & Bagur Calafat, C. (1996). *Prescripción de Ejercicio Físico para la Salud* (J. R. Serra Grima, Ed.). Paidotribo, Editorial S.L.

SIERRA BRAVO, R. (1989). *TECNICAS INVESTIGACION SOCIAL*. Ediciones Paraninfo, S.A.

Silva Diverio, I. (2007, enero 1). *La adolescencia y su interrelación con el entorno*. Instituto de la Juventud.

Anexo:

Entrevista al profesor de educación física de 4to año 1ra división del colegio San José ciudad de Rosario:

Pregunta 1:

Considerando el interés de los adolescentes de 4to 1ra y la currícula escolar, ¿cree que el repertorio de actividades que usted implementa es lo suficientemente diverso para motivar a la mayoría de ellos?

En relación a la pregunta, con cual de estas opciones te sentís más identificado::

1. Sí, la variedad no es el problema principal de la participación.
2. A veces, me cuesta encontrar actividades que los motiven a todos.
3. No, creo que la oferta curricular debería ser más diversa.

Respuesta:

Creo que en relación a la pregunta elijo la opción dos…a veces me cuesta encontrar actividades que los motiven a todos.

Pregunta 2:

¿Qué estrategias pedagógicas promueve usted para asegurar que el ambiente de la clase permita a los alumnos equivocarse y cometer errores sin ser juzgados?

Respuesta:

Principalmente una de las estrategias que utilizo es que procuro generar un clima de respeto y confianza desde el primer día.

Trabajo mucho con la idea de que el error es parte del aprendizaje; no un motivo de burla. En la práctica esto significa valorar el esfuerzo, no sólo el resultado y remarcar los progresos individuales.

También uso actividades en grupo donde la cooperación es más importante que el rendimiento, eso en lo que ayuda es a disminuir la presión y a fortalecer el compañerismo.

Pregunta 3:

¿Cómo intenta usted fomentar la motivación intrínseca y el disfrute en las prácticas, para que el valor de la actividad vaya más allá de la calificación?.

Respuesta:

Trato de que las clases sean del interés del alumno y sobre todo que puedan disfrutarlas. Además busco que puedan comprender que la actividad física no es solo una obligación escolar, sino una herramienta para mejorar su bienestar físico y mental. Más que nada utilizo dinámicas donde puedan elegir actividades o roles, promoviendo la autonomía y el sentido de pertenencia. Esto me permite a mi fortalecer y mantener la motivación por más tiempo.

Pregunta 4:

¿De qué manera adapta o diseña las actividades para garantizar que los alumnos con niveles de habilidad diferentes puedan participar, sentirse incluidos y tener una experiencia exitosa en la clase?.

Respuesta:

Intento realizar actividades con distintos niveles de dificultad o con variantes que permitan a cada alumno a participar según sus posibilidades. Por ejemplo, en los deportes, organizo grupos que tengan diferentes habilidades motrices y distribuyo diferentes roles para que todos se sientan parte…También valoro el progreso individual más que la comparación entre compañeros. Mi objetivo es que encuentren su propio modo de disfrutar del movimiento y puedan sentirse valorados y capaces dentro del grupo.

Pregunta 5:

Si usted pudiera priorizar otro tipo de actividades que no sean fútbol, ¿qué tipo de prácticas implementaría para captar el interés de los adolescentes varones con baja participación en la clase?

Respuesta:

Yo incorporaría más actividades no convencionales, como circuitos de entrenamiento funcional, juegos cooperativos y musculación. Estas opciones suelen atraer a los alumnos que no se sienten cómodos en los deportes competitivos tradicionales y ayudan a que éstos encuentren una forma de moverse, disfrutando de la actividad física.