

Título del trabajo final

**“RELACIÓN DE LA PRÁCTICA DEPORTIVA Y LAS HABILIDADES
SOCIALES EN ADOLESCENTES DESDE UNA PERSPECTIVA
PSICOPEDAGÓGICA”**

MARCELA GÓMEZ

Título a obtener:

Licenciatura en Psicopedagogía

Profesorado en Psicopedagogía

Fecha: Diciembre 2021

Agradecimientos

A Karina Gelis, mi profesora y guía fundamental para llevar a cabo este trabajo, por brindarme conocimiento y calidez humana.

A mi compañero de vida, Sergio, por apoyarme en cada paso, por sus palabras de aliento, y su constante ayuda para que pueda transitar este hermoso camino.

A mis hijos, Emilio y Martina, por ser mi sostén y alentarme a no bajar los brazos.

A mi mamá, Juana, por su ayuda incondicional, sus palabras de aliento y su ejemplo de lucha.

A mis hermanas y sobrinas por su ayuda, cariño y apoyo durante estos años.

A mis amigas incondicionales por su apoyo y palabras de aliento durante esta etapa.

A Alejandro y Marisa, por sus consejos, por alentarme siempre a seguir, a no bajar los brazos y por tenderme una mano cuando lo necesité.

A mis compañeras de curso, con quienes compartí este camino de alegrías, frustraciones, ayudas mutuas, esfuerzos y recompensas.

A los profesores de la Universidad Abierta Interamericana, que durante todos estos años compartieron sus conocimientos para formarme como futura profesional.

¡Muchas Gracias!

Resumen

Este trabajo de investigación tiene como objetivo comparar la cualidad de las habilidades sociales desarrolladas entre adolescentes escolarizados que realizan práctica deportiva y los que no realizan deporte, como así también se realizó la comparación de habilidades sociales entre adolescentes que realizan deporte colectivo y deporte individual.

Para llevarlo a cabo se administró un cuestionario cerrado sobre práctica deportiva y la Batería de Socialización autoadministrable BAS 3.

La investigación se realizó con un diseño cuantitativo, no experimental, descriptivo y transversal. Está organizado en dos partes, la primera contiene el marco teórico y la segunda, el marco metodológico.

Las conclusiones arrojaron diferencias principalmente en las escalas de conductas inhibitorias (Retraimiento y Ansiedad/timidez) entre adolescentes que practican deporte y quienes no, como así también entre adolescentes que practican deporte colectivo y quienes practican deporte individual.

Respecto de las escalas de habilidades sociales (Consideración con los demás, Autocontrol, Liderazgo y Sinceridad), las diferencias fueron menos significativas, pero de todas maneras se pudo demostrar que los adolescentes que practican deporte presentan más conductas de autocontrol, y liderazgo.

Palabras Claves: Actividad Física, habilidades sociales, deporte grupal, deporte individual

Índice

Agradecimientos	2
Resumen	3
Justificación	7
Antecedentes	9
Parte I	13
Marco teórico	14
La práctica de la Actividad Física y sus Beneficios en Niños y Jóvenes.....	14
La Dimensión Social del Deporte	15
Beneficios Psicosociales del Deporte	16
Deporte Colectivo.....	18
Deporte Individual	19
Deportes federados y amateur	20
Habilidades Sociales perspectiva histórica.....	21
Concepto de Habilidad Social	23
Las Habilidades sociales en niños.....	27
Las Habilidades Sociales en adolescentes.....	30
Parte II	33
Marco metodológico	34
Planteo del problema de investigación	34
Preguntas de investigación	34
<i>Objetivo general y objetivos específicos</i>	34
Objetivo General.....	34
Objetivos Específicos	35

Hipótesis o supuestos	35
Selección del diseño de investigación	35
Definición del tipo de investigación.....	35
Delimitación de la investigación	36
<i>Población</i>	36
<i>Unidades de análisis</i>	36
Ubicación geográfica de la población analizada	37
<i>Instrumentos utilizados</i>	37
Técnicas de recolección de datos	39
Análisis de los datos	40
Cuestionario sobre práctica deportiva.	41
<i>Gráfico 1: Descripción de porcentajes de adolescentes que realizan deporte y quienes no realizan práctica deportiva</i>	41
<i>Gráfico 2: Descripción de porcentajes de adolescentes que actualmente realizan algún deporte y quienes no</i>	42
<i>Gráfico 3: Descripción de porcentajes de adolescentes que realizan deporte colectivo e individual</i>	43
<i>Gráfico 4: Descripción del tipo de deporte que practican los adolescentes de la muestra</i>	44
<i>Gráfico 5: Descripción de porcentaje de adolescentes que practican deporte a nivel federado y amateur</i>	45
<i>Gráfico 6: Descripción de cantidad de tiempo que llevan los adolescentes practicando deporte</i>	46
<i>Gráfico 7: Descripción de porcentajes de cantidad de días que los adolescentes dedican a entrenar</i>	47
<i>Gráfico 8: Descripción de porcentajes de cantidad de horas semanales que los adolescentes dedican a entrenar</i>	48
Batería de Socialización BAS – 3.....	49

<i>Tabla 1: Comparación entre adolescentes que practican deporte y adolescentes que no realizan práctica deportiva.</i>	<i>49</i>
<i>Tabla 2: Comparación entre adolescentes que practican deporte colectivo y adolescentes que practican deporte individual.....</i>	<i>50</i>
Conclusiones	52
Recomendaciones	56
Limitaciones.....	57
Anexo	65

Justificación

Desde el diseño curricular según la Dirección General de Cultura y Educación de la Provincia de Buenos Aires (2018) para la educación primaria del primer y segundo, ciclo diseñado por la Provincia de Buenos Aires se sostiene que la presencia de la Educación Física en la Educación Primaria se inscribe en un enfoque de derechos, dado que comprende un conjunto de saberes, considerados como bienes culturales, que contribuyen a la formación integral y cuya apropiación por parte de los niños debe ser garantizada. En la actualidad, la Educación Física es concebida como práctica social que se manifiesta en diferentes actividades motrices propias de la cultura y como disciplina pedagógica en el ámbito educativo.

Allí interviene intencional y sistemáticamente en la constitución de la corporeidad y motricidad de los sujetos, en la apropiación de bienes culturales específicos, como las prácticas gimnásticas, atléticas, acuáticas, de vinculación con el ambiente natural, ludomotrices, motrices expresivas y deportivas.

En este sentido, la Educación Física contribuye a la formación integral de los sujetos, considerando a los estudiantes en su complejidad humana y en sus posibilidades de comprender y transformar su realidad individual y social.

En relación a sus posibilidades sociales Navarro (2009) sostiene que las relaciones interpersonales que se generan alrededor de la actividad física permiten incidir en la asunción de valores como el respeto, la aceptación o la cooperación, transferibles al quehacer cotidiano, con la voluntad de encaminar al alumnado a establecer relaciones constructivas con las demás personas en situaciones de igualdad. De la misma manera, las posibilidades expresivas del cuerpo y de la actividad motriz potencian la creatividad y el uso de lenguajes corporales para transmitir sentimientos y emociones que humanizan el contacto personal.

Estas conclusiones son respaldadas por autores como Gutiérrez (1995) quien plantea que, desde la perspectiva de la socialización, el deporte puede estructurarse en diversas situaciones sociales, entre las que se encuentra la escuela. Existe un amplio acuerdo en reconocer el elevado potencial socializador del deporte: puede favorecer el aprendizaje de los roles del individuo y de las reglas sociales, reforzar la autoestima, el autoconcepto, el sentimiento de identidad y la solidaridad. Además, parece que los valores culturales, las actitudes sociales y los comportamientos individuales y colectivos aprendidos en el marco de las actividades deportivas, vuelven a encontrarse en otros campos de la vida como el trabajo y las relaciones familiares

En este trabajo de investigación se pretenderá realizar de manera cuantitativa, un análisis comparativo entre alumnos que realicen una práctica deportiva extraescolar y los comportamientos facilitadores de socialización que desarrollan de acuerdo a si practican o no deporte y si lo realizan de manera individual o colectiva. Dicha información desde una perspectiva psicopedagógica puede ser utilizada como herramienta de intervención o tratamiento tanto en el ámbito escolar como clínico.

Antecedentes

A continuación, se presentarán estudios relacionados al presente trabajo de investigación.

Un estudio realizado por Maria, N; Contini, E. N (2016), de la Facultad de Psicología, Universidad Nacional de Tucumán, cuyo objetivo general de estudio fue evaluar la cualidad de las habilidades sociales de adolescentes escolarizados de 12 a 14 años, que practicaban deportes de contacto y de los que no practicaban deportes, residentes de San Miguel de Tucumán, Argentina. El objetivo específico fue describir y comparar las habilidades sociales de los adolescentes de la muestra.

El método muestra no probabilística se conformó por 261 adolescentes escolarizados (162 varones y 99 mujeres) entre 12 y 14 años de edad que practicaban deporte y que no practicaban deporte. El 62,5% de los participantes practicaban deportes y el 37,5% no practicaba ningún tipo de deportes. El estudio fue del tipo descriptivo con un diseño no experimental transversal. Como instrumento se utilizó una prueba autoadministrable, batería de socialización para adolescentes (BAS-3) y una encuesta sociodemográfica. Como resultados del análisis de la prueba BAS-3 se demostró que los deportistas se percibían con más comportamientos facilitadores de la socialización y liderazgo, en contraposición con sus pares que no practicaban deporte, notándose una diferencia significativa en ambos.

En la dimensión de auto control (AC) no se encontraron diferencias significativas. Por otro lado, los adolescentes que no realizaban deportes, se percibían con más comportamientos inhibidores de socialización, ya que se encuentra una diferencia significativa entre estos y los que practican deportes en las dimensiones de retraimiento y ansiedad social/timidez. Por otra parte, los adolescentes que practican deporte auto informaron sensibilidad social y preocupación por los demás, en particular

por aquellos que atraviesan situaciones problemáticas. También se auto percibían con roles protagónicos dentro de los grupos en los que se desenvuelven, mostrando ascendencia, iniciativa y capacidad para conducir y organizar actividades. A estas características subyace el sentimiento de confianza en sí mismo y espíritu de servicio. De los resultados obtenidos se infiere que los adolescentes deportistas se orientan hacia una perspectiva salugénica en su organización psicológica siendo proclives a desarrollar una personalidad saludable, que implica la presencia de comportamientos asertivos. La iniciación deportiva alcanza un pico máximo alrededor de los 12 años de edad; si se tiene en cuenta la etapa del ciclo vital en la que se halla el sujeto es necesario destacar la importancia de la participación deportiva a esta edad, repercutiendo sobre la autoestima y el desarrollo social.

También se indagó sobre un estudio referente a la relación entre las habilidades sociales y las actividades deportivas entre estudiantes universitarios chinos.

El estudio fue realizado por Lu Lv, Kazushi Takami de la Escuela de Postgrado de Desarrollo Humano y Medio Ambiente, Universidad de Kobe, Kobe, Japón en el año 2015, cuyo objetivo fue conocer el estado actual de las habilidades sociales entre los estudiantes chinos, centrándose especialmente en los estudiantes que participaban en clubes deportivos y hacían ejercicio físico con regularidad, y posteriormente se llevó a cabo un nuevo modelo de índices múltiples para explorar la relación entre las habilidades sociales y las actividades deportivas. Se investigó a 3.000 estudiantes universitarios mediante dos escalas denominadas Inventario revisado de habilidades sociales de los estudiantes universitarios chinos (RChUSSI) y la versión de los estudiantes universitarios chinos del cuestionario de agresividad de Buss-Perry (CC-BPAQ).

Se realizó un cuestionario a los 3.000 estudiantes universitarios que dio como resultado la devolución de 2.543 (84,7%) muestras. La recuperación efectiva de 2347 se llevó a cabo en el siguiente trabajo. En otras palabras, 2347 participantes (hombres = 1141, mujeres = 1206) fueron reclutados en el presente estudio, normalmente con edades comprendidas entre los 16 y los 29 años ($20 \pm 1,38$), que incluían 897 estudiantes de primer año, 933 de segundo año, 442 de tercer año y 75 de último año.

Entre ellos, había 780 miembros de clubes deportivos (MSC), 820 no miembros de clubes deportivos (NSCM) y 747 no miembros (NMs) que no participaban en ningún club.

El estudio utilizó las escalas RChUSSI y CC-BPAQ para observar el estado de las habilidades sociales de los miembros de los clubes deportivos entre los estudiantes universitarios chinos y trató de construir un nuevo modelo multi índice para explorar la relación entre las actividades deportivas, la agresividad y las habilidades sociales. Como resultado, se descubrió que el periodo de la escuela primaria y secundaria pueden ser los años más productivos para la consecución y el entrenamiento de las habilidades sociales. Y, la práctica de actividades deportivas y la realización de actividades deportivas ofrecen más oportunidades para que los alumnos aprendan y mejoren sus habilidades sociales. Por ello, animaron a los estudiantes de primaria y secundaria a realizar ejercicios físicos, que son beneficiosos para la salud física y mental.

Un ejemplo es el estudio realizado por Truslon (1986) el cual consistió seleccionar a un conjunto de estudiantes con las mismas características es decir, misma edad, mismo sexo y mismo nivel socioeconómico, dividió a este conjunto de jóvenes en 3 grupos, sometió a todos ellos a realizar un deporte durante 6 meses, 3 sesiones a la semana y cada sesión una hora.

El primer grupo realizó prácticas de taekwondo tradicional (destinado al

entrenamiento de la reflexión y la meditación filosófica), el segundo de taekwondo “moderno” y el tercero de fútbol y baloncesto. Los resultados fueron que el grupo que había practicado taekwondo tradicional obtuvieron una disminución de la agresividad, de la ansiedad y un aumento de la autoestima y de la destreza social, mientras que el grupo 2 (taekwondo “moderno) mostró incluso aumento de tendencias violentas y el grupo 3 (Baloncesto y Balonmano) no mostró notables diferencias.

Parte I

Marco teórico

La práctica de la Actividad Física y sus Beneficios en Niños y Jóvenes.

La OMS considera que la actividad física hace referencia a cualquier movimiento corporal producido por el músculo esquelético que precisa consumo energético, y ligado a este término se encuentra el ejercicio físico o deporte que se define como la actividad física planificada, estructurada, sistemática y dirigida a la mejora o el mantenimiento de uno o más componentes de la condición física. Ello incluye las actividades realizadas al trabajar, jugar, viajar, las tareas domésticas y las actividades recreativas (*¿Que es La Actividad Física?*, 2020).

En cambio “la condición física es considerada la medida de la capacidad de un sujeto para realizar una actividad física y/o ejercicio que integra la mayoría de las funciones corporales (aparato locomotor, cardiorrespiratorias, hematocirculatorias, endocrinometabólicas y psiconeurológicas) que estarán involucradas en el movimiento” (Martínez Vizcaíno & Sanchez López, 2008, p.108).

La práctica de actividad física promueve un estilo de vida activo y sano, fomenta o crea hábitos de adherencia a dicha práctica para que los estudiantes continúen activos, adquiriendo hábitos saludables y previniendo enfermedades y desarrollando la inteligencia holística de niños y adolescentes. (Chillón Garzón, 2004)

Los principales beneficios de esta actividad en los niños y adolescentes son el mantenimiento del equilibrio de energía y prevención del sobrepeso y la obesidad. Este factor es reconocido, entre otros autores, por Aznar y Aguilar (2014). En este sentido se visualiza su rol sobre la promoción del crecimiento y el desarrollo saludables de los sistemas cardiovascular y músculo-esquelético; y en la reducción de factores de riesgo relativos a enfermedades cardiovasculares, diabetes de tipo 2, hipertensión,

hipercolesterolemia, entre otras patologías. (Calero Morales, 2016 y Chávez Cevallos, 2017). Asimismo, permite incrementar la capacidad de los glóbulos para absorber oxígeno, mejorando no sólo la función muscular, pulmonar y cardíaca sino también la cerebral; (Ortiz Pulido, 2015) desarrollar capacidades como la percepción espacial, coordinación motora, la agilidad y el equilibrio y mejorar el proceso de crecimiento, debido a la estimulación que se produce a nivel de tejido óseo y muscular, entre otros beneficios (Calero Morales, 2016).

Mejora de la salud mental y del bienestar psicológico. Se reconoce la influencia de la actividad física, especialmente en la reducción de la ansiedad y el estrés; (Mera, 2018 y Gonzalez & Portolés, 2014) así como en la prevención del insomnio y el consumo de medicamentos. (Franchella, 2013) De igual forma, la literatura reconoce la capacidad de la actividad física de reducir la depresión, ayudar en la mejora de autoestima, la capacidad de concentración, la memoria y la función cognitiva. (Isorna Folgar., 2013)

Mejora de las interacciones sociales. La actividad física permite que los niños y adolescentes desarrollen a su vez, una amplia gama de competencias y cualidades, como la cooperación, la comunicación, el liderazgo, la disciplina, el trabajo de equipo, la concentración y la memoria; (Grados, 1998) y a que se prevengan, trate y rehabiliten en relación a problemas sociales tan graves como la delincuencia, adicción a las drogas, alcoholismo, violencia familiar, entre otros, de acuerdo a Vinueza & Reynaldo (2019).

La Dimensión Social del Deporte

En nuestra sociedad diversos sistemas de valores se configuran mediante el deporte: los procesos de identificación colectiva, de iniciación social, de representación nacional y grupal. Las formas de ocio como actividad y como espectáculo, el

compañerismo y la rivalidad, el éxito y el fracaso (Ossorio Lozano, 2012). El deporte interfiere plenamente en la vida cotidiana, influye en los procesos de socialización, determina una buena parte del tiempo libre, y constituye un punto de referencia clave para los procesos de identificación social. En diversos países, los éxitos deportivos se convierten en auténticas demostraciones sociales, o incluso, en reivindicaciones populares (Cayuela Maldonado, 1997)

Es decir, se trata de plantear el deporte como un identificador social y cultural definidor de la identidad y observar, de este modo, como determinadas prácticas deportivas permiten a los individuos llevar a cabo una estructura de identificaciones construida por los actores sociales que implican un sistema de adscripciones concreto. Dice Medina (1994) que, desde el punto de vista del deporte, la identidad se inscribe a la vez en signos objetivos y en sentimientos que constituyen un conjunto relativamente coherente. Así, el grupo deportivo aparece como una esfera de participación social y de familiaridad constitutiva conjuntamente de procesos identitarios. La solidaridad traduce la participación de cada individuo a la conciencia colectiva de grupo.

En el nivel de sociabilidad deportiva pueden darse poderosos vínculos identitarios entre los actores. Desde la pertenencia a clubes y/o equipos, sociedades deportivas, disciplinas concretas...se crean unos fuertes sentimientos de identidad colectiva. El hecho de practicar un deporte específico puede ser utilizado a nivel grupal como un elemento definidor de esa identidad. (Cayuela Maldonado, 1997, 10)

Beneficios Psicosociales del Deporte

Las investigaciones en este ámbito estudian cuáles son las influencias psicológicas y sociales que configuran la atracción inicial de los jóvenes hacia el deporte.

Estas influencias incluyen las actitudes y valores más relevantes dentro de la familia o del equipo. Según Ruíz García (2018), la mayoría de investigaciones en este campo se han basado en el paradigma del aprendizaje social, el cual identifica tres grupos de variables independientes —1) atributos personales, 2) agentes de socialización u otros significativos y 3) situaciones de socialización— consideradas como determinantes o causas de la participación activa en el deporte. La gran mayoría de estudios han centrado su atención en los agentes de socialización y exponen cómo gracias a su prestigio, proximidad y poder para recompensar y castigar influyen de forma muy relevante en el proceso de socialización. En referencia al grupo de atributos personales, aspectos como la falta de expectativas, motivaciones de logro, percepciones de habilidad, etc., no han sido lo suficientemente estudiadas de manera empírica para poderlos relacionar con los diferentes hallazgos en el marco de la socialización. Del mismo modo las situaciones sociales, es decir, el lugar donde la socialización se lleva a cabo ha recibido poca atención empírica bajo este paradigma.

La adquisición de habilidades sociales forma parte de las prácticas deportivas o de actividad física. Greendorfer (1992) manifiesta que al realizar alguna actividad física o deporte favorece el proceso de socialización de los más jóvenes, dotándolos de ciertas habilidades sociales que les serán muy útiles para afrontar situaciones de su vida cotidiana en cuanto al plano afectivo, social, político y económico.

La práctica regular de actividad física produce un aumento de la autoconfianza, sensación de bienestar y mejora del funcionamiento cognitivo. Generando un impacto directo sobre la salud psicológica, la calidad de vida, la mejora de los estados emocionales y el autoconcepto, así como disminuciones en los niveles de ansiedad, depresión y estrés, en una amplia variedad de poblaciones, sobre todo no clínicas (Fox, 1999; Márquez y Garatachea, 2013).

Vizcarra (2003) sostiene que los entrenadores deben estar en constante formación, con el fin de poder optimizar los entrenamientos y con ello el proceso de inferencia del niño de cualquier tipo de conocimientos. En el caso de las habilidades sociales, en edades tempranas favorecerá y ayudará a fomentar ciertos valores, actitudes y comportamientos que afectan directamente al proceso de socialización.

Por su parte Gutiérrez (1995) concluye que los valores más propicios de alcanzar a través de la actividad física y el deporte son los valores sociales que implican la participación de todos, respeto a los demás, cooperación, relación social, convivencia, lucha por la igualdad, compañerismo, justicia, preocupación por los demás, cohesión de grupo; y valores personales que implican habilidad (forma física y mental), creatividad, diversión, reto personal, autodisciplina, autoconocimiento, mantenimiento o mejora de la salud, logro (éxito-triunfo), recompensas, aventura y riesgo, deportividad y juego limpio (honestidad), espíritu de sacrificio, perseverancia, autodominio, reconocimiento y respeto (imagen social), participación lúdica, humildad, obediencia, autorrealización, autoexpresión, imparcialidad.

Deporte Colectivo

“Un deporte de equipo se refiere al tipo de deporte en donde la prueba se realiza entre dos equipos rivales, cada uno compuesto por la misma cantidad de jugadores, y que tienen como fin interactuar directamente y de manera simultánea para lograr un objetivo. El objetivo es lograr la mayor cantidad de puntos y obtener la victoria por parte del equipo al finalizar el tiempo estipulado” (*Deporte en Equipo*, 2017, párr. 1)

Según Parlebas (1989), los deportes colectivos son situaciones socio motrices en las que la incertidumbre se encuentra en el compañero, en el medio y en el adversario.

La práctica de una disciplina de conjunto no solo favorece la salud física (desarrollo y aumento de sus capacidades: fuerza, resistencia, velocidad, flexibilidad, coordinación, equilibrio) sino también propiciará la promoción y práctica de valores, los cuales permanecerán para siempre, asentando la base de hábitos y disciplinas que repercutirán en una mejor calidad de vida. La autoestima y la confianza en sí mismo hará del deportista una persona que, en términos generales, desarrolle conductas armónicas y estables en su vida.

El aumento de la capacidad de socialización permite al deportista colectivo obtener el reconocimiento y afecto de quienes comparten intereses comunes y se esfuerzan por alcanzar un mismo objetivo. Finalmente, la práctica de deporte tiene efectos emocionales beneficiosos en todas las edades y géneros. (Bondancia, s.f.)

Deporte Individual

Antón (1989) define al deporte individual como aquella actividad física de carácter psicomotriz, en la que la incertidumbre en su realización sólo puede provenir del adversario directo o del medio en que se desarrolla.

Por su parte, Hernández y Rodríguez (2004) los definen como todos aquellos deportes en los que la participación es individual, sin presencia de compañeros ni adversarios que puedan perjudicar la ejecución del gesto distinguiendo, según las características de medio, los de medio fijo como salto de altura y los de medio fluctuante como el windsurf.

De un modo más reciente, Ruiz (2012) indica que los deportes individuales son aquellos en los que el participante se encuentra solo en el espacio y afronta una situación motriz, superándose a sí mismo, a una marca, a una distancia o una puntuación.

La característica más significativa de los deportes individuales consiste en que el individuo que actúa lo hace en solitario y, en consecuencia, no se produce ningún tipo de interacción o comunicación con compañeros, aunque sí puede existir con el medio (Parlebás, 1988).

Otras características que resalta Sebastiani (1999) son que el carácter competitivo de estos deportes se centra, fundamentalmente, en la superación de uno mismo. Esta circunstancia requiere del individuo la movilización de una serie de capacidades: control mental, concentración, estabilidad emocional y aceptación de un alto grado de responsabilidad. Valoran y ponen de manifiesto el nivel individual, facilitando de esta forma el conocimiento de uno mismo y la autovaloración personal.

Deportes federados y amateur

Cuando hablamos de la práctica del deporte con carácter competitivo, nos referimos al deporte federado de competición, que se trata de “deporte formal y reglado. Se realiza en clubes, asociaciones o agrupaciones deportivas. A él, ya no tienen acceso todos, sino los más dotados y los que buscan el aliciente de la competición. Está regulado por las Federaciones en sus diversos ámbitos locales, regionales y nacionales que dictan las normas correspondientes en cuanto a reglamentación, costos, sistema de organización, documentación, reconocimientos médicos y demás” (Del Real, s.f. p. 2)

Por otra parte, hay sujetos que deciden realizar la práctica de un deporte de manera amateur, es decir, “el deporte de todos, el del tiempo libre, de ocio y recreación. Se trata de la práctica regular de la actividad físico/deportiva, buscando la recreación, la interrelación personal y el cuidado de la salud a través de actividades carentes de agobio o de las exigencias de la competición formal y reglada” (Del Real, s.f. p.2).

Habilidades Sociales perspectiva histórica

Los orígenes del movimiento de las habilidades sociales según Gismero González (2002) podrían remontarse a los años 30, cuando especialmente desde la psicología social, diferentes autores estudiaban la conducta social en niños bajo distintos aspectos, que actualmente podríamos considerar incluidos en el campo de las habilidades sociales.

En 1935 al estudiarse el desarrollo social de los niños, se identifica lo que hoy llamamos conductas asertivas como buscar aprobación social, ser simpático, responsable, etc. y su importante impacto en la conducta social de los niños. Se distinguieron dos clases de asertividad: una socialmente asertiva y otra socialmente molesta y ofensiva. Asimismo, este enfoque se consideraba excesivamente mentalista porque explicaban la conducta social de los niños en función de variables internas, dando un papel secundario a las ambientales.

Posteriormente, su estudio tuvo un enfoque psicoanalítico, que favoreció un desarrollo más interpersonal del desarrollo de la personalidad y de las habilidades sociales. Tales estudios analizaron las relaciones sociales tempranas y la personalidad, y describieron los aspectos poco adaptativos del funcionamiento social del individuo. Aquello se dirigió a la reconstrucción analítica interpretativa de las experiencias

tempranas, sin centrarse directamente en enseñar al sujeto nuevas competencias sociales (Gismero Gonzalez, 2002).

Sin embargo, al estudio sistemático de las habilidades sociales se llega desde distintas vías:

a) La primera, considerada como la más importante, que recibe influencia de estudios pavlovianos sobre la actividad nerviosa superior. Se estudió la conducta asertiva e investigó sobre tratamientos o programas de entrenamiento efectivos para reducir el déficit de asertividad o habilidades sociales. Por esta época (años 70') aparecieron también diversos cuestionarios para medir la conducta asertiva, como así también una gran cantidad de libros, de carácter divulgativo, en los que se aplicaron los resultados de las investigaciones y se enseñaron técnicas de entrenamiento asertivo.

b) Una segunda vía estuvo constituida por estudios sobre la competencia social, que, con un enfoque desde la psicología social, investigaron con adultos institucionalizados y observaron que cuanto mayor era la competencia social previa de los pacientes internados en el hospital, menor era la duración de su estancia en él y más baja su tasa de recaída. El nivel de competencia social anterior a la hospitalización era campo de la psicología social. Estos estudios fueron ampliamente repetidos en distintas partes del mundo e incorporados a cursos de entrenamiento

Otra de las raíces históricas del movimiento de las habilidades sociales tuvo origen en Inglaterra, donde se realizaron importantes investigaciones de laboratorio sobre los procesos básicos de interacción social. Así, en Oxford se llegó a la formulación de un modelo de competencia social basado en las similitudes entre la conducta social y la ejecución de habilidades motoras, dando lugar a un copioso trabajo en el que se incorporaba la importancia de las señales no verbales.

Por lo tanto, se puede decir que la investigación de las habilidades sociales ha

tenido un origen diferente en los Estados Unidos y en Inglaterra. Mientras que en Estados Unidos el entrenamiento de las habilidades sociales estuvo firmemente enraizado en la psicología clínica y de consulta, en Inglaterra y en Europa la investigación sobre las habilidades sociales le debe más a la psicología ocupacional y a la psicología social. Estos diferentes orígenes aún se reflejan en el trabajo hecho por los investigadores de las habilidades sociales a ambos lados del Atlántico. (Gismero Gonzalez, 2002).

Concepto de Habilidad Social

Delimitar el concepto de habilidad social resulta complejo por su naturaleza multidimensional y su relación con otros conceptos afines. Es frecuente encontrar en la literatura especializada una proximidad del término con la denominada competencia social e interpersonal, la inteligencia social y las habilidades adaptativas, entre otros.

Fernández Ballesteros (1981) plantea que existe acuerdo entre los autores con respecto a la dificultad, e incluso imposibilidad de dar una definición satisfactoria del concepto de habilidad social. La variación terminológica respecto a las habilidades sociales es abundante; en diferentes bibliografías suele encontrarse términos tales como habilidades de interacción social, habilidades para la interacción, habilidades interpersonales, habilidades de relación interpersonal, destrezas sociales, intercambios sociales, conductas de intercambio social, entre otros.

Iruarrizaga, Gómez -Segura, Criado, Zuazo y Sastre (1999) consideran que la dificultad en establecer una definición radica en la conexión de ésta con el contexto.

Igualmente, debe pensarse en los recursos cognitivos con que cuenta el sujeto y que van a incidir en la expresión de sus habilidades sociales. Caballo (1993) resume que

los problemas para definir una habilidad social son básicamente de tres tipos:

El primero remite a la cantidad de investigaciones y publicaciones en las que se han empleado términos diversos para referirse a un mismo concepto; sobre todo el uso del término conducta asertiva reemplazado a mediados de los años setenta por el término habilidades sociales.

En segundo lugar, la dependencia de los comportamientos sociales al contexto cambiante. Aquí es relevante el marco cultural, las particularidades dentro de una misma cultura (subculturas), el nivel social, educativo y económico, que junto a las diferencias individuales (capacidades cognitivas, afectividad, sistema de valores, entre otros) imposibilitan establecer un criterio único de lo que se considera una habilidad social. De este modo, dos personas pueden comportarse de un modo diferente en una misma situación social, tener respuestas dispares ante una misma circunstancia y considerar que sus comportamientos sociales son igualmente efectivos.

Y en tercer lugar, las revisiones sobre la temática indican que las definiciones sobre habilidades sociales se han centrado más en las descripciones de las conductas que dan cuenta de esas capacidades que en las consecuencias que tiene la ejecución de dichos comportamientos.

Considerando estas apreciaciones, Fernández Ballesteros (1994), ha señalado algunas características que presentan las habilidades sociales:

a- Heterogeneidad, ya que el constructo habilidades sociales incluye una diversidad de comportamientos en distintas etapas evolutivas, en diversos niveles de funcionamientos y en todos los contextos en los que puede tener lugar la actividad humana.

b- Naturaleza interactiva del comportamiento social, al tratarse de una conducta interdependiente ajustada a los comportamientos de los interlocutores en un contexto

determinado. El comportamiento social aparece en una secuencia establecida y se realiza de un modo integrado.

c- Especificidad situacional del comportamiento social, por lo que resulta imprescindible la consideración de los contextos socioculturales.

Por su parte, Caballo (2005) menciona que las habilidades sociales son un conjunto de conductas que permiten al individuo desarrollarse en un contexto individual o interpersonal expresando sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de un modo adecuado a la situación. Generalmente, posibilitan la resolución de problemas inmediatos y la disminución de problemas futuros en la medida que el individuo respeta las conductas de los otros.

Siguiendo este énfasis en la resolución de situaciones interpersonales, León Rubio y Medina Anzano, definen a la habilidad social como “la capacidad de ejecutar aquellas conductas aprendidas que cubren nuestras necesidades de comunicación interpersonal y/o responden a las exigencias y demandas de las situaciones sociales de forma efectiva” (León Rubio & Medina Arzano, 1998, 15).

De este concepto se desprenden cuatro características centrales de las habilidades:

- a) su carácter aprendido,
- b) la complementariedad e interdependencia de otro sujeto,
- c) la especificidad situacional y
- d) la eficacia del comportamiento interpersonal.

Kelly (2002) define a las habilidades sociales como un conjunto de conductas aprendidas, que emplean los individuos en las situaciones interpersonales para obtener o mantener el reforzamiento de su ambiente. Según este autor, esta definición presenta tres aspectos fundamentales:

a) el hecho de que un comportamiento es socialmente hábil en la medida que implique consecuencias reforzantes del ambiente,

b) tener en cuenta las situaciones interpersonales en las que se expresan las habilidades sociales

c) la posibilidad de describir las habilidades sociales de modo objetivo.

De este modo, Kelly (2002) sostiene que las habilidades sociales son medios que tiene un sujeto para alcanzar sus objetivos.

Tanto León Rubio y Medina Anzano (1998) como Kelly (2002) remarcan la función que tienen las habilidades sociales para la resolución de situaciones interpersonales, lo que las torna necesarias para la adaptación al ambiente más próximo de la persona. Por su parte, al definir qué es una habilidad social es necesario considerar la etapa evolutiva que transita aquel que ejecuta dichas habilidades sociales, ya que las exigencias del ambiente no tienen la misma significación para un niño, un adolescente o un adulto.

Michelson y otros (1987) plantean que las habilidades sociales se adquieren a través del aprendizaje, por lo que la infancia es una etapa crítica para la enseñanza de éstas. Igualmente señala que su acrecentamiento está ligado al reforzamiento social. Precisamente, la práctica de las habilidades sociales está influida por las características del entorno; habilidades tales como pedir favores a otros niños, preguntar por qué a un adulto, tomar decisiones, son ejemplos en ese sentido.

El pasaje de la niñez a la adolescencia supone la adquisición de habilidades sociales más complejas, puesto que los cambios físicos y psíquicos implican una modificación del rol del adolescente respecto a cómo se ve a sí mismo, cómo percibe al mundo y cómo es visto por los otros (Martínez Guzmán, 2007). El mayor acercamiento a pares, particularmente del otro sexo, la utilización del tiempo libre y el uso del dinero,

entre otros aspectos, conlleva la puesta en marcha de habilidades de interacción verbal, de resolución de conflictos interpersonales, de elogio y de expresión de emociones positivas y negativas. Se ha encontrado que los adolescentes con alto nivel de entendimiento interpersonal y habilidades de comunicación positiva son los que mayor influencia tienen en sus iguales, lo que permite suponer que emplean un mayor número de habilidades sociales (Guzmán Saldaña, García Cruz, Martínez Martínez, Fonseca Hernández y Castillo Arreola, 2007). Lo descrito muestra que resulta relevante definir qué comportamientos sociales se adquieren tanto en la infancia como en la adolescencia.

Las Habilidades sociales en niños

Existe consenso en la comunidad científica respecto a que el período de la infancia y la adolescencia es un momento privilegiado para el aprendizaje y práctica de las habilidades sociales, ya que se ha constatado la importancia de estas capacidades en el desarrollo infantil y en el posterior funcionamiento psicológico, académico y social. De allí que resulta valioso identificar cuáles son las principales habilidades sociales propias de la infancia y la adolescencia. (Lazcuna & Contini de González, 2011)

El desarrollo de las habilidades sociales está estrechamente vinculado a las adquisiciones evolutivas. Si bien en la primera infancia las habilidades para iniciar y mantener una situación de juego son esenciales, a medida que el niño avanza en edad, son destacadas las habilidades verbales y las de interacción con pares. (Lazcuna & Contini de González, 2011)

En los años preescolares, las habilidades sociales implican interacción con pares, las primeras manifestaciones prosociales, la exploración de reglas, la comprensión de emociones entre otros (Lazcuna & Contini de González, 2011). La interacción con pares

suele ser más frecuentes y duraderas a partir de la actividad lúdica. El niño realiza una transición desde un juego solitario o en paralelo hacia otro más interactivo y cooperativo, donde la simbolización y el ejercicio de roles le permite la superación del egocentrismo infantil y la paulatina comprensión del mundo social.

Griffa & Moreno (2005) sostienen que, a los cinco años, por ejemplo, los juegos grupales se caracterizan por una activa participación y comunicación, donde ya es definido el liderazgo y todos los integrantes cooperan para mantener la cohesión.

Se analizaron diversas investigaciones sobre el desarrollo de la competencia social infantil y se encontró que, a los cuatro años aproximadamente, los niños ya suelen tener un concepto de sí mismos (Lazcuna & Contini de González, 2011).

Esta autodefinición posibilita que el niño desarrolle relaciones de amistad, principalmente con pares que les sonríen, saludan, les ofrecen una mano o tienen un mayor acercamiento físico. Una de las primeras manifestaciones prosociales del niño preescolar consiste en ayudar a otros niños o compartir un juguete o alimento. Investigaciones actuales sostienen que estos comportamientos aparecen aproximadamente desde los dos años de vida y son evidentes en el contexto familiar (Lazcuna & Contini de González, 2011).

De allí que la Psicología del Desarrollo enfatice la importancia de su promoción como un factor de prevención ante las conductas agresivas, incluso en poblaciones de riesgo, tal como lo señalan los estudios de Ikeda, Simon y Swahn (2001).

Monjas Casares (2004) sostiene que la interacción no tiene sólo un papel socializador para el niño, sino que promueve el desarrollo cognitivo, sobre todo a partir de la manipulación de un sistema de signos. Un indicador que resume tanto aspectos cognitivos como sociales es la comprensión que el niño hace de las emociones. Aproximadamente a los tres años, el niño desarrolla emociones dirigidas hacia sí

mismo, aunque subsiste una confusión respecto a experimentar diferentes estados emocionales y al mismo tiempo puede sentir orgullo o vergüenza, expresar quejas o halagos, aunque estos dependen en gran medida de cómo es su socialización y las características de la personalidad de las personas que lo rodean.

Ya en los años escolares, la participación del niño en situaciones interpersonales es cada vez mayor debido a su inclusión en otros contextos significativos (por ejemplo, el escolar o el de actividades extraescolares) (Monjas Casares, 2004).

En este período, las habilidades sociales enfatizan las relaciones con pares, por lo que son necesarias conductas y habilidades tales como saludar, hacer críticas y alabanzas, disentir, ofrecer ayuda, expresar opiniones, resistir a las presiones grupales, entre otras (Monjas Casares, 2004). Según Kelly (2002) las habilidades relacionadas con la competencia social infantil son los saludos, la iniciación social, el hacer y responder preguntas, los elogios, la proximidad y orientación, la participación en tareas y juegos, la conducta cooperativa y la responsabilidad afectiva.

Semrud-Clikeman (2007) sostiene que la integración del niño al ámbito escolar constituye una segunda socialización. La educación se produce en un contexto social, con sus características propias, donde los comportamientos sociales de los alumnos, de los maestros y la interacción entre ambos resultan de una primordial importancia para el proceso educativo como para el desarrollo de la competencia social infantil.

La interacción con los pares supone el aprendizaje de numerosas habilidades sociales para el niño. Así se aprende a dominar o proteger a los pares, a asumir responsabilidades, a devolver favores, a considerar los otros puntos de vista y a valorar las habilidades de los otros. Hoffman, Paris y Hall (1995) sostienen que estos aprendizajes son posibles por procesos como el refuerzo por parte de los compañeros (a través de halagos, imitación de la acción o la simple observación), el modelo de los

pares y la comparación social.

Un recurso muy importante para la aceptación del niño por parte de los pares es la habilidad para regular emociones, ya que controlar las reacciones emocionales le permite comprender las diversas variables de una situación social y no sentirse abrumado por su propio estado emocional. Denham y otros (1990) sostienen que aquellos niños que se relacionan satisfactoriamente con sus pares utilizan adecuadas estrategias de resolución de problemas, por lo que puede considerarse otra capacidad que potencia las habilidades sociales.

Otros recursos también importantes en esta edad son las habilidades para esperar turnos, guardar silencio cuando otros hablan, mostrar comprensión no verbal, habilidades para entablar un diálogo, para jugar e integrarse a grupos, entre otras. Se sostiene que ciertas características individuales potencian el desarrollo de estas habilidades, entre las que se destacan el sentido del humor y la capacidad de tolerar las burlas (Lazcuna & Contini de González, 2011).

A través del proceso de socialización, la mayoría de los niños aprende cuándo la agresión es aceptable y cuándo no. Los niños que utilizan la agresión de modo constante y sin una razón justificada suelen ser rechazados por sus compañeros a diferencia de aquellos que se defienden de otros y se niegan a ser dominados e insultados (Hoffman y otros, 1995). La popularidad está dada en este período por cómo el niño utiliza sus habilidades sociales dentro del grupo de pares para iniciar nuevas amistades, mantenerlas y resolver conflictos.

Las Habilidades Sociales en adolescentes

La adolescencia se conoce como un período posterior a la niñez que comienza con la pubertad. Su intervalo de duración varía según la fuente, pero generalmente

enmarca su inicio entre los 10 y 12 años y su finalización a los 19 o 20. Los adolescentes se plantean preocupaciones que ya no son las de la infancia, pero que todavía no coinciden con las de los adultos. Debido a los cambios producidos en la adolescencia y la gran relevancia que cobran las relaciones sociales en esta, las habilidades sociales se convierten en un elemento clave para alcanzar un buen ajuste y funcionamiento social (Allen & Waterman, 2019).

Zabala Berbena y otros (2008) exponen que los adolescentes dejan atrás las formas de socialización de la niñez para relacionarse con sus pares en la búsqueda de comprensión y aceptación social. Además, mencionan que en la adolescencia el entendimiento de lo social se vuelve más complejo, ya que se abandona el acatamiento pasivo de las normas sociales, surgiendo un comportamiento más crítico y desafiante. Por otra parte, comentan que los adolescentes tienen mayor presión por parte de padres y profesores, al esperarse de ellos comportamientos más complejos.

Papalia (2005) expresa que la adolescencia es un estado que se caracteriza por el compromiso que se establece con las elecciones hechas después de una crisis, siendo un periodo dedicado a explorar opciones. Además, señala que los adolescentes desarrollan su autoestima en el contexto de las relaciones con sus pares, sobre todo del mismo sexo.

También manifiesta que la adolescencia es un período caracterizado por cambios importantes tanto en el desarrollo físico, mental y emocional, como en las relaciones interpersonales, los cuales provocan contradicciones en la búsqueda de equilibrio del adolescente consigo mismo y con la sociedad a la que desea incorporarse. Por ello, explica que, los adolescentes están en un período dónde son moldeables a las influencias de los modelos sociales y de los entornos de la vida (Papalia, 2005).

En la misma línea, Marina y Bernabeu (2007), comentan que la adolescencia provoca problemas de sociabilidad y las relaciones familiares se tienen que rediseñar.

Declaran que es una etapa donde se busca la identidad y al mismo tiempo surge la necesidad de integrarse a un grupo, el cual pasa a convertirse en el principal agente educador.

A raíz de estas definiciones, se puede decir que se trata de una etapa de vital importancia en el ciclo de la vida caracterizado por la exploración de diversas opciones hasta alcanzar una estabilidad definitiva. En ella, el sujeto sufre un gran número de cambios físicos, intelectuales, sociales y emocionales, gracias a los cuales termina de conformar su personalidad y adquiere una serie de valores, habilidades, creencias y aprendizajes que marcarán su vida adulta. Dichos cambios pueden estar cargados de conflictos personales, familiares, escolares, etc. Por esta razón, en este período se torna primordial el desarrollo de la identidad y la autoestima. Es por ello, que en este ciclo cobra gran valor todo lo referente al ámbito de las relaciones sociales, ya que los individuos comienzan a ser más independientes de su familia y a buscar su identidad mediante la identificación con el grupo de iguales, quiénes se convierten en el primer agente educador. En ellos, el adolescente busca apoyo y aceptación, así como el desarrollo de su autoestima (Torres Álvarez, 2014).

Parte II

Marco metodológico

Planteo del problema de investigación

Advertir sobre la importancia de la realización de la práctica deportiva extraescolar en adolescentes escolarizados en el nivel secundario y su influencia en el desarrollo de habilidades sociales y conductas socialmente funcionales.

Tema

Relación entre la práctica deportiva extraescolar y las habilidades sociales en adolescentes escolarizados en el nivel secundario de la ciudad de San Nicolás de los Arroyos, Pcia. de Buenos Aires.

Preguntas de investigación

¿Existe relación entre la práctica deportiva extraescolar y el desarrollo de las habilidades sociales en adolescentes?

¿Los adolescentes que practican deporte extraescolar de manera colectiva desarrollan diferentes habilidades sociales que los adolescentes que practican deporte individual?

Objetivo general y objetivos específicos

Objetivo General.

Describir la diferencia en las Habilidades Sociales de jóvenes que realizan actividad deportiva y quienes no realizan, asimismo describir la diferencia de

Habilidades Sociales entre los jóvenes que realizan deporte de manera grupal e individual.

Objetivos Específicos

Indagar en la cualidad de las habilidades sociales de adolescentes escolarizados en el nivel secundario (entre 13 y 17 años).

Realizar una comparación de la cualidad de habilidades sociales entre adolescentes escolarizados en el nivel secundario que practican una actividad deportiva extraescolar y los que no realizan ninguna actividad deportiva.

Dentro de la variable de adolescentes escolarizados en el nivel secundario que practican deporte extraescolar, comparar las cualidades de las habilidades sociales entre los que realizan deporte colectivo y deporte individual.

Hipótesis o supuestos

No existe diferencia en las cualidades de habilidades sociales en jóvenes adolescentes escolarizados que realizan deporte extraescolar de manera individual y grupal sobre los que no realizan deporte.

Selección del diseño de investigación

El estudio se realizó con un enfoque cuantitativo, descriptivo con un diseño no-experimental, transversal.

Definición del tipo de investigación

En la investigación con enfoque cuantitativo, se usa la recolección de datos para probar hipótesis, con base en la medición numérica y el análisis estadístico, para establecer patrones de comportamientos y probar teorías (Sampieri et al., 2010).

Según Sampieri et al. (2010) el término diseño se refiere al plan o estrategia concebida para obtener la información que se desea.

En nuestro caso se optó por un diseño no experimental, el cual se divide tomando en cuenta el tiempo durante el cual se recolectan los datos. En el caso del tipo transversal se recolectan los datos en un solo momento, en un tiempo único, su propósito es describir variables y su incidencia e interrelación en un momento dado (Sampieri et al., 2010)

Delimitación de la investigación

Población

Adolescentes de 13 a 17 años escolarizados que practican deporte individual o colectivo y que no realizan practica deportiva.

Unidades de análisis

La muestra fue conformada por 30 adolescentes escolarizados en el nivel secundario (16 mujeres y 14 varones) entre 13 y 17 años que practican deporte de manera individual y colectivo y que no practican ningún deporte. El 66,7% de los participantes practican un deporte actualmente y el 33,3% no practica ningún tipo de deporte.

Dentro de los participantes que practican un deporte, el 65,2% realiza deporte colectivo y el 34,8% realiza un deporte del tipo individual.

Respecto de la intensidad y tiempo (hs. semanales) que dedican al deporte, los participantes manifestaron practicar entre 2 y 5 veces por semana, dedicando entre 3 y 8 hs semanales.

Ubicación geográfica de la población analizada

La muestra fue tomada en San Nicolás de los Arroyos, Provincia de Buenos Aires.

Instrumentos utilizados

Para el presente trabajo se utilizó una encuesta cerrada dirigida a adolescentes escolarizados en el nivel secundario, con el objetivo de recabar información complementaria para realizar el análisis de la prueba BAS -3 y poder alcanzar los objetivos específicos de este trabajo de investigación.

De dicho cuestionario se obtendrá información sobre la práctica o no de deporte en adolescentes, tipo de deporte (grupal o individual), cantidad días y horas en la semana que dichos adolescentes realizan la práctica deportiva.

Por otro lado se administró la Batería de Socialización BAS -3, un cuestionario que evalúa las siguientes dimensiones de la conducta social: Consideración con los demás (Co), Autocontrol (Ac), en las relaciones sociales, (con polo negativo de la conducta antisocial, especialmente del tipo agresivo), Retraimiento social (Re), Ansiedad social/Timidez (At), Liderazgo (Li) y Sinceridad (S). Está integrada por 75 ítems, aplicable a adolescentes de 11 a 19 años de edad, con dos opciones de respuesta dicotómica (Si-No).

El BAS 3 utilizado cuenta con una adaptación lingüística realizada en el proyecto SCAIT 26K-504, directora Norma Contini de la Facultad de Psicología, Universidad Nacional de Tucumán, año 2014-2018.

Los elementos de la BAS - 3 permiten lograr un perfil de la conducta social en función de las dimensiones antes mencionadas.

Los elementos correspondientes se presentan mezclados siguiendo la ordenación de la factorización y tipificación

1. La escala Consideración con los demás (Co) cuenta con 14 elementos, detecta sensibilidad social o preocupación por los demás, en particular por aquellos que tienen problemas y son rechazados o postergados.

2. La escala autocontrol (Ac) cuenta con 14 elementos, recoge una dimensión claramente bipolar que representa, en su polo positivo, acatamiento de reglas y normas sociales que facilitan la convivencia en el mutuo respeto, y en el polo negativo, conductas agresivas, impositivas, de terquedad e indisciplina.

3. La escala de retraimiento (Re) cuenta con 14 elementos, que detectan apartamiento tanto pasivo como activo de los demás, hasta llegar, en el extremo a un claro aislamiento.

4. La escala de Ansiedad/timidez (At) cuenta con 12 elementos, en los cuales se detectan distintas manifestaciones de ansiedad (miedo, nerviosismo) unidas a reacciones de timidez (apocamiento, vergüenza) en las relaciones sociales.

5. La escala de Liderazgo (Li) cuenta con 12 elementos, donde se detecta ascendencia, popularidad, iniciativa, confianza en sí mismo y espíritu de servicio.

6. La escala de sinceridad (S), cuenta con 10 ítems recogidos en el sentido inverso a la escala de Li.

Para realizar la corrección de las respuestas de las BAS -3, se deberá trasladar las marcas de las columnas SI y NO a los correspondientes recuadros de color amarillo en cada una de las filas y que finalmente cuente la cantidad de marcas de cada columna para obtener las puntuaciones directas (PD).

La interpretación se realiza en sentido contrario según se trate de escalas facilitadoras de la socialización (Co, Ac y Li) o perturbadoras de la misma (Re y At). Es decir, en las facilitadoras los percentiles superiores al término medio (P 75 o más) muestran mayor nivel de habilidades sociales. En las inhibidoras este rango percentilar está indicando déficit en las habilidades sociales.

Para la interpretación diagnóstica de las puntuaciones obtenidas en percentiles se utilizaron dos tablas obtenidas de una adaptación de las propiedades psicométricas y baremos de la BAS - 3 por Contini et al., (2017) en población adolescente de Tucumán, Argentina.

Técnicas de recolección de datos

La recolección de datos se realizó a través de un formulario de Google. El mismo consta de una declaración de confidencialidad, un apartado en el que solicita autorización a los padres de los menores a responder, un cuestionario sobre práctica deportiva y responder a los 75 ítems de la BAS - 3.

Dicho formulario fue divulgado a través de correo electrónico y WhatsApp a grupos de padres de alumnos del nivel secundario que asisten a instituciones educativas en el ámbito privado y público de San Nicolás de los Arroyos, como así también a grupos de padres de adolescentes escolarizados que asisten a clubes deportivos de San Nicolás de los Arroyos.

La forma de acceso al formulario constó de dos pasos, el primer paso fue completado con datos de los padres (nombre, apellido y DNI) para autorizar a los menores a completar la segunda parte que constaba del cuestionario de práctica deportiva y la BAS - 3.

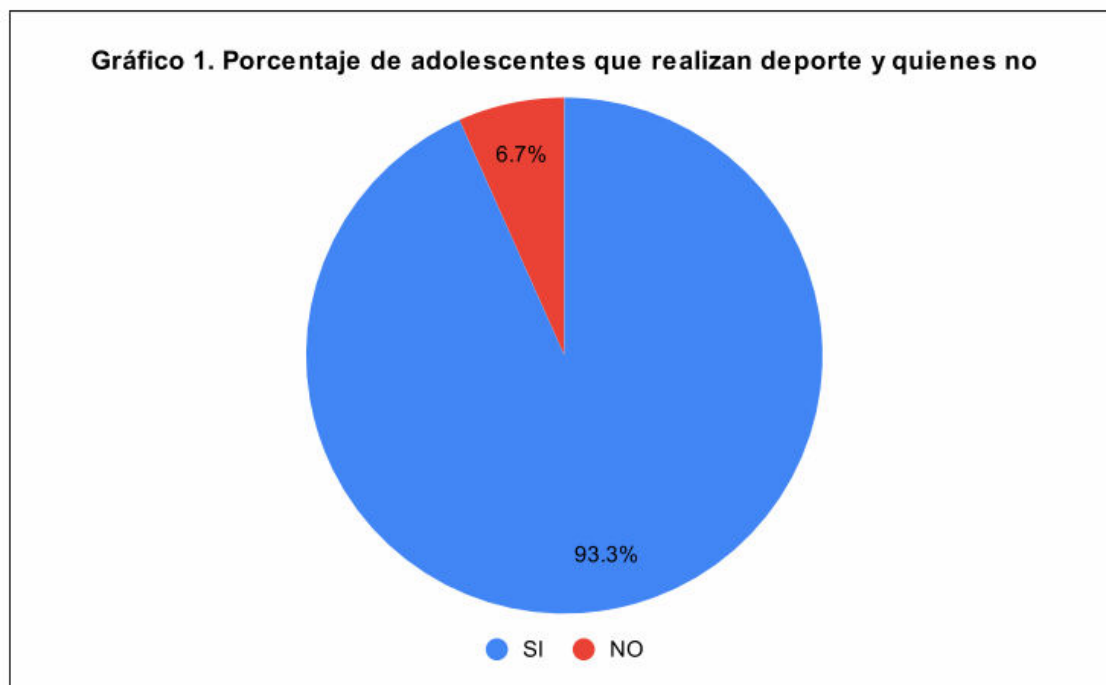
Análisis de los datos

El análisis de datos será realizado según indicadores obtenidos del cuestionario sobre práctica deportiva, el cual indaga sobre la práctica o no de deporte, el tipo de práctica deportiva (individual o colectiva) en adolescentes entre 13 y 17 años escolarizados.

Estos indicadores nos servirán de referencia comparar las variables estudiadas en la batería de socialización BAS 3 (Consideración con los demás, Autocontrol, Retraimiento, Ansiedad/timidez, Liderazgo y Sinceridad).

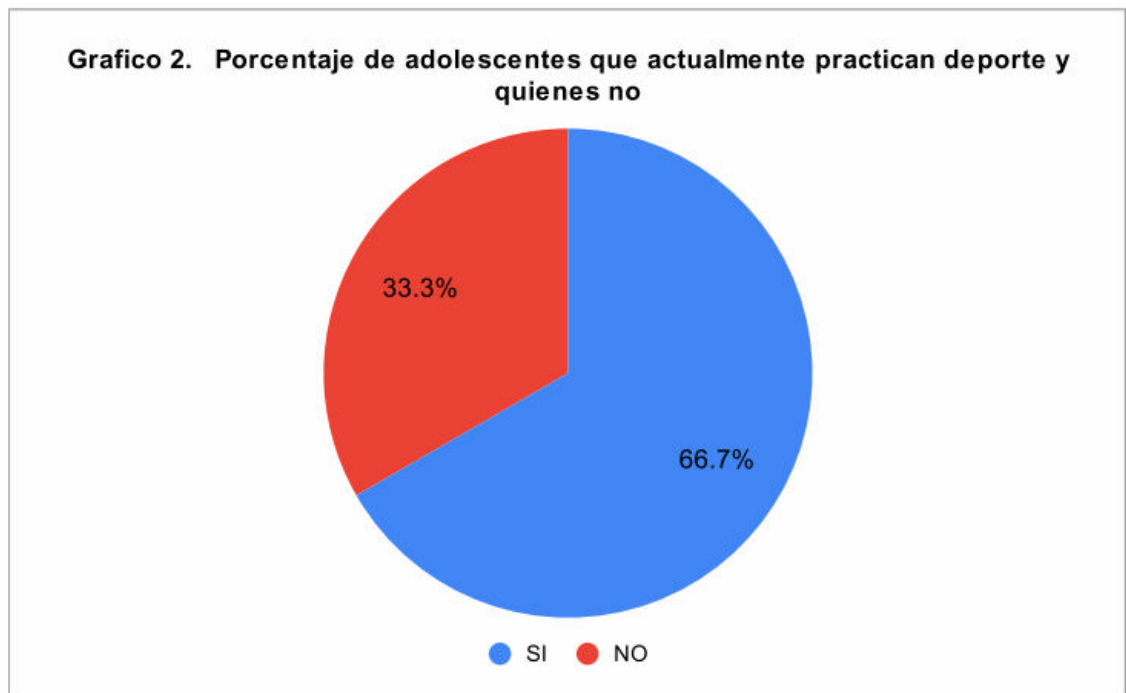
Cuestionario sobre práctica deportiva.

Gráfico 1: Descripción de porcentajes de adolescentes que realizan deporte y quienes no realizan práctica deportiva.



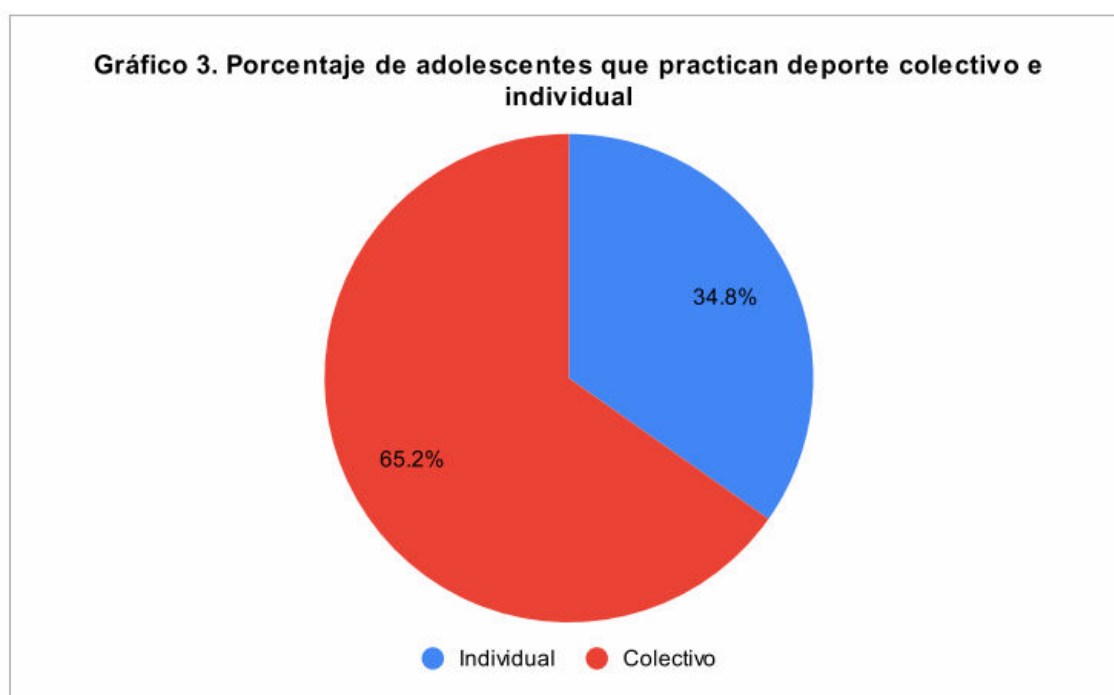
Se puede observar en el **Gráfico 1** que el 93, 3% de los jóvenes ha practicado alguna vez un deporte, mientras que el 6,7% nunca ha realizado deporte.

Gráfico 2: Descripción de porcentajes de adolescentes que actualmente realizan algún deporte y quienes no.



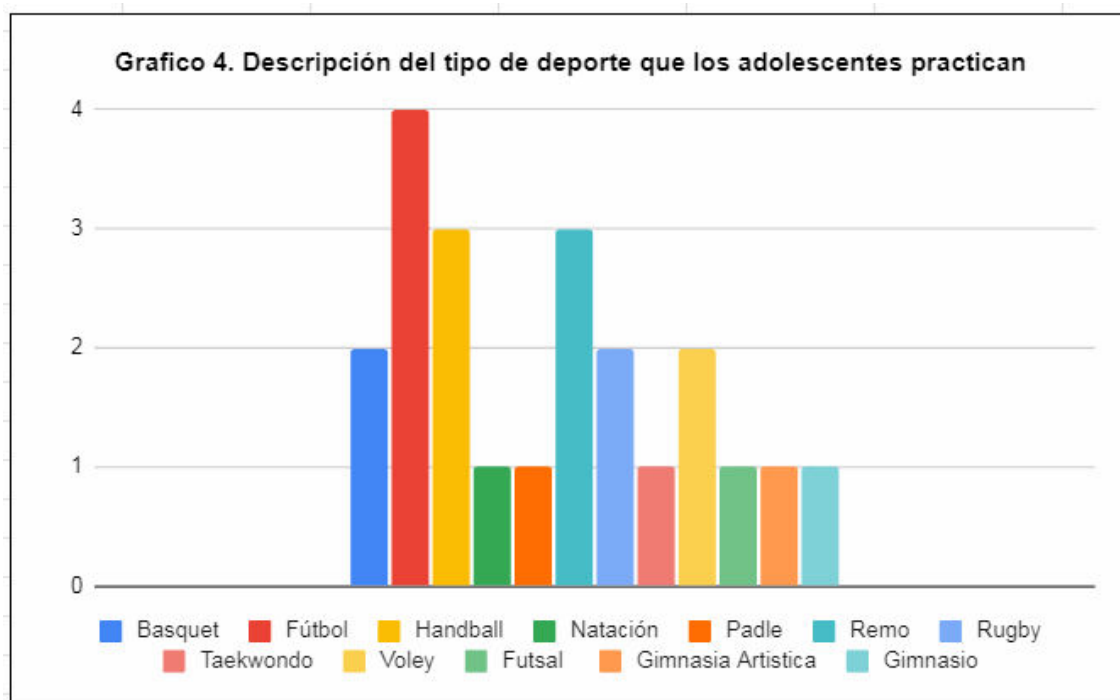
En el **Gráfico 2** se observa que el 66.7% sigue practicando un deporte, en tanto que un 33.3% no realiza práctica deportiva.

Gráfico 3: Descripción de porcentajes de adolescentes que realizan deporte colectivo e individual.



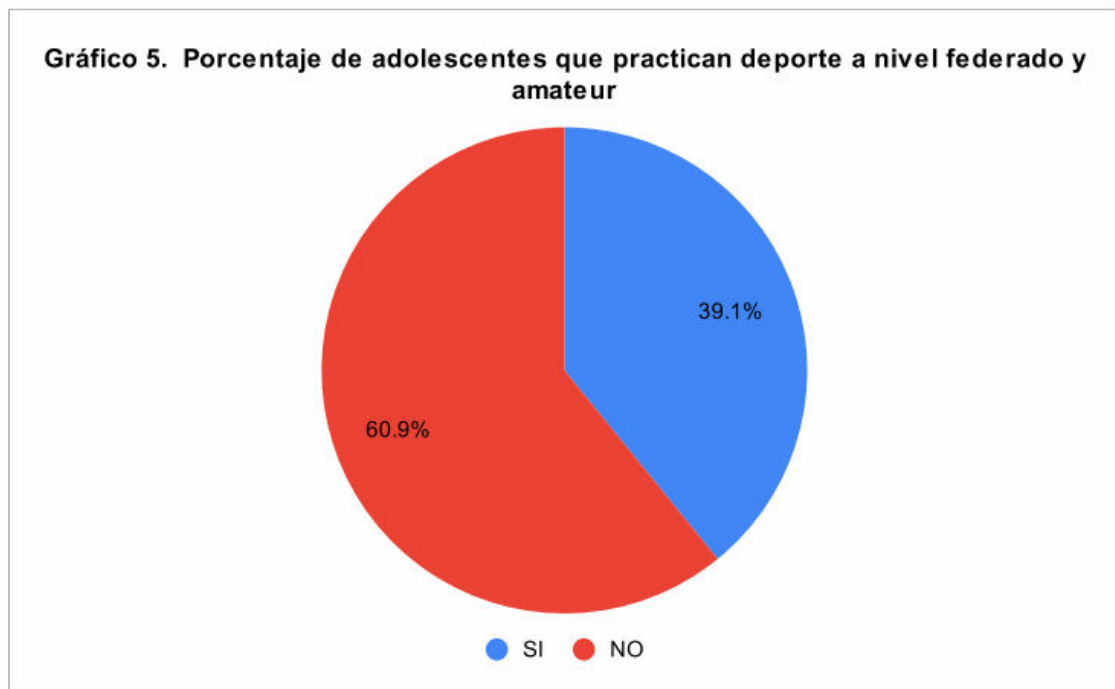
En el **Gráfico 3** se muestra que el 65,2% de los adolescentes practican un deporte colectivo, en tanto que el 34,8% realiza deporte de tipo individual.

Gráfico 4: Descripción del tipo de deporte que practican los adolescentes de la muestra.



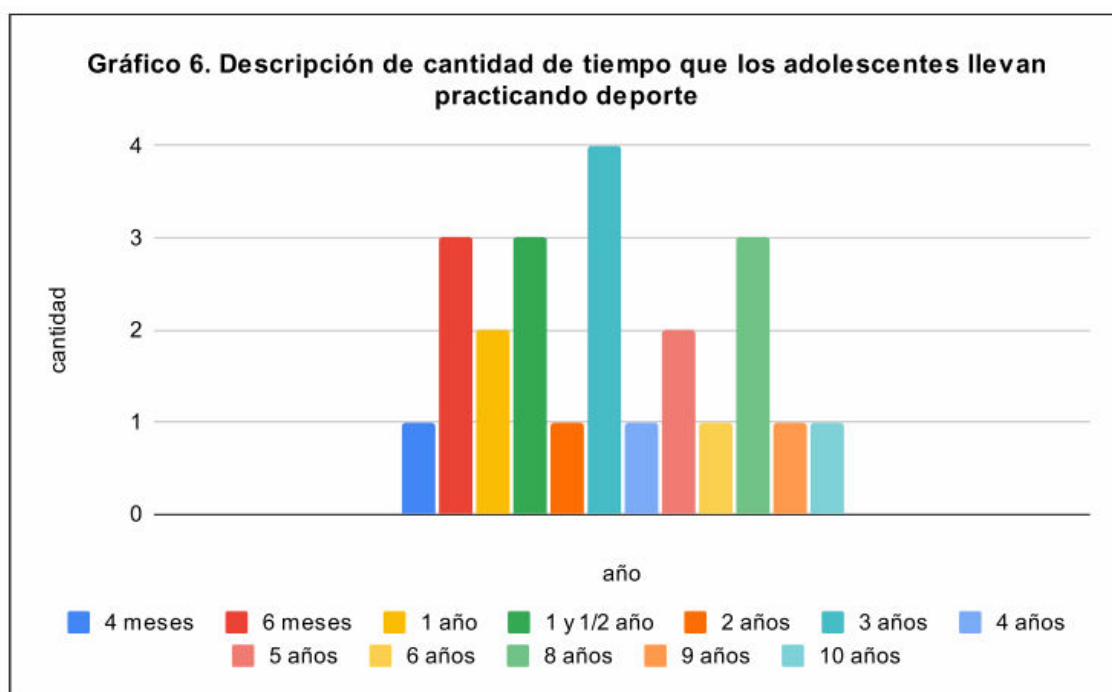
En el **Gráfico 4** muestra que dentro de los deportes colectivos los jóvenes practican básquetbol, fútbol, handball, rugby, voley y futsal. Respecto de la variable de deporte individual practican baile, natación, paddle, remo, taekwondo, gimnasia artística y gimnasio.

Gráfico 5: Descripción de porcentaje de adolescentes que practican deporte a nivel federado y amateur.



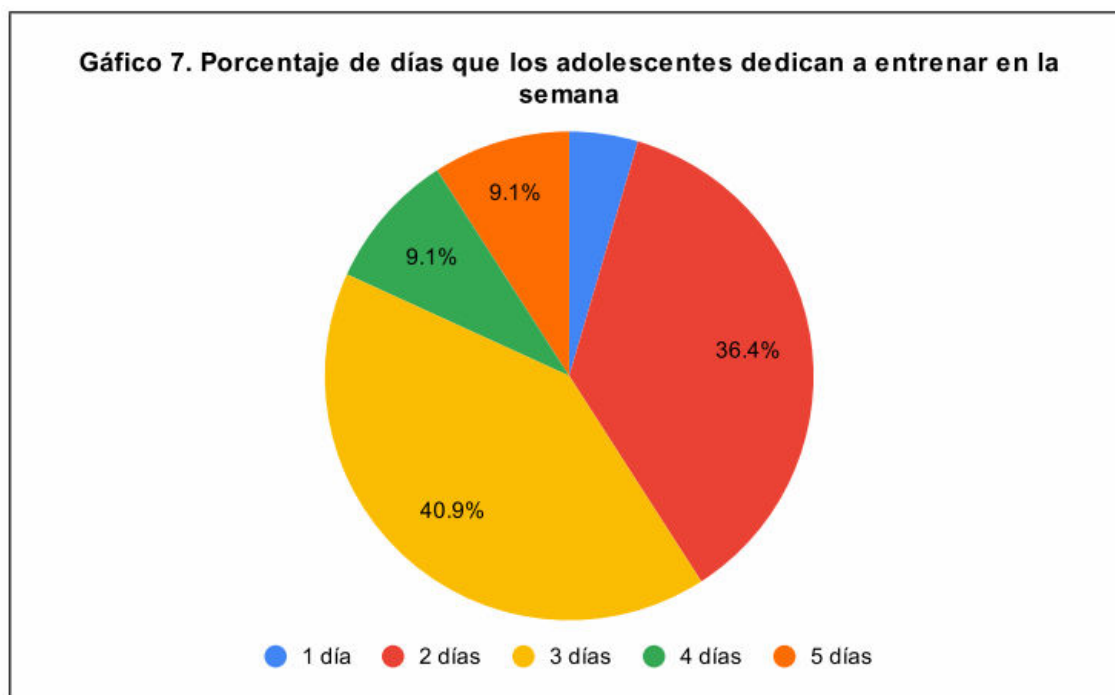
El **Gráfico 5** nos muestra que el 39,1% se encuentra federado en un deporte, en tanto que el 60,9% lo realiza de manera amateur.

Gráfico 6: Descripción de cantidad de tiempo que llevan los adolescentes practicando deporte.



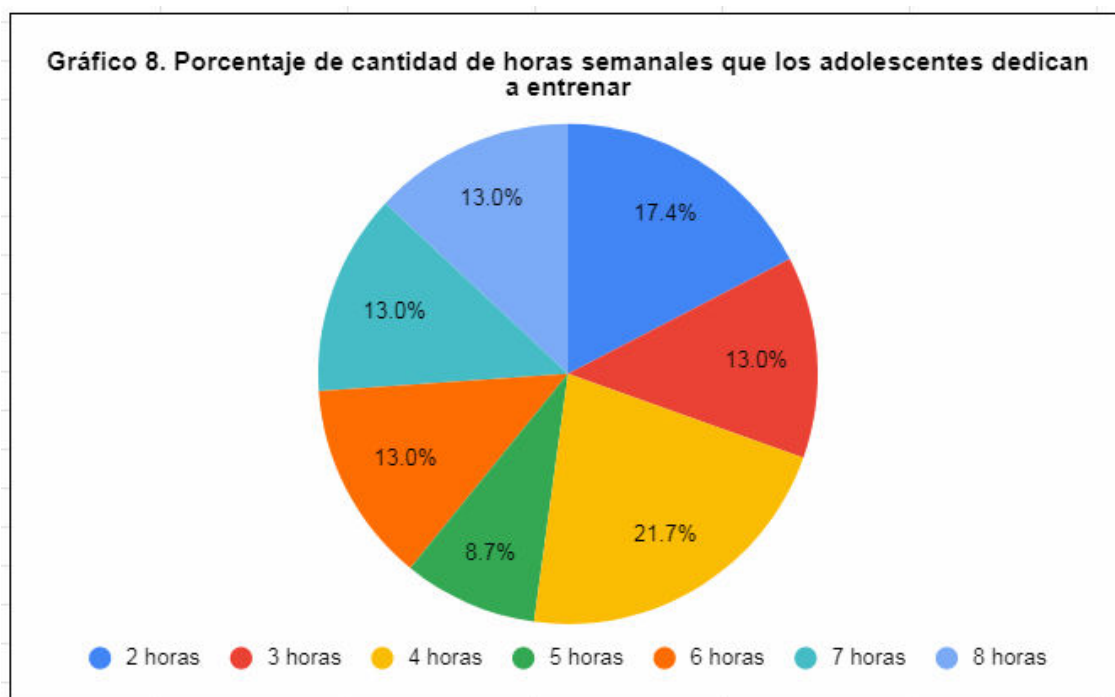
En el **Gráfico 6** se puede observar que los jóvenes llevan practicando deporte dentro de un rango de 4 meses a 10 años.

Gráfico 7: Descripción de porcentajes de cantidad de días que los adolescentes dedican a entrenar.



En el **Gráfico 7** se observa que el 4,5% práctica deporte 1 día a la semana, el 36,4% practica 2 días a la semana, el 40,9% practica 3 días a la semana, el 9,1% practica 4 días a la semana y el 9,1% practica 5 días a la semana.

Gráfico 8: Descripción de porcentajes de cantidad de horas semanales que los adolescentes dedican a entrenar.



En el **Gráfico 8** se observa que un 13% practica 2 horas a la semana, otro 13% practica 3 horas a la semana, el 21,7% practica 4 horas a la semana, el 8,7% practica 5 horas a la semana, el 13% practica 6 horas a la semana, otro 13% practica 7 horas a la semana y el 17,4% practica 8 horas a la semana.

Batería de Socialización BAS – 3

Tabla 1: Comparación entre adolescentes que practican deporte y adolescentes que no realizan práctica deportiva.

Tabla 1		
Comparación entre adolescentes que practican deporte (N= 20) y adolescentes que no practican deporte.		
Escalas	Deporte P	No deporte P
Co	32,4	59,6
Ac	51,1	56
Re	57,5	81
At	63	70
Li	60,3	53,8
S	37	34,4

Según la **tabla 1**, la puntuación percentil de las conductas facilitadoras de socialización (Consideración con los demás, Autocontrol, Liderazgo y Sinceridad) tanto del grupo de muestra que realiza práctica deportiva, como el que no realiza deporte, se ubica según la tabla de propiedades psicométricas de (Contini et al., 2017) en una categoría diagnóstica de Término Medio.

La puntuación percentil de las conductas inhibitorias de socialización (Retraimiento y Ansiedad / timidez) tanto del grupo de muestra que realiza práctica deportiva como el que no realiza deporte, se ubica según la tabla de propiedades psicométricas de (Contini et al., 2017) en una categoría diagnóstica de Término Medio.

Analizando los valores percentiles de los adolescentes que no practican deporte se puede revelar que poseen más habilidades en la escala de Consideración con los demás, no presentándose diferencias significativas en Autocontrol. Se observan puntajes más altos en Retraimiento y Ansiedad/timidez en adolescentes que no practican deporte, lo que indica el predominio de estas conductas inhibitorias de acuerdo a estas escalas.

Los adolescentes que practican deporte obtuvieron puntaje más alto en Liderazgo, lo que indica mayor capacidad en esta escala, por el contrario en Sinceridad no se observan diferencias significativas.

Tabla 2: Comparación entre adolescentes que practican deporte colectivo y adolescentes que practican deporte individual.

Tabla 2

Comparación entre adolescentes que practican deporte colectivo (N= 14) y adolescentes que practican deporte individual (N=6)

Escalas	Deporte P	No deporte P
Co	38,9	23,5
Ac	48,4	55,2
Re	49,9	68
At	76	45
Li	51,4	71
S	36,7	37,3

Según la **tabla 2**, la puntuación percentil de las conductas facilitadoras de socialización (Consideración con los demás, Autocontrol, Liderazgo y Sinceridad) tanto del grupo de muestra que realiza práctica deportiva de manera colectiva, como el que realiza deporte del tipo individual, se ubica según la tabla de propiedades psicométricas de (Contini et al., 2017) en una categoría diagnóstica de Término Medio.

La puntuación percentil de las conductas inhibitorias de socialización (Retraimiento y Ansiedad /timidez) tanto del grupo de muestra que realiza práctica deportiva de manera colectiva como el que realiza deporte del tipo individual, se ubica según la tabla de propiedades psicométricas de (Contini et al., 2017) en una categoría diagnóstica de Término Medio.

Analizando los valores percentiles de los adolescentes que practican deporte colectivo, se puede revelar, obtienen mayor puntaje en la escala Consideración con los demás, lo que indica mayor habilidad social en esta escala, en Autocontrol los adolescentes que practican deporte individual obtienen un puntaje mayor, indicando un predominio de esta habilidad de acuerdo a esta escala.

En las escalas inhibitorias de la socialización, los adolescentes que practican deporte individual se perciben con un predominio de la escala Retraimiento, y en contraposición a ello los adolescentes que practican deporte colectivo se perciben con un predominio de la escala Ansiedad /timidez.

En la escala de Sinceridad, no se observan diferencias significativas.

Conclusiones

En relación a los conceptos desarrollados en el presente trabajo de investigación:

Se puede ultimar que teniendo en cuenta la interpretación diagnóstica de las categorías percentilares propuestas por Contini et al.(2017), que los resultados obtenidos han indicado que tanto los adolescentes que realizan práctica deportiva (Individual o colectiva) y los que no realizan deporte ubican se ubican en un Término Medio en las seis escalas (Consideración con los demás, Autocontrol, Retraimiento, Ansiedad /timidez, Liderazgo y Sinceridad) analizadas de la BAS-3.

Enfocándonos en la puntuación numérica (Percentiles) se pudieron observar diferencias y considerar que los adolescentes no deportistas se perciben con más comportamientos facilitadores de socialización particularmente en las escalas Consideración con los demás y Autocontrol en contraposición con sus pares que sí practican deporte, que obtuvieron percentiles más bajos. Por el contrario, los adolescentes deportistas obtuvieron puntuaciones significativamente más bajas en las escalas de conductas inhibitoras de la socialización como Retraimiento y Ansiedad /timidez en contraste con sus pares no deportistas indicando estos resultados que los adolescentes que practican deporte se perciben menos retraídos, ansiosos y tímidos en relación a los no deportistas. En cuanto a la escala Liderazgo, los deportistas obtuvieron puntuaciones percentiles más altas que los no deportistas, revelando esto que los adolescentes deportistas se perciben con mayor habilidad de liderazgo respecto de sus pares no deportistas.

Otro análisis de esta investigación fue comparar las habilidades sociales de adolescentes que realizan práctica deportiva del tipo colectiva con los que la realizan de manera individual. En este caso el análisis es el siguiente:

Los adolescentes que practican deporte colectivo se perciben con más comportamientos facilitadores de socialización en Consideración con los demás respecto de sus pares que realizan deporte individual, quienes obtuvieron percentiles más bajos, esto indica que se detecta mayor sensibilidad social o preocupación por los demás en los deportistas que realizan práctica colectiva respecto de los que realizan práctica deportiva individual, como así también con menos conductas inhibitorias de la socialización particularmente en Retraimiento en contraste a sus pares que obtuvieron percentiles más altos, lo que indica menos retraimiento social por parte de los primeros.

Sin embargo, los resultados de las escalas de Ansiedad /timidez indican que los adolescentes que realizan práctica deportiva colectiva obtuvieron percentiles más altos por sobre los que realizan deporte individual y en la escala de Liderazgo los adolescentes que practican deporte colectivo obtuvieron percentiles más bajos que los adolescentes que practican deporte individual. Todo ello indica que los adolescentes que realizan práctica deportiva de manera individual se perciben menos ansiosos y tímidos y con mayor habilidad de liderazgo por sobre los que practican deporte colectivo.

En relación con lo anteriormente expuesto y atento a la hipótesis planteada en el presente trabajo de investigación, se puede concluir que no existe diferencia significativa en las cualidades de habilidades sociales entre jóvenes adolescentes escolarizados que realizan deporte extraescolar de manera individual y grupal sobre los que no realizan deporte como así también entre adolescentes que realizan práctica deportiva de manera colectiva e individual, dado que al trasladar las puntuaciones percentiles a las categorías diagnósticas, arrojaron todas las variables en un Término Medio.

Sin embargo, al comparar las puntuaciones percentiles, se pudieron observar pequeñas diferencias que nos pudieron revelar las discrepancias de las cualidades de habilidades sociales.

Considerando a las Habilidades Sociales como un conjunto de conductas aprendidas que utilizan los individuos para mantener relaciones, para resolver situaciones interpersonales y también como un medio para alcanzar objetivos entre otros (Kelly, 2002), la importancia de las mismas para la adaptación al ambiente más próximo de la persona (León Rubio y Medina Anzano, 1998), podemos considerar, tal como lo menciona Ruíz García (2018), que una participación activa al deporte pueden ser una influencia determinante o causa de situaciones de socialización, teniendo en cuenta que, según Martínez Guzmán (2007), la adolescencia supone la adquisición de habilidades sociales más complejas, puesto que los cambios físicos y psíquicos implican una modificación del rol del adolescente respecto de la niñez y a cómo se ve a sí mismo, cómo percibe al mundo y cómo es visto por los otros. Entonces realizar alguna actividad física o deporte puede favorecer el proceso de socialización de los más jóvenes, dotándolos de ciertas habilidades sociales que les serán muy útiles para afrontar situaciones de su vida cotidiana.

Tal como lo demuestran los antecedentes relacionados al presente trabajo de investigación, los adolescentes deportistas se orientan hacia una perspectiva salugénica en su organización psicológica siendo proclives a desarrollar una personalidad saludable, que implica la presencia de comportamientos asertivos (Contini & Nazarena, 2016) y referente a la relación entre las habilidades sociales y las actividades deportivas en adolescentes, se descubrió que el periodo de la escuela primaria y secundaria pueden ser los años más productivos para la consecución y el entrenamiento de las habilidades sociales. Y, la práctica de actividades deportivas y la realización de actividades

deportivas ofrecen más oportunidades para que los alumnos aprendan y mejoren sus habilidades sociales

Recomendaciones

Para finalizar con este trabajo de investigación, hemos podido demostrar que la práctica de deporte extra escolar puede ser un instrumento muy útil para generar hábitos saludables y alcanzar un mejor desarrollo social.

Por ello es importante destacar la importancia de la participación deportiva tanto en la niñez como en la adolescencia, ya que esta va a repercutir sobre su autoestima y desarrollo social. El deporte puede ser considerado como un mediador social que potencie la transmisión de valores prosociales, comportamientos ajustados al entorno, que impactarán de manera clave en la construcción de su identidad.

Desde este enfoque se puede considerar también que el deporte puede cumplir un importante papel en la prevención de comportamientos disruptivos.

Limitaciones

En las limitaciones que tuvimos para llevar a cabo este Trabajo de investigación podemos mencionar el número reducido de muestras que se ha podido obtener. Las mismas se dieron porque en primer lugar los formularios debían ser completados con los datos de un mayor que autorice, para luego continuar con las respuestas de los jóvenes. Esto implicó que se dilataran dichas respuestas ya que al no tener presente un adulto que autorice, no podían continuar con el relleno del formulario.

Otras de las limitaciones fue que , teniendo en cuenta la edad de la población a la que se dirigió el trabajo de investigación, nos encontramos con un total desinterés por parte de los jóvenes para colaborar con las respuestas de formularios.

Bibliografía

Actividad física. (2020, Noviembre 26). Organización Mundial de la Salud. <https://www.who.int/es>

Aguilar Cordero, M. J., Ortegon Piñero, A., Mur Villar, N., Sánchez García, J. C., García Verazaluce, J. J., García García, I., & Sánchez López, A. M. (2014). Programas de actividad física para reducir sobrepeso y obesidad en niños y adolescentes; revisión sistemática. *Nutrición Hospitalaria*.

Allen, B., & Waterman, H. (2019, 05 21). *Etapas de la adolescencia*. Healthy Children.org. <https://www.healthychildren.org/Spanish/ages-stages/teen/Paginas/Stages-of-Adolescence.aspx>.

Aznar, S., Webster, T., & Lopez Chicharro, J. (s.f). *Actividad Física y Salud en la Infancia y la Adolescencia*. Secretaría General de Educación Centro de Investigación y Documentación Educativa (CIDE).

Bondancia, N. (s.f). *La importancia del deporte colectivo*. Facultad de Derecho. Universidad de Buenos Aires. http://www.derecho.uba.ar/extension/deportes_la-importancia-del-deporte-colectivo.php.

Caballo, V. (1993). Relaciones entre diversas medidas conductuales y de autoinforme de las habilidades sociales. *Psicología Conductual*, 1, 73-99.

Caballo, V. (2005). *Manual de Evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales* (6° ed.). Siglo XXI.

Calero Morales, S., Maldonado Velasco, I. M., Fernandez Lorenzo, A., Rodriguez Torres, A. F., & Otáñez Enríquez, N. R. (2016). Actividades físico-

recreativas para disminuir la obesidad en mujeres entre los 35-50 años de edad. *Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas*, 35(4).

Cayuela Maldonado, M. J. (1997). Los efectos sociales del deporte: ocio, integración, socialización, violencia y educación. *Centre d'Estudis Olímpics UAB*. <http://ibdigital.uib.es>

Chávez Cevallos, E., Fernández Lorenzo, A., Rodríguez Torres, A. F., & Gómez Díaz, M. G. (2017). Intervención desde la actividad física en mujeres hipertensas de la tercera edad. *Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas*, 36(1).

Chillón Garzón, P. (2004). *Intervención de Educación Física para la salud en adolescentes de 3º de ESO* [Tesis Doctoral]. Universidad de Granada.

Contini, M. N., & Nazarena, M. (2016). Deporte y Habilidades Sociales. Un estudio comparativo con adolescentes de Tucumán. *Facultad de Psicología. Universidad Nacional de Tucumán.*, 208-209.

Contini, N., Lazcuna, B., Mejail, S., Coronel, P., & Caballero, S. (2017). Adaptación, propiedades psicométricas y baremo de la Batería de Socialización BAS-3 en población adolescente de Tucumán [El comportamiento agresivo en adolescentes. Un estudio comparativo entre adolescentes urbanos y rurales de Tucumán]. In *Proyecto de Investigación SCAIT, UNT, 26 K 504*. Facultad de Psicología.

Del Real, W. (s.f). *Deporte federado, amateur, educativo. Deporte arte y profesión. Deporte y tecnología. Deporte y sociedad. Deporte y salud*. [Recopilación con fines didácticos].

Denham, D. A., McKinley, M., Couchoud, E. A., & Holt, R. (1990). Predictores emocionales y conductuales de las calificaciones de los compañeros en edad preescolar. *Child Development*, 61(4), 1145-1152.

Deporte en equipo. (2017, marzo 30).

https://es.wikipedia.org/wiki/Deporte_de_equipo (párr. 1).

Dirección General de Cultura y Educación de la Provincia de Buenos Aires.
(2018). *Diseño curricular para la educación primaria: primer ciclo y segundo ciclo.*
Dirección de Producción de Contenidos.

Fernandez Ballesteros, R. (1981). *Evaluación Conductual. Metodología y Aplicaciones.* Pirámide.

Fernandez Ballesteros, R. (1994). *Evaluación conductual hoy. Un enfoque para el cambio en psicología clínica y de la salud.* Pirámide.

Fox, K. R. (1999). La influencia de la actividad física en el bienestar mental. 2(3a), 411-418. doi.org/10.1017/S1368980099000567

Franchella, J. (2013). La Actividad Física en la Prevención Primaria y Secundaria de la Salud. *Actividad Física Y Desarrollo Humano.* (pp. 63-66). Red Nacional de Actividad Física y Desarrollo Humano.

Gismero Gonzalez, E. (2002). *Manual Escala de Habilidades Sociales* (2° ed.). TEA Ediciones.

Gonzalez, J., & Portolés, A. (2014). Influencia de la práctica de actividad física sobre el burnout y el engament en el contexto académico en adolescentes. *Revista Internacional de deportes colectivos*, 18, 204-215.

Grados, J. J. (1998). Salud mental infantil : tendencias actuales en la necesidad y provisión de servicios en los Estados Unidos. *Revista de Psicología*, 16(2).

Greendorfer, S. L. (1992). Sport socialization. *Advances in sport psychology*, 201 – 218.

Griffa, M. C., & Moreno, J. E. (2005). *Claves para una psicología del desarrollo* (2º ed., Vol. 1). Lugar Editorial.

Gutierrez, S. M. (1995). *Valores sociales y deporte*. Gymnos.

Guzmán Saldaña, R., García Cruz, R., Martínez Martínez, J., Fonseca Hernández, C., & Castillo Arreola, A. (2007). Validación social de un programa de entrenamiento en habilidades sociales en adolescentes con problemas de conducta. *Revista científica electrónica de Psicología*, 3, 14-28.

Hoffman, L., Paris, S., & Hall, E. (1995). *Psicología del desarrollo hoy* (Vol. 1). McGrawHill.

Ikeda, R. M., Simon, T. R., & Swahn, M. (2001). La prevención de la violencia juvenil: fundamento y características de cuatro proyectos de evaluación. *Revista estadounidense de medicina preventiva*, 20(1), 15-21.

Iruarizaga, I., Gómez-Segura, J., Criado, T., Zuazo, M., & Sastre, E. (n.d.). Reducción de la ansiedad a través del entrenamiento de Habilidades Sociales. *Revista Electrónica de Motivación y Emoción*, 2(1).

Isorna Folgar, M., Ruiz Juan, F., & Rial Boubeta, A. (2013). Variables predictoras del abandono de la práctica físico-deportiva en adolescentes. 8(23), 93-102.

Kelly, J. A. (2002). *Entrenamiento de las Habilidades Sociales* (8º ed.). Biblioteca de Psicología Desclée de Brouwer.

Lazcuna, B. A., & Contini de González, N. (2011). Las habilidades sociales en niños y adolescentes. Su importancia en la prevención de trastornos psicopatológicos. *Fundamentos en Humanidades Universidad Nacional de San Luis – Argentina*, 7(23), 159-182.

León Rubio, J. M., & Medina Arzano, S. (1998). Aproximación conceptual a las habilidades sociales. *Habilidades sociales: teoría, investigación e intervención*, 13-24.

Marina, J. A., & Bernabeu, R. (2007). *Competencia social y ciudadana*. Alianza Editorial.

Márquez, R. S., & Garatachea, N. V. (2013). *Actividad física y salud* (1st ed.).

Martinez Guzman, M. (2007). *Mirando el Futuro: Desafíos y oportunidades para el desarrollo de adolescentes en Chile*. (1st ed., Vol. 16). Psyche.

Martínez Vizcaíno, V., & Sanchez López, M. (2008, febrero). Relación entre actividad física y condición física en niños y adolescentes. *Revista española de cardiología*, 61(2), 108-111.

Medina, X. (1994). "El deporte como factor en la construcción sociocultural de la identidad" en VV.AA. *Ciencias Sociales y Deporte. Investigación social y deporte*, 1.

Mendez Gimenez, A. (1994). *Juegos dinámicos de animación para todas las edades* (Madrid ed.). Gymnos.

Mera, M. A., Calero Morales, S., & Vaca García, M. R. (2018, Enero Marzo). Intervención con actividad físico-recreativa para la ansiedad y la depresión en el adulto mayor. *Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas*, 37(1).

Michelson, L., Sugai, D., Wood, R., & Kazdin, A. (1987). *Las habilidades sociales en la infancia: Evaluación y tratamiento*. Martinez Roca.

Monjas Casares, M. I. (2004). Ni sumisas ni dominantes. Los estilos de relación interpersonal en la infancia y en la adolescencia. *Memoria de Investigación, Plan Nacional de Investigación Científica, Desarrollo e Innovación Tecnológica*. Valladolid.

Ortiz Pulido, R. (2015). Neuroeducación y movimiento corporal: Línea de generación y aplicación del conocimiento. [11º Congreso Argentino de Educación Física y Ciencias]. In *28 de septiembre al 10 octubre de 2015* (Memoria Académica ed.).

Ossorio Lozano, D. (2012, Marzo). Deporte: efectos sociales y hábitos saludables. *EFDeportes.com*, 166(15).

Ossorio Lozano, D. (2012, Marzo). Deporte: efectos sociales y hábitos saludables. *EFDeportes.com*, 155. <http://www.efdeportes.com/>

Papalia, D. E., Wendkos Olds, S., & Feldman, R. D. (2005). *Desarrollo Humano* (11th ed.). Centro Interdisciplinario de Ciencias de la Salud. Unidad Santo Tomás. Instituto Politécnico.

Parlebas, P. (1989). Perspectivas para una educación física moderna. *Junta de Andalucía. Consejería de Cultura*, (Dirección General de Deportes).

Parlebas, P. (1993). Didáctica y lógica de las actividades físicas deportivas. *Educación física y deporte*, 14(1), 9-26.

Rodríguez Torres, a. F., Rodríguez Alvear, J. C., Guerrero Gallardo, H. I., Arias Moreno, E. R., Paredes Alvear, A. E., & Chávez Vaca, V. A. (2020). Beneficios de la actividad física para niños y adolescentes en el contexto escolar. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 36(2).

Ruíz García, A. (2018, julio 17). *La relación entre la práctica deportiva extraescolar y habilidades sociales en estudiantes de primaria* [Trabajo de fin de Grado]. Universidad de Alicante. Departamento de Didáctica General y Didácticas Específicas.

Sampieri, R. H., Collado, C. F., & Baptista, M. P. (2010). *Metodología de la Investigación* (5° ed.). MC. GRAW-HILL.

Semrud-Clikeman, M. (2007). Competencia social en niños. *Springer Science + Business Media*.

Silva Moreno, F., & Martorrel Pallás, M. d. C. (2009). *BAS 3. Bateria de Socialización (Autoevaluación)* (4° ed.). TEA ediciones.

Torres Álvarez, M. (Ed.). (2014, Septiembre). *Las habilidades sociales. Un programa de intervención en Educación Secundaria Obligatoria*. [Trabajo fin de Máster]. Universidad de Granada.

Vinueza, E., & Reynaldo, C. (2019). Actividad lúdica cooperativa en interacción familiar como factor de protección ante la violencia infantil y juvenil. *Repositorio Institucional de la Universidad de Guayaquil*.

Zabala Berbena, M. A., Valdez Sierra, M. d. I. D., & Vargas Vivero, M. d. C. (2008). Inteligencia emocional y habilidades sociales en adolescentes con alta aceptación social. *Electronic journal of research in educational psychology*, 6(15), 319-338.

Anexo

Compromiso de confidencialidad

Quien suscribe, Marcela Viviana Gomez, DNI N.º 30.683.307, alumno/a de la carrera de Licenciatura en Psicopedagogía que dicta la Universidad Abierta Interamericana, con Legajo N.º B00008751, manifiesto:

Que en el marco del Trabajo final de investigación (TESIS), se instrumentará un cuestionario sobre práctica deportiva y protocolo "Batería de Socialización" BAS -3 para recabar información que formará parte de dicho trabajo. Por lo cual accederé a información confidencial de personas, familias, etc. y en virtud del secreto profesional; asumo el más formal compromiso de confidencialidad respecto de la totalidad de la información adjunta a la que tenga acceso, declarando que bajo ninguna razón revelaré o dará a conocer ninguno de los elementos indicados.

CONSENTIMIENTO DE PADRES

Para autorizar la participación de manera voluntaria de alumnos de 2º y 3º año del nivel secundario, en la evaluación del cuestionario sobre practica de actividad fisica y Bateria de socialización BAS 3, el cual será aplicado por la alumna MARCELA GOMEZ, de la carrera Lic. en Psicopedagogía, para realizar su trabajo final de investigación. Todo lo obtenido será resguardado por la Universidad Abierta Interamericana (UAI) para dicho fin sin revelar datos adjuntos.

Autorizo al alumno de nombre y apellido
DNI.....en rol de (padre, madre, tutor)
..... Que concurre al año del nivel
secundario.

NOMBRE Y APELLIDO:

DNI:

Cuestionario sobre práctica deportiva

1) ¿Alguna vez has practicado deporte?

SI

NO

2) ¿Practicas algún deporte actualmente?

SI

NO

3) ¿Es individual o colectivo?

INDIVIDUAL

COLECTIVO

4) ¿Qué deporte practicas?

5) ¿Qué tiempo llevas practicando el deporte?

6) ¿Cuántos días a la semana entrenas?

7) ¿Qué tiempo dedicas a entrenar en la semana? (horas)

B A S-3¹
Batería de Socialización – Autoevaluación

Fecha:

NOMBRE DEL ALUMNO: VARÓN..... MUJER.....

EDAD: Fecha de nacimiento: / /

Escuela: Curso:

A continuación encontrarás una serie de frases. Después de cada una de ellas están las palabras SI y NO. Lee cada frase atentamente y pon un CÍRCULO sobre la palabra SI en el caso de que la frase corresponda a tu manera de ser o actuar. Si la frase no corresponde a tu manera de ser o actuar, pon un CÍRCULO sobre la palabra NO. No hay respuestas buenas ni malas; todas sirven.

¡ATENCIÓN: CONTESTA A TODAS LAS RESPUESTAS!

1- Me dan miedo y me alejo de cosas que no dan miedo a los demás.	SI	NO
2- Me gusta organizar nuevas actividades	SI	NO
3- Cuando estoy con una persona mayor y hablo con ella, lo hago con respeto	SI	NO
4- Insulto a la gente	SI	NO
5- Suelo ser simpático con los demás.	SI	NO
6- Me gusta dirigir actividades de grupo.	SI	NO
7- Todas las personas me caen bien.	SI	NO
8- Esquivo a los demás.	SI	NO
9- Acostumbro estar solo.	SI	NO
10- Los demás me copian en muchos aspectos.	SI	NO
11- Ayudo a los demás cuando tienen problemas.	SI	NO
12- Me preocupo cuando alguien tiene problemas.	SI	NO
13- Soy caprichoso: hagan lo que hagan y digan lo que digan los demás, hago lo que quiero.	SI	NO
14- Doy fuerza a los demás para que solucionen sus problemas.	SI	NO
15- Llego puntual a todos los sitios.	SI	NO
16- Entro en los lugares sin saludar.	SI	NO
17- Hablo a favor de los demás cuando veo que tienen problemas.	SI	NO
18- Me cuesta hablar. Incluso cuando me preguntan algo, me cuesta responder	SI	NO

¹ Autores: F. Silva Moreno y M. Martorell Pallás (1987). TEA Ediciones. Versión adaptada con fines de investigación, Proyecto CIUNT 26K-403

19- Lloro con facilidad.	SI	NO
20- Organizo grupos para trabajar.	SI	NO
21- Cuando hay problemas, me eligen para ayudar a solucionarlos	SI	NO
22- Dejo a los demás trabajar o entretenerse sin molestarlos.	SI	NO
23- Contribuyo para que el trabajo sea más interesante y variado.	SI	NO
24- Algunas veces me hago el sordo	SI	NO
25- Soy alegre.	SI	NO
26- Soy el primero en comenzar algo nuevo.	SI	NO
27- Me preocupo para que nadie sea dejado de lado.	SI	NO
28- Me siento con sueño, sin energía.	SI	NO
29- Me eligen como jefe en las actividades de grupo.	SI	NO
30- Me gusta hablar con los demás.	SI	NO
31- Juego más con los otros que solo.	SI	NO
32- Me gusta todo tipo de comida.	SI	NO
33- Tengo facilidad para hablar	SI	NO
34- Soy violento y golpeo a los demás.	SI	NO
35- Me tienen que obligar para <u>integrarme</u> <u>aun</u> grupo.	SI	NO
36- Cuando quiero hablar, pido la palabra y espero mi turno.	SI	NO
37- Me gusta estar con los demás, me siento bien entre la gente.	SI	NO
38- Soy vergonzoso.	SI	NO
39- Soy miedoso ante cosas o situaciones nuevas.	SI	NO
40- Grito o chillo con facilidad.	SI	NO
41- Hago inmediatamente lo que me piden.	SI	NO
42- Cuando se trata de realizar actividades de grupo, me retraigo	SI	NO
43- Soy tímido	SI	NO
44- Digo malas palabras	SI	NO
45- Propongo nuevas ideas.	SI	NO
46- Cuando corrijo a alguien, lo hago con delicadeza.	SI	NO
47- Me llevo bien con los de mi edad.	SI	NO
48- Paso vergüenza cuando estoy con personas <u>del sexo</u> opuesto.	SI	NO

49- Corrijo a los demás cuando dicen malas palabras	SI	NO
50- Espero mi turno sin ponerme nervioso.	SI	NO
51- Defiendo a otros cuando se los ataca o critica.	SI	NO
52- Intento estar en lugares alejados, poco visibles o concurridos.	SI	NO
53- Hablo y <u>discuto tranquilamente</u> , Sin alterarme.	SI	NO
54- Me asusto con facilidad cuando no sé hacer algo.	SI	NO
55- Cuando me llaman la atención, me desoriento y no sé hacer.	SI	NO
56- Desafió a los mayores cuando me llaman seriamente la atención.	SI	NO
57- Cuando tengo que hacer algo, lo hago con miedo.	SI	NO
58- Cuando digo o hago algo mal, siempre pido disculpas.	SI	NO
59- Sé <u>escuchar a</u> los demás.	SI	NO
60- Soy amable con los demás cuando veo que tienen problemas.	SI	NO
61- Soy considerado con los demás.	SI	NO
62- Me pongo nervioso cuando tengo que decir algo delante de gente.	SI	NO
63- Acostumbro estar alejado, sin hablar con nadie.	SI	NO
64- Soy impulsivo, me falta paciencia para esperar.	SI	NO
65- Protesto cuando me mandan hacer algo.	SI	NO
66- Cuando alguien es rechazado por el grupo, me acerco e intento ayudarlo.	SI	NO
67- Levanto los papeles que otro tiran al suelo.	SI	NO
68- Me intereso por lo que les ocurre a los demás.	SI	NO
69- Estoy sentado, sin enterarme de nada, durante mucho tiempo.	SI	NO
70- Hago nuevas amistades con facilidad.	SI	NO
71- Soy famoso entre los demás.	SI	NO
72- Me alejo cuando hay muchas personas juntas.	SI	NO
73- Acepto sin protestar las decisiones de la mayoría.	SI	NO
74- Reparto todas mis cosas con los demás.	SI	NO
75- A veces soy desagradable con los demás.	SI	NO