



Práctica deportiva en los estudiantes de la jornada educativa vespertina

Sports practice in the students of the afternoon educational day

Prática esportiva nos alunos do dia educacional da tarde

Jamil Oswaldo Sarmiento-Crespo ^I
jamil.sarmiento@psg.ucacue.edu.ec
<https://orcid.org/0000-0003-3125-4911>

Santiago Alejandro Jarrin-Navas ^{II}
sjarrin@ucacue.edu.ec
<https://orcid.org/0000-0002-8044-8985>

Carlos Marcelo Ávila-Mediavilla ^{III}
cavilam@ucacue.edu.ec
<https://orcid.org/0000-0002-2649-9634>

Raúl Fernando Moscoso-García ^{IV}
rfmoscosog@ucacue.edu.ec
<https://orcid.org/0000-0002-6113-8797>

Correspondencia: jamil.sarmiento@psg.ucacue.edu.ec

Ciencias Técnicas y Aplicadas
Artículo de investigación

***Recibido:** 20 de septiembre de 2020 ***Aceptado:** 31 de octubre de 2020 * **Publicado:** 14 de noviembre de 2020

- I. Licenciado en Ciencias de la Educación Especialidad Cultura Física, Docente de la Escuela de Educación General Básica “Dolores Sucre” Azogues, Ecuador, Estudiante de la maestría en Educación Física y Entrenamiento Deportivo de la Universidad Católica de Cuenca, Cuenca, Ecuador.
- II. Magíster en Entrenamiento Deportivo, Licenciado en Ciencias de la Educación Mención Cultura Física, Docente de la carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte de la Universidad Católica de Cuenca, Cuenca, Ecuador.
- III. Magíster en Entrenamiento Deportivo, Licenciado en Ciencias de la Actividad Física, Deporte y Recreación, Docente de la carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte, Coordinador Académico de la maestría en Educación Física y Entrenamiento Deportivo de la Universidad Católica de Cuenca, Cuenca, Ecuador.
- IV. Doctor en Medicina y Cirugía, Especialista en Medicina Deportiva, Especialista en Educación Superior, Docente de la carrera de Pedagogía de la Actividad Física y Deporte de la Universidad Católica de Cuenca, Cuenca, Ecuador.

Resumen

La Autoridad Educativa Nacional a través de La Ley Orgánica de Educación Intercultural determina en su artículo 22, literal q) "Fusionar centros de educación pública motivadamente y de acuerdo con la reglamentación que se expida para el efecto.", ante esta situación dictada por las autoridades se da la fusión entre Instituciones generando las dos secciones en la jornada académica de los estudiantes. El presente artículo tiene como propósito evidenciar el nivel de práctica deportiva en los educandos de la Escuela de Educación General Básica "Dolores Sucre" de la ciudad de Azogues de la jornada educativa vespertina. Se empleó como muestra de estudio a 180 adolescentes comprendidas entre las edades de 12 a 15 años, de los cuales el 40,60% corresponde al género masculino y 59,40% género femenino. Además se señala las razones principales por las que no practican deporte, mediante una investigación cuantitativa, para lo cual se buscó estudios internacionales, tomando como referencia el instrumento de una encuesta ya modificada, que se adaptó a nuestra realidad y necesidad, conscientes del tiempo de pandemia que estamos atravesando la forma más efectiva para desarrollar fue de manera virtual, la cual se tuvo todo el respaldo de autoridades, docentes, estudiantes y así continuar con la investigación cumpliendo con el objetivo planteado. Los resultados determinaron que existe un alto porcentaje de estudiantes que no practican diferentes deportes constituyendo en una problemática al no existir la masificación deportiva adecuada en nuestra provincia.

Palabras claves: Adolescentes; jornada educativa vespertina; práctica deportiva; fusión de los centros educativos.

Abstract

The National Educational Authority through the Organic Law of Intercultural Education determines in its article 22, literal q) "Merge public education centers motivated and in accordance with the regulations issued for that purpose.", Given this situation dictated by the authorities merge between institutions, generating the two sections in the academic day of students. The purpose of this article is to demonstrate the level of sports practice in the students of the "Dolores Sucre" Basic General Education School of the city of Azogues during the afternoon educational day. 180 adolescents between the ages of 12 to 15 years were used as a study sample, of which 40.60% correspond to the male gender and 59.40% female gender. In addition, the main reasons why they do not practice sport are pointed out, through quantitative research, for which international studies

were sought, taking as a reference the instrument of an already modified survey, which was adapted to our reality and need, aware of the time of The pandemic that we are going through, the most effective way to develop was virtually, which had all the support of authorities, teachers, students and thus continue with the investigation, complying with the proposed objective. The results determined that there is a high percentage of students who do not practice different sports, constituting a problem in the absence of adequate sports overcrowding in our province.

Keywords: Adolescents; evening educational day; sport practice; merger of educational centers.

Resumo

A Autoridade Educativa Nacional através da Lei Orgânica da Educação Intercultural determina no seu artigo 22, literal q) “Fundir centros de ensino público motivados e de acordo com os regulamentos expedidos para o efeito.”, Dada esta situação ditada pelo autoridades se fundem entre as instituições, gerando as duas seções na jornada acadêmica dos alunos. O objetivo deste artigo é demonstrar o nível de prática desportiva nos alunos da Escola de Educação Básica Geral "Dolores Sucre" da cidade dos Açogos durante o dia letivo da tarde. Foram utilizados como amostra do estudo 180 adolescentes com idades entre 12 e 15 anos, dos quais 40,60% correspondem ao gênero masculino e 59,40% ao gênero feminino. Além disso, apontam-se os principais motivos pelos quais não praticam esporte, por meio de pesquisas quantitativas, para as quais se buscaram estudos internacionais, tomando como referência o instrumento de uma pesquisa já modificada, que foi adaptada à nossa realidade e necessidade, atenta à época do A pandemia que vivemos, a forma mais eficaz de se desenvolver foi virtualmente, que contou com todo o apoio de autoridades, professores, alunos e assim continuar com a investigação, cumprindo o objetivo proposto. Os resultados determinaram que existe uma elevada percentagem de alunos que não praticam diferentes desportos, constituindo um problema na ausência de adequada superlotação desportiva na nossa província.

Palavras-chave: Adolescentes; dia educacional noturno; prática esportiva; fusão de centros educacionais.

Introducción

Según estudios realizados, para esta investigación podemos tomar como referencia el artículo 22 de la Ley Orgánica de Educación Intercultural, publicada en el segundo suplemento del R.O 417 de 31 de marzo de 2011, donde se acordó las fusiones entre instituciones educativas, (Ministerio de Educación, 2017), como resultado de esta acción se presentó una alta demanda de estudiantes

en los establecimientos del sector urbano, pero por el espacio reducido en la infraestructura educativa que presentaban estas, se creó dos tipos de jornadas: la matutina y la vespertina, las mismas que han generado en la mayoría de la población estudiantil un desfase, debido a que su horario de clases fue modificado por parte de la autoridad educativa.

Esto ha ocasionado que los estudiantes adopten nuevas formas de realizar sus actividades cotidianas puesto que los adolescentes que se educan en la sección vespertina de las instituciones educativas debido a su horario de clases deben realizar sus tareas, deberes, investigaciones y demás actividades estudiantiles en horas de la noche y en el mayor de los casos en las mañanas, lo cual ha originado que los educandos hayan perdido la oportunidad de realizar prácticas deportivas en el horario de la mañana siendo esta una realidad que hoy en día observamos los docentes de Educación Física.

Este cambio de horario en las actividades académicas de los estudiantes tiene un gran impacto, ya que influye de manera negativa en la vida cotidiana del adolescente, esto se debe a que, durante los siete años cursados en la educación general básica, sus estudios estaban programados en la jornada matutina, esta situación ha dado origen a realizar algunos cambios en sus diferentes actividades utilizando el tiempo de la manera que sea más beneficiosa para cada uno de ellos.

El propósito de este trabajo investigativo es determinar el nivel de práctica deportiva en los estudiantes de la sección vespertina y las causas por las cuales no practican deporte en el horario matutino, y con los resultados obtenidos fomentar en ellos una rutina deportiva y fundamentar los distintos programas de masificación deportiva.

El periodo de la adolescencia es evolutivo en donde el proceso de enseñanza-aprendizaje muestra particularidades específicas. Éstas derivan tanto de las características de los adolescentes: búsqueda de su autonomía, se independiza, desarrollo de la identidad personal (Fernández & Gutiérrez, 2005, pág. 282).

Por lo tanto, la práctica del deporte y la actividad física es esencial para el proceso de desarrollo de la parte física y mental del adolescente, ya que puede minimizar en gran parte el desarrollo de enfermedades de tipo, físicas, cardiovasculares, sobrepeso y psicosociales como delincuencias, consumo de drogas etc. (García & Caracuel, 2007) Que en el transcurso del tiempo acarrea como consecuencias grandes gastos para su familia y la sociedad.

El deporte pasa a ser un medio para controlar la parte agresiva del adolescente, aprendiendo a dominar su cuerpo y sus pasiones, perfecciona su destreza física, descubre los límites, optimiza su

motricidad, forja el carácter, adopta valores, refuerza el espíritu de cooperación y se le imprimen, desde la práctica física, hábitos saludables de conducta corporal. (Beltrán, 2005, pág. 3). Además, la práctica del deporte lleva consigo un sinnúmero de factores positivos que engloba en la salud de la mente y del cuerpo, ya que se provoca la expulsión de endorfinas y gracias a esto ocurre una disminución de la depresión, estrés y de la ansiedad. (Barbosa & Urrea, 2018).

Y mediante la práctica deportiva se tiene la oportunidad de salir a lugares fuera del Cantón, La Provincia y por qué no del País, además de gozar de una buena salud, en el deporte se va a generar muchos cambios en los adolescentes que van desde el desarrollo físico y emocional, esto genera a que cada día va a ser un nuevo reto donde prima los valores como la responsabilidad y constancia para mejorar en su rendimiento del deporte que más le guste. Según la (Organización Mundial de la Salud., 2016) la práctica de actividad física, deporte puede contribuir al desarrollo social de los adolescentes, dándoles la oportunidad de expresarse y fomentando la autoconfianza, la interacción social y la integración.

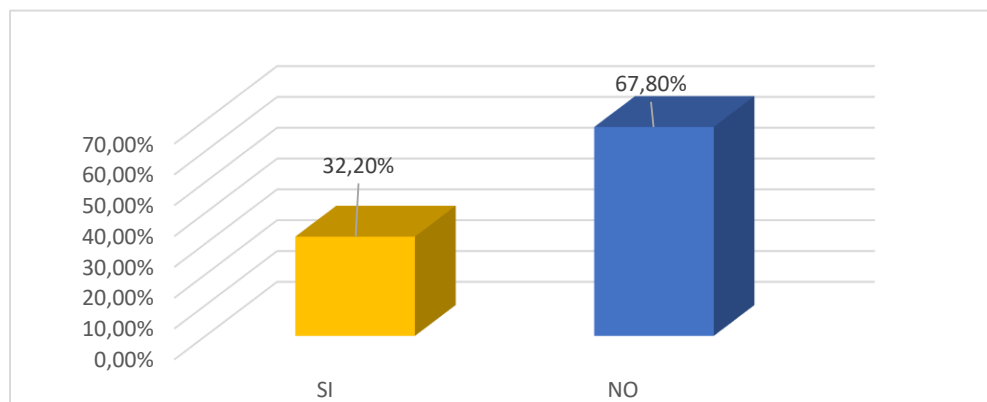
Método

Para llevar a cabo la siguiente propuesta, la investigación responde a un enfoque cuantitativo de tipo descriptivo, de corte transversal aplicando el Método Descriptivo Analítico Inductivo, con una población de 242 educandos, la muestra tomada fue a un grupo de 180 estudiantes, comprendidos en un total de 107 mujeres y 73 varones de la sección vespertina conformada por tres octavos, tres novenos y tres decimos años de educación general básica, de edades que van desde los 12 hasta los 15 años de edad.

Esta propuesta se centra en determinar el nivel de práctica deportiva y las causas de no practicar deporte en los estudiantes de la jornada educativa vespertina, para la elaboración de la encuesta se tomó como base un instrumento adaptado del artículo de (Garrido Guzmán, 2011), la cual se modificó, formulada por 8 ítems, dividida en dos secciones, en la primera se busca la información de los estudiantes que si realizan deporte para descubrir el nivel de práctica deportiva, y la segunda sección que corresponde a quienes no practican deporte para determinar las causas.

Resultados

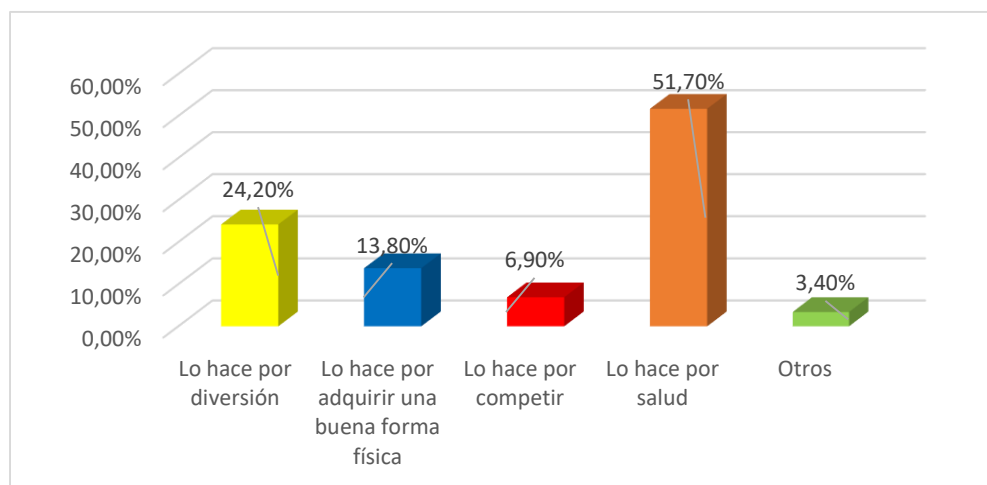
Figura 1. ¿Usted practica deporte?



Fuente: Elaboración propia

De los resultados obtenidos podemos observar y determinar, que los adolescentes encuestados son un total 180, de los cuales un 40,6% corresponden al sexo masculino y el 59,4% corresponden al sexo femenino, la figura 1, nos da a conocer sobre el nivel de práctica deportiva de los estudiantes, lo cual corresponde al primer ítem desarrollado en la encuesta por los educandos determinando que el deporte es practicado en un porcentaje bajo que corresponde a un 32,20%, y en lo que concierne a no practicar deporte el porcentaje que se refleja es muy alto con un 67,80%.

Figura 2. ¿Usted por qué practica deporte?

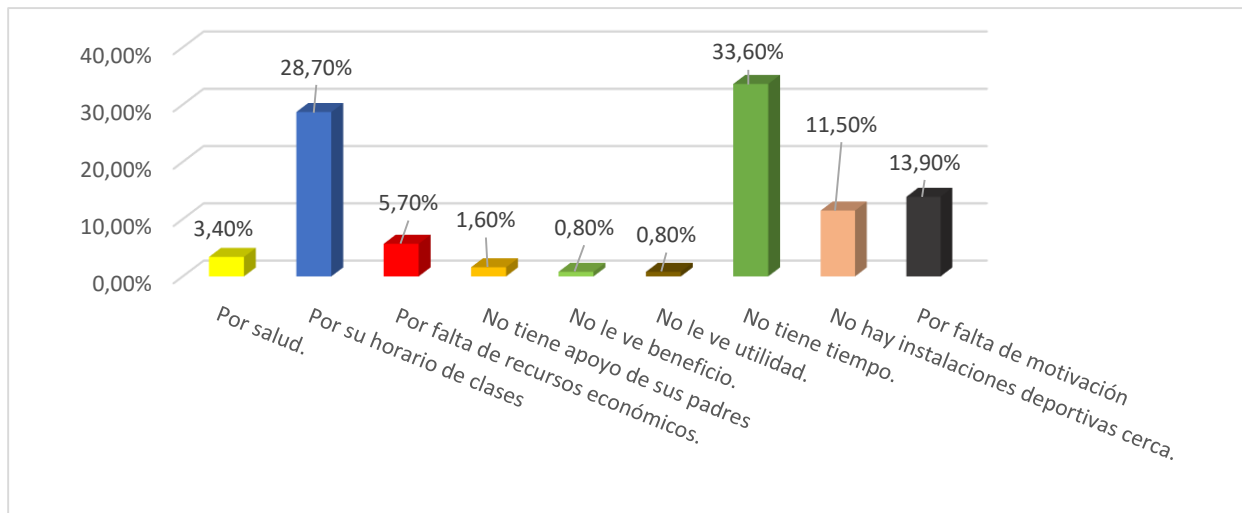


Fuente: Elaboración propia

En la figura 2 podemos determinar que un 51,70% de los estudiantes encuestados realizan la práctica de deportes porque consideran que es beneficiosa para tener una buena salud, un 24,20% lo hace por sentirse bien como una diversión sana utilizando bien su tiempo libre con lo cual evitan

caer en los males que hoy se presentan en nuestra sociedad, un 13,80% lo hacen por adquirir una buena forma física e imagen corporal que le permiten sentirse más importantes dentro de su grupo y en la sociedad en que se desenvuelven, el 6,90% lo hacen con fines de competir en los diferentes eventos y campeonatos deportivos buscando representar a su institución, a su provincia y porque no a su país es decir buscando un sitio en la élite del deporte nacional, y; un 3,40% lo hacen por otras razones.

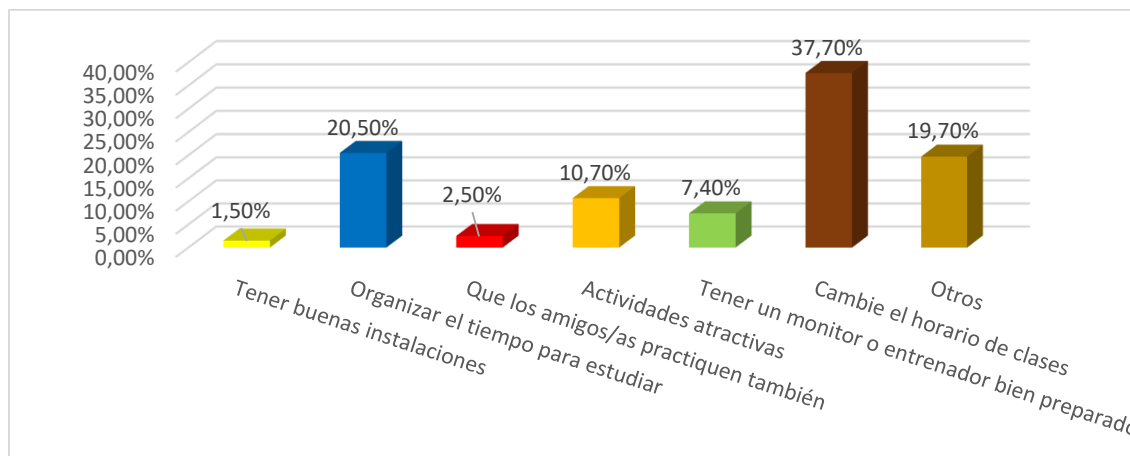
Figura 3. ¿Cuál es la causa más importante por la que usted no practica Deporte?



Fuente: Elaboración propia

En la figura 3 de esta investigación podemos determinar que un 33,60% de adolescentes no pueden practicar deporte porque no disponen de tiempo, mientras que un 28,70% por el horario de clases, un 13,90% manifiestan que la falta de motivación de los entes deportivos influye en no poder practicar, un 11,50% no disponen de instalaciones deportivas cerca, un 5,70% no lo hace por falta de recursos económicos de sus padres, un 3,40% no realizan entrenamientos por problemas de salud, un 1,60% manifiesta que no tienen el apoyo de sus padres, un 0,80% no le ve beneficioso y otro 0,80% porque no le ve ninguna utilidad.

Figura 4. ¿Qué razones le ayudarían para que Usted practique algún deporte?



Fuente: Elaboración propia

La figura 4 corresponde a qué razones le ayudarían para que los adolescentes practiquen algún deporte a este los encuestados manifiestan en un 37,70% un cambio en el horario de clases les facilitaría a la práctica de entrenamiento, por otro lado un 20,50% señalan que una mejor organización de su tiempo para estudiar sería favorable, el 19,70% señalan otros motivos, un 10,70% señala que les gustaría actividades atractivas, el 7,40% señalan que la presencia de un monitor o entrenador bien preparado los motivaría a la práctica de algún deporte, un 2,50% indican si tuvieran amigos o compañeros que practicara deporte también lo harían y un 1,50% señalan que de tener buenas instalaciones los ayudaría a practicar algún tipo de deporte.

Discusión

En la investigación realizada se determina que el nivel de práctica deportiva en los adolescentes de la jornada educativa vespertina es bajo, debido a una serie de factores que inciden en los estudiantes y que se han determinado en los resultados obtenidos, los cuales reflejan un porcentaje del 32,20%; como principal motivo por lo que los educandos realizan la práctica del deporte está enfocado al tema de la salud ya que consideran que el deporte es un medio que les permite estar sanos; como segunda opción los encuestados manifiestan que lo hacen por diversión, porque con ello se sienten bien, relacionando con en el estudio realizado por (Guzmán, Castillo, Elzel y Durán, 2011), señalan que el motivo por la cual los estudiantes practican deporte es por diversión seguida de una forma física y salud

En lo que respecta al porcentaje de práctica deportiva señalada en el párrafo anterior, el 44,80% ejecuta deporte en casa dándonos a entender que lo hacen de una manera empírica, sin bases

técnicas ni tácticas, más bien llevados por la atractividad que la práctica del deporte les hace sentirse cómodos y felices, y; el 55,20% realiza actividad deportiva en distintas instituciones dedicadas al entrenamiento deportivo de diferentes disciplinas porque estos disponen de espacios adecuados y cuentan con monitores o entrenadores calificados que permiten aprovechar de su capacidad para desarrollar sus habilidades y destrezas que permitan el logro de una buena formación; el deporte más practicado por parte de los adolescentes es fútbol con un 39,7% y el baloncesto con el 20,70%, y la frecuencia en la que realizan sus entrenamientos con mayor porcentaje es tres veces a la semana seguido de dos veces por semana.

Cumpliendo con el objetivo propuesto al inicio de esta investigación en el que se determinó las causas del porqué los adolescentes no practican deporte se llega a la conclusión que la causa principal es la de no disponer de tiempo, seguido por el horario de sus clases, corroborando con estudios ya realizados sobre abandono del deporte (González, 2012) quien afirma que la desmotivación y la falta de tiempo son razones de abandonar el deporte, además (Macarro, Romero, & Torres, 2010) afirma que el motivo más importante que los adolescentes no practican deporte es la falta de tiempo, (Martínez, Chillón, Castillo, Alvarez, & Delgado, 2012), al igual que (Gómez, Galvez, & Tárraga, 2014) señala que respecto a la no práctica deportiva es la falta de tiempo, en cambio en su estudio (Mollá, 2007, pág. 246) señala otros motivos por los cuales los adolescentes no practica deporte siendo la razón por qué no les da bien realizar y por la pereza y desgana, (Navas & Soriano, 2016) en su estudio nos dice que un tercio de los adolescentes no practican deporte por la falta de tiempo.

Propuesta

Nuestra propuesta va enfocada para las diferentes autoridades del Ministerio de Educación, Gads Cantonales, Gads Parroquiales, Federaciones Deportivas de las Provincias, con el objetivo de que la mayoría de la población estudiantil pueda desarrollar habilidades motrices (coordinación, velocidad, fuerza, resistencia y flexibilidad) en casa, de una forma planificada y orientada, para lo cual se puede establecer a través de una guía metodológica de ejercicios que pueden ser de base y de utilidad para el deporte a elección por parte de los adolescentes que va a mejorar y por qué no perfeccionar su capacidad de desenvolvimiento en los deportes que practique.

Fundamentos Teóricos

Las habilidades motrices según (Bascón & Prieto, 2010) son un conjunto de movimientos fundamentales y acciones motrices que surgen de la evolución humana de los patrones motrices, teniendo su fundamento en la dotación hereditaria, por lo que es muy importante desarrollarlas ya que es muy necesario para la práctica deportiva.

Con respecto a las habilidades motrices deportivas se identifican a partir de los movimientos específicos de cada deporte (Pérez, Beleño, & Ramírez, 2013), además entendemos aquellos actos motores que se llevan a cabo de forma natural y que constituyen la estructura sensomotora básica, soporte del resto de las acciones motrices que el ser humano desarrolle. (Cidoncha, Díaz, Contreras, & Icaza, 2018)

Conclusiones

La falta de práctica deportiva de los adolescentes que estudian en la sección vespertina es originada por la falta de tiempo que disponen ya que el horario de clases no les permite realizarla, debido a que su formación académica que tienen que cumplir y que es un aspecto fundamental que los padres de familia tienen con sus hijos porque desean que primero estudien para que puedan en un futuro alcanzar una carrera que les pueda servir de sostén en su vida futura, desconociendo que el deporte contribuye con la formación.

Los estudiantes necesitan de motivación tanto de sus padres y de los entes deportivos locales para que en forma organizada y que con una distribución adecuada de su tiempo permitirles cumplir con el objetivo de estudiar y practicar un deporte determinado que satisfaga a sus objetivos e intereses. Y un cambio de horarios de clases en el sistema educativo ayudaría a que un mayor número de educandos sean partícipes en realizar entrenamientos de su deporte a elección.

Señalar que la práctica deportiva se trata de una actividad beneficiosa para las personas puesto que nos ayuda a mantener una vida activa y saludable, a no caer en los males sociales que hoy en día se encuentran presentes en nuestra sociedad y que permite ser personas útiles, con esfuerzo y sacrificio de nuestro tiempo, las privaciones de algunos momentos de distracción nos ayudan alcanzar metas y objetivos que muchas veces no la podemos conseguir por falta de decisión y perseverancia.

Referencias

1. Barbosa, S., & Urrea, A. (2018). Influencia del deporte y la actividad física en el estado de salud físico y mental: una revisión bibliográfica. *Katharsis.*, 141 - 159.
2. Bascón, M., & Prieto, Á. (2010). Habilidades Motrices Básicas. *Innovación y Experiencias Educativas.*, 1-10.
3. Beltrán, O. (2005). Adolescencia, deporte y crecimiento personal. *Apuntes Educación Física y Deportes*, 1- 4.
4. Cidoncha, V., Díaz, R., Conterras, T., & Icaza, V. (11 de 02 de 2018). Aprendizaje motor. Las habilidades motrices básicas - Coordinación y equilibrio. Obtenido de *Ef deportes.*: <https://www.efdeportes.com/efd218/desarrollo-de-las-habilidades-motrices-basicas-en-1-5.htm>
5. Fernández, J., & Gutiérrez, N. (2005). ESTUDIO Y DEPORTE EN ADOLESCENTES. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 281-291.
6. García, J., & Caracuel, J. (2007). La motivación hacia la práctica deportiva en adolescentes mexicanos: inicio, mantenimiento y abandono. *Revista Iberoamericana de psicología del ejercicio y deporte.*, 41 - 60.
7. Garrido Guzmán, M. C. (2011). LAS ACTIVIDADES DEPORTIVAS EN ESTUDIANTES DE PRIMER AÑO MEDIO EN OSORNO (CHILE). *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*, 145-163.
8. Gómez, L., Galvez, A., & Tárraga, L. (2014). Revisión y análisis de los motivos de abandono de práctica de actividad física y autopercepción de competencia motriz. *Journal of negative and no positive results.*, 56 - 61.
9. González, J. (2012). MOTIVACIONES DE LOS JÓVENES SEVILLANOS PARA ABANDONAR LA PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICO-DEPORTIVA. *Revista Iberoamericana de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte.*, 15 - 23.
10. Macarro, J., Romero, C., & Torres, J. (2010). Motivos de abandono de la práctica de actividad físico-deportiva en los estudiantes de bachillerato de la provincia de granada. *Revista de educación.*, 495 - 519.

11. Martínez, A., Chillón, M., Castillo, R., Álvarez, L., & Delgado, M. (2012). Motivos de abandono y no práctica de actividad físico-deportiva en adolescentes españoles: estudio avena. Canadá.: Cuadernos de Psicología del deporte.
12. Ministerio de Educación. (11 de 05 de 2017). Ley orgánica intercultural. Obtenido de <https://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2017/05/Ley-Organica-Educacion-Intercultural-Codificado.pdf>
13. Mollá, M. (2007). LA INFLUENCIA DE LAS ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES EN LOS HÁBITOS DEPORTIVOS DE LOS ESCOLARES. Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte., 241-252.
14. Navas, D., & Soriano, T. (2016). Análisis de los motivos para practicar o no actividades físicas extracurriculares y su relación con el autoconcepto físico en estudiantes chilenos. Revista Iberoamericana de Psicología del ejercicio y deporte., 69 - 76.
15. Organización Mundial de la Salud. (11 de 03 de 2016). Práctica de la actividad física y deporte. Obtenido de https://www.who.int/dietphysicalactivity/factsheet_recommendations/es/
16. Pérez, I., Beleño, F., & Ramírez, D. (2013). El desarrollo de las habilidades motrices en la educación física escolar. Revista de la facultad de cultura física de Granma., 33 - 57- 70.

©2020 por los autores. Este artículo es de acceso abierto y distribuido según los términos y condiciones de la licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional (CC BY-NC-SA 4.0) (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>).

