

**UNIVERSIDAD NACIONAL
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA CIENCIAS DEL DEPORTE**

**Determinación de la actitud hacia la educación física, en
adolescentes entre 12 y 18 años de edad, de un colegio
en una zona urbanomarginal en relación con el género, la
edad y la percepción que estos tienen de sus padres y
compañeros con relación a un estilo de vida físicamente
activo**

Tesis sometida a la consideración del Tribunal Examinador de Trabajos de
Graduación para optar por el título de Licenciatura en Ciencias del Deporte con
énfasis en Salud

Mauricio Araya Obando

Campus Presbítero Benjamín Núñez, Heredia, Costa Rica.

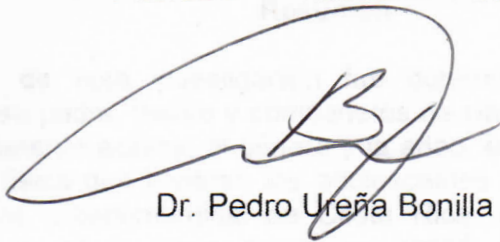
2004

Determinación de la actitud hacia la educación física, en adolescentes entre 12 y 18 años de edad, de un colegio en una zona urbanomarginal en relación con el género, la edad y la percepción que estos tienen de sus padres y compañeros con relación a un estilo de vida físicamente activo

Mauricio Araya Obando

Tesis sometida a la consideración del Tribunal Examinador de Trabajos de Graduación para optar por el título de Licenciatura en Ciencias del Deporte con énfasis en Salud. Cumple con los requisitos establecidos por la Universidad Nacional. Heredia, Costa Rica

Miembros del Tribunal Examinador



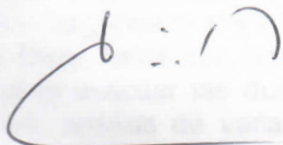
Dr. Pedro Ureña Bonilla

Decano de Facultad de Ciencias de la Salud



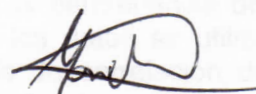
MSc. Gerardo Araya Vargas

Tutor



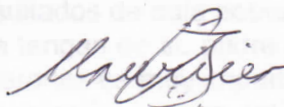
MEd. Jorge Rodríguez Aguilar

Lector



MSc. Mónica Mora Mora

Lectora



Bach. Mauricio Araya Obando

Sustentante

Tesis sometida a la consideración del Tribunal Examinador de Trabajos de Graduación para optar por el título de Licenciatura en Ciencias del Deporte con énfasis en Salud. Cumple con los requisitos establecidos por la Universidad Nacional

Heredia, Costa Rica

Resumen

El propósito de esta investigación fue determinar si la percepción de los adolescentes hacia su padre, madre y compañeros de clase con relación a la práctica de estilos de vida físicamente activos, el género y la edad, eran determinantes en la actitud hacia la educación física que tuvieran los adolescentes estudiados procedentes de un colegio de una zona urbanomarginal de Costa Rica. La muestra se determinó por conveniencia, ya que en la zona donde se aplicó dicho estudio se cuenta con características altas en cuanto a desintegración familiar se refiere, aunque se les aplicó a todos los estudiantes del liceo, se escogieron solo los estudiantes que contaban con un grupo familiar tradicional (papá, mamá y los hijos), lo anterior porque afectaba la investigación. En total se analizaron 138 mujeres y 138 varones entre 12 y 18 años de edad. Los participantes accedieron a ser parte de la investigación de una forma voluntaria. Para la recolección de la información, se utilizaron dos instrumentos, el primero fue la escala de actitud hacia la educación física de Adams (1963) y el otro fue una escala para investigar la percepción de parte de los adolescentes sobre la actitud de personas cercanas (padre, madre y compañeros de clase) hacia la práctica de estilos de vida físicamente activos, todos los instrumentos se aplicaron durante las clases de educación física de la segunda semana de noviembre del año 2003 en el Liceo Nuevo de San Diego de Tres Ríos, todos con una explicación previa del profesor y con la permanencia del mismo para evacuar las dudas que surgieran. Para el análisis de los datos se utilizó promedios, análisis de varianza de dos vías (ANOVA) y el análisis de correlación de Pearson. Resultados: Se pudo comprobar que las mujeres y los varones tienen una actitud positiva hacia la educación física pero que la percepción de los compañeros de clase por parte de los varones es más positiva que la de las mujeres, que el grupo de edad no era significativo en los resultados de esta población, que para ambos géneros no es determinante la percepción que tengan de su padre para la actitud de ellos (as) hacia la educación física, que para los varones es muy importante la percepción que tengan de su madre, es decir, que a mayor relación con un estilo de vida activo por parte de la madre para los varones, mayor su actitud positiva hacia la educación física y viceversa; mientras que para las mujeres esta importancia radica en la percepción de sus compañeros de clase, lo que quiere decir que a mayor actividad o relación positiva con un estilo de vida físicamente activo de los compañeros de clase, mayor el nivel positivo en la actitud hacia la educación física de las mujeres y viceversa, no existe diferencia significativa ni interacción entre grupo de edad y género de mujeres ni tampoco de varones, se encontró diferencias entre género solo cuando se analizó que los varones consideran más positivo el estilo de vida de sus compañeros que las mujeres y donde no se encontró diferencias relacionadas con el grupo de edad. Por tanto, puede concluirse que la actitud hacia la educación física de los adolescentes estudiados es positiva, pero que el nivel de positivismo depende de la percepción que tengan acerca de la madre (los varones) y de los compañeros de clase (las mujeres) en esta población, es decir que las actitudes de los adolescentes pueden ser influenciadas por la percepción que tengan de las demás personas. Sin embargo se recomienda en futuras investigaciones profundizar aún más para lograr entender mejor a esta población y así optimizar la enseñanza de la educación física para que sea del máximo provecho.

Agradecimientos

Al Dios todo poderoso, a quien debe ser la honra, el imperio y la gloria por los siglos de los siglos. Amen, él me ha dejado llegar hasta aquí y se lo agradezco profundamente.

A mi esposa Silvia, quien no me permite estancarme en ninguna de las áreas de mi vida y a quien debo mi felicidad y realización como persona, siempre dispuesta y atenta en todo lo que pueda ayudarme, te amo.

Para Mauricito, un agradecimiento por venir a mi vida a endulzar aún más mi felicidad, estoy muy orgulloso de ti, te amo.

Especialmente a mi madre quien me enseñó a amar y me disciplinó con sabiduría e inteligencia. Por ser mi apoyo y ejemplo siempre.

Para mi señor padre, el encargado de enseñarme a ser un hombre de verdad, con sus palabras y con su insuperable ejemplo de trabajo, dedicación y empeño en la maravillosa familia que tiene.

Desde luego a mis hermanos a quien admiro y amo cada uno por lo que representan en mi vida.

A mis familiares por su apoyo de siempre en todo lo que emprendí aunque no estuvieran de acuerdo en ocasiones.

No puedo dejar pasar la oportunidad de agradecer al mejor profesional que conozco Gerardo Araya Vargas, de quien aprendí que se estudia para ayudar a otros y para ser mejor en humildad, gracias.

A un grupo especial de amigos quienes sé que se preocupan por mí y se los agradezco en el nombre de Dios. Esteban, Fanny, Meli y Andrés.

Por último a todas las personas que de una o de otra forma he aprendido de ellas, gracias.

BENDICIONES Y AGRADECIMIENTOS PARA TODOS

Dedicatoria

Dedico este trabajo a mi Dios primeramente, por lo que él ha hecho en mi vida.

También a mi amada esposa, inspiración de mi vida en todos los aspectos, por ser mi ayuda idónea y por todos los sueños hechos realidad desde que la conocí, te amo con todo mi corazón.

Te dedico este trabajo y quiero que cuando aprendas a leer, saques el rato para leerlo todo y que de alguna forma te pueda ayudar a superarte siempre, te amo profundamente Mau.

A mi padre por ser un verdadero ejemplo de ser humano de calidad en todo aspecto y desde luego el profesional.

Para mi madre, con un cariño y amor especial por su confianza y esperanza en mí, estoy muy orgulloso de ti.

Para mis hermanos con amor, esperando que pueda inspirarlos como ellos me han inspirado a mí.

A todos mis familiares que creen en mí y en lo que puedo hacer, han sido un gran apoyo, gracias.

Por último quiero dedicar este paso tan importante para mí a todas las personas que me conocen de quienes siempre tengo que aprender.

INDICE

Capítulo I.....	1
INTRODUCCION.....	1
Planteamiento y delimitación del problema.....	1
Justificación.....	1
Hipótesis.....	9
Definición de términos.....	10
Limitaciones.....	12
Capítulo II.....	13
MARCO CONCEPTUAL.....	13
Capítulo III.....	42
METODOLOGIA.....	42
Sujetos.....	42
Instrumentos.....	42
Procedimientos.....	43
Análisis estadístico.....	45
Capítulo IV.....	46
RESULTADOS.....	46
Capítulo V.....	54
DISCUSION.....	54
Capítulo VI.....	60
CONCLUSIONES.....	60
Capítulo VII.....	62
RECOMENDACIONES.....	62
Bibliografía.....	63
Anexos.....	68

Indice de tablas

Tabla N° 1	Promedios y desviaciones estándar de edad y de la escala de actitud percibida hacia estilos de vida físicamente activos (padre, madre y compañeros) y la escala de actitud hacia la educación física de Adams aplicados en adolescentes estudiantes de secundaria del Liceo Nuevo de San Diego de Tres Ríos	46
Tabla N° 2	Resumen de correlaciones de Pearson de la edad y de la escala de actitud percibida hacia estilos de vida físicamente activos (padre, madre y compañeros) y de la escala de actitud hacia la educación física de Adams aplicados en varones estudiantes de secundaria del Liceo Nuevo de San Diego de Tres Ríos	47
Tabla N° 3	Resumen de correlaciones de Pearson de la edad y de la escala de actitud percibida hacia estilos de vida físicamente activos (padre, madre, compañeros) y la de actitud hacia la educación física de Adams en mujeres estudiantes de secundaria del Liceo Nuevo de San Diego de Tres Ríos	48
Tabla N° 4	Promedios y desviaciones estándar de la actitud percibida del padre hacia el estilo de vida físicamente activo, medido en adolescentes estudiantes de secundaria del Liceo Nuevo de San Diego de Tres Ríos	49
Tabla N° 5	Análisis de varianza de la actitud percibida del padre hacia el estilo de vida físicamente activo, medido en adolescentes estudiantes de secundaria del Liceo Nuevo de San Diego de Tres Ríos	49
Tabla N° 6	Promedios y desviaciones estándar de la actitud percibida de la madre hacia el estilo de vida físicamente activo, medido en adolescentes estudiantes de secundaria del Liceo Nuevo de San Diego de Tres Ríos	50
Tabla N° 7	Análisis de varianza de la actitud percibida de la madre hacia el estilo de vida físicamente activo, medida en adolescentes estudiantes de secundaria del Liceo Nuevo de San Diego de Tres Ríos	50
Tabla N° 8	Promedios y desviaciones estándar de la actitud percibida de los compañeros hacia el estilo de vida físicamente activo, medida en adolescentes estudiantes de secundaria de del Liceo Nuevo de San Diego de Tres Ríos	51

Tabla N° 9	Análisis de varianza de la actitud percibida de los compañeros hacia el estilo de vida físicamente activo, medido en adolescentes estudiantes de secundaria de del Liceo Nuevo de San Diego de Tres Ríos	51
Tabla N° 10	Promedios y desviaciones estándar de la actitud individual hacia la educación física medida en adolescentes estudiantes de secundaria del Liceo Nuevo de San Diego de Tres Ríos	52
Tabla N° 11	Análisis de varianza de la actitud individual hacia la educación física medida en adolescentes estudiantes de secundaria del Liceo Nuevo de San Diego de Tres Ríos	52

Descriptores

Influencia, influencia social, padre, madre, compañeros de clase, actitud hacia la educación física, adolescentes.

Capítulo I

INTRODUCCIÓN

Planteamiento y delimitación del problema

La educación física es parte importante del desarrollo de todos los individuos, (Weinberg y Gould, 1996). Es un hecho que los individuos y su comportamiento está muy influenciado por el núcleo familiar en donde ha visto y tomado modelos de formas de comportarse en diversas situaciones que se le presentan, (De León, 2002), esto cuando el individuo es un niño, sin embargo cuando el sujeto crece y entra en la etapa de la adolescencia sus comportamientos empiezan a ser influenciados por sus grupos de compañeros y amigos, desplazando el lugar que antes ocupaban sus padres en cuanto a la influencia de sus comportamientos (Becker Junior, 1995).

¿Cómo afecta en los adolescentes, la percepción que poseen de su padre, su madre y sus compañeros de clase hacia un estilo de vida físicamente activa y cuál es la relación con respecto a la actitud de éstos hacia la educación física?

La antropología cultural, presenta y considera todo lo que hace el hombre (actitudes, disposiciones, conocimientos de un miembro, de un grupo social, se transmiten de generación en generación). (Pereanu, 1984).

"A mediados de la década de los sesenta, la educación física se había convertido en una disciplina académica" (Weinberg y Gould, 1996, p.13). En estudios realizados por distintos autores (Greendofer y Leko, 1978, Mac Elroy, 1983, Escartí y Ballester, 1993, Seymour, 1956, Dischman et al 1985) muestran que la influencia de los padres, amigos, entrenadores y profesores con respecto a la práctica deportiva es muy importante ya que influye en los valores y actitudes de los participantes en las prácticas deportivas, todo lo anterior es citado por

(Weinberg y Gould, 1996), El aprendizaje propiamente físico no puede llevarse a cabo de forma individual, lo que significa que es prácticamente imposible que la sociedad o entorno social que rodea al individuo como familia, compañeros influye en el aprendizaje de todos, donde también deben tomarse en cuenta factores situacionales como clima, horarios, las instalaciones para la práctica deportiva existentes, entre otros (Weinberg y Gould, 1996). Flink (1969), también menciona que es normal que las personas formulen o especulen acerca de las reacciones, costumbres y pensamientos ajenos dentro de un grupo, situación que obstaculiza la comprensión de otras personas desconocidas. Existe un aprendizaje social, lo cual indica que la sociedad influye al individuo y el individuo a ésta, y no solamente esto sino que también la conducta debe modificarse por medio de la educación. "En el niño todo es aprovechable, si el educador sabe aprovecharlo" (Perearnau, 1984, p.33). Por tanto, tomando en cuenta nuevamente los conceptos de estos autores, la clase de educación física está basada prácticamente en el logro de los individuos (Roberts, 1992, citado por Cervelló y Santos-Rosa, 2000). Con lo que podría afirmarse que "La adolescencia es un período del desarrollo humano caracterizado por desaciertos orgánicos, desvíos sociales, desencuentros psicológicos" (Becker Junior, 1995, p.76), donde las influencias ambientales pueden reforzar positiva y negativamente las decisiones según sean tomadas (Cavalcanti, 1998, citado por Becker Junior 1995). "El hombre pasa la mayor parte de su existencia viviendo en sociedad; la forma de insertarse en esta sociedad es la pertenencia a grupos" (Perearnau 1984, p.51), este mismo autor nos indica que existen dos tipos de grupo: los pequeños grupos y los grandes grupos, caracterizados básicamente por la cantidad de individuos que conforman cada uno, los pequeños grupos son los conformados por pocas cantidades de personas relativamente, menos de cuarenta o cincuenta donde el contacto es más personalizado y los grandes grupos que son los que superan esa cantidad y el contacto de los individuos es mucho más informal y personalizado (Perearnau 1984).

Además, una tarea específica del profesor es la flexibilidad y utilización de los modelos educativos ya existentes, aplicando sus posibles combinaciones

según la situación presentada en clase, ya que "el debate sobre los objetivos de la educación tiene una larga trayectoria histórica" (Sprinshall, Sprinshall, Oja, 1996 p.279). Hablando del campo grupal, pero específicamente deportivo, un estudio realizado por (Hopf, 1990), en Sudamérica, sostiene que el rendimiento deportivo, no depende del entrenamiento, en hombres y en mujeres sino de factores sociales (sociológico y sociocultural). "Hay factores que inciden en el aumento o disminución de la autoestima" (Genovard, Gotzens y Montané, 1992, p.87), está demás mencionar que la autoestima es de suma importancia para el desarrollo normal y exitoso en todos los campos de los seres humanos, por lo tanto la práctica deportiva no está exenta.

Es importante mencionar que desde el nacimiento los padres son los primeros encargados de iniciar el proceso de socialización de los niños y que el trato según el género de estos es muy distinto, por ejemplo al niño y a la niña desde que nace se les diferencia en el trato, la vestimenta, los juguetes y hasta la decoración de su cuarto. (Sprinshall, Sprinshall, Oja, 1996), de cómo y de donde realice la socialización de las personas dependerá la percepción que cada uno tenga del género opuesto, las diferentes influencias que haya tenido en la vida y lo que cada una de ellas (padres, familiares, vecinos, compañeros de estudio, entre otras variadas influencias) refleja al individuo cuando niño y lo que este interiorice será de tremenda influencia en el comportamiento que pueda tener del concepto de su género opuesto, todo lo anterior explica por qué se puede llegar o no a gozar de una buena funcionalidad del grupo que se está formando, además "las normas de grupo pueden llegar a tener una enorme influencia sobre los miembros de un grupo" (Weinberg y Gould, 1996, p.183). A medida que la sociedad destruya mitos y supere desigualdades entre género y deporte, esta actividad se convertirá en una actividad con igualdad de condiciones para ambos géneros, llámese masculino o femenino (De Andrés y Aznar, 1996), quién además sostiene que en la actualidad, el papel de la mujer en puestos técnicos y directivos es casi nula, situación que es lamentable en tiempos tan desarrollados como éstos.

El grupo no es grupo sólo por estar varias personas en un solo lugar, sino por compartir algunos retos, objetivos, costumbres y actitudes. Entonces se puede

afirmar que hay grandes y pequeños grupos, como se explicaba con anterioridad (Perearnau, 1984). Todos los pequeños grupos poseen los siguientes elementos "cohesión, liderazgo, objetivos, normas, valores y roles" (Perearnau, 1984, p63). Este mismo autor afirma que: las normas y valores de un grupo se establecen por medio de los mutuos acuerdos para permitir o no algunas o varias acciones implícitas. Algunos autores (Escartí, Guzmán, Cervelló, 1993, citados por Escartí García, 1994), sostienen que es presumible que los mejores amigos de los adolescentes sean sus semejantes en edad, sexo, características personales, gustos y que influyan notablemente en la motivación y participación en las actividades deportivas incluyendo las clases de educación física.

• Cuando Artín (1974) en su artículo "interés del deporte en la sociedad humana", rescata, todo lo que el deporte o la actividad física causa en una persona, lo aleja de los vicios, aporta alegría, elimina estrés, demuestra que somos seres de costumbres y que por lo tanto reflejamos las costumbres que tenemos y mejorará el sentido que tenemos de nosotros mismos y al mismo tiempo mejoramos las relaciones interpersonales, por la interacción entre los individuos. Ahora, tomando en cuenta la juventud y todos los beneficios antes mencionados, debería incentivarse la práctica deportiva entre este tipo de población porque sería de sumo provecho para el desarrollo personal y social de los adolescentes que participen en los eventos deportivos y recreativos de su interés. En cuanto a los grupos pequeños, también se puede señalar que "el estímulo a familiares y amigos que están tratando de volver o de permanecer en un programa de ejercicio puede ser tan sencillo como decir "así se hace" o "estoy orgulloso de ti" este refuerzo social puede ejercer una influencia positiva en la dedicación al ejercicio físico" (Wankel, 1984, citado por Weinberg y Gould, 1996, p.447), mismo efecto surgirá el refuerzo si se practica de forma negativa, solamente que con resultados obviamente contrarios.

La educación y sobre todo la que llamamos formal quiere o pretende un cambio en una o varias actitudes de los educandos, para lograr una estructura personal que sea útil y aceptada por la sociedad. Donde existen problemas docente-educativas, y con el resto de la comunidad educativa, difícilmente se

logran los objetivos de la educación (Perearnau, 1984). El solo hecho de estar inmerso en cualquier grupo, va a dar como resultado que "la responsabilidad de la persona en el acto, las intenciones en relación con el y la justificación de éste" (Perearnau, 1984, p.143). Las diferentes prácticas deportivas, también son influenciadas por diferentes formas de motivación ya que la actividad deportiva también es un medio meramente social en donde es normal recibir diferentes tipos de influencias extrínsecas en las diferentes situaciones que se presenten.

"Todos nosotros necesitamos, a lo largo de nuestra vida un respaldo afectivo, pero la adolescencia es una etapa esencialmente sensible a esta necesidad "(Perearnau, 1984, p.209). Debe de tomarse en cuenta, la parte social desde todo punto de vista, y para eso se dice que "la sicología social trata de entender la conducta humana en el contexto social, estudiando las formas en que las personas influyen y son influidas por sus congéneres" (Sprinthall, Sprinthall, Oja, 1996, p.389). Es un hecho que el deporte o la actividad física es un fenómeno social presente e importante en el desarrollo de la vida de todo ser humano (De Andrés, Aznar, 1996). Entre otros juegos, los tradicionales son los que ofrecen una gramática y vocabulario más rico y diverso, por lo que deberían ser los más practicados e incentivados por parte de los interesados en el desarrollo sano de la práctica deportiva como una actividad alternativa y llamativa para todo tipo de población, por los múltiples beneficios que produce en los participantes y sobre todo en los adolescentes como medio para superar y mejorar algunas de las situaciones que se le presentan, (Acevedo y Giebenhain, 1992). Esta frase afirma con propiedad la idea del autor y el porqué es importante la actividad física como medio de socialización, "Las reglas definen las relaciones interpersonales" (Haas, 1987, p.23) , un ejemplo claro de que el deporte es un ambiente social, es el echo de que un árbitro es el encargado de hacer cumplir las leyes de equis deporte, y cualquier comportamiento que éste presente repercutirá en el comportamiento social de los participantes del mismo, por otro lado el reglamento de la clase de educación física le corresponde al profesor (Haas, 1987).

El grupo social, es un grupo como un pequeño sistema social formado por personas que se influyen entre sí y que son atraídas por el mismo problema u otros semejantes, así como los mismos valores y fines (Appley y Cofer, 1987), "Sicoeducativamente se puede actuar de tres formas distintas con el contexto del grupo escolar: modificando las normas del grupo, aumentando la cohesión dentro del grupo y deduciendo el conflicto dentro del grupo" (Hopf, 1990, p.16). Todas las personas necesitan de un grupo, según las características individuales, así los individuos buscan los grupos donde compartir ideales, resolver conflictos y cubrir necesidades de cada uno de sus integrantes; el sujeto toma en cuenta y espera el apoyo del grupo al cual pertenece y según Weinberg, Gould, (1996), cuanto más distintos son los grupos mayor es la probabilidad de mejorar los niveles de identidad de sus participantes.

Este y otros estudios que se puedan realizar relacionados con la actitud hacia la educación física es de suma importancia ya que por medio de éstos, podemos formularnos una idea de cómo se encuentra la disposición de los adolescentes con respecto a esta materia y a la vez podría hacerse una proyección con respecto a esta población cuando se encuentre en la edad adulta. Desde este punto de vista, se podría mejorar, mantener y reafirmar algunas prácticas de los profesionales en el área con base a los resultados obtenidos. Todo lo anterior con el único afán de mejorar la calidad de vida de la población costarricense de una manera integral por medio de la práctica de estilos de vida más activos físicamente.

Como antecedentes para este estudio en el país solo se encuentran dos estudios, uno realizado por Carpio (2002), el cual fue realizado en estudiantes de séptimo, noveno y undécimo año de colegios académicos públicos de Desamparados, del cual solo el resumen ha sido publicado, éste se realizó con uno de los instrumentos utilizados en esta investigación, el test de Adams y arroja resultados respaldados por estudios foráneos (Europa y Estados Unidos), que afirman que los varones muestran una actitud significativamente más positiva que la de las mujeres en cuanto a la clase de educación física, lo anterior repercute en la edad, conforme aumenta disminuye la actitud positiva hacia la educación física

hasta la edad adulta. Lo anterior es más notable sobre todo de las mujeres que presentan problemas de sobrepeso y sedentarismo por ejemplo, situaciones que disminuyen su calidad de vida. De estos resultados obtenidos podemos sustentarnos en la importancia de investigar no solo a los varones sino también a las mujeres.

El otro estudio encontrado, se realizó en tres colegios de Heredia con estudiantes varones de séptimo año (Gamboa y Rivas, 1987), el cual pretendía analizar si los estudiantes que habían recibido lecciones de educación en la escuela poseían una actitud significativamente más positiva que los estudiantes que no contaban con esta experiencia, luego someterlos a lecciones de educación física durante un trimestre y volver a aplicar el test (Edgington), validado por Vallerand y Hallwell (1983), la cual posee un coeficiente de 0.92, el cual arrojó como resultado que en efecto la influencia de los profesores de la escuela era positiva y significativa en los estudiantes que sí habían recibido educación física en la escuela, situación respaldada por Thomas (1981), citado por Gamboa y Rivas (1987), que dice que la influencia del profesor es de suma importancia para los estudiantes sea esta positiva o negativa, por lo que podemos afirmar que los profesores de los estudiantes investigados lograron inculcar una influencia positiva por los resultados obtenidos. También aunque los resultados de la actitud luego de recibir el trimestre de lecciones de educación física aumentaron, no fue de forma significativa, situación que es sostenida por Merani (1979), cuando afirma que la influencia es un proceso lento pero efectivo a largo plazo.

En esta investigación se amplía el estudio de Gamboa y Rivas (1987), profundizando en algunos de los factores que podrían influir en la actitud hacia la clase de educación física de los adolescentes, como las actitudes percibidas de los padres (papá y mamá) y compañeros de clase con respecto a los estilos de vida físicamente activos, además se amplía a todos los niveles colegiales, se aplicó en ambos géneros y fue realizada en una zona urbano marginal donde se podrían obtener resultados muy diferentes por las situaciones socioculturales, otro aspecto importante fue la muestra utilizada que en este estudio es muy representativa ya que es superior a la mitad de la población completa.

HIPÓTESIS: Con este estudio se pretende brindar una guía o ayuda con la cual los profesionales en el área de la enseñanza de la educación física y el deporte o actividad física en general, para poder comprender un poco más el comportamiento de los adolescentes y sus diferencias entre sus edades, género y otras consideraciones importantes y de esta forma, puedan implementar diversas formas de enseñar de acuerdo con las características de sus poblaciones. Lo que beneficiará a los educadores físicos y trabajadores de este campo en la enseñanza y a sus estudiantes desde un punto de vista físico, social y hasta psicológico con la mejor y mayor práctica de la actividad física durante las clases, incentivando y mejorando el desarrollo integral de los adolescentes utilizando la práctica deportiva como un instrumento más efectivo.

HIPÓTESIS DE RECHUZO

- Existe relación significativa entre la actitud percibida del padre, la madre y los compañeros de clase, hacia la práctica de estilos de vida físicamente activos, la edad y el género, con respecto a la actitud hacia la clase educación física de adolescentes entre los 12 y los 18 años de edad, de un colegio urbano marginal de Costa Rica.
- Existe relación significativa entre la actitud percibida del padre, hacia la práctica de estilos de vida físicamente activos, según el grupo de edad, género y su interacción entre los adolescentes estudiados.
- Existe relación significativa entre la actitud percibida de la madre, hacia la práctica de estilos de vida físicamente activos, según el grupo de edad, género y su interacción entre los adolescentes estudiados.
- Existe relación significativa entre la actitud percibida de los compañeros de clase, hacia la práctica de estilos de vida físicamente activos, según el grupo de edad, género y su interacción entre los adolescentes estudiados.
- Existe relación significativa entre la actitud individual, hacia la clase de educación física, según el grupo de edad, género y su interacción entre los adolescentes estudiados.

DEFINICIÓN DE TÉRMINOS

Influencia

Producir un efecto o efectos sobre una persona con algún predominio o fuerza moral en el ánimo. (López, 2001).

Influencia social

Acción lenta, pero que por lo general es determinante en el desarrollo de un individuo o varios por parte de un grupo de personas y sus costumbres y creencias, que afectan de diversas formas el comportamiento de los que son afectados. (Merani, 1979).

Actitud

Disposición del ánimo expuesta de algún modo. (López, 2001) posición de una persona controlada y guiada por la sensibilidad, disposición determinada por la experiencia sobre la conducta, rasgos de temperamento y personalidad. (Merani, 1979).

Adolescencia

Experimentar el dolor de crecer. Proviene del latín "adolecere", que significa "madurar" (Leys, 1998). Período del crecimiento entre la pubertad y la edad juvenil. Su aparición está señalada por la pubertad, aparición del proceso biológico es el comienzo del proceso somático, social, cultural, psicológico, entre otros, los cuales varían según el medio donde se desarrollan. (Merani, 1979). Las transformaciones psíquicas están directamente influidas por la sociedad. (Merani, 1985).

Actividad física

Sinónimo de continuidad de acciones organizadas y metódicas de carácter físico, hábito o costumbre de acciones físicas. (Merani, 1979).

Educación

Es una actividad orientada intencionalmente para promover el desenvolvimiento de una persona humana y su integración en la sociedad, en el caso específico de la educación física las actividades se enfocan directamente al desarrollo de la parte física del individuo. (Merani, 1985).

Grupo

Mas de dos personas reunidas con la misma finalidad de defender los intereses comunes de sus miembros para influir como tal en los medios de opinión pública. (Merani, 1979).

Motivación

Disposición hereditaria o aprendida a particulares, constituyendo una característica básica de la personalidad. (Merani, 1979).

Percepción

Proceso por medio del cual el organismo, como resultado de la excitación de los sentidos y otras variables que intervienen en el proceso, adquiere conciencia del ambiente y puede reaccionar de manera adecuada frente a los objetos o los acontecimientos que se le presenten a lo largo de la vida. (Merani, 1979).

Ambiente

Todo aquello físico o social, cultural o histórico, que rodea o impregna al ser por completo, medio donde se encuentra o vive inmerso un individuo, son los factores que afectan al individuo desde afuera. (Merani, 1985).

LIMITACIONES

Una de las limitaciones es la gran cantidad de preguntas que deben responder los participantes, situación que podría generar desinterés en las preguntas finales.

Otra de las limitaciones presentes fue que a la hora de contestar el cuestionario o instrumento debe de hacerse de forma individual y algunos participantes conversaban entre sí, por lo cual hubo que ubicarlos como si fueran a realizar una prueba, esta fue una de las medidas que se tomó logrando controlar dicha situación.

Heredia
5123

CD 1508

15 NOV 2004

Capítulo II

15-11-04 MARCO CONCEPTUAL



Este capítulo pretende informar acerca de los fundamentos, teorías e investigaciones existentes para sustentar el estudio, utilizando los antecedentes como marco de referencia.

La antropología cultural, presenta y considera que todo lo que hace el hombre (actitudes, disposiciones, conocimientos de un miembro, de un grupo social), se transmite de generación en generación. Los sistemas sociales influyen en los componentes sociales de un grupo determinado. No se educa de igual forma a un costarricense, alemán, venezolano o a un chino, la educación es un proceso y es diferente según su entorno social. (Pereanu, 1984).

“La educación busca la socialización del individuo, transmitiéndole modelos normativos, ideas y valores culturales” (Pereanu, 1984, p.31), según el mismo autor, también debe producir un cambio en las actitudes. Este cambio es un sistema de comunicación que depende de cómo sea empleado para mejorar o desmejorar las actitudes y valores que queremos influenciar. En el caso de la socialización deportiva, la mayoría de los estudios relacionados con la socialización deportiva se basan en las investigaciones exhaustivas hechas por Kenyon y MacPhearson (1973) citados por Appley y Cofer (1987), y sus proposiciones sobre un modelo explicativo de los factores relacionados con la participación deportiva, los que plantean que en cualquier rol (entrenador, atleta, espectador) y cualquiera que sea su nivel es un aprendizaje social, donde destacan las distintas influencias de los agentes sociales, familia, escuela, comunidad y el grupo de iguales, por mencionar algunos de estos agentes, donde se aprenden e interiorizan diversos valores y actitudes personales. Estudios realizados por distintos autores (Greendofer y Leko, 1978, Mac Elroy, 1983, Escartí y Ballester, 1993, Seymour, 1956, Dischman et al 1985, citados por Weinberg y Gould (1996), muestran que la influencia de los padres, amigos, entrenadores y profesores con respecto a la

práctica deportiva es muy importante ya que influye en los valores y actitudes de los participantes en las prácticas deportivas (Escartí y García, 1994). También muestran que durante la adolescencia comienza a declinar la influencia que ejercía sobre ellos el grupo familiar y otros grupos de adultos significativos y comienza a darse paso con mayor importancia a la influencia de los grupos de amigos, todo porque la estructura que conforma el grupo de amigos es más uniforme que la estructura de la propia familia desde la perspectiva de los adolescentes ya que a estos grupos se pertenece de una forma espontánea y no obligatoria como en los grupos más formativos y educativos (Mac Phearson, Curtis, y Loy, 1989, Greendofen y Bruce, 1991, citados por Escartí y García, 1994). Los resultados que arroja esta investigación reafirman algunas hipótesis ya existentes respecto a las teorías de los comportamientos de los diferentes grupos, en donde por ejemplo el grupo de iguales durante la adolescencia tiende a reforzar las actitudes ya existentes en lugar de inducirle a nuevas, esto indica que la influencia de los grupos tiende a reafirmar actitudes que el individuo poseía antes de integrar un grupo determinado, lo anterior porque los adolescentes tienden a buscar grupos afines a sus costumbres e intereses, ya que por lo general y tomando en cuenta que se pertenece de manera espontánea y voluntaria se buscan grupos para compartir y reafirmar las actitudes que ya son practicadas.

(Warr) Perearnau (1984), expone que el niño primero ingresa a la escuela influenciado por todas sus vivencias infantiles y su propio ambiente escolar, estas influencias exteriores, en muchas ocasiones quedarán plasmadas en su personalidad. Es normal y lógico que en el proceso educativo se presenten dificultades, ya que el educando debe insertar y olvidar diversas pautas, normas y modelos familiares que pueden y no servirle en el futuro. "En el niño todo es aprovechable, si el educador sabe aprovecharlo" (Perearnau, 1984, p.33).

influe Una dificultad que se le presenta al educador es la cantidad de estudiantes con los que debe interactuar, según el punto de vista planteado por el educador y el de sus estudiantes podrá impactar positiva y muchas veces negativamente la personalidad de cada estudiante (Perearnau, 1984). "La motivación puede definirse simplemente como la dirección e intensidad del esfuerzo" (Sage, 1977), este autor

sostiene que existen diferentes tipos de motivaciones las cuales pueden aplicarse según las circunstancias, la motivación extrínseca se conoce como el ofrecimiento de algo para beneficio personal por el cumplimiento de una tarea determinada, mientras que la motivación intrínseca es aquella cuyo motivo de realización es un sentimiento personal y que nace de su propia iniciativa.

“Es importante mencionar que según algunos psicólogos poseemos al menos dos tipos de aprendizaje” (Sprinthall, Sprinthall, Oja, 1996, p.197). La educación física afecta al desarrollo psicológico (por ejemplo personalidad, agresión, voluntad)” (Weinberg y Gould, 1996 p.63). En el aprendizaje social se sostiene que “la transferencia es la clave para que se consolide el aprendizaje” (Sprinthall, Sprinthall, Oja, 1996, p.197), dicha transferencia puede ser negativa o positiva y uno de los papeles principales de la educación es afectar la mente de los estudiantes para cambiar y mejorar sus actitudes. El aprendizaje se basa en el reforzamiento con el cual se logra crear una conciencia y así el cambio y mejoramiento de las actitudes de los estudiantes, “El uso de refuerzos positivos es el que tiene efectos más significativos en el aprendizaje” (Sprinthall, Sprinthall, Oja 1996, p.256).

Siempre sobre el tema de educación, pero en específico la educación física a mitad de los años sesenta, ya se había convertido en una disciplina académica, (Weinberg y Gould, 1996). Hay un aprendizaje social que indica que la sociedad también influencia al individuo y no solamente el individuo, las conductas debe de modificarse por medio de la educación, que dicho sea de paso es influencia social (Sprinthall, Sprinthall, Oja, 1996). Cuando se habla de aprendizaje social, hay que dejar en claro que tiene que tomarse en cuenta los diferentes grupos al que pertenecen los individuos, para pertenecer a un grupo es necesario cumplir o satisfacer las normas o reglas del grupo, “Las normas pueden tener una enorme influencia sobre los miembros de un grupo” (Weinberg y Gould, 1996 p.193), ya que con el fin de pertenecer a determinado grupo y cumplir con sus requisitos pueden traicionarse algunas de las costumbres y tradiciones personales.

En el desarrollo inicial, es decir en la infancia se ha probado que el niño tiene que ser educado con situaciones que sean de interés para sus propias

perspectivas, ya que no recordará o no almacenará situaciones que no le provoquen ningún interés. (Sprinthall, Sprinthall, Oja, 1996). La afirmación anterior está relacionada directamente con el hecho de que la educación debe ser significativa para cada persona, para que así se logren mejores resultados, sobre todo si se está trabajando con poblaciones infantiles o de adolescentes.

Desde que se es un niño se reciben influencias relacionadas con los mitos y "verdades" en cuanto a las diferencias sexuales, (Weinberg y Gould, 1996) tomando en cuenta a (Gill, 1992) citado por Weinberg y Gould, 1996. Estas diferencias, son solamente sexuales referidas a disparidades biológicas, mientras que las diferencias de género son características y conductas sociológicas asociadas a hombres y mujeres. (Gill, 1992, citado por Weinberg y Gould, 1996).

Hay algunos autores (Garai y Scheifeld, 1968, MacCiskill y Wellman, 1933, Cratty, 1979, Thomas y French, 1987) citados por Weinberg y Gould (1996), que han encontrado en sus investigaciones diferencias tempranas en el desarrollo motor entre niñas y niños, sin embargo el mismos autores, sostienen que estas diferencias se deben al mismo proceso de socialización al que nos vemos sometidos inevitablemente, afectando a cada infante de diversas formas según la educación inicial donde debe de tomarse en cuenta su género para poder hacer las observaciones pertinentes. También argumentan que las diferencias entre los hombres y las mujeres y su actitud hacia el deporte surgen desde temprano como producto de la socialización que han recibido.

Maccoby y Jacklin (1974), citados por Weinberg y Gould (1996), observaron solamente cuatro áreas en las que las diferencias sexuales tenían un efecto considerable (capacidad matemática, viso-espacial, verbal y de agresividad), más adelante el mismo Jacklin en 1989 sostiene que estas diferencias o disparidades, no tienen ninguna base biológica y que por el contrario todos son diferencias meramente de género y del contexto donde se desarrollen las diversas situaciones. Ya se ha observado que las diferencias son mínimas y que "las disparidades surgen cuando hombres y mujeres adoptan papeles distintos en contextos diferentes" (Weinberg y Gould 1996, p.572), de aquí que en la actualidad los psicólogos estudien más a fondo las diferencias de aspecto social y no biológico.

La sociedad es la que se encarga de educar de formas diferentes al hombre y a la mujer, lo que indica que los resultados son obra social. "las hijas son las "pequeñas" de papá y las "ayudantes" de mamá protegidas y alentadas a ser hogareñas, educadas y cuidadosas" (Coakley, 1990 citado por Weiberg y Gould, 1996). Esta situación, afecta el desarrollo e independencia social y de competencia deportiva, aparte de situaciones como las mencionadas anteriormente, la sociedad continúa haciendo diferencias en otros aspectos, por ejemplo del uso de instalaciones deportivas donde se les otorga mas tiempo a los hombres, pagando mejor a los entrenadores masculinos, otorgando menor cantidad e becas deportivas al sector femenino, dando menor y más pobre cobertura por parte de los medios de difusión masiva a los eventos femeninos que a los masculinos, todo lo anterior la sociedad lo basa en mitos infundados científicamente, como que la participación de la mujer activa en el deporte puede causar problemas al tener hijos, lesiones en los órganos reproductores, y pechos; que su estructura ósea es menos resistente que la masculina, problemas menstruales y hasta disminución de su femineidad.

Araya (2002) indica que las diferencias entre hombres y mujeres va mas allá de su aspecto físico, y que sí existen diferencias en los componentes genéticos, hormonales, neurológicos y sociales que afectan conductas, actitudes, creencias y que la cultura define como rol social. Es un echo que a la mujer le afecta su conducta normal, cuando aparece su ciclo menstrual, por tener tantos componentes hormonales. Jacobson y Lentz (1998), citados por Cervelló y Santos Rosa (2000), afirman que cerca de la ovulación (hacia el día catorce del ciclo) hay un aumento de autoestima en la competitividad y que cerca del inicio del flujo menstrual y en la fase premenstrual aumenta la agresividad.

La incorporación de las experiencias individuales, o sea las ya vividas en particular por cada individuo, influye sin lugar a duda en la educación que se esta recibiendo (Sprinthall, Sprinthall, Oja, 1996). Se ha comprobado por un estudio de Becker (1995), que la lección de educación física y el deporte propiamente, influye sobre los niveles de ansiedad y de agresividad de los adolescentes, teniendo como resultado una correlación entre los niveles bajos de agresividad y ansiedad entre

los estudiantes que practican alguna actividad física y los que permanecen mas sedentarios, quedando demostrado que la educación física y el deporte son una alternativa eficiente para el manejo de éstas dos problemáticas psicológicas. Otros autores (Antonelli, 1974, Becker, 1985, Becker Jr, 1986, Doyne, 1987, Beakeland, 1970, citados por Becker, 1995), han llegado a la conclusión de que la falta de ejercicio influye directa y negativamente en los síntomas de ansiedad y depresión, sueño, reacciones negativas y que se presentan sobre todo en la adolescencia donde éstas tendencias se presentan con mas frecuencia.

Durantéz (1999), en su reportaje para la revista "Ciencias de la actividad física" cree en el deporte como una forma de impactar a la sociedad y muchas repercusiones que su actividad comporta, ya que sirve para el bienestar, la superación; es causa de la cultura, tomando la práctica del deporte como una escuela para la vida y con el poder contribuir y ayudar a formar individuos capaces de comportarse correctamente en las diversas situaciones de la vida, perfeccionándose como seres biológicos y sociales, mejorando por medio del deporte, el juego limpio, la tolerancia, solidaridad, autocontrol, la entrega y muchos aspectos más.

Hoy en día encontramos literatura significativa que respalda la eficiencia del ejercicio y el deporte como método efectivo para controlar diferentes niveles de ansiedad y estrés mejorando el humor del ser humano, ejercicios como los aeróbicos, la caminata, la carrera, el salto con obstáculos y la andanza en bicicleta, son los que según estudios han demostrado ser efectivos en el tratamiento de problemas como los anteriormente mencionados y que surten un efecto muy positivo sobre todo en situaciones referentes al tema de la ansiedad. (Folkins y Sime, 1981, Mihevic, 1982, Morgan, 1985, Devries, 1981), citados por Bekcer (1995). Otro estudio presentado por Bekcer (1995), entre estudiantes practicantes y no practicantes de actividades físicas diversas, aunque sin control de intensidad, duración y frecuencia científica, afirma que la práctica trae a los participantes niveles de tranquilidad superiores a los presentados por los no participantes de la actividad física, presentando niveles inferiores de ansiedad los participantes y practicantes de la lección de educación física y del deporte en general, este estudio

muestra que aún obviando los criterios científicos en control de carga, frecuencia y algunos otros (Devries, 1981, Mihevic, 1982), citados por Bekcer (1995), la práctica de actividad física trae efectos tranquilizantes para los participantes de la clase de educación física o la práctica deportiva y se observa que disminuye el nivel de agresividad intrapunitiva.

El aprendizaje propiamente físico no puede llevarse a cabo de forma individual, lo que significa que es prácticamente imposible que la sociedad o entorno social que rodea al individuo como familia, compañeros influya en el aprendizaje de todos, donde también deben tomarse en cuenta factores situacionales como clima, horarios, entre otros (Weinberg y Gould, 1996). Lo anterior se relaciona con el aprendizaje cooperativo, donde la influencia del tipo de población con la que se está trabajando repercute en los resultados esperados (Sprinthall, Sprinthall, Oja, 1996). Por ejemplo en situaciones de respaldo social un cónyuge ejerce gran influencia en la dedicación hacia el ejercicio y de hecho su actitud puede ser más importante que la del afectado directamente (Dishman, 1988, citado por Weinberg y Gould, 1996). Según (Sprinthall, Sprinthall, Oja, 1996) el educador es el encargado de crear un ambiente equitativo y propicio por lo menos para que la mayoría de la población educativa se sienta a gusto y en una atmósfera adecuada para el correcto aprendizaje. Fink (1969), realizó un estudio sutil de la "interpretación y la abstracción" y sus implicaciones en las relaciones interpersonales e intergrupales en dinámica, tomando en cuenta las reacciones inmediatas durante el proceso, adoptando una actitud o posición más elemental para no interpretar sino más bien para descubrir los recursos personales en cada participante, sosteniendo que para un óptimo aprendizaje en un grupo se necesitan algunas condiciones: clima de grupo (atmósfera que favorezca las relaciones interpersonales, ambiente positivo), confianza, apoyo, libertad de confrontación, apertura en la comunicación, sobre todo la verbal; no es posible pensar que no existirá ningún tipo de interpretación, ya que el observador deberá emitir algunos criterios personales acerca de lo que está ocurriendo durante el proceso, pero deben ser lo más objetivos posibles. En este estudio es importante resaltar que los gestos y palabras son captados inmediatamente por el resto de los participantes

del grupo que a su vez crea un "clima ambiental" que puede ser positivo o negativo dependiendo de cómo se interpreten y cómo se externen los sentimientos o pensamientos de cada uno de los miembros de un grupo determinado, de manera que no hay duda que el "ambiente grupal" influencia nuestros pensamientos y nosotros los pensamientos de los demás "estos son aspectos críticos de la ambientación de grupo" (Flink, 1973, p.225). También menciona que es normal que las personas formulen o especulen acerca de las reacciones, costumbres y pensamientos ajenos dentro de un grupo, situación que obstaculiza la comprensión de otras personas desconocidas.

Existe un aprendizaje social, lo cual indica que la sociedad influye al individuo y el individuo a ésta, y no solamente esto sino que también la conducta debe de modificarse por medio de la educación. "En el niño todo es aprovechable, si el educador sabe aprovecharlo" (Perearnau, 1984, p.33).

Es necesario aclarar que existen agentes de socialización (padres, hermanos, amigos de la misma edad e intereses, compañeros de curso, profesores y en el caso de los participantes en actividades físicas, los entrenadores), son los responsables de la influencia que recibe cada persona y que son de suma importancia en los procesos de determinados comportamientos, donde según Hopf (1990), la repercusión en las diferentes actitudes es tan importante que se vuelve, indispensable dar más énfasis al aspecto social que al de planta física, fisiológica, porque los resultados son más beneficiosos para los individuos.

Una dificultad que se le presenta al educador es la cantidad de estudiantes con los que debe interactuar, según el punto de vista planteado por el educador y el de sus estudiantes, podrá impactar positiva o negativamente la personalidad de cada estudiante (Perearnau, Torras, 1984), además debe de ser consciente de lo ya antes mencionado por psicólogos y diversos autores, las diferentes formas de aprender, la transferencia, la socialización existente antes de ingresar al sistema educativo formal, los intereses individuales y los grupales y de todo lo anterior y sus posibles combinaciones dependerá si almacena o no la información que se le está suministrando en determinado momento.

Existen varias técnicas para reforzar el aprendizaje, la consistencia, el castigo por ejemplo, siempre deben utilizarse diferentes alternativas en las diversas situaciones que se presentan. "El uso de refuerzos positivos es la que tiene más efectos significativos en el aprendizaje" (Sprinhall, Sprinhall, Oja, 1996 p. 256).

El aprendizaje físico no puede llevarse a cabo de forma individual por lo cual, es de suma importancia el nivel y capacidad de socialización que posean los individuos, lo que afectará directamente en el nuevo aprendizaje, es poco probable y casi imposible que la sociedad o entorno social que rodea al individuo no repercuta en el resultado del aprendizaje de los compañeros y compañeras, esto está muy relacionado con el aprendizaje cooperativo ya antes mencionado, hay que recordar que las teorías de Sprinhall, Sprinhall, Oja, (1996), proponen que el ambiente adecuado para el mejor aprendizaje debe de ser proporcionado por el educador y que los diferentes resultados que se obtengan de un proceso determinado podrían relacionarse con el entorno donde el sujeto se desarrolle (Ames, 1992, Cervelló, 1996, Nichols, 1989) citados por Cervelló y Santos Rosa (2000), esto nos permite afirmar, sin lugar prácticamente a ninguna duda a tomar en cuenta y a tener sumo cuidado a la hora de educar desde el punto de vista físico y la proyectar los resultados que se quieran obtener en los diversos tipos de población donde se trabaje con adolescentes.

La autoridad del profesor debe basarse en la cooperación y no en la subordinación, con el cuidado de tomar en cuenta la opinión de sus estudiantes pero sin que éstas ideas sean las que dan las pautas de la lección, de la misma forma tiene que tener la responsabilidad de participar de las mismas situaciones que los alumnos, aunque no necesariamente tiene que estar de acuerdo con ellos. (Sprinhall, Sprinhall, Oja, 1996)

El educador debe comprender las situaciones, pero en la mayoría de los casos no justificar las acciones incorrectas de sus estudiantes. Durante la clase de educación física, los principiantes tienden a sentir un ambiente o clima motivacional desafiante, y de diversión más que en otras clases y logran aprobación social, status dentro del grupo y recompensas extrínsecas, es decir que la clase de

educación física está basada prácticamente en el logro de los individuos (Roberts, 1992, citado por Cervelló y Santos-Rosa, 2000). La educación física motiva a los individuos por la consecución del éxito, por medio de la competencia o alguna habilidad (aunque este concepto varíe en cada persona, acarreen consecuencias afectivas cognitivas y conductuales (Nichols, 1984, 1989, citado por Cervelló Santos-Rosa 2000). Sobre este mismo tema, Vallejos, (1995) deja demostrado que las aprobaciones, los chistes, comentarios, aprobaciones, reprobaciones y las instrucciones por parte del entrenador influyen directamente como factor psicosocial en el rendimiento deportivo de un atleta, lo anterior afirma que es de suma importancia el estudio de las influencias que tienen las personas mas cercanas con respecto a las actitudes hacia la educación física y el deporte en general que pueda tener cada individuo, además debe de tomarse en cuenta que la motivación y su nivel se relaciona directamente con la percepción de éxito que tenga el profesor o entrenador en los diferentes eventos en los que se participe, y que en el plano meramente deportivo - competitivo los atletas tenían el concepto de éxito según el concepto que les había inculcado el entrenador, los padres y sus compañeros de entrenamiento (Cervelló y Guzmán, 1999, tomada de Cervelló Santos-Rosa, 2000).

Una tarea específica del profesor es la flexibilidad y utilización de los modelos educativos ya existentes, aplicando sus posibles combinaciones según la situación presentada en clase. "El debate sobre los objetivos de la educación tiene una largo trayectoria histórica" (Sprinshall, Sprinshall, Oja, 1996, p.279), la disyuntiva de quienes piensan que son habilidades que se le deben de enseñar a los educandos para que sepan actuar frente a diversas situaciones que le presente la vida y los que opinan, que debe ser un proceso intrínseco en si mismo. (Sprinshall, Sprinshall, Oja, 1996). El docente tiene la obligación de planear la lección y con esto mostrar a sus estudiantes que es necesario el planeamiento para la consumación de la mayoría de los objetivos de la educación.

"La adolescencia es un período del desarrollo humano caracterizado por desaciertos orgánicos desvíos sociales, desencuentros psicológicos" (Becker Junior 1995 p.80), donde las influencias ambientales pueden reforzar positiva y

negativamente las decisiones según sean tomadas (Cavalcanti, 1998, citado por Becker Junior, 1995).

El profesor es un modelo a imitar por los estudiantes pero, "Durante años se ha venido manifestando que los profesores debían manifestar todas las virtudes del ser humano y ninguna de sus debilidades" (Sprinshall, Sprinshall, Oja, 1996 p 306), ningún educador podría vivir cumpliendo éstas expectativas, ya que no sería ser humano.

De ningún educador podemos pretender que sea una persona que no se equivoque nunca, ya que es un ser humano, pero la actitud si es esencial, sobre todo hacia los estudiantes, él debe hacer sentir a los estudiantes que desea que ellos tengan éxito. Según Sprinshall, Sprinshall, Oja, (1996) todo lo relacionado con los alumnos debe de tomarse en cuenta, las influencias culturales y las características de los alumnos se asocian a expectativas positivas o negativas, lo importante es que es una variable importante para tomar en cuenta, por otro lado, la raza, el estado socioeconómico, la composición familiar, el género y el temperamento influye en cada uno de los estudiantes en forma diferente. En el campo grupal, pero específicamente en lo deportivo, un estudio realizado por (Hopf, 1990), en Sudamérica, sostiene que el rendimiento deportivo, no depende entrenamiento, en hombres y en mujeres sino de factores sociales (sociológico y sociocultural). Es indiscutible desde este punto de vista que estos factores son significativos el ambiente cultural en el que "una persona se desarrolla y por sobre todo su sexo tiene un significado importante" (Hopf, 1990, p. 14) por ejemplificar, en este estudio se notan las grandes comparaciones entre el atletismo masculino y femenino, mostrando la importancia o relevancia en los resultados obtenidos en diversos deportes dependiendo del lugar sociocultural donde cada individuo se desenvuelve, no solamente en el ambiente deportivo, en este mismo estudio se revela que hay niveles, condiciones y requisitos que una persona debe cumplir que la hacen mas elegible para una actividad o para otra, por ejemplo en el trabajo; en donde las divorciadas, solteras, con edades de 20 a 25 años y una buena preparación académica les otorga un nivel mayor para conseguir el trabajo y por supuesto que fuera esas condiciones es menor el índice de probabilidades para ser

electas. Es interesante que a la hora de escoger los intereses y actividades para utilizar el tiempo libre, un estudio demuestra que es imprescindible tomar en cuenta la educación recibida por las personas, para poder entender sus gustos y escogencias. En la mujer los primeros años es en "donde se fomentan los criterios y comportamientos que los entrenadores de atletas femeninas quieren posteriormente encontraría el sentir, influencia, dependencia del entrenador y dependencia del ambiente" (Haas, 1985, citado por Hopf, 1990), (Haapasalo, 1999) apoya el mismo concepto, situación que es muy distinta en comparación con el hombre. Es importante mencionar que no existen los deportes masculinos y femeninos, pero que sin embargo según donde nacemos y vivimos se nos influencia para que el fútbol sea masculino, la gimnasia femenina y el tenis neutro por citar algún ejemplo. Sobre todo es importante rescatar que los atletas de alto nivel afirman que "además del motivo competitivo existen otros aspectos que son importantes para las competidoras (comunicación 74%, recuperación 90% y salud 93%)" (Hopf, 1990, p.18).

Los profesores deben ser más independientes, flexibles y comprensivos, para así lograr una mejor actuación, es decir con un desarrollo profesional más competente y la actitud hacia los alumnos depende del profesor es esencial para establecer un ambiente positivo en la lección, según Sprinthall, Sprinthall, Oja, (1996).

"A mediados de la década de los sesentas, la educación física se había convertido en una disciplina académica" (Weinberg y Gould, 1996, p.13), se sostiene que "la educación física afecta el desarrollo psicológico" (personalidad y agresión)" (Weinberg y Gould, 1996, p.13). El ambiente deportivo incluyendo el de la clase de educación física, representa una diversidad social, política, económica y educativa, es decir integral, donde además de reformar actitudes las influye en todos los participantes, sin tomar en cuenta la edad de los participantes (niños, jóvenes, adultos y adultos mayores), por lo general esta influencia del ambiente deportivo es positivo para todos, mejorando la calidad de vida de una forma integral (físico, mental, social y hasta espiritual), según aportes de varios autores reconocidos en este campo (Cagigal 1975, 1981, Sanchez y Moreno, 1992,

Miranda, 1989, 1991, Lacrix, 1988, Casanova, 1991, Lavega, 1989, Mahev, 1992, Parlebas, 1988, Renson, 1991, Lensky, 1990, Eincher y Lapointe, 1985, Bunch, 1983, mencionados por De Andrés y Aznar, (1996). La clase de educación física ha demostrado ser un medio para obtener status dentro de un grupo y la aprobación social que todos necesitamos. Lo anterior lo afirman (Pie Ames, 1992, Duda y Nicholls, 1992, Goudas y Biedle, 1994, Jagacinski y Nichols, 1984, Papainannou, 1998, Papainannou y Theodorakis, 1996, citados por Cervelló Santos-Rosa, 2000), diciendo que la realidad de la clase o lección de educación física, en mucho sirve para que los participantes de la misma obtengan un nivel de aprobación por parte del profesor y de los demás estudiantes y de esta manera el "status" que mencionan los otros autores.

"Hay factores que inciden en el aumento o disminución de la autoestima" (Genoward, Gotzens y Montané, 1992, p.87), según estos autores el tratamiento respetuoso por parte de los demás, los éxitos personales, los valores influyen en la positiva o negativa autoestima de las personas, por otra parte el interés de parte de sus padres, la aceptación parcial o total desde niño, la educación, el respeto a la actividad propia del niño y el nivel de comprensión ante el comportamiento. En resumen, "la autoestima es un juicio personal valorativo que depende de cómo los sujetos son tratados por los demás y en el caso de los niños, por sus padres y maestros" (Genoward, Gotzens y Montané, 1992, p.88).

Para los sujetos de bajo autoconcepto de sí mismos, son inseguros y tienen miedo de que se les perciba como diferentes (Santee y Maslach, 1982). Gil Artin (1974), afirma en su literatura, que el deporte nos hace variar el estilo de vida, extrovertiendo al introvertido cuando practica natación, sostiene que la práctica deportiva regular, nos mantiene alegres, nos hace menos solitarios, evita o previene vicios, inculca disciplina, permite mejorar el genotipo, enseña a trabajar en equipo e inclusive mantiene que la práctica deportiva nos mejora de una forma integral ya que abarca varias áreas de la vida de los individuos, lo que vuelve a justificar la práctica deportiva como un medio por el cual podemos mejorar la calidad de vida de las personas y en este caso en específico la vida de los adolescentes. Por otra parte autores como Cazalatti, Keihan y Mara (1980), en un

Miranda, 1989, 1991, Lacrix, 1988, Casanova, 1991, Lavega, 1989, Mahev, 1992, Parlebas, 1988, Renson, 1991, Lensky, 1990, Eincher y Lapointe, 1985, Bunch, 1983, mencionados por De Andrés y Aznar, (1996). La clase de educación física ha demostrado ser un medio para obtener status dentro de un grupo y la aprobación social que todos necesitamos. Lo anterior lo afirman (Pie Ames, 1992, Duda y Nicholls, 1992, Goudas y Biedle, 1994, Jagacinski y Nichols, 1984, Papainannou, 1998, Papainannou y Theodorakis, 1996, citados por Cervelló Santos-Rosa, 2000), diciendo que la realidad de la clase o lección de educación física, en mucho sirve para que los participantes de la misma obtengan un nivel de aprobación por parte del profesor y de los demás estudiantes y de esta manera el "status" que mencionan los otros autores.

"Hay factores que inciden en el aumento o disminución de la autoestima" (Genoward, Gotzens y Montané, 1992, p.87), según estos autores el tratamiento respetuoso por parte de los demás, los éxitos personales, los valores influyen en la positiva o negativa autoestima de las personas, por otra parte el interés de parte de sus padres, la aceptación parcial o total desde niño, la educación, el respeto a la actividad propia del niño y el nivel de comprensión ante el comportamiento. En resumen, "la autoestima es un juicio personal valorativo que depende de cómo los sujetos son tratados por los demás y en el caso de los niños, por sus padres y maestros" (Genoward, Gotzens y Montané, 1992, p.88).

Para los sujetos de bajo autoconcepto de sí mismos, son inseguros y tienen miedo de que se les perciba como diferentes (Santee y Maslach, 1982). Gil Artin (1974), afirma en su literatura, que el deporte nos hace variar el estilo de vida, extrovertiendo al introvertido cuando practica natación, sostiene que la práctica deportiva regular, nos mantiene alegres, nos hace menos solitarios, evita o previene vicios, inculca disciplina, permite mejorar el genotipo, enseña a trabajar en equipo e inclusive mantiene que la práctica deportiva nos mejora de una forma integral ya que abarca varias áreas de la vida de los individuos, lo que vuelve a justificar la práctica deportiva como un medio por el cual podemos mejorar la calidad de vida de las personas y en este caso en específico la vida de los adolescentes. Por otra parte autores como Cazelatti, Keihan y Mara (1980), en un

estudio realizado por ellos queda demostrado que el autoconcepto o autoimagen como también ellos lo denominan, tiene mucho que ver con la cantidad y calidad de actividad física que las personas realizan, lo anterior porque según ellos a las personas les ayuda a verse mejor. El estudio toma en cuenta cinco referencias sociales; la ética o moral, la personal y familiar que influyen directamente en el individuo; con lo cual queda demostrado que entre más "normales o funcionales" eran las relaciones entre los aspectos o factores antes mencionados, menos problemas y deficiencias se encontró en el autoconcepto de los individuos.

No hay forma de desligar la posición sociocultural del individuo con respecto a su forma y calidad de aprendizaje, si la cultura es rica en conocimientos y experiencias, es lógico pensar que los individuos inmersos en esta situación serán más favorecidos y tendrán más oportunidades de mejor aprendizaje, por el contrario si el ambiente es negativo y socialmente conflictivo el aprendizaje eficiente podría darse pero, sería en un porcentaje menor al ambiente socialmente mejor conformado. De suma importancia es tener claro que según estudios realizados y afirmados por Sprinthall, Sprinthall, Oja (1996), cuando los individuos se dan cuenta de sí mismos, es un descubrir de un ser único y especial (fisiológica, genética, social y culturalmente), y que ni siquiera los gemelos idénticos son iguales, la mayoría de los individuos cambia la percepción que tenían hasta ese momento de sí mismos. También en el deporte esta situación debe de tomarse en cuenta, ya que según un estudio presentado por Camacho (1980), hecho en atletas participantes de los juegos deportivos en Antioquía demuestra que la posición socioeconómica, el sexo o género, la edad y la modalidad deportiva son variables que influyen directamente sobre la escogencia en la participación de diferentes deportes.

El deporte constituye uno de los fenómenos culturales mas representativos de nuestros tiempos, implantándose a cada esfera social, como faceta formativa, lúdica, técnica, profesional, comercial, política y de comunicación sobre todo en las sociedades mas avanzadas según Pulgarín (1996), quien da extrema importancia a la cohesión de grupo o unión y entendimiento grupal, donde sostiene que debe haber un ambiente positivo, ya que es muy influyente el grupo en los individuos y

los individuos para el grupo y de estas relaciones depende el resultado del producto final que se quiera por el individuo o por el grupo en su totalidad.

Cuando el ambiente grupal es positivo en términos de producción intelectual o cualquier otro ámbito, es posible que se obtengan resultados similares a los esperados en un principio; el problema es cuando el grupo más bien es negativo y trata o influye directamente al individuo a la conformidad, en este punto es donde entran los aspectos conocidos como presión o influencia de grupo por la que todo ser humano debe pasar (Rodríguez, 1995). El tema de la conformidad social, es el tema principal de la psicología social, ya que de lo que se trata es de adaptar a un individuo por medio de un proceso a reglas y costumbres propia de donde se desarrolla y lentamente convertirlo en un miembro de esa sociedad, logrando el individuo adquirir independencia personal cuando va aprendiendo a comer, defecar, hablar, caminar, y todo lo que tiene que ver con la interacción con los demás. Es probable que haya inconformidades cuando este individuo logra ser un adulto, pero no son las más, ya que este proceso de adaptación ha iniciado desde su nacimiento (Sprinthall, Sprinthall, Oja, 1996).

"El hombre pasa la mayor parte de su existencia viviendo en sociedad; la forma de insertarse en esta sociedad es la pertenencia a grupos" (Perearnau, 1984, p.51). Las personas que definitivamente tienen problemas con la socialización, generalmente son internadas en una institución de atención mental o por otra parte son completamente disfuncionales a la sociedad en donde se desenvuelven. Es importante mencionar que desde el nacimiento los padres son los primeros encargados de empezar el proceso de socialización de los niños y que el trato según el género de estos es muy distinto, por ejemplo al niño y a la niña desde que nace se les diferencia en el trato, la vestimenta, los juguetes y hasta la decoración de su cuarto (Sprinthall, Sprinthall, Oja, 1996). De todo este proceso y el aporte de la sociedad dependerá el producto adulto que se obtendrá para que pueda adaptarse y ser de utilidad a la sociedad sin presentar mayores problemas. (Rittner, 1995).

Cuando los niños ingresan al sistema educativo formal tienen experiencias acumuladas que son fruto de su ambiente familiar y social, eso indica que su

incorporación normal al sistema va a cambiar muchos aspectos que ya ha vivido e interiorizado y podría causarle muchas dificultades en varios aspectos (Perearnau, 1984), uno de ellos es el desconocimiento frente a cada situación individual de los maestros y alumnos, situación que afectará cuando se trate de propiciar el mejor ambiente para el desarrollo del proceso enseñanza aprendizaje. Este proceso educativo debería "respetar diferencias individuales y ritmo de aprendizaje de cada alumno, solo estos criterios hace posible que el aprendizaje sea el instrumento para resolver por sí mismos las propias dificultades" (Perearnau, 1984, p.35).

La buena utilización del manejo de los diferentes grupos en las clases le permitirá al individuo encontrar un ambiente mas de confianza y armonía para su aprendizaje, sintiéndose mas tranquilo y a gusto. (Morgan,1974). "El fomentar las relaciones positivas y las amistades sinceras, constituirá un objetivo para el educador, ya que además de ejercer un influjo positivo en la estructura personal de cada alumno, posibilitará un mejor uso de las capacidades intelectuales y un mejor compromiso escolar" (Perearnau, 1984, p.55 y 56). Es de suma importancia mencionar que "un conjunto de individuos no constituye un grupo" (Weinberg y Gould, 1996, p.188), sino que, debe de tomarse en cuenta la interacción, la comunicación y otros aspectos importantes para que se pueda afirmar que un grupo determinado de personas constituyen un grupo, donde es importante tomar en cuenta las diferentes influencias que ha tenido en la vida cada uno de los integrantes (padres, compañeros de estudio, entre otras variadas influencias), todo con el fin de llegar a gozar de una buena funcionalidad del grupo a formarse, además "las normas pueden llegar a tener una enorme influencia sobre los miembros de un grupo" (Weinberg y Gould, 1996, p.183).

Los grupos a los que pertenece el ser humano desde su nacimiento van cambiando y ampliándose conforme crece y se desarrolla, tomando en cuenta las necesidades y la madurez de cada individuo. La familia es el primer grupo al que pertenecemos, luego se amplía a la escuela, grupos de amigos, trabajo, actividades recreativas y otros. Estas experiencias son las que nos brindan las herramientas con las que podemos crecer. El grupo no es grupo sólo por estar varias personas en un solo lugar, sino por compartir algunos retos, objetivos,

costumbres y actitudes. Entonces se puede afirmar que hay grandes y pequeños grupos (Perearnau, 1984).

El gran grupo es donde interactúan muchas personas que comparten el mismo sentir e ideal (manifestaciones políticas, conciertos, eventos deportivos, entre otras muchas actividades que pueden ser compartidas por los miembros de un grupo determinado según los intereses colectivos de sus mismos miembros). El pequeño grupo es aquel que presenta un poca cantidad de personas (veinte o treinta) interrelacionándose entre sí, esto quiere decir que el número es restringido con comunicación continua y relaciones afectivas intensas donde la mayoría de estas son muy significativas si el grupo es formado por "conveniencia de sus integrantes". En este punto es donde la labor del educador debe lograr que la mayor cantidad de estudiantes en el aula se convierta en un grupo verdadero, ya que estos grupos por lo general no son formados por los integrantes, entonces es en donde exista influencia positiva donde podremos obtener resultados constructivos en cada individuo. Esto se logra fortaleciendo la comunicación, promoviendo la higiene mental, la buena autoestima y el sentido de pertenencia al grupo (Perearnau, 1984). En los grupos siempre se encuentran características especiales, donde simultáneamente se mezcla lo artificial (guiado o propiciado por el educador), con lo espontáneo (actitudes propias de los estudiantes al relacionarse entre sí), homogeneidad (igualdad o similitud de varias características) y la heterogeneidad (distintas según características y circunstancias).

Todos los pequeños grupos poseen los siguientes elementos "cohesión, liderazgo, objetivos, normas, valores y roles" (Perearnau, 1984, p.63), siendo la cohesión la sensación de "nosotros", esta situación podría darnos algunos cambios en valores internos que cambian con tal de estar de parte de "nuestro grupo", claro está, que el educador aumentará la cohesión positiva de grupo, fomentando y valorando la aceptación de cada uno de los alumnos con todas sus virtudes y deficiencias, facilitando e incentivando la ayuda mutua en el lograr metas comunes.

En cuanto a los grupos pequeños, se puede señalar como un ejemplo de motivación positiva que "el estímulo a familiares, amigos y familiares que están tratando de volver o de permanecer en un programa de ejercicio puede ser tan

sencillo como decir "así se hace o estoy orgulloso de ti" este refuerzo social puede ejercer una influencia positiva en la dedicación al ejercicio físico" (Wankel, 1984), citado por (Weinberg y Gould, 1996, p.447). Como ejemplo de las afirmaciones anteriores, podemos citar que "un estudio hecho en Ontario, realizado con cardiacos, muestra que la tasa de abandonos entre los pacientes cuyos cónyuges se mostraban indiferentes o negativos hacia el programa era tres veces superior al del grupo en el cual si se producía el apoyo de la pareja" (Oldrige, 1983, citado por Weinberg y Gould, 1996), mostrando así la importancia que tiene la influencia social mas cercana a cada persona para el enfrentamiento en este caso a un programa de ejercicio.

Las normas y valores de un grupo se establecen por medio de los mutuos acuerdos para permitir o no algunas o varias acciones implícitas (no poseen constancia legal, pero que todos los miembros tratan de cumplir) o explícitas (consta a todos y hasta es posible consultarlas), este tipo de circunstancias socializan y cambian mejorando las actitudes. Los objetivos y las metas, guían a sus militantes a ser ubicados y dirigidos hacia el bien común, además éstos deben ser "claros, operativos, evaluables, manifiestos, motivadores, participativos" (Perearnau, 1984, p.93).

En el campo de la educación, se quiere o pretende un cambio en una o varias actitudes de los educandos, para lograr una estructura personal que sea útil y aceptada por la sociedad. Donde existen problemas docente-educativas, y con el resto de la comunidad educativa, difícilmente se logran los objetivos de la educación de una forma íntegra, ya que este proceso es también un proceso en donde el grupo tiene sus dificultades habituales como todos los grupos y el educador es el encargado de moderar lo que en este proceso sucede (Perearnau, 1984). Para Morgan (1974), es de suma importancia el buen manejo psicológico para los individuos de parte de la persona que tiene a cargo un grupo que en este caso sería el educador.

En el proceso de la influencia de los iguales en la participación deportiva, propiamente hay que mencionar que es un proceso natural de todas las culturas donde los familiares y mejores amigos fungen como modelos de influencia social

(Bandura, 1977, 1987, citado por Escartí y García, 1994), a estos modelos se les conoce como influyentes porque son los que el sujeto siente más próximos y semejantes en varios aspectos (edad, intereses, estatus, entre otros). Algunos autores (Escartí, Guzmán, Cervelló, 1993, citados por Escartí y García, 1994), sostienen además, que es presumible que los mejores amigos de los adolescentes sean sus semejantes en edad, sexo, características personales, gustos y que influyen notablemente en la motivación y participación en las actividades deportivas y también de otra índole.

Por otra parte, cuando Artín (1974), en su artículo "interés del deporte en la sociedad humana", rescata, todo lo que el deporte o la actividad física causa en una persona, lo aleja de los vicios, aporta alegría, elimina estrés; demuestra con contundencia que somos seres de costumbres y que por lo tanto somos las costumbres que tenemos. Practicando actividad física regular es una costumbre saludable y que mejora el sentido que tenemos de nosotros mismos y al mismo tiempo mejora las relaciones interpersonales por el sencillo motivo de que en la mayoría de las prácticas deportivas tenemos que socializar, de una o de otra manera (Gamboa y Rivas, 1987), ahora, tomando en cuenta la juventud, debería incentivarse la práctica deportiva porque sería de sumo provecho para desarrollo personal y así social de los adolescentes, lo anterior nos indica que la práctica de actividad física mejora el desarrollo integral de las personas y en este caso en específico el de los adolescentes.

Los roles son otro aspecto a tomar en cuenta en cualquier grupo, todos asumimos un rol específico según la actividad, interés, capacidad, motivación y otra serie de aspectos a considerar. Existen roles de trabajo, de solidaridad, individuales, que deben de cumplirse por el buen funcionamiento de cualquier grupo. En el caso de los educadores, éstos deben de lograr que sus estudiantes se sientan parte del grupo y deben de procurar mantener su rol de mostrar constante interés por el bienestar del grupo, ya que "la influencia del marco sociocultural se materializa o concreta en el proceso de socialización a través de sus agentes (padres, maestros, etc), y en una frecuencia determinada de conexos sociales (familia, escuela, trabajo, etc)" (Perearnau, 1984, p.143).

La cooperación y la competitividad, siempre van a ser parte del grupo, no siendo la excepción el campo de la educación, el educador deberá encargarse de que la competitividad sea canalizada positivamente en o dentro del grupo, mientras que al mismo tiempo debe incentivar y mejorar la cantidad y calidad de solidaridad existente en el grupo. El solo echo de estar inmerso en cualquier grupo, va a producir "la responsabilidad de la persona en el acto, las intenciones en relación con el y la justificación de éste" (Perearnau, 1984, p.143).

Existen trabajos de investigación que documentan que los adolescentes pertenecientes a un club deportivo, los motiva especialmente los aspectos sociales y amistosos del entorno (Gill, Gross, Huddleston, 1983, Watson, 1984, citados por Escartí, García, 1994). Lo anterior puede darnos una pauta acerca de la importancia que juega la práctica deportiva para la adolescencia. Queda claro que no solo los aspectos deportivos son importantes para los adolescentes participantes de ejercicio físico de rendimiento, sino que más que eso es de suma importancia los aspectos sociales (García, 1999).

En épocas tan difíciles como la adolescencia, donde la persona está en un proceso de búsqueda de identidad, el entorno tiende a no ayudar y en lugar de fortalecer las actitudes y aptitudes positivas, aceptadas socialmente, inclinan e influncian a las personas a cometer actos contrarios a los establecidos por la sociedad en donde están insertados, creándoles resentimientos en contra de la misma sociedad que se traducen muchas veces en actos de violencia, los cuales muchas veces son cometidos por la llamada presión de grupo (Perearnau, 1984).

Las diferentes prácticas deportivas, también son influenciadas por diferentes formas de motivación (Miranda ,1989 y 1991), las cuales ya se mencionaron. Un estudio realizado por Cervelló y Santos-Rosa (2000), revela que es sumamente importante el factor "motivacional," durante la clase de educación física, quiere decir que el ambiente propiciado antes y durante la lección de educación física, es mejor el método que insita en el desarrollo personal y el de superación, es decir el que desarrolla la orientación, mientras que el método que insita la alimentación del ego no presenta tan buenos resultados en éstas poblaciones. Entonces, debe trabajarse con métodos de orientación hacia las metas y la superación personal, y

no los que tratan de mejorar el ego ya que puede producir recompensas extrínsecas, mientras que con el primer método es casi un echo que produce un clima de interés intrínseco por parte de los estudiantes (Doronbontr y Biddle, 1997, Walling y Duda, 1995).

“Todos nosotros necesitamos, a lo largo de nuestra vida un respaldo afectivo, pero la adolescencia es una etapa esencialmente sensible a esta necesidad” (Perearnau, 1984, p.209), es en este momento crítico donde las pandillas y malas influencias pueden dañar y marcar a una persona, por un instante o por el resto de su vida por alguna actividad realizada. El adolescente aunque sabe o tiene conciencia de que éste no es el mejor lugar a donde pertenecer, siente el necesario afecto, reconocimiento, aceptación y otros elementos que el ser humano necesita para sentirse plenamente realizado en su aspecto social, ya que siente apoyo y aprobación de sus iguales; es en este preciso momento donde el adolescente es mas vulnerable y puede fácilmente inmiscuirse en problemas de drogadicción, vandalismo por citar dos ejemplos, ya que éstas opciones se les presenta como salida gratuita al inicio, a problemas diversos que éstos estén atravesando. La existencia de una o de varias conductas desviadas es de las peores situaciones que le puede ocurrir a un grupo social, por ejemplo, en una comunidad donde se presentan muchas conductas delictivas, lograrán por efecto de influencia que las nuevas personas que nazcan o vivan ahí, observen o tomen éstos comportamientos como normales o cotidianos (Perearnau, 1984) y por ende sean propensos a adoptar estas prácticas como normales en su cotidianidad. Otra situación que sostiene este mismo autor , es que para que un individuo, sea lo que es, influye indiscutiblemente su familia ya que es el primer grupo social que influye en él de forma significativa y cuando se le presentan encrucijadas cotidianas es donde se observa, qué tan arraigados tenía y cuáles eran los valores aprendidos en su niñez, de esto dependerá que tanto pueda influir el grupo social en él en ese momento específico para realizar acciones contrarias a sus creencias o convicciones. (Perearnau, 1984).

Es un hecho que el deporte o la actividad física es un fenómeno social presente e importante en el desarrollo de la vida de todo ser humano (De Andrés,

Aznar, 1996). Entre otros juegos, los tradicionales son los que ofrecen una gramática y vocabulario más rico y diverso. (Parlebas, 1988), ya que su fin es el de rescatar las costumbres y valores propios de una región, por lo cual deben ser en la medida de lo posible los más practicados e incentivados por los educadores.

Otro aspecto social es que "los adultos y la sociedad tratan de manera distinta a los chicos y las chicas prácticamente desde que nacen" (Weinberg y Gould, 1996, p.573), entre otras cosas, según estos autores pueden encontrarse diferencias en cuanto a las libertades que se les otorgan a los chicos y las chicas, para analizar el entorno y así descubrirlo, donde la mayoría de los casos se le otorga más libertad a los varones, mientras que a las mujeres se les dice "no participes en juegos violentos, no te hagas daño, no ensucies la ropa, no te alejes mucho de la casa." (Coakley, 1990), citado por Weinberg y Gould (1996) p.577, en sus ideas sostiene que las niñas son las "pequeñas de papá" y las "ayudantes de mamá," papeles que para su concepto pretende desvalirlas de su independencia y desarrollo social, lo que por lo general repercutirá negativamente en el campo deportivo del nivel competitivo, "cuando chicas eligen participar en algún deporte a menudo sufren discriminación" (Weinberg y Gould, 1996, p.574). De echo las discriminaciones por el género son variadas, se cometen injusticias, por ejemplo, a principios de los setentas, los programas deportivos femeninos recibieron menos del 1% de los fondos económicos para su desarrollo comparado con lo recibido por los programas masculinos.

Entonces, debe tomarse en cuenta, la parte social desde todo punto de vista "la sicología social trata de entender la conducta humana en el contexto social, estudiando las formas en que las personas influyen y son influidas por sus congéneres" (Sprinthall, Sprinthall, Oja, 1996, p.389).

No es de extrañar que aún en la actualidad, las mujeres reciban menos gastos para dietas y viajes, provisión de instalaciones, servicio médico, entrenamiento, provisión de vestuarios y menor cobertura de eventos deportivos por los medios de difusión masiva, entre otras tantas desventajas o marginaciones (Weinberg y Gould, 1996). Lo anterior puede ser explicado por Genoward, (1992), donde afirma y sostiene que "el comportamiento humano a medida que cambia

bajo la influencia de los procesos sociales y subsidiariamente como éstos ocurren gracias a la educación que los ha hecho posibles", esta educación no se refiere específicamente a la educación formal, sino a la educación o enseñanza que todos recibimos desde el nacimiento.

A medida que la sociedad destruya mitos y supere desigualdades entre género y deporte, esta actividad se convertirá en una actividad de más justicia para el género femenino (De Andrés Aznar, 1996), quién además sostiene que en la actualidad, el papel de la mujer en puestos técnicos y directivos es casi nula. Autores reconocidos, tales como Kenyon y MacPhearson (1973), afirman que la participación en cualquier rol deportivo es producto de un proceso de aprendizaje social basado en tres factores o características (características físicas y psicológicas de los aprendices, el impulso para practicar o participar en una actividad física-deportiva y la influencia de los distintos agentes sociales (familia, grupo de iguales, comunidad, escuela, entre otros), a través de los cuales se aprenden valores y actitudes.

Desde hace años, varios autores (Greendofer y Leko, 1978, McElroy, 1983, Escartí y Ballester, 1993, Seymour, 1956, Discman, 1985, Albinson, 1973) citados por Weinberg y Gould (1996), sostienen que los grupos sociales que rodean al individuo, actúan en los procesos de socialización deportiva (familia, grupos pares, entrenadores y profesores), influyen en los valores y actitudes de los niños y adolescentes hacia la clase de educación física y el deporte en general, y aunque las influencias familiares pierden o comienzan a declinar en la época de la adolescencia, para dar paso o importancia a lo que es la influencia de los grupos de iguales según Engelmayer (1966), en este punto es donde se toma esta influencia como marco de referencia sumamente importante para el adolescente, sobre todo sus grupos del mismo sexo o género (Mc Phearson, Curtis y Loy, 1991), estos procesos si repercuten en el concepto de educación física que se forman los adolescentes de ambos géneros. Es importante rescatar que cuando el adolescente no logra insertarse a uno o mas grupos de iguales, sufre sentimientos de soledad y aislamiento (Palmonari, Pombeni, Krichler, 1991, citados por Escartí y García, 1994).

La psicología deportiva ha tenido desde sus inicios dos objetivos a desarrollar, el comprender cómo los factores psicológicos influyen sobre el desarrollo motor y cómo la participación en actividades físicas afectan el desarrollo de los individuos. "los educadores físicos, también quieren motivar a los niños in activos, que a menudo parecen mas interesados en los juegos de video que en el voleiball" (Weinberg y Gould, 1996, p.63), lo cual se ha convertido en un serio problema para todos los promotores de la salud física, los cuales pretenden convencer a las personas de que la manera de vivir más y con mejor calidad de vida es practicando la actividad física con regularidad y acompañar esta costumbre con una dieta sana y balanceada. Por otra parte y hablando de situaciones meramente competitivas, varios autores (Calvo, Cervelló, Martínez y Ureña, 2002), sostienen la posición de que el resultado de las competencias depende en gran manera del estado motivacional del grupo o equipo en el momento de los eventos-

Si un alumno tiene un educador físico brillante, con clases provechosas, que se motive y trate de crear un ambiente propicio para el buen desarrollo de la lección motivará e influenciará de una forma positiva la actitud que éste se forme de las clases de educación física y el resultado que se espere de éstas (Weinberg y Gould, 1996), esto quiere decir que si la clase está bien enfocada por parte del educador se obtendrán resultados provechosos para los estudiantes y aún para el mismo educador (Cofré, 1990), "la motivación puede definirse simplemente como la dirección e intensidad del esfuerzo" (Sage, 1977). Por otra parte, Escartí y García (1994), sostienen que hay reconocimiento social que se le otorga a los sujetos al practicar deporte de competición brindado por el grupo de iguales, en el mismo estudio se afirma que la práctica deportiva favorece las relaciones sociales. "La clase de educación física cómo y dónde se realice, no representa solo un proceso motriz, sino también un proceso social" (Hass, 1984, p.20), este autor, también dice que es importante la interacción entre profesor-alumno y entre alumno-alumno, ya que según Haas (1984) esto es un aprendizaje social durante el desarrollo de la clase de educación física, hay que procurar "eliminar" las experiencias sociales indeseadas y así también sus posibles consecuencias. El echo de que Haas (1984) sostenga que durante la clase de educación física se da

la enseñanza social lo basa en que "todo aprendizaje es social ya que nace de situaciones sociales y puede influenciar en el resultado de las relaciones con otras personas" (Ulich, 1976, citado por Haas 1984, p.22), él aconseja: "el objetivo del aprendizaje social son las relaciones con otros" (Haas, 1984, p.22) en el caso específico de la educación física empezamos por la composición del respeto de las reglas de los deportes como sistemas sociales y esto significa que el o los estudiantes conocen y obedecen las reglas según el deporte, "dominan el deporte" (Haas, 1984, p.23), debe tomarse en cuenta que también existen "reglas regulativas" como lo dan a conocer (Sprenchacte y Frankfurt, 1973, p.55) que son variantes claras a los reglamentos ya existentes en algunos deportes las cuales son precisas y claras y son tomadas por mutuo acuerdo de la mayoría de los participantes del deporte o juego. "Las reglas definen las relaciones interpersonales" (Haas, 1984, p.23) , un ejemplo claro de que el deporte es un ambiente social, es el echo de que un árbitro es el encargado de hacer cumplir las leyes de equis deporte, y cualquier comportamiento que éste presente repercutirá en el comportamiento social de los participantes del mismo, por otro lado el reglamento de la clase de educación física le corresponde al profesor (Haas, 1984). Cada vez es mayor la importancia del deporte en la vida diaria de las sociedades, afectando el espíritu, la sensibilidad, el pensamiento, entre otras facetas del ser humano occidental (Vélez, 1992, 1993), Desde el punto de vista epistemológico, el "deporte como categoría de comportamiento social, pertenece al orden de la categoría de la tendencia humana a la lúdica o al juego" (Vélez, 1992, 1993, p.67), y que esta actividad de movimiento aunque sea juego adopta rasgos de trabajo (influencia social), formando un estilo de vida susceptible a los análisis de las clases sociales, ya que se convertiría en un instrumento para obtener otros fines (resistencia social, salud, belleza, y reconocimiento social, por ejemplo), esto indica que en la práctica deportiva imperan los intereses sociales que son los que mueven al individuo a realizarlo, provocando en las sociedades un placer similar al provocado por el arte, "en este sentido el deporte constituirá una instancia de socialización " (Vélez, 1992, 1993, p.67), lo anterior sugiere que "al deporte en objeto de enseñanza, incluyendo el contexto social, el cual lo constituye

esencialmente" (Haas, 1984, p.33). Los roles y los estereotipos, se atienden de forma diferenciada y depende de la sociedad o sitio geográfico donde se desarrolle o encuentre el individuo. (Lensky, 1990, citado por Alarcón, 1993).

A pesar de los procesos de influencia social, algunos sujetos en la realización de algunas tareas cuando los sujetos observan sus propias conductas (Tripett, 1987), sobre todo en tareas mecánicas simples y que cuanto más difícil es ésta tarea, menor es la influencia positiva sobre el sujeto, e inclusive entre más complicada sea la labor realizada peor es el resultado cuando el sujeto es observado realizando, lo anterior, puede resumirse que la "facilitación social", se utiliza en muchos casos y propone que el sujeto realiza diferente las labores o tareas cuando es observado y cuando no lo está, ya que salen a relucir sentimientos diversos cuando se siente acompañado (ansiedad, competencia, motivación, entre otros muchos sentimientos), (Simon, 1999).

"La psicología de la educación considera de la motivación extrínseca, sobre todo los aspectos psicosociales y dentro de ellos los de aceptación por los demás"(Genovard, Gotzens y Montané, 1992, p.89). También "la psicología social es el estudio de los individuos en su contexto social y de la interacción de dichos individuos en grupos" (Genovard, Gotzens y Montané, 1992, p.162), por ejemplo un estudio realizado por Angelo, Materda, Narváez y Sgala (1987), deja al descubierto el hecho de que el nivel de aptitud física entre niños de escuela puede variar dependiendo inclusive de su situación socioeconómica, estos autores citados, sostienen que el proceso de la socialización se da cuando el individuo aprende los tipos de funcionamiento de una sociedad determinada o grupo social específico y el hecho de que hay varios individuos interactuando al unísono unos con otros, quienes se deben comprender y respetar con sus diferencias individuales.

"El grupo social, es un grupo como un pequeño sistema social formado por personas que se influyen entre sí y que son atraídas por el mismo problema u otros semejantes, así como los mismos valores y fines" (Gotzens, 1992 p.167), donde se subdividen en grupos formales e informales, los primeros son estructurados donde hay objetivos, ordenes, deberes que cumplir, mientras que los informales son los que se forman espontáneamente, donde la proximidad se valora con suma

importancia ya que aumenta la interacción, el refuerzo y la atracción entre sus miembros.

“Psicoeducativamente se puede actuar de tres formas distintas con el contexto del grupo escolar: modificando las normas del grupo, aumentando la cohesión dentro del grupo y reduciendo el conflicto dentro del grupo” (Hoffman, 1977, p.16), esta característica es de las mejores que se pueden presentar para el buen funcionamiento de cualquier grupo, ya que mejora las relaciones entre sus miembros. Es un hecho que los grupos y subgrupos poseen líderes y para trabajar con un grupo se “tendrá en cuenta la dinámica de grupo para una mayor eficacia en la instrucción” (Genoward, Gotzens y Montané, 1992 p.163). En los grupos, definitivamente tiene que hablarse de liderazgo y transcribiendo la idea de (Perearnau, 1984, p.75) “el líder surge de un grupo y existe en función de éste mismo grupo”, es él encargado de impulsar al grupo a alcanzar las metas que ya han sido fijadas en el grupo, aumentando la cohesión, siendo una persona decidida y en ocasiones hasta agresiva, con la idea de encarnar, interiorizar y simbolizar las ideas del grupo al que pertenece. Los líderes a su vez se subdividen en varios tipos, (autoritarios, permisivos y los democráticos), los decididos a conseguir el propósito del grupo o personal cueste lo que cueste, son los autoritarios, luego se encuentran los que le permiten al grupo tomar todas las decisiones, no importa los resultados que ocurran y por último los democráticos que se encargan de dirigir y de motivar al grupo para que participen en la toma de decisiones y ejecución de las mismas, con el objetivo de lograr las metas del grupo, (Jenkins, 1973).

El ser humano en sus inicios en grupos sociales y de donde primeramente aprende lo social “son los miembros de la familia” (Genoward, Gotzens y Montané, 1992 p.164), aquí desarrolla la cohesión social, las bases de confianza entre personas, el respeto a la autoridad y a las reglas; más adelante la relación será con otros niños donde aprende a interactuar con diversos grupos económicos, sociales, culturales y otros aspectos diferentes a su propio ambiente. Aunque su influencia es relativa, tomando en cuenta que sus compañeros y amigos “suelen ser individuos topográficamente próximos, de nivel socioeconómico semejante y valores sociales muy compartidos” (Milburn, 1974, citado por Conrado, 1992). Más

adelante la escuela es la encargada ampliando la conciencia del sentido institucional y cultural, por último los adultos y su perspectiva de mundo, influyen con su ejemplo, además los medios de radiodifusión masiva también lo hacen de una u otra forma (Genovad, Gotzens y Montané, 1992).

Todas las personas necesitan de un grupo, según las características individuales, así los individuos buscan los grupos donde compartir ideales, resolver conflictos y cubrir necesidades de cada uno de sus integrantes; el sujeto toma en cuenta y espera el apoyo del grupo al cual pertenece y según Weinberg, Gould, (1996), entre más distintos son los grupos aumenta la probabilidad de mejorar los niveles de identidad de sus participantes, ya que los individuos se ven forzados a convivir con costumbres diferentes a las suyas, enriqueciendo así sus propias perspectivas.

A pesar de la buena o mala influencia que reciben todos los sujetos en todas las situaciones de la vida cotidiana (sentimental, espiritual, física, educativa, entre otros) cada uno debe aprender a automotivarse sobre todo cuando se relaciona con la parte física (Dishman, 1981, citado por Weinberg, Gould), (1996). Es de suma importancia tomar en cuenta los factores situacionales o ambientales que ayudan o entorpecen la participación regular en la actividad física, incluyendo el entorno social como la familia , los compañeros, el entorno físico, el clima, los horarios y algunos otros aspectos. (Weinberg, Gould, 1996).

Un estudio de varios autores (Cazelatti, Keihan y Mara, 1980) mostró una correlación significativa entre el bajo autoconcepto y la no participación en actividades físicas, además sugieren que se deben realizar más estudios donde se presenten las diferentes alteraciones de la autoestima en plena realización de la práctica deportiva. Por otra parte (Angelo, Narváez, Sgalo, Manterola, 1987) afirman que debe también de tomarse en cuenta el nivel socioeconómico ya que se afecta y se diferencia la calidad y la cantidad de actividad física que realizan las personas según sus estudios, ellos señalan que niños de niveles socioeconómicos distintos muestran una baja participación femenina en el grupo urbano-marginal por ejemplo, y que en este caso en particular el nivel de aptitud física correlaciona con el nivel socioeconómico de cada quien, el cual es un aspecto que se ha

comprobado afecta los resultados finales, (Angelo, Materda, Narváez y Sgala, 1987).

Al ser superada la etapa de niño y entrar a la adolescencia (Becker, 1995), afirma que la adolescencia es una etapa difícil desde el punto de vista orgánico, social y psicológico. En un estudio realizado por el mismo, asocia la práctica regular de la actividad física con bajos niveles de agresividad y ansiedad, por lo que sugiere la clase de educación física como medio de profilaxis y psicoterapia para controlar la ansiedad y agresividad en adolescentes. Por otra parte si el ejercicio no es una forma de psicoterapia, funciona como una atenuante del estrés sobre todo en la etapa de la adolescencia (Brown y Siegel, 1988, citados por Becker, 1995). "Los alumnos adolescentes que practican educación física o deporte presentan un nivel de ansiedad menor que el de sus compañeros sedentarios" (Becker, 1995, p.79), por lo que sería importante perfeccionar e insistir que la clase de educación física tiene una importancia real en el área emocional de los adolescentes.

Capítulo III

METODOLOGÍA

En el siguiente capítulo se describe el proceso que realizó el investigador en la recolección, análisis e interpretación de la información recolectada en la investigación, además se describe la información más relevante de los sujetos que participaron en el estudio en cuanto a sus características.

Sujetos:

En este estudio participó un grupo de estudiantes de secundaria, todos con edades entre los 12 y los 18 años de edad, de ambos géneros y todos estudiantes del Liceo Nuevo de San Diego de Tres Ríos. Se entrevistó a 500 sujetos, de los cuales únicamente 276 cumplieron con los requisitos que se plantearon en la investigación, que eran contar con un núcleo familiar de tipo tradicional (familia compuesta por papá, mamá y hermanos). Esto era de suma importancia ya que la percepción de los padres y los estilos de vida físicamente activos, podría verse afectado si uno de los dos progenitores no formara parte de la familia en el núcleo familiar. De éstos 138 eran mujeres y 138 eran varones.

La participación en el estudio fue voluntaria y con previo consentimiento por parte del director de la institución y de los alumnos.

Instrumentos:

Durante la recolección de la información se utilizaron dos instrumentos distintos, el primero era la escala de actitud hacia la educación física de Adams (ver anexo # 3), la cual mide la actitud individual y grupal hacia la educación física,

donde el nivel de edad recomendado para su aplicación va desde el colegial hasta el universitario.

El coeficiente de validez reportado es de 0.77, encontrado al correlacionar el puntaje obtenido en la escala del set 1 con el puntaje de la escala Likert, lo anterior según Miller (1998).

Cada uno de los sujetos entrevistados indican si están de acuerdo o no con las proposiciones que se les plantea en una hoja, individual, marcan en un espacio previsto su opinión. Cada una de las propuestas posee un peso determinado para la respuesta afirmativa y otro si la respuesta es negativa, dichos pesos no deben de ser impresos en las valoraciones que se les entregarán a cada sujeto.

El puntaje obtenido de las sumas de los pesos de los ítemes respondidos como "de acuerdo" se suman y se obtiene un promedio el cual se tomará como puntaje final (ver anexo # 3).

El otro instrumento utilizado fue un cuestionario en donde todas las preguntas se relacionan con la actitud percibida de la práctica de estilos de vida físicamente activos por parte del padre, la madre y de los compañeros de clase. El mismo cuestionario se aplica pero basando las respuestas en cada actitud que tomarían cada una de las personas mencionadas (ver anexo # 2). Este cuestionario fue realizado para efectos de este estudio (Araya, 2001) y fue revisado previamente por expertos. Posee un coeficiente de confiabilidad de 0.88 para el padre y la madre y de 0.89 con respecto a los compañeros de grupo.

Procedimiento:

La investigación realizada fue de tipo descriptiva y no experimental, ya que lo que se pretenderá es medir qué tan fuerte es la influencia sobre los adolescentes por parte de su padre, madre y compañeros de sección o clase, los cuales son los que tienen mayor contacto y relación directa y que les puede afectar a ellos, para posteriormente analizar los datos recolectados e interpretarlos

y hacer algunas recomendaciones a los colegas del campo de la educación física y mejorar los resultados pretendidos en las lecciones de educación física.

El plan de trabajo, pretensiones y algunos otros aspectos se le expusieron al director de la institución el cual accedió a que la investigación se llevara a cabo en la misma.

Luego de que los instrumentos fueron probados en un grupo para averiguar cuales eran las reacciones de los estudiantes, el nivel de comprensión, la duración de la aplicación y modificaciones que se podían implementar en el encabezado para que la recolección fuera más eficiente y eficaz, se procedió a confeccionar un encabezado donde se tomaba en cuenta los aspectos personales como edad, sección, género, entre otros datos personales de importancia. Es importante indicar que este grupo quedó eliminado de la investigación final.

Después de tener los resultados de la aplicación de prueba se procedió a ordenar los instrumentos de forma aleatoria (padre, madre, compañeros e individual), con el fin de eliminar un posible desinterés y disminuir el error por aplicaciones en un orden sucesivo y en un solo orden. Durante las clases de educación física se explicó el proyecto a los estudiantes y antes de iniciar la lección se les aplicaba el instrumento teniendo el cuidado de que lo contestaran de forma individual, evacuando cualquier duda que pudiera presentarse al respecto. Dicho instrumento se aplicó durante la tercera semana del mes de Octubre del año 2003, antes de iniciar con las clases de educación física como se mencionó anteriormente, todos en la misma aula y sin presión de tiempo; el estudiante que iba terminando salía para evitar interrupciones en los demás.

Una vez terminada la recolección de datos, se procedió a la selección de los sujetos que sí calificaban para el estudio, luego se ordenaron y se procedió a la tabulación y el análisis estadístico correspondiente.

Análisis estadístico:

Como estadística descriptiva se aplicó promedios y desviaciones estándar de cada variable dependiente (edad, actitud percibida del padre, actitud percibida de la madre, actitud percibida de los compañeros de clase, actitud individual hacia la clase de educación física). Como estadística inferencial, se aplicó la ANOVA de dos vías (grupo de edad y género), para cada variable dependiente (salvo para la edad que se categorizó para este análisis) y se aplicó estadística correlacional (prueba de Pearson) para relacionar las variables dependientes.

Capítulo IV

RESULTADOS

En este capítulo se describirá toda la información que se ha analizado en la investigación, éstos resultados serán presentados utilizando mediante tablas y además se incluirá todo el análisis que se necesita para llevar a cabo la discusión. En la siguiente tabla se muestran los resultados obtenidos, tomando en cuenta las variables estudiadas (edad, actitud percibida de padre, madre y los compañeros hacia la práctica de estilos de vida físicamente activos y la actitud personal acerca de la educación física) de los sujetos analizados y la relación con el género.

Tabla 1. Promedios y desviaciones estándar de edad y de la escala de actitud percibida hacia estilos de vida físicamente activos (padre, madre y compañeros) y la escala de actitud hacia la educación física de Adams aplicados en adolescentes estudiantes de secundaria del Liceo Nuevo de San Diego de Tres Ríos

Variables	Varones (n:138)	Mujeres (n:138)
EDAD	14,5507±1,3938	14,5072±1,389
Actitud percibida del padre	99,8261±16,556	95,9420±17,44
Actitud percibida de la madre	96,0217±16,284	99,9420±30,64
Actitud percibida de los compañeros	95,3913±16,171	88,4275±16,65
Actitud individual hacia la educación física	7,1351±0,656	7,1186±0,751

Tabla 2. Resumen de correlaciones de Pearson de la edad y de la escala de actitud percibida hacia estilos de vida físicamente activos (padre, madre y compañeros) y de la escala de actitud hacia la educación física de Adams aplicados en varones estudiantes de secundaria del Liceo Nuevo de San Diego de Tres Ríos

	Actitud percibida del padre	Actitud percibida de la madre	Actitud percibida de los compañeros	Actitud individual hacia la educación física
EDAD	-,060	-,094	-,108	-,025
Actitud percibida del padre	-----	,491**	,274**	,088
Actitud percibida de la madre		-----	,490**	,191*
Actitud percibida de los compañeros			-----	,066

**p<0,01 * p<0,05

En la tabla anterior se observa que existió correlación positiva significativa entre la actitud hacia la educación física de los varones estudiados y la actitud percibida de la madre, hacia el estilo de vida físicamente activo. Es decir, que entre mejor actitud de la madre hacia el estilo de vida físicamente activo, mejor actitud del varón hacia la educación física. La actitud percibida del padre y la de los compañeros, no parece influir en la actitud de los varones hacia la educación física.

Tabla 3. Resumen de correlaciones de Pearson de la edad y de la escala de actitud percibida hacia estilos de vida físicamente activos (padre, madre, compañeros) y la de actitud hacia la educación física de Adams en mujeres estudiantes de secundaria del Liceo Nuevo de San Diego de Tres Ríos

	Actitud percibida del padre	Actitud Percibida de la madre	Actitud percibida de los compañeros	Actitud individual hacia la educación física
EDAD	-,145	,015	,007	,141
Actitud percibida del padre	-----	,231**	,226**	,115
Actitud percibida de la madre		-----	,185*	,154
Actitud percibida de los compañeros			-----	,276**

**p<0,01 * p<0,05

En la tabla anterior se aprecia que existió correlación significativa y positiva entre la actitud percibida de los compañeros hacia el estilo de vida físicamente activo y la actitud hacia la educación física de las mujeres estudiadas. Es decir, que a mejor actitud de los compañeros hacia el estilo de vida físicamente activo, mejor actitud de las mujeres hacia la educación física. O sea que, la influencia que tiene la actitud hacia la educación física en las mujeres, obedece a factores distintos en comparación con los varones, que tuvieron la influencia de la actitud percibida de su madre hacia el estilo de vida físicamente activo, mientras que en las mujeres, son los (as) compañeros (as), quienes tienen una influencia significativa.

Tabla 4. Promedios y desviaciones estándar de la actitud percibida del padre hacia el estilo de vida físicamente activo, medido en adolescentes estudiantes de secundaria del Liceo Nuevo de San Diego de Tres Ríos

Grupo de edad	Género	Promedio	D. S.	n
12 a 14 años	Varón	100,6528	±17,4906	72
	Mujer	96,5200	±17,4002	75
	Total	98,5442	±17,5078	147
15 a 16 años	Varón	98,9423	±14,6614	52
	Mujer	96,3725	±17,8930	51
	Total	97,6699	±16,3121	103
17 a 18 años	Varón	98,8571	±19,1466	14
	Mujer	90,5000	±16,1611	12
	Total	95,0000	±17,9889	26
Total	Varón	99,8261	±16,5560	138
	Mujer	95,9420	±17,4414	138
	Total	97,8841	±17,0846	276

En la tabla anterior se puede observar que los resultados arrojados acerca de la percepción que tienen los participantes de sus padres hacia una vida físicamente activa, no son significativos para las mujeres ni tampoco para los hombres en la definición de su propia actitud hacia la educación física.

Tabla 5. Análisis de varianza de la actitud percibida del padre hacia el estilo de vida físicamente activo, medido en adolescentes estudiantes de secundaria del Liceo Nuevo de San Diego de Tres Ríos

Fuente	F	Sig.	Eta ²
Grupo de edad	,589	,556	,004
Grupo de edad	,589	,556	,004
Género	3,522	,062	,013
Género	3,522	,062	,013
Interacción	,301	,740	,002

No hay diferencias por grupo de edad ni por género ni interacción, según se aprecia en la tabla anterior. Es decir que independientemente del género y la edad, la actitud que se percibe del padre hacia los estilos de vida activos, tienen similar impacto o importancia en los adolescentes.

Tabla 6. Promedios y desviaciones estándar de la actitud percibida de la madre hacia el estilo de vida físicamente activo, medido en adolescentes estudiantes de secundaria del Liceo Nuevo de San Diego de Tres Ríos

Grupo de edad	Género	Promedio	D. S.	n
12 a 14 años	varón	98,3750	±14,7995	72
	Mujer	96,6267	±16,9958	75
	Total	97,4830	±15,9276	147
15 a 16 años	Varón	93,6346	±16,6439	52
	Mujer	106,1765	±45,2074	51
	Total	99,8447	±34,3516	103
17 a 18 años	Varón	92,7857	±21,1339	14
	Mujer	94,1667	±13,1966	12
	Total	93,4231	±17,5890	26
Total	Varón	96,0217	±16,2837	138
	Mujer	99,9420	±30,6479	138
	Total	97,9819	±24,5743	276

Tabla 7. Análisis de varianza de la actitud percibida de la madre hacia el estilo de vida físicamente activo, medida en adolescentes estudiantes de secundaria del Liceo Nuevo de San Diego de Tres Ríos

Fuente	F	Sig.	Eta ²
Grupo de edad	,788	,456	,006
Grupo de edad	,788	,456	,006
Género	1,126	,290	,004
Género	1,126	,290	,004
Interacción	2,630	,074	,019

No hay diferencias por grupo de edad ni por género ni interacción, en cuanto a la percepción de estilo de vida de la madre. Es decir que esta se percibe en forma similar en los varones y en las mujeres, de los distintos grupos de edad.

Tabla 8. Promedios y desviaciones estándar de la actitud percibida de los compañeros hacia el estilo de vida físicamente activo, medida en adolescentes estudiantes de secundaria de del Liceo Nuevo de San Diego de Tres Ríos

Grupo de edad	Género	Promedio	D.S.	n
12 a 14 años	varón	98,1250	±15,3586	72
	mujer	88,1333	±18,1423	75
	Total	93,0272	±17,5116	147
15 a 16 años	varón	91,3077	±16,4311	52
	mujer	87,4706	±15,6299	51
	Total	89,4078	±16,0767	103
17 a 18 años	varón	96,5000	±17,2927	14
	mujer	94,3333	±9,2965	12
	Total	95,5000	±13,9549	26
Total	varón	95,3913	±16,1713	138
	mujer	88,4275	±16,6531	138
	Total	91,9094	±16,7513	276

Tabla 9. Análisis de varianza de la actitud percibida de los compañeros hacia el estilo de vida físicamente activo, medido en adolescentes estudiantes de secundaria de del Liceo Nuevo de San Diego de Tres Ríos

Fuente	F	Sig.	Eta ²
Grupo de edad	2,234	,109	,016
Género	4,349	,038	,016
Género	4,349	,038	,016
Interacción	1,384	,252	,010

Solo se encontró diferencias según género. Al observar la tabla de estadística descriptiva se observa que los varones consideran más positivo el estilo de vida físicamente activo de sus compañeros, que las mujeres. No se encontró diferencias ligadas al grupo de edad, ni interacción significativa.

Tabla 10. Promedios y desviaciones estándar de la actitud individual hacia la educación física medida en adolescentes estudiantes de secundaria del Liceo Nuevo de San Diego de Tres Ríos

Grupo de edad	Género			n
12 a 14 años	varón	7,1076	±,6551	72
	mujer	7,0149	±,8443	75
	Total	7,0603	±,7564	147
15 a 16 años	varón	7,2098	±,6611	52
	mujer	7,2706	±,6418	51
	Total	7,2399	±,6491	103
17 a 18 años	varón	6,9986	±,6566	14
	mujer	7,1208	±,4325	12
	Total	7,0550	±,5571	26
Total	varón	7,1351	±,6560	138
	Mujer	7,1186	±,7516	138
	Total	7,1268	±,7042	276

Tabla 11. Análisis de varianza de la actitud individual hacia la educación física medida en adolescentes estudiantes de secundaria del Liceo Nuevo de San Diego de Tres Ríos

Fuente	F	Sig.	Eta ²
Grupo de edad	2,090	,126	,015
Género	,075	,785	,000
Interacción	,496	,610	,004

No se encontraron diferencias por grupo de edad ni por género, con respecto a la actitud hacia la educación física. Al observar la tabla de estadística

descriptiva se aprecia que tanto varones como mujeres tienen una actitud hacia la educación física similar y que esta es positiva, dado que los promedios de actitud son cercanos al máximo de la escala de Adams.

En síntesis, conforme avanzan en edad, los varones y mujeres, perciben con la misma importancia la actitud de sus padres, madres y compañeros (as) de clase hacia la práctica de estilos de vida físicamente activos. También, se observa que la actitud hacia la educación física, en esta muestra, en esta muestra es estable con respecto a la edad, manteniéndose en niveles positivos desde los 12 hasta los 18 años de edad. Solo se observan diferencias ligadas en cuanto a la influencia (relación) de la actitud que se percibe de la madre y los compañeros (as) de clase sobre la actitud individual de la educación física. Por tanto, la actitud hacia la asignatura y a todo lo que ella implica, podría ser afectada positiva o negativamente, por la influencia materna en los varones y por la influencia de los compañeros y compañeras en las mujeres, lo cual indica que a estas dos fuentes de influencia debe de tomárseles en cuenta para explicar la adherencia o motivación para la práctica deportiva del ejercicio salud en esta población.

Capítulo V

DISCUSIÓN

Este capítulo es donde se describen las discusiones de los resultados obtenidos en la investigación.

Según estos resultados, se comprobaron algunas de las hipótesis planteadas, una de ellas es que sí existe influencia de parte de la actitud que perciben los estudiantes varones de todos los grupos de edad tratados en el estudio del concepto que tienen de las opiniones de su madre, no así de su padre ni de sus compañeros de clase por lo menos de forma significativa, lo anterior porque investigaciones realizadas por Rodríguez (1995), arrojan que la influencia del apoyo social repercute de una manera significativa en el estado de la salud física de los individuos, sea en beneficio o en contra.

Como se pensó, sí hay una influencia directa de los compañeros de clase hacia las mujeres de manera significativa, pero no así de parte de su padre ni de su madre, los grupos de edad no afectaron significativamente en ninguno de los aspectos evaluados, por el grado de madurez de las mujeres superior al de los varones, tanto a nivel biológico como psicosocial, esto investigado por Engel desde 1966, para las mujeres los medios sociales son más importantes que para los varones. Por otra parte una investigación de continuidad realizada por Exline, Gray y Sihuette (1965), citada por Shaw (1994, p.197); determina que las mujeres se fijan más en las otras personas, en todos los aspectos (físico, económico, social, psicológico, entre otros), mientras que para los varones muchas veces se vuelve hasta insignificante. Esta tendencia la realizan las mujeres hacia el género masculino como hacia el femenino.

No hubo indicios de que los adolescentes inmersos en ambientes más deportivos obtuvieran mejores resultados en los puntajes de su actitud individual hacia la educación física.

Por otra parte parece que ni para mujeres ni para hombres es relevante la percepción de la actitud hacia el estilo de vida físicamente activo de sus padres, el cual puede verse a la poca interrelación que tienen estos adolescentes en particular al pertenecer a una comunidad urbano marginal en la cual, la figura paterna por falta de oportunidades debe de ausentarse por largos periodos de tiempo para lograr satisfacer las necesidades socioeconómicas de la familia (aunque esto puede ser solamente un supuesto).

Por último, sí se puede afirmar que entre mayor percepción positiva de la madre, el padre y los compañeros de clase y su relación con el estilo de vida físicamente activo, es mayor el puntaje de la actitud hacia la educación física de parte de los adolescentes. Esto puede explicarse porque "los miembros de los grupos con cohesión se sienten motivados para responder positivamente" (Shaw, 1994, p 231), la familia sea como sea, para el adolescente sigue siendo un grupo.

Prácticamente todos los resultados obtenidos son sustentados por diversos autores, los cuales han obtenido desde hace varias décadas resultados similares en estudios de las conductas de los adolescentes de éstas edades. Theodore Lidz (1973), menciona que los cambios de los adolescentes siempre van a ocurrir y que la mayoría de los padres son los que no se preparan lo suficiente o nada del todo para dichos cambios "es natural que se produzcan conflictos entre el adolescente y su familia" (Lidz, 1973, p.81). Lo anterior también lo sostiene Leys (1995) cuando describe ese tipo de conflictos como brecha generacional, que es el espacio en años, costumbres, cultura, vestimenta, música, modelos y más que existe entre padres e hijos.

Los resultados obtenidos en este estudio demuestran que la influencia de la percepción de las actitudes por parte de padres y compañeros de clase son de suma importancia y repercusión en los comportamientos y actitudes en los adolescentes de ambos géneros y donde ambos muestran promedios de 14 años,

es notable como no solamente en aspectos relacionados con la actividad física estos factores son de suma importancia por las ideas planteadas por autores como Rodríguez (1995) que sostiene que la idea de pertenencia social a un grupo es la base de las relaciones sociales. Si estas relaciones son funcionales hace que los individuos deseen pertenecer o pertenezcan a algún grupo determinado.

La razón de que estos trastornos sean observados en estas edades, las explica en sus estudios Lidz (1973), quien después de varias de ellas llega a mantener que los adolescentes muestran "un cuadro clínico de crisis de identidad" (Lidz, 1973, p.88). Según De León (2002), los adultos pueden entender a los jóvenes hasta cierto punto ya que aunque tuvimos alguna vez su misma edad, la cultura juvenil está en constante transformación.

Cuando hablamos de correlaciones significativas positivas de los varones y la percepción hacia la costumbre de la vida físicamente activa por parte de sus madres y las mujeres no, hay estudios de varios autores que indican una diferencia en cuanto maduración y percepción hacia los demás de parte de los hombres y de las mujeres, Blyth y Foster-Clarke (1987), citados por Papalia (1996) en sus diversas investigaciones encuentran que para las mujeres el ambiente escolar es de suma importancia para la toma de sus decisiones y actitudes, mientras que para los varones este proceso se vuelve diferente y más lento, por lo que se podría afirmar que la relación significativa entre varones y la percepción acerca de sus madres se fundamenta en este tipo de fenómenos. Mientras las mujeres muestran la correlación positiva y significativa con el grupo de los compañeros y la percepción con respecto a la vida físicamente activa, estudios demuestran que antes de los 11 ó 12 años de edad, las mujeres son personas transparentes a las cuales no les interesa mucho la imagen que puedan estar percibiendo las demás personas acerca de ellas, luego de estas edades, reprimen sus propios sentimientos y dan paso a pensamientos e ideas estereotipadas por parte del grupo social al que pertenecen o quieren pertenecer, (Guilligan, 1982 y 1987, Brown y Guilligan, 1990, todos citados por Papalia, 1996), la American Association of University Women, realizó este mismo estudio con niños y sus

resultados fueron completamente diferentes en cuanto a las conductas de ellos comparadas con los resultados obtenidos en mujeres. Por otra parte, desde 1966 Otto Engel, encontró en sus estudios que la mujer presenta un grado mayor de maduración biológica que los varones y que además de esto también en su parte psicosocial, por lo que es otro autor que sostiene que para las mujeres de estas edades es de verdadera significancia los entornos sociales, entre sus conclusiones ha podido llegar a afirmar que en cuanto a las diferencias entre los géneros y su entorno social como el ambiente de la clase de educación física las mujeres tienden a ser mas difíciles de trabajar y de tratar que los varones. Según Alarcón (1963), en su estudio que investiga la adquisición y mejoramiento de varias habilidades motoras a los 6 años las mujeres presentan niveles más avanzados que los varones, pero a los 12 años el resultado se invierte por factores psicosociológicos según él. Esto quiere decir que aunque las mujeres presenten mejores niveles que los varones en cuanto a habilidades motoras puede verse afectado negativamente por factores psicosociales. Una observación importante es que por medio de este estudio, se observa que contrario a lo que anecdóticamente se supone, el interés por la educación física no se ve disminuido conforme avanza la edad de los colegiales, sino que mantiene un resultado positivo en todos los grupos de edad y en ambos géneros.

En cuanto a que no existan diferencias significativas entre las desviaciones standard, entre grupos de edad y género puede afirmarse que basados en los estudios existentes de edades "adolescentes" las diferencias de maduración son muy pocas en las edades analizadas y por ende no es posible encontrar diferencias significativas entre ellas ni en los varones, ni en las mujeres, según Lidz (1973), aunque al inicio de estas etapas los adolescentes necesitan sentir el aprecio y cuidado en sus hogares, este sentimiento va perdiéndose conforme se avanza en esta etapa y que es diferente en los hombres que en las mujeres y esto ocurre cuando se van asimilando las ideologías de las personas con las que llega a tener mas contacto (amigos, maestros, líderes adultos, entre otras figuras de influencia social).

La percepción distinta por género y no por grupos de edad la explica en sus investigaciones Simón (1999), con su teoría de psicología comunitaria que ha sido una alternativa a la psicología clínica, la cual estudia los fenómenos del comportamiento de los miembros identificados con un grupo determinado, y las relaciones del individuo y su ambiente. Rodríguez (1995), determina que el apoyo y actitud social influye en el estado de salud de los individuos y según sus investigaciones son muy complejas y deberían estudiarse más a fondo, también Papalia (1996), en sus estudios dice que el adolescente lucha con tres conflictos básicos (relaciones con padres y hermanos, compañeros y su identidad sexual) y que hombres y mujeres suelen tratar de resolverlos de diferente modo.

En cuanto a los ambientes sociales, en el estudio se muestra que los hombres tienen un mejor concepto de sus compañeros y compañeras de clase, es decir que son más positivos en cuanto a la percepción de ellos. Investigaciones hechas por Otto Engel (1966) arrojan resultados en donde los hombres dan menos importancia o son más superficiales en cuanto a la percepción en los grupos sociales, lo anterior porque los utilizan como compañías de entretenimiento y apoyo circunstancial, mientras que las mujeres tienen una tendencia marcadamente negativista y crítica ya que, para ellas el grupo de apoyo es muy significativo y lo que reflejen a las demás personas es de suma importancia.

Los hombres tienden a ver al grupo como sitios de competencia, mientras que en estudios se revela que las mujeres de un alto nivel de logros alcanzados obtienen estos resultados a través de la cooperación (Gilligan 1982, 1987, L.M. Brown y Gilligan, 1990), citados por Papalia (1996).

Con estos resultados se puede sostener que la educación física es una materia influyente e importante para formar integralmente al adolescente y de esta manera fortalecer e inculcar valores importantes para el buen desarrollo social y así impulsar una mejor calidad de vida desde esta etapa que es tan trascendental en el ser humano.

Es imprescindible que se trate de implementar algún tipo de trabajo o plan creativo por parte de los encargados de trabajar en el campo de la educación

física en la etapa de la adolescencia, hacia la motivación de las madres y los compañeros (as) de clase, ya que queda demostrado que son influyentes en la actitud que tengan los adolescentes hacia la clase de educación física. Con más estudios como este, se podría investigar qué otros factores inciden y se pueden mejorar para aumentar la actitud hacia la educación física y así promover estilos de vida físicamente activos desde la adolescencia que prevalezcan hasta la etapa adulta, y de esta forma obtener una mejor calidad de vida. Por ejemplo, el hecho de mantener caminatas diarias o algún tipo de actividad que favorezca el desarrollo y mantenimiento del aparato cardiorespiratorio.

Se debe de tomar en cuenta por parte del educador físico, que más que la enseñanza de un deporte o ejercicio, la educación física tiene la capacidad de promover la interacción social saludable entre los individuos, por las características que presenta esta asignatura.

Capítulo VI

CONCLUSIONES

Tomando en cuenta como referencia los resultados obtenidos en esta investigación se concluye:

- ❖ Sí existe relación significativa entre la actitud percibida del padre, de la madre y compañeros (as) de clase hacia la práctica de estilos de vida físicamente activos, edad y actitud del adolescente hacia la educación física en los varones y mujeres estudiados. Sin embargo, esta relación solo se observa entre las actitudes percibidas del padre, de la madre y los compañeros de clase con la actitud individual hacia la educación física. La edad no tuvo relación significativa con estas variables, por lo cual la hipótesis no se cumple en este caso. También se observa un comportamiento diferente según género, pues en los varones, la actitud hacia la educación física es influenciada por la actitud percibida de la madre hacia los estilos de vida físicamente activos, mientras que en las mujeres existió una relación significativa relacionada con la actitud percibida de sus compañeros (as) de clase. Es decir que la hipótesis se cumple para ciertas variables, con relación a la actitud hacia la educación física y en forma diferente según género.
- ❖ No existen diferencias significativas según género, edad ni su interacción en la actitud percibida del padre hacia los estilos de vida físicamente activos. Por tanto, se rechaza la hipótesis correspondiente.
- ❖ No existen diferencias significativas según género, edad ni su interacción en la actitud percibida de la madre hacia los estilos de vida físicamente activos. Por tanto, se rechaza la hipótesis correspondiente.

- ❖ Existen diferencias significativas según género, en la actitud percibida de los compañeros (as) hacia los estilos de vida físicamente activos, siendo percibido más positivamente por los varones que por las mujeres. Por tanto, se acepta la hipótesis correspondiente solo en cuanto al género.
- ❖ No existen diferencias significativas según género, edad y su interacción en la actitud individual hacia la educación física. Por tanto, se rechaza la hipótesis correspondiente.

Capítulo VII

RECOMENDACIONES

1. Queda claro con los resultados obtenidos que sí existe una influencia significativa para los adolescentes, de la percepción hacia una vida físicamente activa por parte de su padre, madre y compañeros (as) de clase lo cual va a afectar en el puntaje de la escala de Adams que mide la actitud hacia la educación física. Por lo tanto, es necesario realizar más investigaciones en diversos medios socioculturales para poder tener un concepto más amplio acerca de este fenómeno; es recomendable utilizar los instrumentos implementados en esta investigación, ya que son de fácil aplicación, de un acceso económico aceptable y gozan de un grado de comprensión adecuados por parte de los sujetos analizados.
2. Se debe considerar para futuros estudios variables que no se tomaron en cuenta en esta investigación como: El nivel socioeconómico, las plantas físicas colegiales y comunales para la realización de actividad física, el ambiente de la comunidad, entre otros, ya que podrían afectar los resultados de forma significativa.
3. Es necesario tomar en cuenta que los dos instrumentos aplicados al unísono pueden provocar cansancio o falta de interés, para los participantes del estudio ya que hay que realizar mucha lectura; se recomienda que el instrumento sea aplicado en dos partes o que se pueda aleatorizar el orden de los mismos para tratar de controlar una posible respuesta sin ningún sentido por parte de los participantes, lo anterior se realizó en este trabajo y da buenos resultados.

4. Es recomendable asegurarse que los participantes de un estudio como este contesten de forma individual los instrumentos aplicados, separándolos como si fueran a realizar un examen de cualquier materia académica. Esos controles se tuvieron en cuenta en este trabajo.
5. Profundizar en futuros estudios sobre el efecto de la composición y cohesividad del núcleo familiar en cuanto a las creencias y actitudes hacia la actividad física de los adolescentes.

BIBLIOGRAFIA

- Acevedo, O. y Giebenhain, H. (1992). Influencia de los factores antropológicos y socioculturales en el proceso de enseñanza aprendizaje en la educación física. *Educación Física y Deporte*. 14,15, 59-73.
- Adams, R. S. (1963). Two scales for measuring attitude toward physical education. *Research Quarterly*. 34: 91-94.
- Alarcón, T. (1993). Adquisición del "hop" en el funcionamiento de la edad, sexo y región geográfica. *Revista Ciencias de la Actividad Física*. 1 (1), 23-38.
- Angelo, D., Materda, B., Narváez, C. y Sgala, G. (1987). El nivel de aptitud física en estudiantes de escuela primaria de distintos niveles socioeconómicos. *Medicina del ejercicio*. 1 (2), 2-6.
- Appley, M. H. y Cofer, C. N. (1987). *Psicología de la motivación, teoría e investigación*. (9ª ed.). México D. F.:Trillas.
- Araya, G. (2001). Cuestionario de percepción hacia la práctica de un estilo de vida físicamente activo. *Documento no publicado*.
- Araya, G. (2002). Mujer en el deporte. Mitos y aspectos psicológicos claves para su preparación competitiva para el fútbol. *Revista Scape*. 1 (1). 53-63.
- Artín, J. T. (1974). Interés del deporte en la sociedad humana. *Medicina de la Educación Física y el Deporte*. (33), 29-35.
- Aznar, P. y De Andrés, B. (1996), función educativa de la actividad física y deportiva: aspectos diferenciales. *Revista de Psicología del Deporte*. 9 (10), 41-49.
- Becker, B. J. (1995). Influencia de la educación física y del deporte en los niveles de ansiedad y agresividad de los alumnos adolescentes. *Revista Ciencias de la Actividad Física*. 3 (6), 76-87.
- Calvo, R., Cervelló, E., Martínez, M. y Ureña, A. (2002). Un estudio de la relación entre la orientación motivacional disposicional, el clima motivacional percibido en competición y el estado de implicación en competición de

- jugadoras de voleibol de alto nivel. *Kronos Rendimiento en el Deporte*. 1 (1) 34-40.
- Camacho, J. (1980). Aspectos socioeducativos de los deportistas que por Antioquía participaron en los XI Juegos Atléticos Nacionales. *Educación Física y Deporte*. 4 (1), 14-23.
- Carpio, C. Y. (2002). *Actitud de los adolescentes hacia las lecciones de Educación Física de colegios académicos públicos de Desamparados*. Salud Integral y Movimiento Humano. (2) Resumen.
- Cazelatti, S., Keihan, V., Matsudo, R. y Mara, S. (1980). Autoconceito e participacao em actividades físicas. *Revista Brasileira de Ciencias do Esporte*. 32-35.
- Cervelló, E. M. y Santos-Rosa, F. J. (2000). Motivación en las clases de educación física: un estudio de la perspectiva de las metas del logro en el contexto educativo. *Revista de Psicología del Deporte*. 9 (1-2), 51-70
- Cofré M. (1990). Deporte y Educación. *Educación física Chile*. (223), 6-8.
- Conrado, D. (1992). Aspectos sociales del deporte. *Educación Física y Deporte*. 1 (1), 1-10.
- De León, J. D. (2002). *Soy líder de jóvenes*. (1ª ed.). Miami, Florida: Unilit.
- Devries, A. (2000). *Ambiente sociomoral en el aula: desarrollo sociomoral temprano en la infancia*. Buenos Aires: AIQUE.
- Engelmayer, O. (1966). *Psicología evolutiva de la infancia y de la adolescencia*. Munich: Kapelusz.
- Escartí. A. y García. A. (1994). Factores de los iguales relacionados con la práctica y la motivación deportiva en la adolescencia. *Revista de psicología del deporte* (6), 35-54.
- Fink, S. (1973). Ambientación del grupo y comunicación interpersonal. *La Educación Hoy*. 1 (5), 223-226.
- Gamboa, A. H. y Rivas, O. M. (1987). *Actitudes hacia la educación física en estudiantes varones de séptimo año en tres colegios de la provincia de Heredia*. Tesis de Licenciatura en ciencias del deporte. Universidad Nacional, Heredia, Costa Rica.

- García, F. (1999). Entrenamiento psicológico del deportista. *Medicina deportiva*. 12-16.
- Genoward, R., C. (1992). Psicología de la educación: *Una nueva perspectiva interdisciplinaria*.
- Girard, N. (1998). Mujer y deporte. *Revista Olímpica*. (24), 52.
- Haapasalo, H. (1999) Mujer y deporte. *Revista Olímpica*. (25), 51-56.
- Haas, H. (1987). Enseñanza y aprendizaje social. *Educación Física y Deporte*. 6 (1). 20-36.
- Hopf, H. (1990). Aspectos sociológicos del deporte y del atletismo femenino. *Educación Física Chile*. (222), 14-19.
- Jenkins, D. (1973). Características y funciones del liderazgo en los grupos de instrucción. *La Educación Hoy*. 1 (7), 287-298.
- Lara, H. (1993). Educación física y persona. *Educación Física Chile*. (230), 18-22.
- Leys, L. (1998). *Adolescentes*. (1ª ed.). Buenos Aires: Certeza.
- López, A. (2001). *Diccionario enciclopédico universal siglo XXI*. (1ª ed.). Madrid
- Merani, A. L. (1979). *Diccionario de psicología*. (2ª ed.). México: Grijalbo.
- Merani, A. L. (1985). *Diccionario de pedagogía*. (8ª ed.). México: Grijalbo.
- Miller, D. K. (1998). *Measurement by the physical educator: Why and How*. (3ª ed.). WCB / McGraw-Hill.
- Miranda, A. E. (1989). *Manual de descripción bibliográfica según la RCA*. (2ª ed.). Costa Rica: EUNA.
- Morgan, C. T. (1974). *Introducción a la psicología* (1ª ed.). Madrid: Aguilar S. A. de las ediciones.
- Oja, S. N., Sprinthall, N. A. y Sprinthall, R. C. (1996). *Psicología de la Educación*. (6ª ed.). Madrid, España: McGraw-Hill / Interamericana de España S. A.
- Ostoic, Z. (1990). Responsabilidad moral y social de los campeones deportivos. *Educación Física Chile*. (222), 28-35.
- Papalia, D. y Olds, S. W. (1996). *Psicología del desarrollo*. (7ª ed.). Bogotá: McGraw-Hill.
- Papalia, D. (1998). *Psicología de la infancia. De la infancia a la adolescencia*. (7ª ed.). Bogotá: McGraw-Hill.

- Perearnau, y Torras, M. A. (1984). *Psicología social de la educación*. (1ª ed.) San José: UNED.
- Parlebas, P. (1988). *Elementos de la psicología del deporte*. España: UnilSPORT.
- Pulgarín, M. C. (1996). Diseño de un programa de entrenamiento psicológico en un equipo femenino de voleibol. *Revista de Psicología del Deporte*. 68-75.
- Rittner, V. (1995). Cuerpo, salud, deporte y estilo de vida como puntos de referencia del desarrollo social. *Educación Física y Deporte*. 17, 63-77.
- Rodríguez, J. (1995). *Psicología social de la salud*. Madrid.
- Rojas, N. (2003). *Determinación de la presencia de signos y síntomas compatibles dentro del diagnóstico de los trastornos depresivos y somatoformes en preadolescentes varones y mujeres entre 10 y 12 años de edad, que participan en competencias deportivas individuales de alto rendimiento, en comparación con preadolescentes que no practican deporte*. Tesis de Licenciatura en Ciencias del Deporte con énfasis en Rendimiento Deportivo, Universidad Nacional, Heredia, Costa Rica.
- Sage, G. (1984). *Motor learning and control: a neuropsychological approach*. (15ª ed.). Iowa: W.C.Brown.
- Shaw, M. E. (1998). *Dinámica de grupo. Psicología de las conductas de los pequeños grupos*. (5ª ed.). Barcelona.
- Simón, M. A. (1999). *Manual de psicología de la salud*. Madrid.
- Vallejo, O. D. (1995). Dimensiones psicosociales en el entrenamiento de atletas corredores competitivos. *Educación Física Chile*. (237), 13-18.
- Vélez, B. (1992). Psicología del deporte: algunos problemas teóricos y epistemológicos. *Educación física y deporte*. 14,15, (80), 92-93.
- Weimberg, R. y Gould, D. (1996). *Fundamentos de Psicología del Deporte*. (30ª ed.). Barcelona : Ariel.

ANEXOS

Señor don Juan Antonio / J. J. J.
Calle de San Diego
Calle de Correo

Querido Señor

Anexo N° 1

Lunes 8 de setiembre del 2003

Sr. Alexis Rodríguez V., Director
Liceo Nuevo de San Diego
Tres Ríos, Cartago

Estimado Señor:

La presente es para saludarle y a la vez desearle los mejores éxitos en su labor diaria; a su vez plantearle la siguiente petición.

Soy estudiante de la Universidad Nacional en la Carrera de Educación Física, el Deporte y la Recreación concluyendo la Licenciatura con énfasis en Salud. Mi trabajo de graduación consiste en investigar la actitud del adolescente hacia la actividad física y todos los factores que la afectan (núcleo familiar, centro de estudio, etc.).

Para realizar dicho trabajo, el cual presentaré en el mes de Diciembre del presente año, necesito trabajar con 300 estudiantes de secundaria, por lo que le solicito su colaboración concediéndome el debido permiso para realizar la investigación en nuestra institución, prometiéndole, antes que nada, un trabajo responsable y con la seriedad del caso, sin dejar el primer lugar que se merece mi trabajo diario en el Liceo.

Agradeciendo la ayuda que me pueda brindar, se despide muy atentamente,

Bach. Mauricio Araya Obando
Profesor de Educación Física

Anexo N° 2

ESCALA DE ACTITUD HACIA LA EDUCACIÓN FÍSICA DE ADAMS

Indicaciones generales sobre la escala

La escala mide actitudes individuales y grupales hacia la Educación Física. El nivel de edad recomendado para su aplicación es desde el colegial hasta el universitario.

El coeficiente de validez reportado es de 0.77 y fue encontrado al correlacionar el puntaje de la escala del set 1 con el puntaje de la escala Likert, esto según Miller (1998). Se reporta un coeficiente de confiabilidad de 0.71, según Miller (1998).

Los sujetos entrevistados indican si están de acuerdo o en desacuerdo con cada proposición, mediante una marca en el espacio correspondiente. Cada proposición tiene un peso asignado. Estos pesos no se deben imprimir en la versión que los sujetos llenarán.

El puntaje total se obtiene al sumar los pesos de los ítems "de acuerdo" y dividiéndolo entre el número de ítems "de acuerdo", es decir, es obtener el promedio de los ítems "de acuerdo".

Fuentes Bibliográficas

- Adams, R.S. (1963) Two scales for measuring attitude toward physical education. *Research Quarterly* 34: 91-94.
- Miller, D.K. (1998) *Measurement by the physical educator: Why and how*. 3 ed. WCB/McGraw-Hill

A continuación se te presentan varias ideas sobre la educación física, a la izquierda tienes dos opciones de respuesta "de acuerdo" y "en desacuerdo". Contesta a cada idea marcando con una EQUIS (X), según lo que tú realmente crees al respecto. No dejes sin contestar alguna de las ideas.

PARA INVESTIGACION

DE ACUERDO	EN DESACUERDO	SETI	PESOS
_____	_____	a) La educación física es muy monótona o aburrida.....	3.5
_____	_____	b) Me gustaría estar haciendo educación física ahora y después.....	5.95
_____	_____	c) La educación física debería ser eliminada.....	1.58
_____	_____	d) A la educación física no se le reconoce todo lo que vale.....	4.5
_____	_____	e) Yo supongo que la educación física está bien pero no me importa mucho.....	5.03
_____	_____	f) La educación física es la más odiosa de todas las asignaturas.....	1.02
_____	_____	g) No me gustaría dejar de hacer educación física.....	8.64
_____	_____	h) Sobre todo yo pienso que la educación física es una cosa buena.....	8
_____	_____	i) Las personas que disfrutan de la educación física son agradables y casi siempre da gusto conocerlas.....	7.61
_____	_____	j) Cualquiera que le guste la educación física es tonto o ridículo.....	2.45
_____	_____	k) La educación física tiene cierta utilidad.....	6.45
_____	_____	l) La educación física es la asignatura o materia ideal.....	10.66
_____	_____	m) La educación física desarrolla un buen carácter.....	8.92
_____	_____	n) El colegio sería mejor sin educación física.....	2.3
_____	_____	ñ) La educación física tiene pocas alternativas que ofrecer.....	9.39
_____	_____	o) Educación física es mi asignatura favorita.....	3.93
_____	_____	p) La educación física da satisfacción duradera.....	9.6
_____	_____	q) Las cosas malas de la educación física no son más importantes que sus cosas buenas (están equilibradas)	5.99
_____	_____	r) Educación física es un momento placentero.....	7.11
_____	_____	s) La educación física parece sin utilidad para mí.....	3.08

Dr. Juan Diego de Trazas
Departamento de Educación Física
Prof. Juan de la Cruz Obando

Investigación sobre Educación Física

Anexo N° 3

Nombre: _____

Fecha: _____

Grado: _____

Yours truly, _____ / March 11, 2011

Liceo Nuevo San Diego de Tres Ríos
Departamento de Educación Física
Prof. Mauricio Araya Obando

Investigación sobre Educación Física

Género: () Masculino () Femenino

Edad: _____

Sección: _____

Vives con: () Ambos padres () Mamá () Papá
 () Otro

¿Por qué?

CUESTIONARIO DE INFLUENCIAS DE PADRE, MADRE Y COMPAÑEROS DE CLASE PARA ADOLESCENTES

Los siguientes tres cuestionarios son exactamente iguales en instrucciones e ítems, únicamente varía las expresiones "tu madre", "tu padre" y "tus compañeros o compañeras". Este instrumento tiene la intención de captar la percepción que tienen los adolescentes acerca de los grupos sociales más cercanos (el padre, la madre y los compañeros), y la relación con la actitud hacia un estilo de vida físicamente activo.

Los ítems presentan dos modalidades diferentes, una positiva y una negativa, los ítems positivos son aquellos que están a favor de la actividad física, estos ítems van a ser valorados con un puntaje de 5 cuando la respuesta es siempre, 4 cuando la respuesta es casi siempre, 3 cuando la respuesta es a veces, 2 cuando la respuesta es casi nunca y 1 cuando la respuesta es nunca. Los ítems negativos son aquellos que presentan disconformidad con la actividad física, estos ítems se valoran con 1 cuando la expresión es siempre, 2 cuando la respuesta es casi siempre, 3 cuando la respuesta es a veces, 4 cuando la respuesta es casi nunca y 5 cuando la respuesta es nunca. Los ítems negativos están marcados con un asterisco, pero no deben aparecer en el instrumento para aplicar.

Una vez que se obtenga el puntaje de cada ítem, se sumarán todos y el resultado es el puntaje obtenido en cada caso.

Hay que insistir a los participantes que no dejen respuestas en blanco, ya que esta situación elimina toda la encuesta.

Anexo N° 4

El siguiente cuestionario trata de conocer cómo actúa o cómo crees tú que actuaría o piensa tu mamá, en cada una de las situaciones que se describen. Marca con una X en la letra correspondiente, según el significado que tiene cada una. No dejes sin contestar alguna de las situaciones y trata de no marcar demasiado la opción C.

Tu mamá...

	Siempre	Casi siempre	A veces	Casi nunca	Nunca
Te motiva para que hagas ejercicio.....	A	B	C	D	E
Le interesa el ejercicio.....	A	B	C	D	E
*Dice o cree que hacer ejercicio o deporte es perder el tiempo o una vagabundería.	A	B	C	D	E
Habla bien sobre el deporte.....	A	B	C	D	E
Cree que el deporte tiene beneficios para la salud.....	A	B	C	D	E
Te deja tener tiempo para hacer ejercicio o deporte.....	A	B	C	D	E
*Le interesa más cualquier otra cosa que el deporte o el ejercicio.....	A	B	C	D	E
Te da apoyo para que hagas ejercicio o deporte.....	A	B	C	D	E
*Le disgusta que tu hagas ejercicio o deporte.....	A	B	C	D	E
Cree que hacer deporte o ejercicio es positivo.....	A	B	C	D	E
*Le disgusta el deporte.....	A	B	C	D	E
Practica algún tipo de deporte o ejercicio físico.....	A	B	C	D	E
*Cree o dice que hacer ejercicio o deporte es perder el tiempo	A	B	C	D	E
*Pasa la mayor parte del tiempo descansando o haciendo cosas poco activas.....	A	B	C	D	E
Se preocupa porque te mantengas físicamente activo (a).....	A	B	C	D	E
Le interesan los temas de salud, como la alimentación adecuada y el ejercicio.....	A	B	C	D	E
*Gasta mucho tiempo mirando televisión.....	A	B	C	D	E
Tiene que estarse moviendo constantemente en su trabajo (caminar, subir gradas..) A	B	C	D	E	
Se interesa en que la gente se ejercite y tenga buena salud.....	A	B	C	D	E
Te habla sobre los beneficios del deporte o el ejercicio en la salud.....	A	B	C	D	E
Usa parte de su tiempo libre para hacer ejercicio físico o deporte.....	A	B	C	D	E
*Cree o dice que hacer ejercicio o deporte es cansado o aburrido.....	A	B	C	D	E
*Preferiría dormir o mirar televisión antes que hacer un poco de ejercicio.....	A	B	C	D	E
Es una persona físicamente muy activa.....	A	B	C	D	E
Te inspira a ser una persona físicamente activa.....	A	B	C	D	E

El siguiente cuestionario trata de conocer cómo actúa o cómo crees tú que actuaría o piensa tu papá, en cada una de las situaciones que se describen. Marca con una X en la letra correspondiente, según el significado que tiene cada una. No dejes sin contestar alguna de las situaciones y trata de no marcar demasiado la opción C.

Tu papá...

	Siempre	Casi siempre	A veces	Casi nunca	
Te motiva para que hagas ejercicio.....	A	B	C	D	E
Le interesa el ejercicio.....	A	B	C	D	E
*Dice o cree que hacer ejercicio o deporte es perder el tiempo o una vagabundería.	A	B	C	D	E
Habla bien sobre el deporte.....	A	B	C	D	E
Cree que el deporte tiene beneficios para la salud.....	A	B	C	D	E
Te deja tener tiempo para hacer ejercicio o deporte.....	A	B	C	D	E
*Le interesa más cualquier otra cosa que el deporte o el ejercicio.....	A	B	C	D	E
Te da apoyo para que hagas ejercicio o deporte.....	A	B	C	D	E
*Le disgusta que tu hagas ejercicio o deporte.....	A	B	C	D	E
Cree que hacer deporte o ejercicio es positivo.....	A	B	C	D	E
*Le disgusta el deporte.....	A	B	C	D	E
Practica algún tipo de deporte o ejercicio físico.....	A	B	C	D	E
*Cree o dice que hacer ejercicio o deporte es perder el tiempo	A	B	C	D	E
*Pasa la mayor parte del tiempo descansando o haciendo cosas poco activas.....	A	B	C	D	E
Se preocupa porque te mantengas físicamente activo (a).....	A	B	C	D	E
Le interesan los temas de salud, como la alimentación adecuada y el ejercicio.....	A	B	C	D	E
*Gasta mucho tiempo mirando televisión.....	A	B	C	D	E
Tiene que estarse moviendo constantemente en su trabajo (caminar, subir gradas..) A	B	C	D	E	
Se interesa en que la gente se ejercite y tenga buena salud.....	A	B	C	D	E
Te habla sobre los beneficios del deporte o el ejercicio en la salud.....	A	B	C	D	E
Usa parte de su tiempo libre para hacer ejercicio físico o deporte.....	A	B	C	D	E
*Cree o dice que hacer ejercicio o deporte es cansado o aburrido.....	A	B	C	D	E
*Preferiría dormir o mirar televisión antes que hacer un poco de ejercicio.....	A	B	C	D	E
Es una persona físicamente muy activa.....	A	B	C	D	E
Te inspira a ser una persona físicamente activa.....	A	B	C	D	E

El siguiente cuestionario trata de conocer cómo actúa o cómo crees tú que actuarían o piensan tus compañeros o compañeras, en cada una de las situaciones que se describen. Marca con una X en la letra correspondiente, según el significado que tiene cada una. No dejes sin contestar alguna de las situaciones y trata de no marcar demasiado la opción C.

Tus compañeros o compañeras...

	Siempre	Casi siempre	A veces	Casi nunca	Nunca
Te motiva para que hagas ejercicio.....	A	B	C	D	E
Le interesa el ejercicio.....	A	B	C	D	E
*Dice o cree que hacer ejercicio o deporte es perder el tiempo o una vagabundería.	A	B	C	D	E
Habla bien sobre el deporte.....	A	B	C	D	E
Cree que el deporte tiene beneficios para la salud.....	A	B	C	D	E
Te deja tener tiempo para hacer ejercicio o deporte.....	A	B	C	D	E
*Le interesa más cualquier otra cosa que el deporte o el ejercicio.....	A	B	C	D	E
Te da apoyo para que hagas ejercicio o deporte.....	A	B	C	D	E
*Le disgusta que tu hagas ejercicio o deporte.....	A	B	C	D	E
Cree que hacer deporte o ejercicio es positivo.....	A	B	C	D	E
*Le disgusta el deporte.....	A	B	C	D	E
Practica algún tipo de deporte o ejercicio físico.....	A	B	C	D	E
*Cree o dice que hacer ejercicio o deporte es perder el tiempo	A	B	C	D	E
*Pasa la mayor parte del tiempo descansando o haciendo cosas poco activas.....	A	B	C	D	E
Se preocupa porque te mantengas físicamente activo (a).....	A	B	C	D	E
Le interesan los temas de salud, como la alimentación adecuada y el ejercicio.....	A	B	C	D	E
*Gasta mucho tiempo mirando televisión.....	A	B	C	D	E
Tiene que estarse moviendo constantemente en su trabajo (caminar, subir gradas..) A	B	C	D	E	
Se interesa en que la gente se ejercite y tenga buena salud.....	A	B	C	D	E
Te habla sobre los beneficios del deporte o el ejercicio en la salud.....	A	B	C	D	E
Usa parte de su tiempo libre para hacer ejercicio físico o deporte.....	A	B	C	D	E
*Cree o dice que hacer ejercicio o deporte es cansado o aburrido.....	A	B	C	D	E
*Preferiría dormir o mirar televisión antes que hacer un poco de ejercicio.....	A	B	C	D	E
Es una persona físicamente muy activa.....	A	B	C	D	E
Te inspira a ser una persona físicamente activa.....	A	B	C	D	E