

**ACCIONES MOTIVACIONALES PARA PREVENIR EL ABANDONO DEPORTIVO EN  
PRACTICANTES DE ATLETISMO.**  
**MOTIVATIONAL ACTIONS TO PREVENT SPORTS ABANDONMENT IN ATHLETICS  
PRACTITIONERS.**

**Autores:** <sup>1</sup>Onelio Pujol Leyva, <sup>2</sup>Norma Guerra Martínez, <sup>3</sup>Zila Isabel Esteves Fajardo y <sup>4</sup>Ana Ofelia Rodríguez Elías.

<sup>2</sup>ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-7812-3225>

<sup>3</sup>ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-2283-5370>

<sup>4</sup>ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-5517-0125>

<sup>1</sup>E-mail de contacto: [oneliopujol@nauta.com.cu](mailto:oneliopujol@nauta.com.cu)

<sup>2</sup>E-mail de contacto: [nguerram@udg.co.cu](mailto:nguerram@udg.co.cu)

<sup>3</sup>E-mail de contacto: [zila.etevesf@ug.edu.ec](mailto:zila.etevesf@ug.edu.ec)

<sup>4</sup>E-mail de contacto: [arodrigueze@udg.co.cu](mailto:arodrigueze@udg.co.cu)

Artículo recibido: 23 de Enero del 2022

Artículo revisado: 6 de Febrero del 2022

Artículo aprobado: 30 de Junio del 2022

<sup>1</sup>Licenciado en Cultura Física, egresado de la Universidad de Granma (Cuba), 20 años de experiencia como entrenador de Atletismo. Es estudiante de la Maestría Psicología del Deporte de la Universidad de Granma (Cuba).

<sup>2</sup>Licenciada en Psicología–Pedagogía, egresada de la Universidad de Holguín (Cuba), docente con 30 años de experiencia. Profesora Titular de la Universidad de Granma (Cuba). Posee un PhD en Ciencias de la Cultura Física por la Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte “Manuel Fajardo” (Cuba).

<sup>3</sup>Licenciada en Educación, especialización en Educación Primaria, egresada de la Universidad de Guayaquil (Ecuador), con 28 años de experiencia como docente. Docente investigador, Agregada 1 de la Universidad de Guayaquil (Ecuador). Posee un PhD en Ciencias de la Educación por la Universidad de Guayaquil (Ecuador).

<sup>4</sup>Licenciada en Educación, egresada del Instituto Superior Pedagógico “José de la Luz Caballero”, Holguín (Cuba), con 42 años de experiencia en la docencia. Profesora Titular de la Universidad de Granma (Cuba). Posee un PhD en Ciencias de la Cultura Física por la Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte “Manuel Fajardo” (Cuba).

### **Resumen**

La práctica deportiva produce numerosos beneficios sobre la salud; sin embargo, existen varios estudios que demuestran que hay un importante fenómeno de abandono deportivo, generado por diversas causas, entre las que se destacan las asociadas a la motivación hacia la actividad deportiva. En este sentido, la presente investigación tiene como propósito diseñar acciones motivacionales para prevenir el abandono deportivo en practicantes de Atletismo, categoría escolar, pertenecientes a la EIDE “Pedro Batista Fonseca”.

**Palabras clave:** **Atletismo, escolares, motivación, abandono deportivo.**

### **Abstract**

The sport practice produces numerous benefits about the health; however, several studies that demonstrate exist that there is an important phenomenon of sport dropout, generated by diverse causes, among those that stand out those associated to the motivation toward the

sport activity. In this sense, the present investigation has as purpose to design motivation actions to prevent the sport abandonment in practitioners of Athletics, school category, belonging to the EIDE “Pedro Batista Fonseca”.

**Key words:** **Athletics, schoolchildren, motivation, sport dropout.**

### **Sumário**

A prática desportiva produz numerosos benefícios sobre a saúde; porém, existem vários estudos que demonstram que há um fenômeno importante de abandono esportivo, gerado por causas diversas, entre esse aquele posto fora esses associados à motivação para a atividade desportiva. Neste senso, a investigação presente tem como pretende projetar ações de motivação para prevenir o abandono desportivo em médicos de Atletismos, categoria escolar, pertencendo ao EIDE “Pedro Batista Fonseca”.

**Palavras-chave:** **Atletismo, crianças em idade escolar, motivação, abandono esportivo.**

### **Introducción**

El Atletismo (gr. Athlon), que significa lucha, combate y competencia, se define como un deporte de competición individual o por equipos que abarca un gran número de pruebas en pista cubierta o al aire libre y que agrupa a varias disciplinas: carreras, marchas, lanzamientos, saltos y las pruebas combinadas.

Después de muchos años de práctica, como parte de la continuidad en el desarrollo tecnológico, en el siglo XX se promueven los denominados Programas Estratégicos en el Atletismo, lo cual le permite exhibir en los atletas niveles de rendimientos inimaginables. Bajo estas directrices, el atletismo en Cuba, el cual posee gran arraigo socio-cultural y bajo la égida de la convocatoria de la Federación Cubana de Atletismo (FCA), es promovido bajo los principios de la participación amplia y popular, pues todos los atletas del país tienen el derecho a ser entrenados y a competir desde las escuelas donde se recibe la Educación Física y en las Áreas Deportivas en la denominada Etapa de Entrenamiento Básico o Previo con niños comprendidos entre las edades de 8 a 9 y 10 y 11 años de edad en ambos sexos.

El proceso la preparación de un atleta depende del trabajo realizado durante un largo período, iniciado en edades tempranas mediante la formación básica multilateral para garantizar su futuro en el denominado Alto Rendimiento Deportivo. En este quehacer, el atleta es sometido a un riguroso proceso de entrenamiento, que demanda de ellos determinadas cualidades de la personalidad como: la perseverancia, decisión, autocontrol, dominio de sí, entrega y sobre todo un alto nivel motivacional para soportar las elevadas cargas, vencer los objetivos y llegar a conquistar las metas trazadas.

Sin embargo, en las condiciones concretas de los practicantes de Atletismo, categoría escolar, de la Escuela Integral Deportiva (EIDE) “Pedro Batista Fonseca”, provincia de Granma (Cuba), se constata que no todos alcanzan a desarrollar estas cualidades y como consecuencia tienden a abandonar la práctica del deporte. Lo cual se pudo constatar a partir de un diagnóstico fáctico-perceptual, en el que se aplicaron métodos y técnicas investigativas.

El término abandono o deserción en el ámbito deportivo, ha sido abordado por algunos autores, entre ellos Giussani de Morano y Morano (2001); Biasizzo y Brusa (2002); Cervelló (2002); Cervelló, Escartí & Guzmán (2007); Boiché & Sarrazin (2009); Macarro, Romero, Torres (2010); Enoksen (2011); Almagro (2013); Ortiz (2015); Carter-Thuillier, Carter-Beltran, Cresp, Ojeda (2016) y Pérez Iribar, Cartaya y Beleño-Fuentes (2018), los cuales refieren de manera general que el abandono deportivo se puede definir como el proceso por el cual los deportistas finalizan su experiencia en el deporte, sin haber alcanzado su máximo rendimiento y que está determinado por factores sociales, psicológicos y pedagógicos.

En este sentido aseveran que desde lo psicológico uno de los factores determinantes, lo constituye la falta de motivación hacia el logro de un objetivo concreto, clave para alcanzar la adherencia a la práctica físico-deportiva.

### **Desarrollo**

En Cuba, todas las provincias cuentan con una Escuela Integral Deportiva (EIDE). En estas instituciones ingresan los escolares que han sido iniciados en un deporte para su perfeccionamiento hasta la categoría juvenil. El abandono deportivo en el contexto escolar es

una problemática que se manifiesta con frecuencia en estas instituciones. Cervelló (1996), citado por Hidalgo (2008), define el abandono deportivo como “aquella situación en la cual los sujetos han finalizado su compromiso explícito con una especialidad deportiva concreta” (párr.3).

Para la realización de la investigación, de una población de 75 practicantes de Atletismo, categoría escolar, pertenecientes a la EIDE “Pedro Batista Fonseca” de la provincia de Granma, se extrae una muestra de nueve (9) atletas. Forman parte de la muestra, los dos (2) entrenadores de Atletismo que laboran con la categoría escolar y el Comisionado Provincial.

Es preciso tener en cuenta que los escolares objeto de estudio están en la etapa de la adolescencia, pues la edad de los seleccionados oscila entre los 12 y 13 años. La adolescencia, de acuerdo a Castillo (1981), citado por Garzón y Londoño (2019, p.15), viene del latín *adolescere*: desarrollarse consiste en un proceso continuo, es una etapa de transición, es un ciclo de crecimiento que define el final de la niñez y la prenuncia de la adultez, los cambios que ocurren en este momento son tan importantes que va muy a lugar hablar de un periodo diferenciado del ciclo vital humano, para muchos jóvenes la adolescencia es un periodo de incertidumbre, e inclusive de desesperación, para otros es una etapa de amistades, de alejamiento temporal con sus padres, y de sueños acerca del futuro. Las regularidades diagnósticas, derivadas de la aplicación de los métodos de investigación aplicados, se presentan mediante la triangulación metodológica.

### **Resultados de la triangulación**

1. Los entrenadores no siempre disponen de un diagnóstico objetivo de la esfera motivacional de los atletas, lo cual es un

indicador para prevenir el abandono deportivo

2. Los atletas que manifiestan abandonar la práctica del Atletismo se caracterizan por:
  - Inestabilidad y ambivalencia en sus niveles motivacionales durante las sesiones de entrenamientos y competencias.
  - No exhiben un vínculo afectivo y compromiso con el deporte de Atletismo.
  - Presentan con frecuencia sensaciones de insatisfacción, apatía, pensamientos negativos, inseguridad, dificultad para concentrarse y diferentes manifestaciones psicósomáticas.
  - Limitado desarrollo de cualidades volitivas como: la decisión, autocontrol y perseverancia.
  - Bajos niveles de resiliencia
3. En el Programa de preparación del deportista de Atletismo (PIPDA), para la categoría escolar, no se refieren acciones para explorar la esfera motivacional del atleta en función de prevenir el abandono deportivo como parte de la preparación psicológica.

Los resultados obtenidos en el diagnóstico justifican la necesidad de diseñar acciones motivacionales para prevenir el abandono deportivo en practicantes de Atletismo de la categoría escolar, pertenecientes a la EIDE “Pedro Batista Fonseca”.

### **Acciones motivacionales para prevenir el abandono deportivo en practicantes de Atletismo de la categoría escolar de la EIDE “Pedro Batista Fonseca”**

*Objetivo general:* Propiciar herramientas cognitivo-instrumentales a atletas, entrenadores, directivos y agentes psicosociales

que favorezcan la prevención del abandono deportivo en los escolares objeto de investigación.

### ***Acción 1: “El encuadre”***

*Objetivo:* explicar la concepción de las acciones a desarrollar, objetivos, contenidos, métodos, medios y formas de control y evaluación, rol del entrenador y de los facilitadores en función de establecer compromisos acerca de la forma de trabajo y de los contenidos a abordar.

Se explica en qué consiste el encuadre y su importancia para el esclarecimiento de las funciones de cada uno de los participantes en la actividad, se enfatiza en la posibilidad de cambios o enriquecimiento a partir de las necesidades e intereses de los participantes.

En el mismo se hacen aclaraciones pertinentes por la facilitadora, el grupo se subdivide en cuatro equipos que analizarán y discutirán la propuesta. Un cofacilitador tomará nota de las dudas y preguntas de aquellas cuestiones no contempladas en la planificación de las acciones que quisieran agregar, luego cada equipo expone su trabajo en plenario, se hacen las aclaraciones pertinentes y se produce una discusión grupal que permita llegar a la determinación de cómo quedará organizada la actividad. Una vez acordada la forma de trabajo y aceptada por todos, se convierte en un compromiso a cumplir por los participantes, la cual no debe cambiar a menos que se decida en un nuevo encuadre.

### ***Acción 2: “Técnica Mi motivación de logro”***

*Objetivos:*

- Diagnosticar el nivel de partida en cuanto al conocimiento y percepción que poseen los miembros del grupo en la categoría motivación de logro.
- Objetivar dificultades típicas que hacen inefectivo el proceso de la motivación de

logro que influyen negativamente en su desempeño deportivo.

*Conducción metódica:* el ejercicio se realiza con el grupo, igualmente organizado, en círculo. Inicialmente se plantea la interrogante: ¿Qué consideras como motivación de logro? Se pide que entre todos determinen cuál es el concepto acertado. En un segundo momento el facilitador pide que respondan a la segunda interrogante: ¿Cómo consideras que es tu motivación de logro? El papel del facilitador consiste en mantener al grupo orientado a la tarea sin ofrecer información extra.

### ***Orientación de las tareas grupales***

*Objetivos:*

- Diagnosticar las principales actividades que realizan para evidenciar o demostrar una buena motivación de logro.
- Elevar el nivel de implicación de los sujetos para la investigación.

*Conducción metódica:* se le pide a los miembros que hagan una enumeración de 1 – 2, se crean dúos, los que conjuntamente deben describir en un papel (como un registro de actividades) todo lo que hacen en un día cotidiano de lunes a viernes, y posteriormente lo que hacen con mayor frecuencia los fines de semana para resaltar o destacar esencialmente las actividades que realizan en la que se destacan por efectuarlas bien y en las que hacen pero que reconocen no ser buenos haciéndolas; es decir, que les prestan mayor dificultad.

*Observación:* esto garantiza una continuación de las reflexiones que se hicieron durante la sesión respecto a la motivación de logro, el autoconocimiento para la búsqueda del éxito mediante el conocimiento y reconocimiento de sus fortalezas y amenazas, de modo que puedan aprovechar las oportunidades para enfrentar en mejores condiciones las demandas del deporte y

estar preparados en función de los desafíos que presenta el entrenamiento y la competencia. El ejercicio aporta herramientas para la posibilidad de dramatizar en la próxima actividad, a través del Sociodrama, situaciones específicas de los sujetos en cuanto a una buena motivación de logro. Además, este material descrito y registrado en papeles se analizaría por el investigador como situaciones diagnósticas de los sujetos sobre la motivación de logro.

### ***Acción 3: “Técnica de cierre: retroalimentación”***

*Objetivos:*

- Obtener información acerca de las impresiones de los participantes durante la sesión de trabajo.
- Conocer el grado de correspondencia de las expectativas generadas durante la sesión adecuándolas a las posibilidades reales del programa.
- Conocer el grado de motivación para las sesiones siguientes.

*Conducción metódica:* el facilitador pide a los participantes que respondan a las interrogantes planteadas se sugiere o se recomienda el mayor grado de sinceridad posible.

¿Qué he ganado durante la sesión de trabajo?  
¿Cómo me he sentido en la sesión de trabajo?

### ***Acción 4. Sociodrama.***

*Objetivos:*

- -Representar las situaciones que se les pidió describir relacionada con una adecuada motivación de logro de lunes a viernes en el entrenamiento, así como el fin de semana (tareas grupales, de la anterior sesión).
- -Reflexionar sobre la motivación de logro y guiar a los boxeadores a través de su propia experiencia acerca del papel activo y

protagónico que deben asumir para tener una buena motivación de logro.

*Conducción metódica:* el facilitador pide a los participantes que representen (por los dúos confeccionados anteriormente) las situaciones descritas por ellos y que luego serán analizadas por el grupo. Se les reafirma el uso de gestos, acciones y palabras en la dramatización de las situaciones. Se les ofrece un tiempo para que dialoguen en los dúos sobre cómo lo van a hacer (definir los personajes, su distribución, aclarar en qué momento debe actuar cada uno). Posteriormente se procede a la dramatización y se sigue el orden que ellos mismos han elegido.

Después que concluye la dramatización, los miembros del grupo tanto aquellos que actuaron como los que observaron (el facilitador y cofacilitador) comentarán sobre lo representado, qué sintieron, qué ideas o recuerdos vinieron a sus mentes, qué acciones corresponden a un autoconocimiento para la búsqueda del éxito, cuáles a la autorregulación para la evitación al fracaso y cuáles a la automotivación para la consecución de la meta; así el grupo analiza el tema que se representó y trata de llegar a conclusiones.

### **Conclusión**

El diagnóstico realizado corroboró las limitaciones en la esfera motivacional de la personalidad de los practicantes de Atletismo como indicador fundamental en el abandono deportivo.

Las acciones motivacionales diseñadas con carácter abierto, flexible y vivencial se constituyen en recursos valiosos para prevenir el abandono deportivo en practicantes de Atletismo de la EIDE “Pedro Batista Fonseca”.

### Referencias Bibliográficas

- Almagro, B. J. (2013). Factores motivacionales relacionados con la adherencia a la práctica deportiva competitiva en adolescentes. (Tesis de Doctorado). Universidad de Huelva (formato digital PDF).
- Balaguer, I., Castillo, I., Duda, L., Quested, E., & Morales, V. (2011). Predictores socio-contextuales y motivacionales de la intención de continuar participando: Un análisis desde la SDT en danza. *Revista Internacional de Ciencias Del Deporte*, 7(25), 305–319. 10.5232/ricyde2011.02505.
- Biasizzo, C. y Brusa, M. C. (2002). Deserción deportiva en la adolescencia. (Tesis de Licenciatura en Educación Física y Deportes). Universidad Abierta Interamericana, Sede Regional Rosario. Argentina (formato digital PDF).
- Boiché, J. C. & Sarrazin, P. G. (2009). Proximal and distal factors associated with dropout versus maintained participation in organized sport. *Journal of Sports Science & Medicine*, 8(1), 9–16. Retrieved from <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/24150550>
- Carter-Thuillier, B., Carter-Beltran, J., Cresp, M. y Ojeda, R. (Julio de 2016). El abandono deportivo desde una perspectiva psicosocial. *Sport Dropout from a Psychosocial Approach*. *Rev. Int. Investig. Cienc. Soc.* Vol. 12 n°1. ISSN (En Línea) 2226-4000, pp. 103-120. Recuperado de <http://dx.doi.org/10.18004/riics.2016.julio.13-1200>
- Cervelló, M. (2002). Abandono deportivo: Propuestas para favorecer la adherencia a la práctica deportiva. En J. Dosil (Ed.), *Psicología y rendimiento deportivo* (pp. 175-187). Ourense: GERSAM.
- Cervelló, M., Escartí, A., & Guzmán, J. (2007). Youth sport dropout from the achievement goal theory. *Psicothema*, 19(1), 65–71.
- Garzón, D. y Londoño, A. (2019). Principales factores que influyen en la deserción de nadadores en la etapa de adolescencia media (14 a 17 años) en la ciudad de Santiago de Cali. (Tesis de Licenciatura en educación física y deportes). Universidad del Valle, Instituto de Educación y Pedagogía, Área de educación física y deportes. Santiago de Cali.
- Giussani de Morano, D. y Morano, E. (Octubre de 2001). La deserción en el deporte. ¿Por qué se sobreexige y por qué a veces, no se exige nada? Dos motivos de deserción en el deporte. *Revista Digital*. Buenos Aires EFDeportes.com, - Año 7 - N° 41. Recuperado de <http://www.efdeportes.com/>.
- Hidalgo, M. (Junio de 2008). Abandono deportivo escolar: más temprano que tarde. *Revista Digital*. Buenos Aires EFDeportes.com, - Año 13 - N° 121. Recuperado de <http://www.efdeportes.com/>.
- Macarro Moreno, J., Romero Cerezo, C., & Torres Guerrero, J. (2010). Motivos de abandono de la práctica de actividades físico- deportiva en los estudiantes de Bachillerato de la Provincia de Granada. España: Universidad de Granada.
- Ortiz, F. (2015). Relación entre Compromiso Deportivo y Percepción de Clima Motivacional generado por Padre, Madre y Entrenador en Jóvenes Futbolistas. Universidad de Granada.
- Pérez Iribar, G., Cartaya, M. A. y Beleño-Fuentes, M. (2018). Estrategia multifactorial para prevenir el fenómeno la deserción deportiva. Una experiencia en el fútbol. *Revista Olimpia*, Vol. 15(52), octubre-diciembre. Recuperado de <https://www.revistas.udg.co.cu/index.php/olimpia/article/view/591/1015>



Esta obra está bajo una licencia de Creative Commons Reconocimiento-No Comercial 4.0 Internacional. Copyright (c) Onelio Pujol Leyva; Norma Guerra Martínez; Zila Isabel Esteves Fajardo y Ana Ofelia Rodríguez Elías.

