



**Universidad de Cienfuegos “Carlos Rafael Rodríguez”  
Facultad de Cultura Física**

## **TRABAJO EN OPCIÓN AL TÍTULO DE LICENCIATURA EN CULTURA FÍSICA**

*La motivación por la práctica del beisbol en la categoría 13 -14 años de Lajas.*

*Autor: Alejandro Emilio Consuegra*

**Tutor: Dr.C. Osmani Mena Rodríguez**

*Curso 2013 - 2014*

## INDICE.

INTRODUCCIÓN.....	1
Objetivo.....	3
Material y metodos.....	3
Generalidades del modelo.....	3
Técnicas de recogida de datos.....	7
CAPITULO I.....	11
Fundamentación teórica.....	11
La motivación.....	15
Motivación y conducta .....	17
El ciclo motivacional .....	17
Aprendizaje de la motivacion .....	20
La enseñanza significativa .....	28
Etapas evolutivas de la adolescencia.....	29
CAPITULO II.....	33
Propuesta de solución.....	33
CAPITULO III.....	39
Análisis de los resultados.....	39
Conclusiones.....	45
Recomendaciones.....	46
Bibliografía.....	47
Anexos.	

## **Resumen**

La motivación es un aspecto importante en los entrenamientos de cualquier deporte, por lo que resulta imprescindible tenerlo presente para el estudio del béisbol. En la presente investigación se fundamenta brevemente desde los puntos de vistas de diferentes autores este componente psicológico y se exponen los resultados en relación a la motivación en el terreno por la práctica del béisbol. Por una parte, se describen los problemas y satisfacciones que se producen en el equipo en relación a este tema y, por otra, se aportan una serie de recursos para aumentar la motivación en los entrenamientos en el equipo de béisbol categoría 13 y 14 años del municipio de Lajas.

## INTRODUCCIÓN

El deporte es una esfera de la actividad humana, donde la teoría y la práctica, la ciencia y el arte están entrelazados de manera íntima. Este se ha convertido en uno de los ambientes esenciales de la sociedad, donde es el hombre quién posee el rol más importante, pues le asegura un desarrollo físico, armónico y contribuye a la educación de sus cualidades morales y volitivas. La práctica de la actividad física además, influye en la actitud de la persona hacia sí misma, respecto a su situación y su potencial propio, lo cual no depende directamente de que se encuentre en una mejor forma física. En nuestro país el deporte de más preferencia es el Béisbol, donde observamos con qué pasión la gusta al pueblo sin excepción de edad ni sexo; su práctica es masiva, sus reglas son conocidas por los aficionados; pero este deporte requiere de una buena preparación física y mental.

El béisbol o juego de pelota es un deporte relativamente moderno, pues data de la primera mitad del siglo XIX. Los historiadores deportivos tienden a tomar como punto de referencia exacto de sus orígenes la apacible ciudad de Coopertown, en el estado de New York, y estiman que el primer juego fue efectuado precisamente en esta ciudad, el 19 de junio de 1846.

Sin entrar en datos precisos, los más antiguos cronistas deportivos cubanos sitúan la llegada del béisbol a Cuba entre 1865 y 1866, y atribuyen la entrada del bate y la pelota oficial a Nemesio Guillot, un coterráneo que estudiaba por aquella época en Estados Unidos. Pero no fue hasta 1874, exactamente el 27 de diciembre, cuando se lleva a cabo el primer juego reconocido oficialmente en el estadio Palmar de Junco de Matanzas, en los anales de la pelota cubana. Rápidamente se extendió por todo el país y se contempló también el juego celebrado el 25 de octubre de 1887 entre marines norteamericanos anclados en el puerto santiaguero y un grupo de entusiastas trabajadores portuarios, como el primer juego efectuado en la zona oriental del país. El béisbol goza de una gran popularidad por su complejidad táctica y posibilidad de debate. En Cuba hombres, mujeres, niños y ancianos disfrutan del pasatiempo con verdadero placer y es difícil encontrar un cubano que no lo haya jugado en su infancia. Es el deporte nacional, de gran prestigio por sus constantes y resonantes triunfos en la arena internacional. Para los cubanos el béisbol es una actividad autóctona a pesar de

la influencia norteamericana y los que se han dedicado a practicarlo de forma amateur son los mejores jugadores del mundo, por haber ganado la mayor cantidad de campeonatos mundiales y olímpicos en la historia.

Esa carrera exitosa de nuestros equipos nacionales no debe verse como un hecho fortuito, aislado o milagroso, atribuible en muchos casos a la casualidad o buena suerte de sus integrantes. Nada más lejos de la realidad: los triunfos alcanzados y mantenidos son obras de la perseverancia de los entrenadores y atletas, la aplicación de lineamientos teóricos-prácticos, el sentido de pertenencia del colectivo y la consagración de cada uno de sus miembros. Su tradición histórica y sus resultados internacionales han hecho de nuestro país una potencia mundial contemporánea.

Sin embargo, no es un secreto que en los últimos años se ha producido un desbalance entre el factor ofensiva y pitcheo; en tiempos pasados pocos bateadores lograban rebasar la privilegiada marca de los 300 durante una Serie Nacional. Actualmente una gran mayoría de los jugadores regulares lo consiguen. Esta desigualdad obedece a ciertos cambios realizados con la finalidad de aumentar el número de carreras en un juego de béisbol, entre otros están la bola viva, la reducción de la zona de strike y la disminución de la altura del montículo. Para poder contrarrestar en cierto modo estas desventajas, la Comisión Nacional emitió nuevas medidas como son: una pelota viva, el bate de madera, aumentar la zona de strike y la altura del montículo. Pero no son solo estos elementos los que pueden contrarrestar estos desbalances, sino que son muchos los factores que están ejerciendo influencia en estos resultados desde las primeras edades en el deporte de béisbol y uno de ellos es la falta de motivación por la práctica de este deporte.

En la actualidad se han realizado estudios en los que se evidencia que no basta con la preparación física de los deportistas, dando un lugar importante a la preparación psicológica, realizado por B. Martínez y Antonio Morales (2001). Las referencias en cuanto la preparación psicológica en relación con el aprendizaje motor tomadas como punto de partida para esta investigación provienen de Witkin, Moore, Goodenough y Cox (1977), posteriormente Bakker, Pijning, Murriss (1978-1993) citados por Vidaurreta, Lima L. (2002), estos investigadores han desarrollado estudios experimentales sobre algunas de las dimensiones del fenómeno estudiado.

Todos los autores concuerdan en la importancia que tiene en estos momentos la realización de los estudios encaminados a la búsqueda de la excelencia dentro del entrenamiento deportivo, siendo necesario la inclusión de la preparación psicológica como un factor imprescindible para alcanzar el éxito. La preparación psicológica es uno de los aspectos más importantes dentro del sistema de preparación del deportista, porque permite que el entrenamiento se perfeccione, así como lograr la motivación del atleta por la práctica deportiva.

Motivado por esta problemática es que nos propusimos realizar un estudio exploratorio de algunos aspectos que están influyendo en la motivación por la practica del béisbol y que son importantes en el proceso de enseñanza aprendizaje de la técnica, y fundamentalmente en la categoría 13 y 14 años, entendiendo la necesidad de comenzar con el estudio de estos factores desde las primeras edades en el entrenamiento deportivo, para ellos realizamos el estudio en los jugadores del equipo de béisbol de Lajas en la categoría antes mencionada.

### **Problema científico**

¿Qué nivel de motivación poseen los beisbolistas de la categoría 13 y 14 años por la práctica de su deporte en el municipio Lajas?

### **Objeto de estudio**

El proceso de enseñanza aprendizaje del béisbol

### **Campo de acción**

La motivación por la práctica del béisbol

### **Objetivo**

- Valorar el nivel de motivación por la práctica del béisbol de los atletas de la categoría 13 y 14 años del municipio Lajas.

### **Hipótesis**

El nivel de motivación por la práctica del béisbol es bajo, basado fundamentalmente a la falta de implementos e instalaciones deportivas.

## **CAPITULO I.**

### **FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA**

Desde los comienzos de la civilización, el hombre practicó juegos para divertirse, o para celebrar ceremonias, entre estas primeras prácticas, se utilizaron entre otros, los juegos con un palo y una bola. Estos juegos que aparecen en pueblos antiguos como Persia, Grecia, Egipto, se fueron practicando en mayor medida en la Europa Medieval, y fueron dando versiones distintas de juegos.

Al comenzar el siglo XIX en Estados Unidos, mucha gente jugaba cricket en las ciudades, en cambio en los poblados y comunidades rurales se jugaba más el rounders que sería el antecedente directo del Béisbol, pues guarda similitudes con este deporte moderno. Se usaron varios nombres, y los reglamentos iban variando en uno u otro lugar: fue rounders, town ball, one o' cat, y por último el que se usa hasta la actualidad: béisbol (Base Ball).

El béisbol ha influenciado en la cultura y la historia de muchos países en el Caribe y Centro América; especialmente en Cuba, la República Dominicana, Puerto Rico, Costa Rica, y Nicaragua. El béisbol en Cuba fue introducido por cubanos los cuales estudiaban en los EE. UU. Y por marineros americanos que lo practicaba mientras su barco era descargado en puertos de Cuba. El primer partido que se realizó ocurrió en 1874 en la ciudad de Matanzas entre dos equipos uno fue el Habana BCC (Base Ball Club) y el Matanzas BCC. Con anterioridad ya se había ofrecido un encuentro de exhibición entre la tripulación de un barco norteamericano y un grupo de obreros portuarios que nunca antes habían jugado baseball.

El 29 de diciembre de 1878 se inauguran en el Cerro, Ciudad de la Habana el primer Campeonato de béisbol cubano, con la participación de tres equipos: Habana, Almendares y Matanzas.

Es en el deporte donde se manifiestan vivamente todas las particularidades del duelo que tanto emociona a los espectadores. Aquí, sobre los platos de la balanza, es donde se colocan las posibilidades psicológicas, técnicas, físicas e intelectuales de los competidores. Sobre el hecho de que la victoria en las competencias modernas de gran

escala es imposible sin la tensión máxima de las fuerzas (casi en el umbral de las posibilidades humanas) determina altas exigencias entre los participantes del juego.

La preparación de los atletas de béisbol es diversa y compleja, hay que tener en cuenta muchos factores, y finalmente todos los problemas que surgen el deportista no los puede resolver solo. Ahora tras la espalda del deportista están los entrenadores y un equipo multidisciplinario. Se puede considerar que casi siempre en las acciones de dos equipos contrarios se manifiesta la lucha de grupos de especialistas muy representativos y es imposible alcanzar la victoria sin la utilización del rico arsenal de todos los medios de la lucha deportiva recomendada por ellos.

En los últimos años, cada vez con más frecuencia, se habla del papel decisivo de los factores psicológicos en los resultados de los juegos de béisbol; cuanto más alto es el nivel de preparación de los deportistas, tanto más se acercan en sus cualidades físicas e índices técnicos fundamentales, a un modelo determinado, y la individualidad la determinan las particularidades psicológicas. De ahí la necesidad de una preparación psicológica especial y estrictamente individualizada. Sin embargo, a menudo resulta que las cualidades físicas y psíquicas y la preparación técnica y psicológica se analizan por separado y con esto es como si nosotros las pusiéramos a una contra otra. ¿Pero acaso no depende el proceso de formación de las cualidades físicas de la fuerza o la resistencia de la estructura de las cualidades volitivas, de la cualidad del objeto, la entereza y la perseverancia? ¿Acaso el dominio de las técnicas de los movimientos no se determina con tales cualidades psicológicas como la capacidad, el aprendizaje, la resistencia o la variedad de los estereotipos dinámicos, la sutileza de las sensaciones musculares motoras y la exactitud de las percepciones? ¿Acaso los índices cualitativos de las acciones técnicas del deportista no están relacionados con sus particularidades individuales de recepción y transformación de la información, con la particularidad del razonamiento operativo y la memoria operativa?

En la característica definición psicológica de la actividad deportiva, inevitablemente entra mucho de aquello que es objeto de investigación directa del fisiólogo, del biomecánico, del quinesiólogo, etc. En parte por esa amplitud de manifestación de los factores psicológicos en las competencias deportivas y porque ellos están siempre estrechamente entrelazados con otros factores, es muy fácil determinar en qué,

concretamente en el caso dado, se manifestarán las particularidades psicológicas específicas de los “contrarios”.

Nosotros decimos: “Este deportista está preparado psicológicamente mejor y por eso venció”, “este equipo está mejor ‘ajustado’ al juego, eso lo condujo a la victoria”. pero raramente nosotros podemos decir con firmeza en qué consiste ese “mejor”, no podemos dar características cualitativas y cuantitativas del “mejor”.

No siempre ayuda una buena preparación técnica (por cierto, en el caso dado ambos contrarios son suficientemente técnicos). Algunos factores psicológicos, exteriormente no perceptibles enseguida, garantizan la rapidez y fundamentalmente la calidad de ejecución de la acción dentro del juego. Cualquier entrenador y deportista calificado debe conocer su cuadro psicológico y en especial aquella parte de su estado psicológico que induce a la actuación de los deportistas (su motivación)

Se parte del concepto aceptado por muchos de motivación que la entiende como Regulación inductora del comportamiento, o sea, la motivación determina, regula, la dirección (Objeto – Meta) y el grado de activación o intensidad del comportamiento.

En la motivación participan los procesos afectivos (emociones y sentimientos), las tendencias (voluntarias e impulsivas) y los procesos cognoscitivos (sensopercepción, pensamiento, memoria, etc.), ocupando los afectivos y las tendencias el papel más importante en ella.

En el deporte los motivos pueden ser clasificados por motivos en directos de la actividad deportiva y motivos mediados de la actividad deportiva.

*La motivación está constituida por todos los factores capaces de provocar, mantener y dirigir la conducta hacia un objetivo.* En el ejemplo del hambre, evidentemente tenemos una motivación, puesto que éste provoca la conducta que consiste en ir a buscar alimento y, además, la mantiene; es decir, entre más hambre tengamos, más directamente nos encaminaremos al satisfactor adecuado. Si tenemos hambre vamos al alimento; es decir, la motivación nos dirige para satisfacer la necesidad.

La motivación también es considerada como el impulso que conduce a una persona a elegir y realizar una acción entre aquellas alternativas que se presentan en una determinada situación. En efecto, la motivación está relacionada con el impulso, porque éste provee eficacia al esfuerzo colectivo orientado a conseguir los objetivos de la

empresa, por ejemplo, y empuja al individuo a la búsqueda continua de mejores situaciones a fin de realizarse profesional y personalmente, integrándolo así en la comunidad donde su acción cobra significado.

La motivación es a la vez objetivo y acción. Sentirse motivado significa identificarse con el fin y, por el contrario, sentirse desmotivado representa la pérdida de interés y de significado del objetivo o, lo que es lo mismo, la imposibilidad de conseguirlo.

El impulso más intenso es la supervivencia en estado puro cuando se lucha por la vida, seguido por las motivaciones que derivan de la satisfacción de las necesidades primarias y secundarias (hambre, sed, abrigo, sexo, seguridad, protección. etc.).

La motivación es resultado de la interacción del individuo con la situación. De manera que al analizar el concepto de motivación, se tiene que tener en cuenta que su nivel varía, tanto entre individuos como dentro de los mismos individuos en momentos diferentes.

Con el objeto de explicar la relación motivación-conducta, es importante partir de algunas posiciones teóricas que presuponen la existencia de ciertas leyes o principios basados en la acumulación de observaciones empíricas. Según Chiavenato, existen tres premisas que explican la naturaleza de la conducta humana. Estas son:

- a) **El comportamiento es causado.** Es decir, existe una causa interna o externa que origina el comportamiento humano, producto de la influencia de la herencia y del medio ambiente.
- b) **El comportamiento es motivado.** Los impulsos, deseos, necesidades o tendencias, son los motivos del comportamiento.
- c) **El comportamiento está orientado hacia objetivos.** Existe una finalidad en todo comportamiento humano, dado que hay una causa que lo genera. La conducta siempre está dirigida hacia algún objetivo.

Si enfocamos la motivación como un proceso para satisfacer necesidades, surge lo que se denomina el **ciclo motivacional**, cuyas etapas son las siguientes:

- a) **Homeostasis.** Es decir, en cierto momento el organismo humano permanece en estado de equilibrio.
- b) **Estímulo.** Es cuando aparece un estímulo y genera una necesidad.
- c) **Necesidad.** Esta necesidad (insatisfecha aún), provoca un estado de tensión.

d) **Estado de tensión.** La tensión produce un impulso que da lugar a un comportamiento o acción.

e) **Comportamiento.** El comportamiento, al activarse, se dirige a satisfacer dicha necesidad. Alcanza el objetivo satisfactoriamente.

f) **Satisfacción.** Si se satisface la necesidad, el organismo retorna a su estado de equilibrio, hasta que otro estímulo se presente. Toda satisfacción es básicamente una liberación de tensión que permite el retorno al equilibrio homeostático anterior.

El ser humano se encuentra inmerso en un medio circundante que impone ciertas restricciones o ciertos estímulos que influyen decididamente en la conducta humana. Es indudable también que el organismo tiene una serie de necesidades que van a condicionar una parte del comportamiento humano. Así, por ejemplo, cuando tenemos hambre nos dirigimos hacia el alimento. Allí tenemos una conducta. Cuando tenemos hambre, en nuestro organismo se ha roto un equilibrio; existe, por tanto, un desequilibrio que buscamos remediar; entonces el organismo actúa en busca de su estado homeostático. El estado "ideal" sería el de tener el estómago lleno; pero cuando este equilibrio se rompe, inmediatamente nuestros receptores comunican al sistema nervioso central que el estómago está vacío y que urge volver a llenarlo para mantener la vida. Entonces ese equilibrio, ese estado homeostático, se rompe y el organismo busca restaurarlo nuevamente. Sin embargo, recuérdese que la homeostasis no es absoluta sino dinámica, en el sentido de permitir el progreso.

El organismo al accionar la conducta, no siempre obtiene la satisfacción de la necesidad, ya que puede existir alguna barrera u obstáculo que impida lograrla, produciéndose de esta manera la denominada **frustración**, continuando el estado de tensión debido a la barrera que impide la satisfacción. La tensión existente o no liberada, al acumularse en el individuo lo mantiene en estado de desequilibrio. Sin embargo, para redondear el concepto básico, cabe señalar que cuando una necesidad no es satisfecha dentro de un tiempo razonable, puede llevar a ciertas reacciones como las siguientes:

a) Desorganización del comportamiento (conducta ilógica y sin explicación aparente).

b) Agresividad (física, verbal, etc.)

c) Reacciones emocionales (ansiedad, aflicción, nerviosismo y otras manifestaciones como insomnio, problemas circulatorios y digestivos etc.)

d) Alineación, apatía y desinterés

Lo que se encuentra con más frecuencia en la industria es que, cuando las rutas que conducen al objetivo de los trabajadores están bloqueadas, ellos normalmente “se rinden”. La moral decae, se reúnen con sus amigos para quejarse y, en algunos casos, toman venganza arrojando la herramienta (en ocasiones deliberadamente) contra la maquinaria, u optan por conductas impropias, como forma de reaccionar ante la frustración.

Algunas conductas son totalmente aprendidas; precisamente, la sociedad va moldeando en parte la personalidad. Nacemos con un bagaje instintivo, con un equipo orgánico; pero, la cultura va moldeando nuestro comportamiento y creando nuestras necesidades. Por ejemplo, mientras en una ciudad occidental, cuando sentimos hambre vamos a comer un bistec o un pescado, o algo semejante, en China satisfacen el hambre comiendo perros. Allí el perro constituye un manjar exquisito. En nuestra cultura esa situación no está permitida. Asimismo, en nuestra cultura es importante usar el cuchillo, el tenedor, las servilletas, hay que sentarse de cierta manera, etcétera para satisfacer la urgencia de alimento. De ninguna manera nos sentamos a comer con los dedos cuando vamos a un restaurante.

Las normas morales, las leyes, las costumbres, las ideologías y la religión, influyen también sobre la conducta humana y esas influencias quedan expresadas de distintas maneras. Tal vez se les acepte e interiorice como deberes, responsabilidades o se las incorpore en el autoconcepto propio; pero también se las puede rechazar. En cualquiera de tales casos, esas influencias sociales externas se combinan con las capacidades internas de la persona y contribuyen a que se integre la personalidad del individuo aunque, en algunos casos y en condiciones especiales, también puede causar la desintegración.

Sucede que lo que una persona considera como una recompensa importante, otra persona podría considerarlo como inútil. Por ejemplo, un vaso con agua probablemente sería más motivador para una persona que ha estado muchas horas caminando en un desierto con mucho calor, que para alguien que tomó tres bebidas frías en el mismo

desierto. E inclusive tener una recompensa que sea importante para los individuos no es garantía de que los vaya a motivar. La razón es que la recompensa en sí no motivará a la persona a menos que sienta que el esfuerzo desplegado le llevará a obtener esa recompensa. Las personas difieren en la forma en que aprovechan sus oportunidades para tener éxito en diferentes trabajos. Por ello se podrá ver que una tarea que una persona podría considerar que le producirá recompensas, quizá sea vista por otra como imposible.

El mecanismo por el cual la sociedad moldea a las personas a comportarse de una determinada manera, se da de la siguiente manera:

- 1) El estímulo se activa.
- 2) La persona responde ante el estímulo.
- 3) La sociedad, por intermedio de un miembro con mayor jerarquía (padre, jefe, sacerdote, etc.), trata de enseñar, juzga el comportamiento y decide si éste es adecuado o no.
- 4) La recompensa (incentivo o premio) se otorga de ser positivo. Si se juzga inadecuado, proporciona una sanción (castigo).
- 5) La recompensa aumenta la probabilidad de que en el futuro, ante estímulos semejantes, se repita la respuesta prefijada. Cada vez que esto sucede ocurre un *refuerzo* y, por tanto, aumentan las probabilidades de la ocurrencia de la conducta deseada. Una vez instaurada esa conducta se dice que ha habido *aprendizaje*.
- 6) El castigo es menos efectivo; disminuye la probabilidad de que se repita ese comportamiento ante estímulos semejantes.
- 7) El *aprendizaje consiste en adquirir nuevos tipos actuales o potenciales de conducta*. Este esquema no sólo es válido para enseñar normas sociales sino, además, cualquier tipo de materia. Una vez que se ha aprendido algo, esto pasa a formar parte de nuestro repertorio conductual.

*“En lo que atañe a la motivación, es obvio pensar que las personas son diferentes: como las necesidades varían de individuo a individuo, producen diversos patrones de comportamiento. Los valores sociales y la capacidad individual para alcanzar los objetivos también son diferentes. Además, las necesidades, los valores sociales y las capacidades en el individuo varían con el tiempo.*

Si partimos del supuesto que nos indica que una necesidad es una carencia que un organismo y sistema tiene para desempeñarse correctamente,

El término necesidad se define por: la carencia de algo que se siente fundamental para el desarrollo del individuo. Esencialmente está dada por la discrepancia entre una situación real en la cual se encuentra en ese momento y la situación deseada, que sea posible, por lo tanto la necesidad se determina por la diferencia entre lo posible menos lo actual y se expresa de la siguiente forma:  $(N = P - A)$ .

María Angeles Pascual la define de la siguiente forma "interpretando como necesidad la identificación de algo o la comparación con niveles deseables dignos de ser alcanzados. Ellas se pueden clasificar en individuales, grupales y a nivel de toda la sociedad. Mientras que atendiendo a las magnitudes del sistema pueden ser: macronecesidades y micronecesidades.

Las motivaciones surgen cuando el individuo encuentra el objeto que satisface sus necesidades.

La motivación es la fuerza que arrastrará al niño en su adquisición de nuevos conocimientos. El proceso de aprender requiere un esfuerzo personal y el niño sólo se involucrará si descubre una razón para hacerlo. La motivación es la capacidad de encontrar, una razón por la cual merezca la pena el esfuerzo.

Para que el alumno pueda darle un sentido a la adquisición de un nuevo conocimiento tiene que poder relacionarlo con cosas que ya sabe, con su experiencia personal o con sus intereses, y debe entender que ese nuevo aprendizaje le permitirá resolver otros problemas y comprender cosas que hasta ahora le eran inaccesibles.

La motivación hacia el movimiento tiene su forma de expresión muy característica, según datos de algunos centros de investigación, el 40% de la población realiza algún tipo de actividad física de forma continuada. Este porcentaje aumenta en los niños ya que la necesidad de movimiento es prácticamente vital. Las razones que mueven a un sujeto a involucrarse en una práctica deportiva son, según Antón (1997), muy diversas como por ejemplo, la búsqueda de recompensas, éxito personal, liberación de energía vital, tener relaciones sociales, etc.

Los primeros estudios sobre motivación en el deporte comenzaron en los años 70, según Escartí y Cervelló (1994). Estos autores citan a Adelman y Wood (1976) en una investigación sobre las razones para hacer deporte, destacando la competencia, estar en forma y la afiliación. Con relación a las razones sobre el abandono de la práctica deportiva, citan a Orlick (1973) quien diferencia entre mayores y menores de 10 años. En los menores de 10 años los motivos son la falta de juegos o el aburrimiento, mientras que en los mayores son el conflicto de intereses (otras actividades extracurriculares) o la falta de tiempo. El énfasis en la competición o el rechazo por parte del entrenador son otras razones frecuentes.

Siguiendo a Antón (1997), la motivación es la razón que dirige la conducta, la fuerza y naturaleza del esfuerzo que impulsa al deportista para lograr su objetivo. Este autor afirma que en el campo del entrenamiento deportivo nos encontramos deportistas con distintos intereses. Los hay motivados por la necesidad de movimiento y liberación de energía que se satisfacen plenamente con el propio juego, aunque hay que frenar sus ímpetus. Otros buscan la afirmación de sí mismo, a través del éxito personal en cada acción, aunque con el peligro de que tratan de anular al compañero. Los hay que utilizan el deporte como forma de compensación de fracasos en otras facetas (estudios, familia), buscando el éxito aunque en ocasiones de forma inconstante. Algunos están motivados exclusivamente por el interés competitivo, buscando la victoria con ahínco en los partidos, pero a veces desmotivándose en los entrenamientos.

Profundizando en los motivos por los que se practica deporte, Bakker y otros (1993) destacan, entre otros: la necesidad de sentirse competente en un determinado comportamiento, necesidad de afiliación (amistades), necesidad de moverse o jugar, salud, etc. En una comparación entre atletas competitivos y recreativos, en los primeros destaca el rendimiento y la competición como motivaciones más importantes con respecto a los segundos. En los atletas recreativos es mayor el motivo por el recreo, la forma física o la compañía que en los deportistas competitivos. Estos autores consideran que la motivación hacia el deporte es fundamentalmente intrínseca ya que se suele practicar sin indicios de gratificación externa unida a la conducta.

La figura del entrenador merece una atención especial por la influencia que tiene en la motivación de los deportistas (Martens y otros, 1994). Su comportamiento puede ser

causa para continuar con la práctica o para el abandono. La credibilidad, la empatía y el poder en el reparto de premios y castigos influyen decisivamente en la motivación de los deportistas.

En definitiva, Knapp (1981) afirma que la motivación es el factor más importante para la adquisición de una habilidad motriz. Escartí y Cervelló (1994) comentan que el entorno del deporte está considerado como una motivación de logro por buscar excelencia, aunque, la influencia del éxito o del fracaso es diferente en cada persona. Estos autores concluyen que en general, el deporte aumenta el sentimiento de competencia en resultados o juicios tanto en el ámbito cognitivo como social o físico.

Hemos analizado anteriormente que motivar a los entrenamientos es uno de los problemas más significativos de la mayoría de los profesores.

Los niños pequeños se motivan a través de situaciones lúdicas mientras que a los niños de más edad (a partir de los 11 12 años) también les gusta que se reconozca su perfección en los movimientos, es decir que cuanto más habilidad logre más se motivará hacia la tarea (Knapp, 1981).

Otras motivaciones de carácter psicosocial son la necesidad de afecto, de reconocimiento social o de autoafirmación. Aunque también están generalizadas en el ser humano, la forma de satisfacerlas y su intensidad varían considerablemente de una a otra persona.

Aproximándonos al campo pedagógico existen otras necesidades como el juego y el aprendizaje que son el motor de arranque que tenemos los docentes para conseguir los objetivos educativos que nos planteamos con nuestros alumnos. A pesar de estas motivaciones, suele ser un problema para muchos profesores hacer los entrenamientos atractivos.

Para Bernardo: *"el fracaso de muchos educadores radica en que no motivan convenientemente en sus clases"*. Por consiguiente, *"la motivación es una de las preocupaciones más graves que tienen actualmente los profesores principiantes"* (Gallego, 1990, p.175). En su investigación, Montero y otros (1992) confirman que este problema condiciona los aprendizajes escolares de los alumnos y que supone un reto para los docentes de muchas asignaturas. Igualmente, Vonk (1983, p.149) concluye su investigación diciendo que *"la mayoría de los profesores principiantes no están*

*preparados para tratar con chicos desmotivados".* Veenman (1984) presenta una recopilación de numerosos estudios sobre los problemas del profesorado y la dificultad para motivar aparece en segundo lugar.

Los resultados de una ambiciosa investigación coordinada por Marcelo (1995), en la que se estudiaban las preocupaciones de los profesores, muestran diferencias de los problemas en función del nivel de enseñanza. Por ejemplo, en Educación Infantil es la organización del tiempo, de los espacios en clase y los métodos de enseñanza. En la etapa de la adolescencia la motivación es mayor hacia las actividades físicas por encima de las clases docentes por los que los entrenadores se deban preocupar más por la motivación.

Las causas de que las clases en el aula sea más difícil motivar pueden ser varias. Por una parte, la satisfacción por los deportes en que puedan demostrar sus conocimientos y capacidades aumenta en estas edades. Por otra, sus intereses de aprendizajes se alejan enormemente de los contenidos que se suelen desarrollar en los Centros de Enseñanza Secundaria.

Los factores que nos impulsan a actuar o a inhibirnos son diversos. Superadas las motivaciones básicas o de supervivencia, nos puede atraer la curiosidad, el logro, el poder, etc. En este capítulo vamos a analizar las motivaciones hacia la actividad física en general y hacia el béisbol. en particular, para concluir con una descripción de recursos que pueden ser útiles para los entrenadores deportivos.

Una de las paradojas de esta área de conocimiento la plantea Del Villar (1993) cuando expone cómo esta motivación llega a ser muy elevada debido a la necesidad vital de movimiento que tienen los niños, por lo que se hace complicado canalizar esta excesiva demanda en una estructura organizativa eficaz. Continúa este autor afirmando que sólo cuando se consigue el control del grupo es posible diseñar organizaciones eficaces que derivarán en una mayor participación de los atletas y, por tanto, en el aumento de la motivación. Es entonces cuando se presentan las condiciones ideales para conseguir los aprendizajes.

En la escuela existen incentivos positivos o negativos, siendo la calificación una motivación externa que puede estimular la participación en clase (Bakker y otros, 1993). Sin embargo, estos y otros autores recomiendan utilizarla en positivo y nunca como

amenaza. Siguiendo a Escartí y Cervelló (1994), en las primeras edades podemos aplicar numerosos refuerzos tangibles (trofeos, regalos, etc.) o psicológicos (autoestima, prestigio, etc.). Más adelante, analizaremos algunos recursos didácticos que nos pueden ser útiles para aumentar la motivación en los entrenamientos del béisbol.

El juego se convierte en un medio de aprendizaje y de motivación que va a resultar muy útil en los entrenamientos, particularmente en las primeras categorías (Fernández y otros, 1993). Knapp (1981) añade que las situaciones competitivas aumentan la motivación de los participantes por lo que, si son tratadas de forma educativa, resultarán muy adecuadas.

### **Etapa evolutiva de la adolescencia**

La adolescencia es el paso de la infancia a la edad adulta constituye el contenido fundamental de esta etapa, en ella se establece la diferenciación específica de todos los aspectos del desarrollo, o sea, físico, mental, moral y social.

Para muchos es un período en el que predominan características negativas ya que aparecen conflictos agudos, tanto internos como externos, sin tener en cuenta las condiciones históricas – sociales en que se desarrollan.

Considerando que el adolescente sigue siendo un escolar, el estudio continúa siendo la actividad fundamental, sin embargo es la actividad rectora de este período, ya que se producen transformaciones que hacen que se sitúe en una nueva posición social, apareciendo la relación íntima – personal.

Este es un nuevo tipo de relación en que la posición del adulto va perdiendo importancia para ser sustituida por otra adolescente basada en el “Código de la Camaradería“, en el que siente más confianza con otro adolescente, se hacen confidencias y se aconsejan, la cual determina una influencia decisiva en el desarrollo de la personalidad durante esta etapa.

Por otra parte en este período se van a dar cambios fundamentales, dentro de ellos vemos su posición Intermedia, se considera que el adolescente ocupa un lugar intermedio, ya que esta etapa es considerada como el tránsito entre la dependiente del niño y la independiente del adulto.

Aquí ya alcanza un desarrollo similar al adulto en lo que respecta al aspecto corporal y a las capacidades intelectuales, pero dada la exigencia que hace que la sociedad al adulto, el adolescente se ve en la necesidad de permanecer bajo la instrucción para adquirir los conocimientos que le permite llegar a esa posición.

Además se da una ambigüedad respecto a sus derechos y deberes, se les exige como a un adulto desde el punto de vista de los deberes, sin embargo sus derechos se limitan a los de los niños. Todo esto lleva al adolescente a una contradicción interna: desea actuar como adulto, igualarse a los adultos, sin embargo esto no lo puede llevar a la práctica debido a las mismas exigencias de la sociedad. En este sentido el adulto juega un papel determinante en la solución de esta contradicción, disminuyéndola o agudizándola.

El proceso maduracional no sólo condiciona la posición social del adolescente, sino que también influye en su conducta; durante este proceso se le generan sobreexcitaciones, frustraciones afectivas y llega a la madurez sexual.

El rápido desarrollo de las funciones intelectuales ocurre paralelamente al proceso de maduración y se ve en la adquisición de nuevas formas de asimilación cualitativamente diferentes, desarrollándose el pensamiento teórico – abstracto. Se produce cambios en la enseñanza, cambia el contenido docente, recibe la valoración y evaluación de diferentes profesores, todo esto conduce a:

- La aparición de sistemas de valores relativamente estables o independientes.
- La formación de un sistema de actitudes relativamente estables hacia las personas que lo rodean y hacia sí mismo.

Todos los cambios que conlleva el proceso de madurez sexual ocurren de forma progresiva y paulatina, generalmente suelen durar entre 5 y 7 años. En las niñas estos cambios suelen comenzar hacia los 10-11 años llegando al pico de máximo desarrollo hacia los 12-13 años. A partir de esta edad, la madurez sexual es completa consiguiendo la estabilidad funcional del mecanismo reproductor. Para los varones, el desarrollo suele comenzar uno o dos años después, y el pico de mayor desarrollo se produce en torno a los 14-15 años. Este pico de crecimiento, en ambos, va a marcar las mayores necesidades nutricionales.

El paso de niño a adulto es la etapa de la vida en la que el desarrollo físico es mayor. El niño gana aproximadamente el 20% de la talla que va a tener como adulto y el 50% del peso. La evolución del peso y la talla durante esta etapa depende mucho del niño o niña, por lo que es muy difícil de estandarizar.

Los cambios en la distribución corporal son muy notable la diferencia entre chicos y chicas debido a la desigual distribución de la masa magra (músculo) y la masa grasa, y al diferente desarrollo de la masa ósea.

Los chicos tienden a ganar más peso que corresponde al aumento de masa muscular, su esqueleto crece más y el periodo de crecimiento general dura más tiempo.

Por su parte, las chicas ganan más masa grasa, el crecimiento de la masa ósea es menor y el periodo de crecimiento también.

Esta situación es una de las que más va a condicionar la alimentación. Se sabe que los requerimientos nutricionales son diferentes según el tipo de tejido que se desarrolle. No se necesita la misma cantidad de energía ni de proteínas para formar un kilo de masa muscular que de masa grasa. También es diferente la cantidad de vitaminas y minerales que hay que aportar para formar mayor o menor cantidad de masa ósea.

## Metodología

### 2.2.- Metodología

#### 2.2.1- Tipo de diseño

Se utiliza un diseño preexperimental, **para un solo grupo**.

#### 2.2.2- Métodos y procedimientos

##### a.- Métodos del nivel teórico:

Los métodos teóricos posibilitan, a partir de los resultados obtenidos, sistematizarlos, analizarlos, explicarlos, descubrir qué tienen en común, para llegar a conclusiones confiables que permitan resolver el problema. Se utilizan para la construcción de las teorías científicas, para la elaboración de las premisas metodológicas de la investigación y también en la construcción de las hipótesis científicas.

Entre los métodos aplicados del nivel teórico se encuentran:

Hipotético Deductivo: Es un proceso en el cual, las respuestas que se explican son confirmadas en las prácticas.

Analítico Sintético: Nos permite desglosar cada variable, para conocer con mayor profundidad sus características generales y descubrir su relación con el deporte.

Enfoque del sistema: Porque el estudio se basa en la realidad integral interactuando con el medio circundante.

Histórico – Lógico: Nos permite conocer los antecedentes relacionados con el tema de investigación además del funcionamiento y desarrollo de este fenómeno.

#### b.- Métodos del nivel empírico

El método empírico, permite recoger la información directa y explicar las características vinculadas en la práctica, para obtener el logro del objetivo, como la comprobación de dicha hipótesis.

Entrevista: Aplicada a **2 entrenadores** con **TANTOS AÑOS DE** experiencia.

Método de la medición: Se les aplicó el test de los motivos de Butt para conocer el nivel de motivación de los atletas por la actividad deportiva.

Observación: Se utilizó la observación no estructurada.

**Encuesta:** Se aplica a los atletas para conocer su motivación por la actividad deportiva y las posibles causas que influyen en esta.

Criterio de Especialista: Se utilizó para validar el plan de medidas propuestas.

Muestra: Para nuestra investigación se tomaron como muestra 17 atletas de Béisbol de la categoría 13 y 14 años del municipio Lajas y **sus entrenadores ¿?**

## **CAPITULO III**

### **Análisis de los Resultados**

Para la realización de este trabajo se tomó como muestra a **17 atletas del equipo de béisbol de la categoría 13 y 14 años, del municipio Lajas** de los cuales 5 son repitentes de la categoría, con una longevidad deportiva de 4.5 años, como podemos observar en la tabla No 1. Lo que demuestra una gran experiencia en este deporte.

#### **TABLA NO 1.**

## CARACTERIZACIÓN DE LA MUESTRA.

N=17

Cantidad de atletas	Repitentes en la categoría	Longevidad deportiva
17	5	4.5 años

Como observamos en la tabla No. 2, el resultado de las encuestas realizadas a los integrantes del equipo, existe una alta motivación con grandes aspiraciones de integrar otros equipos de niveles mayores. Hay un gran sentido de pertenencia hacia su deporte, al entrenarlo con mucho interés y dedicación, siendo para ellos, el béisbol, su principal atracción, siendo bueno resaltar que sienten en su totalidad responsabilidad por las tareas de su deporte, lo que favorece grandemente en las posibilidades del entrenador para mantener un nivel alto de motivación grupal.

### **TABLA No. 2**

#### RESULTADO DE LAS ENCUESTAS A LOS ATLETAS.

N=17

No	Preguntas	Si	no	No se
1	Te gusta el deporte que practicas	17		
2	Son de tu agrado otros deportes	14	-	3
3	Aspiras a integrar el equipo nacional	16	-	1
4	Sientes obligación por tu deporte	17		-
5	Te diviertes entrenando	16	1	-
6	Es de tu agrado jugar varias posiciones	17	-	-
7	Pierdes el tiempo cuando entrenas	-	15	2
8	Quisieras cambiar de deporte	1	14	2
9	Te gustaría ejercer tu deporte en el futuro	13	2	2
10	Realizas otras actividades con preferencias primero que el beisbol	2	14	1

Al triangular la información constatamos durante las observaciones realizadas a los entrenamientos una correspondencia con los resultados obtenidos en las encuestas antes analizadas, aspectos que se explican por si solos en la tabla, alcanzando los indicadores observados evaluaciones satisfactorias, apreciándose que los atletas se esfuerzan por vencer las dificultades, aunque dentro del grupo quedan algunos atletas, sobre todos los más jóvenes que no mantienen el mismo esfuerzo antes las dificultades, rasgo que mide el desarrollo de la voluntad, aspecto importante en la dinámica motivacional de los sujetos.

**TABLA No. 3**

**RESULTADO DE LAS OBSERVACIONES A ENTRENAMIENTOS.**

**N= 7**

INDICADORES OBSERVADOS	Evaluación				
	5	4	3	2	1
Realizan con placer las actividades.	X				
Se esfuerza porque los demás actúen bien.		X			
Mantienen un clima alegre.	X				
Asumen la dirección de tareas.		X			
Identificación de interés personal con colectivos.		X			
Vencen las dificultades.		X			

**Test de los motivos de Butt:**

Cuando analizamos los resultados obtenidos con el test de los motivos de Butt, apreciamos que en lo general 7 atletas presentan buena motivación y 7 de ellos media motivación y 3 atletas una baja motivación, lo que denota un nivel motivacional bueno a nivel de equipo (tabla No. 4), teniendo en cuenta que existen atletas que no jugaron regulares y que tienen poco tiempo dentro del equipo.

**TABLA No. 4**  
**RESULTADOS DE LOS TESTS DE MOTIVACIÓN**  
**N= 17**

<b>MOTIVACIÓN</b>		
<b>BAJA</b>	<b>MEDIA</b>	<b>BUENA</b>
<b>3</b>	<b>7</b>	<b>7</b>

**Bj:** Baja Motivación

**M:** Media Motivación

**B:** Buena Motivación

Por aspectos (tabla No. 5) la cooperación fue el indicador que mejor se comportó en el test de motivos de Butt , resaltando que en esta prueba 4 atletas resultaron con sistemas de agresividad que aunque en ocasiones resulta necesario para el éxito final de algunas competencias, pensamos que puede influir negativamente en el clima psicológico dentro de un equipo.

El conflicto se comporta como la media aceptable para la adolescencia, aspecto que debe tener el entrenador presente al planificar sus entrenamientos.

**TABLA No. 5**  
**RESULTADOS POR ASPECTOS DEL TEST DE LOS MOTIVOS**

N=17

<b>C</b>	<b>R</b>	<b>S</b>	<b>A</b>	<b>Co</b>
<b>5</b>	<b>7</b>	<b>7</b>	<b>4</b>	<b>16</b>

C= Conflicto

R= Rivalidad.

S= Suficiencia.

A= Agresividad.

Co= Cooperación.

Después de analizados los resultados obtenidos con la aplicación de las técnicas investigativas, se elaboró la propuesta de recursos para elevar la motivación en atletas escolares del deporte de béisbol y en especial en la categoría 13 y 14 años del municipio Lajas, la cual aparece en el capítulo II de nuestro trabajo y para su validación recurrimos a especialistas de este deporte en nuestro territorio (tabla No. 6) para utilizar su criterio como expertos (tabla No. 7).

**TABLA No. 6**  
**CARACTERIZACION DE LOS ESPECIALISTAS.**  
**N= 8**

No	Cargo	Cant	Años experiencia				
1	Entrenadores.	5	7	11	13	20	23
2	Director del combinado.	2	17		19		
3	Psicologo.	1	8				

Estos especialistas se caracterizan por tener conocimientos amplios del tema tratado y una amplia experiencia de años de trabajo en este deporte.

Ellos opinaron que la propuesta es factible de ser aplicable a el equipo estudiado, máxime si se tiene en cuenta los resultados alcanzados por este equipo y la calidad del entrenador, aunque como esta se diseña puede ser aplicable según su criterio a igual categoría en el resto de la provincia ya que mantiene la opinión de la necesidad de elevar el nivel motivacional por la práctica de este deporte a nivel provincial desde los primeros años de entrenamientos, los especialistas coincidieron en su mayoría en un grado de satisfacción con la propuesta realizada, con nuestro criterio como investigador que esta permitiría desde el estado de Homeostasis, es decir, que en cierto momento los atletas permanece en estado de equilibrio incidiendo sobre ellos un estímulo, crear una necesidad, produciendo un estado de tensión, un comportamiento adecuado que

produzca satisfacción. Si se satisface la necesidad, el organismo retorna a su estado de equilibrio, hasta que otro estímulo se presente. Toda satisfacción es básicamente una liberación de tensión que permite el retorno al equilibrio homeostático anterior y permite la realización de las actividades con agrado y cierto éxito.

**TABLA No. 7**

**RESULTADOS DE LA ENTREVISTA A ESPECIALISTAS.**

**N= 8**

<b>OPINION</b>	<b>SI</b>	<b>NO</b>
La propuesta es aplicable.	7	1
La provincia necesita elevar la motivación por el Béisbol.	8	
Satisfacción por la propuesta de solución.	7	1

**PROPUESTA DE SOLUCIÓN.**

La motivación en el terreno "*La motivación es el factor o conjunto de factores que intervienen como causa de la conducta o móvil de la acción*" (Diccionario Enciclopédico Universal). Escartí y Cervelló (1994) explican que es la dirección del comportamiento humano y la energía con la que nos empleamos en una conducta. Existen motivaciones primarias como el hambre, la sed o la sexualidad, que nos impulsan a actuar. Los seres humanos somos conscientes de estas necesidades que nos invitan a actuar, y aunque son innatas, las formas de satisfacerlas o inhibirlas, se aprenden.

**Propuesta de recursos para aumentar la motivación.**

Para conseguir la suficiente motivación en los entrenamientos del béisbol escolar existen, al menos, dos premisas. La primera es el *conjunto de conocimientos que necesitamos*, entre las que destacamos:

- Las características psicoevolutivas de los niños que nos orientaran sobre sus necesidades, intereses y capacidad; por otra,
- La variedad de contenidos que conozcamos dentro de nuestro deporte que nos facilitarán más recursos; por último,

- El dominio de la didáctica específica que nos ayudará a dirigir el grupo de alumnos sin demasiados conflictos.
- La capacidad reflexiva que tengamos que nos ayudará a ir mejorando la motivación en las sesiones a medida que vayamos teniendo más experiencia.

La observación de lo que ocurre y la reflexión posterior, tratando de solucionar los problemas que hayamos tenido, es una de las estrategias de formación más recomendadas por numerosos autores como Marcelo (1995), Rodríguez (1997), etc.

Con la experiencia iremos adquiriendo más recursos didácticos que, tal y como los define Delgado (1991), como el artificio (material o no) que se utiliza puntualmente en la enseñanza para resolver necesidades prácticas durante la sesión. Basándonos en la investigación que hemos citado, en la bibliografía consultada y en nuestra experiencia, hemos agrupado los recursos más básicos que nos pueden ser útiles para aumentar la motivación.

**Seleccionar actividades.** El diseño de las tareas de enseñanza va a ser una de las claves del éxito en el proceso de enseñanza aprendizaje en el béisbol. Una actividad bien planteada desarrollará en los atletas aprendizajes motrices, cognoscitivos, afectivos y sociales, adaptados a los objetivos que nos hayamos planteado en esa sesión.

Debemos partir de los conceptos tratados en **el capítulo I sobre enseñanza significativa. Este modelo presentado por Piaget pretende que lo que el alumno aprenda tenga significado para él.** Estos significados pueden ser la asociación de la palabra (significante) con la realidad concreta, es decir, con la demostración del ejercicio por parte del profesor. Pero también la palabra (significante) se puede asociar a palabras, es decir cuando se asocia a los objetivos que se persiguen con los ejercicios que se enseñan, se describen la técnica o sus elementos de forma verbal.

- La selección de contenidos que sea atractivos para los atletas es un criterio que puede favorecer o perjudicar la motivación. Los deportes, suelen ser significativos y con los que será más fácil motivar que con ejercicios monótonos.
- Adaptar las tareas a sus capacidades y al entorno.

El tipo concreto de actividad es recomendable que comience por los que el alumno conoce para ir progresivamente incorporando nuevas propuestas.

- La novedad suele ser atractiva por lo que además de emplear tareas cercanas al atleta, tenemos que ir planteando nuevas propuestas que sean originales.
- La competición es también un medio que suele ser atractivo para la mayoría de los atletas. El agonismo es una motivación innata de los seres humanos que en deportes se puede conducir de forma educativa.

Para evitar los aspectos negativos que puede tener la competición tenemos dos recursos. En primer lugar, plantearla de forma intrascendente, es decir, que ganar o perder suponga nada extraordinario. En segundo lugar, intentar que todos los atletas experimenten el éxito de una u otra forma. Todo depende del objetivo que planteemos; Pero Antón (1997) considera que la clave es plantear como objetivo el esfuerzo más que el resultado. Este criterio tiene una enorme importancia en el ser humano ya que lo que más nos mueve a hacer una cosa es creer que lo vamos a hacer bien.

- Otra motivación intrínseca de los seres humanos es la curiosidad. Si somos capaces de presentar las tareas con originalidad, despertando la curiosidad bien porque aportamos datos de interés o bien porque nos guardamos un "as en la manga". Contar una buena anécdota o advertir que al final del juego habrá una sorpresa nos pueden ayudar a que exista más disposición hacia la tarea.
- Otro recurso para aumentar la motivación es plantear las tareas en forma de retos que supongan una cierta dificultad al principio, pero que lleguen a dominarla cuanto antes. En este sentido, Antón (1990) propone una utilización de la competición como un medio de motivación y de aprendizaje donde se va evolucionando desde situaciones simples como la competición contra uno mismo (ir mejorando cada día) o con respecto a otros (¿quién llega antes?, ¿quién aprenden primero?), hasta situaciones más complejas donde aparece la oposición (individual o colectiva). Esta forma de utilizar la competición en la propuesta que hagamos de las tareas motrices supone un grado más de riesgo y motivación ya que las actividades demasiado fáciles o demasiado difíciles para la capacidad de los atletas no son atractivas.

**Comportamiento del entrenador.** El entrenador es la pieza clave en un equipo deportivo. La actitud que los entrenadores mantengan durante los entrenamientos tiene una gran influencia en la motivación de los atletas.

Para Hernández (1990), el clima que se genera en la clase depende también del profesor y va a ser fundamental para conseguir la motivación del alumnado. Si el ambiente es relajado y distendido, los chicos tendrán una actitud más positiva que en un clima tenso y estricto. Es necesario tener en cuenta una serie de recomendaciones para mejorarlo que ofrecemos a continuación:

- Clima de confianza. El profesor debe creer en los atletas permitiéndoles participar y tomar decisiones.
- Enviar mensajes claros. La credibilidad se consigue día a día, entre otras cosas, manteniendo una comunicación coherente.
- Escuchar activamente. Saber escuchar es una capacidad recomendable para que los atletas se sientan más protagonistas y estén más motivados, para lo que recomendamos:
  - *Concentrarse en la escucha y en el significado del mensaje.*
  - *Abstenerse de interrumpirlos.*
  - *Respetar el derecho a no compartir los mismos puntos de vista.*
  - *Responder constructivamente y no emocionalmente, si es negativa.*
  - *Hacer preguntas es una parte importante de la escucha activa.*
- Consenso de trabajo y reglas del entrenamiento. En lugar de imponer las reglas que son necesarias para el funcionamiento del entrenamiento, se pueden establecer de mutuo acuerdo con el grupo de atletas.
- Rol del entrenador. Ya hemos comentado que la labor del profesor como orientador, informador, motivador, etc. va a ser primordial para lograr el clima positivo en los entrenamientos.

Otra faceta complementaria a las anteriores que tiene que dominar el profesor es la capacidad de ofrecer conocimiento de resultados. Esta intervención pedagógica debe ser constante y positiva durante todo el entrenamiento.

**Recursos materiales.** Los recursos materiales son recursos muy utilizados por todos los profesores de deportes. En primer lugar, hay que recomendar una cantidad

suficiente de materiales, ya que tener un guante para cada atleta es mucho más motivante que tener uno por cada cuatro. Creemos que sería necesario un guante por cada atleta, si hablamos del bate puede ser utilizado como mínimo 2 bates para el colectivo, un mínimo de 5 pelotas. Si no tenemos suficiente, existen recursos organizativos que no permiten llegar al mínimo. Por ejemplo, si tenemos pocas sustituirían el entrenamiento por un juego utilizando una sola pelota y dándole la posibilidad de participar a la vez todos los atletas, si tenemos pocos bates, haremos un grupo en el que todos los atletas realicen “bola bombeada” y otros grupos harán otra actividad con otro material durante un tiempo para luego cambiar. Es decir una especie de circuito de dos o tres grandes grupos.

Los atletas pueden traer de sus casas materiales para ser utilizados en las prácticas. El profesor puede conseguir otros materiales que posibiliten realizar el entrenamiento, como Michelin para forrar las pelotas u otros materiales para reparar los implementos.

### **Incentivos**

Los incentivos son una forma de motivación extrínseca, un estímulo que nos mueve a actuar. Esta forma de refuerzo puede ser positiva (un premio), negativa (un castigo) y también puede ser material o no. Nos gustaría centrarnos en los positivos y vamos a ver algunos ejemplos.

Los incentivos materiales no son especialmente recomendables ya que estaríamos estimulando el deseo por el consumo. No obstante, en momentos puntuales del año, es posible llevar a los entrenamientos regalos para los atletas que se irán entregando durante o al final de la misma. Por ejemplo, diplomas de reconocimientos, trajes de béisbol, guantes u otros implementos en la medida de las posibilidades materiales del territorio, pero estos deben corresponderse con resultados de los atletas, no solo deportivos sino también de disciplina dentro y fuera del terreno y otras causas.

Los incentivos no materiales y positivos los emplearemos cotidianamente para lograr un aumento de la motivación de los atletas. Los ejemplos son muchos y cada profesor utiliza, conscientemente o no, numerosos recursos. Las palabras de ánimo (venga, sigue intentándolo, muy bien, bravo), los gestos (palmadas en la espalda, chocar las palmas con un atleta, levantar los brazos, saltar de alegría), ofrecer "privilegios" a los

atletas (hacer la demostración, ser el primero de un grupo, nombrarle "capitán" en un juego), son sólo algunos ejemplos.

## **CONCLUSIONES**

Precisamente a cómo aumentar la motivación, hemos dedicado el presente trabajo, citando numerosos recursos. En primer lugar el diseño de tareas es el elemento curricular clave para conseguir que los adolescentes se motiven hacia la propuesta que realicemos. El profesor, además de seleccionar estas actividades con "maestría", ha de mostrar una personalidad positiva, dinámica, alegre que contagie a los atletas para que se genere un clima idóneo para la docencia. Los recursos materiales siempre ayudarán a aumentar el interés por las actividades si disponemos de suficiente cantidad y calidad. Por último, el correcto manejo de los incentivos también será de gran ayuda para conseguir, mantener y aumentar la motivación en nuestros entrenamientos.

La motivación por la práctica del béisbol escolar en la categoría 13 y 14 años del equipo de Lajas se puede considerar de media, aunque existen varios atletas que poseen una alta motivación por este deporte.

La propuesta de solución al problema recoge los aspectos esenciales a trabajar para elevar la motivación en este deporte.

## **RECOMENDACION**

Al finalizar nuestra investigación podemos realizar las siguientes recomendaciones:

Aplicar Propuesta de recursos para aumentar la motivación elaborada como resultado de la investigación al equipo de béisbol categoría 13 y 14 años del municipio Lajas.

Hacer extensivo el resultado al resto de los municipios.

Analizar en el resto de los municipios las posibilidades reales antes de ser aplicado.

## BIBLIOGRAFÍA

- Alekseev, A. V. (1991). ¡ A superarse!. URSS.
- Benítez Vazco, Rafael J. 1999 Yoga: Salud, Juventud y Mente. La Habana: Editorial Científico – Técnico.
- Castro Espín, Mariela. (1995). Crecer en la adolescencia. Ciudad de la Habana.
- Dzhmgarov, T. T. (1990). Psicología de la Educación Física. La Habana: Editorial Científico – Técnica
- González Serra, Diego Jorge. (1995). Teoría de la Motivación y Práctica Profesional. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
- Gorbunov, G.D. (1988). Psicología del Deporte. Moscú: Editorial Vneshturgizast.
- Gorbunov, G.D. (1988). Psicopedagogía del Deporte. Moscú: Ed. Vneshtorgizdot.
- Kelder, Peter.(s.f.). Ancient Secret of the Rountain of Youth .
- López Hurtado, Josefina. (1982). Psicología General. Editorial Pueblo y Educación.
- Mahlv, Friedrich. (1985). La acción táctica del juego . La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
- Manso Rodríguez, Gonzalo. (1996). El Psicólogo, su importancia en la alta competencia deportiva. Canarias: Universidad de Las Palmas de Gran Canarias.
- Marrero, Gonzalo. (s.f.). Psicología y deporte. Las Palmas de Gran Canaria: Viceconsejería de Cultura y Deporte.
- Mulet Robello, Caridad. (1998). La salud reproductiva del adolescente La Habana: Centro Nacional de Educación para la Salud.
- Nudedev, A.S. (1981). Psicología para la vistoia. Moscú: Editorial Vneshrorgizdet.
- Petrovsky, A.V. (1981). Psicología General. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
- Porro de Villavicencio Núñez, Fernando. (1991). Psicología Médica, tomo I. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
- Porro de Villavicencio Núñez, Fernando. (1989). Psicología Médica, tomo II. La Habana: Ed. Pueblo y educación.
- Psicología del deporte Altas Marcas (1990). Moscú: Ed. Vipo Vneshtagzdot.
- Psicología. (1990). La Habana: Ed. Planeta.

Radionova, A.V. (1979). Psicología del deporte de altas marcas. Moscú: Editorial Vneshrorgizast.

Rodionov, V. A. (1990). Influencia de los factores psicológicos en el resultado Deportivo. URSS: Ed. Orbe.

Rudik, A. R. (1990). Psicología. La Habana: Editorial Científico – Técnica.

## **ANEXOS.**

### **Anexo No. 1**

#### **TEST DE LOS MOTIVOS**

Nombre:

Edad:

Deporte:

Edad deportiva:

#### **INSTRUCCIONES:**

Conteste todas las preguntas marcando SÍ o NO. Si la pregunta no se le puede aplicar a su deporte conteste NO ya que no ha tenido la sensación, si cree que la mejor respuesta es "Algunas veces" marque SÍ. Recuerde marcar todas las preguntas.

Durante los últimos meses mientras participas, entrenas o compites te has sentido...

1. Indiferente y cansado.
2. Decidido a ser el primero.
3. Emocionado.
4. Como queriendo ayudar a otro.
5. Lleno de energía.
6. Irritable sin razón alguna.
7. Como si ganar fuera muy importante para ti.
8. Como parte o muy amigable hacia el equipo.
9. Impulsivo.
10. Irritado porque alguien lo hizo mejor que tú.
11. Más feliz que nunca.
12. Culpable de no hacerlo mejor.
13. Poderoso.
14. Muy nervioso.
15. Que estabas haciendo más de lo que podías.
16. Que querías llorar.
17. Con deseos de botar a alguien.
18. Complacido porque alguien lo hizo bien.
19. Más interesado en tu deporte que en otra cosa.
20. Disgustado porque ganaste.

21. Con ganas de hacer algo por el equipo o por el grupo.
22. Como si te quisieras fajar con el que se interponga en camino (empujando y golpeando)
23. Como si hubieras logrado algo ( una destreza bastante nueva para ti)
24. Como si otros hubieran obtenido más de lo que se merecen.
25. Como para felicitar a alguien porque lo hizo bien.

**Para aplicarlo debemos tener en cuenta 5 aspectos a evaluar en este, estos son:**

1. Conflicto (C)
2. Rivalidad (R)
3. Suficiencia (S)
4. Agresividad (A)
5. Cooperación (Co)

Estos aspectos se encuentran reflejados en cada una de las preguntas que se encuentran en dicho test, estas son:

Nro.	Aspectos	Preguntas	Significación
1	conflicto	1- 6 – 12 – 14 - 17	2 ó más
2	rivalidad	2 – 7 – 10 – 20 – 24	3 ó más
3	suficiencia	3 – 11 – 16 – 19 – 23	3 ó más
4	agresividad	5 – 9 – 13 – 18 – 22	3 ó más
5	cooperación	4 – 8 – 15 – 21 – 25	4 ó más

Luego se aplican la fórmula siguiente: **MOTIVACIÓN = R + S + A + Co.**

El aspecto # 1 (conflicto) no se suma en la fórmula.

**Se evalúa:**

**Buena motivación:** 15 ó más puntos

**Media motivación:** 12 a 14 puntos

**Baja motivación:** 1 a 11 puntos