

## *Experiencia de adolescentes y jóvenes que practican deportes de combate en FAREM-Estelí*

### **Título**

## **Experiencia de adolescentes y jóvenes que practican deportes de combate en FAREM-Estelí**



### **Autoras:**

Katherine Massiel Gaitán Castillo<sup>1</sup>  
Heydis María Montalván Calderón<sup>1</sup>  
Meyling Raquel Espino Peralta<sup>1</sup>  
Msc. Miurell Suárez Soza<sup>1</sup>  
Msc. Delia Moreno<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Autoras de tesis, Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua, Facultad Regional Multidisciplinaria de Estelí (UNAN - Managua, FAREM - Estelí). Estelí – Nicaragua.: [katherinegaitan41@gmail.com](mailto:katherinegaitan41@gmail.com), [heydis5701calderon@gmail.com](mailto:heydis5701calderon@gmail.com), [meylingespino93@yahoo.com](mailto:meylingespino93@yahoo.com).

<sup>2</sup> Tutoras de tesis, Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua, Facultad Regional Multidisciplinaria de Estelí (UNAN – Managua, FAREM – Estelí), Depto. Estelí Nicaragua.: [miurellsuarez10@gmail.com](mailto:miurellsuarez10@gmail.com), [delmorenoc@yahoo.com](mailto:delmorenoc@yahoo.com)

***Facultad Regional Multidisciplinaria Estelí / Departamento Ciencias de la Educación y Humanidades/carrera de Trabajo social***

### **RESUMEN**

En este documento se comparte una sistematización de experiencias reconstruida con el objetivo de *rescatar las experiencias de participación de adolescentes y jóvenes que practican deportes de combate promovidos en FAREM Estelí del municipio de Estelí, en el periodo 2017-2018*. El abordaje de esta sistematización se hizo a partir del **paradigma cualitativo**, desde un enfoque **correctivo**, para la recopilación de datos se empleó la entrevista. Los actores involucrados son seis adolescentes y jóvenes que practican deportes de combate y tres instructores de las mismas, dos padres de familia y una autoridad. Las prácticas deportivas de combate promovidas en FAREM-Estelí, influyen positivamente en los actores involucrados (adolescentes, jóvenes y familiares), siendo de mucha importancia la vocación de los instructores y las acciones implementadas por las autoridades, a fin de

- 
- Trabajo de seminario de graduación para optar al grado de licenciado en trabajo social
  - Artículo derivado de tesis de Cambios psicosociales en hijas e hijos generadas por la separación de la familia desde la perspectiva de las madres y padres.

que los atletas se desarrollen plenamente. En su trayectoria se han visto motivados por el apoyo de sus familiares, comunidad universitaria e instructores.

**Palabras claves:** experiencias, adolescentes y jóvenes, deportes de combate, FAREM-Estelí

## **INTRODUCCIÓN**

Para Ramírez (1991) (citado por Álvarez 2007) la sistematización de experiencia es:

Una actividad de producción de conocimiento a partir de la reflexión y comprensión de la práctica; cuyo objetivo fundamental es el mejoramiento de la acción. Con ella se articula teoría y práctica, se posibilita el diálogo de saberes y se favorece la interacción entre quienes participan en los procesos educativos.

Una manera de ordenar y organizar el conocimiento a partir de la práctica; para reflexionar y redireccionar la acción. Una forma de recuperación de la memoria de la experiencia a partir de la reflexión teórica. Un esfuerzo consciente por capturar el significado de la acción y sus efectos. Se propone encontrar el significado de las acciones de transformación de la realidad por parte de los diferentes actores

La sistematización de experiencias también es **Espejo** para que las personas se vean a sí mismas y aprendan de lo que han hecho en el camino de construcción del socialismo del siglo XXI y **Ventana** para que otros vean y aprendan de las vivencias, pero también para ver y aprender de otros. (Sistematización Mérida , 2011, pág. 1)

El deporte es una actividad física que realiza una o un conjunto de personas siguiendo una serie de reglas dentro de un espacio físico determinado. Es generalmente asociado a las competencias de carácter formal y sirve para mejorar la salud física y mental. Por este motivo es recomendación médica su realización para evitar o tratar: problemas físicos y emocionales, enfermedades, corregir la postura ósea, reducir el estrés y descargar tensiones. (Raffino, 2019, pág. 1)

Practicar un deporte es importante en la existencia del ser humano, ya que influye en una mejor calidad de vida tanto en salud física como mental, ayuda a sentirse mejor con uno mismo, mejora el estado de ánimo, modifica la monotonía diaria dando un giro completo a la rutina, lo que hace que la vida no solo sea levantarse, trabajar o estudiar y llegar a casa a dormir, sino que se ven las situaciones de una forma más positiva y clara.

Un deporte de combate es un deporte competitivo de contacto donde dos combatientes luchan el uno contra el otro usando ciertas reglas de contacto, con el objetivo de simular algunos segmentos de lo que sería un verdadero combate cuerpo a cuerpo. El boxeo, el taekwondo, las artes marciales mixtas y la esgrima moderna occidental son ejemplos de deportes de combate.

Las técnicas usadas pueden ser clasificadas en tres dominios: el golpe, el agarre, y el uso de un arma. Algunas reglas del encuentro se especializan en un área, mientras que otras permiten la superposición. (Pérez, 2014)

Según De Benito (2016), el trabajo social puede valerse del deporte como una herramienta útil y efectiva para mejorar la situación de las personas en el ámbito social, relacional y emocional mediante un trabajo multidisciplinario.

La actividad deportiva es una actividad que no sabe de razas, etnias o categorías sociales por lo que puede producir efectos neutralizadores en aquellas personas que lo practican. Se encuentra en las actividades físicas y deportivas una especial relevancia social ya que presentan muchos valores positivos, pero también pueden mostrar aspectos negativos.

La sistematización de experiencias es aplicable a todo tipo de escenario social, sin embargo, en Nicaragua son pocas las dirigidas al rescate de las experiencias de adolescentes y jóvenes deportistas, quienes desconocen el valor de sus vivencias, de modo que este trabajo es un aporte valioso, al registrarlas e interpretarlas. En FAREM-Estelí se imparten varias disciplinas deportivas, no obstante, para esta sistematización de experiencias se seleccionaron adolescentes y jóvenes que practican judo, karate y taekwondo, quienes cuentan con el apoyo de sus padres y la universidad.

Realizar esta sistematización de experiencia es un paso muy importante en las disciplinas de deporte de combate como son judo, karate, taekwondo, debido a que se da a conocer la experiencia participativa de los adolescentes y jóvenes que las ponen en práctica, la evolución que experimentan en el proceso de entrenamiento, el registro del impacto que han surtido en sus vidas y la contribución de su desempeño a nivel regional y nacional.

## **MATERIALES Y MÉTODOS**

Esta sistematización se hizo desde el **paradigma cualitativo** que es el punto de partida del conocimiento científico, es la realidad que mediante la investigación le permite llegar a la ciencia, en el que el investigador observa, descubre, explica y predice aquello que lo lleva a un conocimiento sistemático de ese contexto, tanto los fenómenos, hechos y sujetos son rigurosamente examinados. (Angulo, 2012, pág. 111)

Se trata de una sistematización **correctiva**, ya que se ha realizado durante la experiencia, con el propósito de implementar cambios en la marcha, a partir de las reflexiones críticas y las limitaciones que emergen durante el proceso, así como las evidencias proporcionadas por los participantes. Implica revisar constantemente el proceso, observar y explorar el contexto.

La principal fuente de información son los actores involucrados de forma directa (adolescentes y jóvenes) e indirecta (entrenadores y autoridad), a quienes se les aplicó una entrevista, asegurando la incorporación de los puntos claves de los que se pretendía obtener información, opiniones y puntos de vista, para luego analizar e interpretar sus experiencias vividas en relación al deporte de combate.

## **RESULTADOS**

El análisis e interpretación de la experiencia se ha estructurado a partir del eje de sistematización, del que se definieron una categoría y cuatro subcategorías, las que facilitan la organización de la información recopilada.

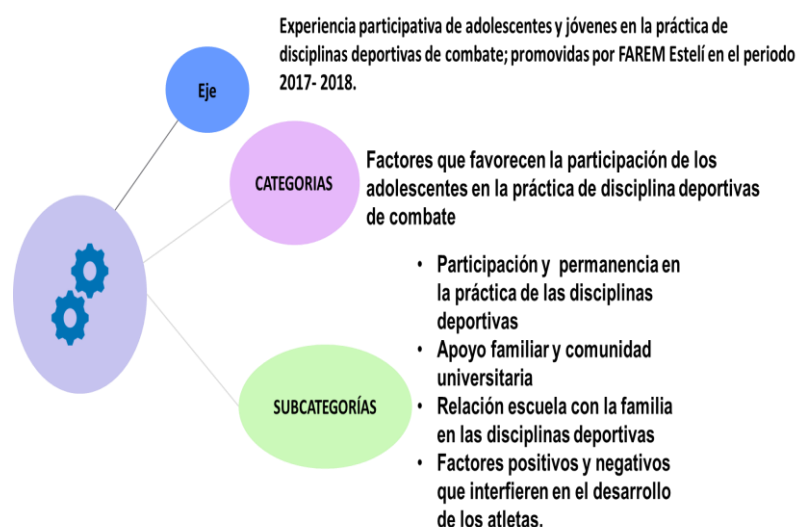


Ilustración 1. Eje, categorías y subcategorías

educación con las prácticas deportivas, en otros estudios, deporte y trabajo; asumiendo así responsabilidades y auto –disciplina para su vida cotidiana, ellos de una u otra manera se esfuerzan y aportan para ser parte de un proceso de formación integral que la universidad ofrece, sin embargo, son pocos los que estando en su proceso académico aprovechan estas oportunidades de desarrollo.

### **Motivación y permanencia en las prácticas deportivas**

- Participación proactiva:** argumentan que la práctica de las disciplinas deportivas contribuye en sus vidas, porque se integran en acciones positivas sociales de proyección y que además favorecen su formación como seres humanos.
- Superación personal:** gran parte de los participantes se motivan por alcanzar logros en las disciplinas que practican, consideran que es un mérito representar a la universidad en diferentes eventos nacionales y al país en los eventos internacionales.

El participante JP menciona “*primero es un deporte olímpico y pienso que llegare a representar a mi país, porque en vez de andar de vago prefiero hacer lo que me motiva.*”

### **Apoyo familiar y de comunidad universitaria**

La experiencia desde FAREM es diversa, hay estudiantes que tienen el privilegio de contar con apoyo de sus familiares, manifestado en las acciones diarias, sin embargo, esto no es una constante en la realidad de



algunos de los deportistas, al no contar con apoyo de parte de su familiar para su desarrollo, al contrario, representan limitantes y obstáculos para su crecimiento, esta situación se puede visibilizar tangiblemente en diferentes momentos.

<b>Familias que apoyan</b>	<b>Familias que no apoyan</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Conocen a los instructores y visitan la universidad para dar seguimiento a sus familiares.</li><li>• Asisten a los torneos, les llevan víveres</li><li>• Expresan verbalmente elogios y motivación para el logro de sus metas</li><li>• Desarrollan acciones familiares que apoyan el desarrollo atlético.</li><li>• Expresan los beneficios del deporte en la vida de sus familiares (hijos, sobrinos, hermanos...).</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• No conocen a los instructores y no visitan la universidad para dar seguimiento a sus familiares.</li><li>• No asisten a los torneos, algunas veces obstaculizan su participación.</li><li>• Expresan verbalmente opiniones negativas y burlas al desarrollo de las metas.</li><li>• Desarrollan acciones familiares que no abonan al desarrollo atlético.</li><li>• Expresan categorialmente que el deporte es una actividad que no contribuye al desarrollo del ser humano (hijos, sobrinos, hermanos...).</li></ul>

*Tabla 1. Comparación de familias que apoyan y no apoyan*

*“Sí, mi mamá siempre trata de apoyarme motivándome para continuar”. (B.A)*

*“Por su puesto porque el apoyo es una motivación para los deportistas que practican estas disciplinas”. (ME)*

La universidad como institución desarrolla acciones diversas de orden administrativo, logística y técnicas que favorecen y fortalecen el desempeño de sus atletas desde las distintas disciplinas deportivas; acción que es relevante y estratégica para obtener logros, más aún cuando las otras redes de apoyo son inexistentes.

Desde la comunidad universitaria se ha capacitado a los instructores para la actualización de sus técnicas, a su vez, se han realizado gestión de recursos para la modificación de la infraestructura de los salones destinados a las prácticas de las disciplinas de combate, con el objetivo de ofrecer las condiciones necesarias a los adolescentes y jóvenes que desean especializarse para conseguir sus metas.

La autoridad entrevistada afirma que *“se apoyó para que todos los profesores continuaran sus estudios y continúen la carrera de educación física y deporte, el principal*



*aporte ha sido la gestión de fondos para la construcción y auto ayuda, equipos y utilicen para el desarrollo de todas las disciplinas de combate construcción de piso especial para Judo y gestión para la instalación de cielo raso aire acondicionado, apoyo a todas las disciplinas de combate y comunicación con las federaciones de cada deporte de combate”.*

El instructor JC menciona “*muchas veces asumimos roles casi de padre, amigo, como confidente; nos toca ir a ver su desarrollo hasta en la escuela porque la familia no les apoya en nada, son familias que no les importa lo que hace el hijo, no valoran sus logros, nunca van a un torneo.*”

### **La relación escuela y familia en las disciplinas deportivas**

**Disciplina:** los adolescentes y jóvenes expresan que para realizar su deporte favorito tienen que ser dedicados tanto en la familia como en la universidad. También los instructores indican que hay estrategias disciplinarias en las prácticas deportivas de combate, esto con el objetivo de lograr buen rendimiento; las que deben emplear tanto en la Facultad como en sus actividades diarias.

*El deporte les ayuda a soportar la carga educativa, además el judo es una forma de buscar el camino de la vida esto lo decía el fundador de judo Cigoso Kano (Instructor VG)*

**Organizar el tiempo:** según los entrevistados, las prácticas deportivas no representan pérdida de tiempo, al contrario, lo valoran como inversión, lo que les genera beneficios para sus vidas a nivel de rendimiento físico; de igual manera a la universidad por los logros. Consideran que todo depende de la actitud personal que asumen frente a sus vidas, la organización personal que realizan para no descuidar ningún aspecto de desarrollo necesario como las relaciones familiares, la educación, en algunos casos hasta el trabajo.



**Respeto y unidad:** los instructores de estas disciplinas trabajan con autoridad y respeto, indican que entre los grupos se promueven relaciones positivas de respeto, la unidad como clave para el éxito, lo que contradice las acciones individuales de la competencia negativa. Se aborda el auto cuidado y protección personal y colectiva, por ejemplo, se ayudan entre ellos para no agredirse.

### **Factores que intervienen en las prácticas deportivas**

**A nivel social** es importante destacar que las prácticas deportivas se convierten en espacios de entretenimiento que estimula el desarrollo integral, en este caso la utilidad como un refugio para olvidar sus realidades las que a veces no son satisfactoria para su cotidianidad como, por ejemplo: *maltrato familiar, violencia doméstica, alcoholismo, migración familiar, entre otros.*

**A nivel interpersonal;** les ayuda a socializar con otras y otros, a controlar las emociones y el manejo positivo de los conflictos generados por *la ira, depresión, angustia, negatividad*, lo que contribuye en la confianza, trabajo de equipo, solidaridad.

**A nivel de sexo mujeres y hombres;** no hay diferencias o discriminación los géneros, se promueve y potencia el respeto hacia las mujeres, respetando las oportunidades y retos obtenidos por ellas.

**A nivel de inclusión;** se promueve la inclusión y atención especial a todos.

Las familias dan buenas recomendaciones de las actitudes de sus hijos e hijas, valoran las diferencias de conductas experimentados por ellos (antes y después) de iniciar prácticas deportivas; ya que los procesos que se implementan responden a su formación integral.

Las disciplinas deportivas, en este caso las de combate yudo karate y taekwondo brindan un aporte significativo a la educación, los adolescentes y jóvenes que consiguen la identidad positiva saben quiénes van adoptando los valores ya que ayuda al desarrollo integral de la persona. Ellos afirman que ninguna de las tres disciplinas es violenta, puesto que justamente es lo que tratan de evitar al incorporar técnicas de meditación, que llevan a los atletas a un autoconocimiento y autocontrol de sí mismo, elementos muy importantes en la toma de decisiones.

## **LECCIONES APRENDIDAS**

Los adolescentes y jóvenes que practican deportes de combate en FAREM Estelí han obtenido aprendizajes muy significativos, se han demostrado a sí mismos que simultáneamente pueden estudiar trabajar y practicar el deporte que les guste, también han confirmado y enseñado que si se puede convivir en familia, solo hay que organizar el tiempo para hacer todo lo que se desea.

Esta experiencia también brinda lecciones valiosas a la universidad, ya que el deporte ha favorecido en que el estudiante se sienta motivado y sea capaz de alcanzar sus metas, logrando que el recinto tenga un realce en el ámbito nacional e internacional.

El equipo de sistematización extrajo lecciones de esta experiencia, al desaprender los mitos que giran en torno a la práctica de deportes de combate y que por mucho tiempo alejaron su interés por integrarse en alguna de estas. Aprendieron aspectos claves de karate, judo y taekwondo e identificaron que el trabajo social tiene muchos enfoques y áreas en que sistematizar, porque al final de cuentas, donde hay seres humanos hay historias por escuchar, algo que registrar, documentar y compartir.

## **CONCLUSIONES**

Como conclusión, la experiencia en las disciplinas deportivas de combate implica una serie de reglas o normas a desempeñar dentro de un espacio o áreas determinadas, que a menudo están asociadas a la competitividad en el deporte, omitiendo sus beneficios.

Con este proceso de sistematización se logró rescatar la experiencia de los adolescentes y jóvenes en el área deportiva y su incidencia en el área interpersonal, familiar y social,

logrando convertir este contenido en una documentación muy enriquecedora, así como una herramienta digna de ser consultada.

Las prácticas deportivas de combate impulsadas desde FAREM-Estelí inciden de forma positiva en los actores involucrados de forma directa e indirecta, para lo que ha sido importante la vocación de los instructores, así como las acciones ejecutadas por las autoridades para que los adolescentes y jóvenes se sientan como en casa. Un tópico interesante, es que los atletas provienen del recinto y de los barrios aledaños, lo que visualiza el compromiso social con la comunidad por parte de la universidad.

## **RECOMENDACIONES**

### **Estudiantes de FAREM-Estelí**

Se recomienda a los estudiantes en general no tener miedo en practicar estas disciplinas deportivas ya que estas contribuyen a un buen estado físico así como emocional y aprovechar que la universidad permite la práctica de estas disciplinas deportivas de forma gratuita.

### **Estudiantes de trabajo social**

Se recomienda a estudiantes de trabajo social sistematizar las experiencias de los atletas integrados en las diferentes disciplinas de deporte promovidas en FAREM Estelí.

### **A adolescentes y jóvenes que practican disciplinas deportivas de combate**

Se les insta a llevar a cabo sus metas hasta el final, a luchar por lo que anhelan, para de esta manera ser ejemplo para que otros adolescentes y jóvenes se interesen por practicar algún deporte.

### **A instructores de las disciplinas deportivas de combate**

Continuar compartiendo sus conocimientos en estas disciplinas deportivas con esmero y dedicación para seguir incidiendo de forma positiva en las vidas de los adolescentes y jóvenes.

### **A FAREM-Estelí**

Motivar al personal de trabajo de la universidad a involucrarse en alguna disciplina deportiva tomando en cuenta los beneficios de estas en la salud, además, motivarían a los estudiantes a formar parte de algún deporte,

Promover a la comunidad estudiantil los beneficios de practicar estas disciplinas deportivas para que aprovechen la oportunidad de equilibrar su salud física y mental.



## **BIBLIOGRAFÍA**

- Alvarez, M. (2007). *Sistematizar las prácticas, experiencias*. Recuperado el 04 de mayo del 2019, de:  
<http://virtual.funlam.edu.co/repositorio/sites/default/files/sistematizaciondelaspracticcas.pdf>
- Angulo, E. (2012). *Paradigma de la metodología de investigación* . Recuperado el 04 de mayo del 2019, de: [http://www.eumed.net/tesis-doctorales/2012/eal/paradigma\\_metodologia\\_investigacion.html](http://www.eumed.net/tesis-doctorales/2012/eal/paradigma_metodologia_investigacion.html)
- De Benito, P. (2016). *El deporte como herramienta de integración social*. Barcelona: Universidad de la Rioja, servicio de publicaciones.
- Pérez, A. (2014). *Deportes de combate* . Recuperado el 04 de mayo del 2019, de:  
<https://actividadfisicadeportiva.wordpress.com/2014/11/17/deportes-de-combate/>
- Raffino, E. (2019). *Concepto de deporte*. Recuperado el 04 de mayo del 2019, de:  
<https://concepto.de/deporte/>
- Sistematización Mérida . (2011). *Sistematización* . Recuperado el 04 de mayo del 2019, de:  
<http://sistematizacion.obolog.es/sistematizacion-2162478>