

LA ESPECIALIZACIÓN DEPORTIVA TEMPRANA. APROXIMACIÓN AL PENSAMIENTO DE FUTUROS MAESTROS EN EDUCACIÓN FÍSICA

EARLY SPECIALIZATION SPORTS. APPROACH TO THINKING OF FUTURE TEACHERS OF PHYSICAL EDUCATION

Autor:

Rego-Neira, M.⁽¹⁾; Navarro-Patón, R.⁽¹⁾; Abilleira-González, M.⁽²⁾

Institución:

⁽¹⁾Facultad de Formación del Profesorado, Universidad de Santiago de Compostela, España.
ruben.navarro.paton@usc.es

⁽²⁾ Facultad de Ciencias de la Educación y del Deporte, Universidad de Vigo, España.

Resumen:

La elaboración de este documento nace con la intención de determinar las principales causas que propician el abandono de la práctica deportiva. Para ello se ha llevado a cabo un estudio descriptivo para el cual se empleó un cuestionario respondido de forma anónima y desinteresada por alumnos del Grado en Educación Primaria de la Facultad de Formación del Profesorado de la Universidad de Santiago. Dicho cuestionario se centra en aspectos relacionados con la práctica deportiva escolar y actual de los encuestados.

Entre las conclusiones más relevantes podemos extraer el carácter perjudicial de la especialización deportiva temprana, por tratarse de un modelo que reproduce aspectos más próximos al deporte de élite que al deporte educativo. Un modelo que obvia las características psicoevolutivas del niño, con los riesgos que esto conlleva tanto a nivel físico como psicológico.

Para finalizar, podemos extraer también que existe un preocupante abandono de la práctica deportiva en la etapa correspondiente con la Educación Secundaria Obligatoria y el Bachillerato. Un abandono fuertemente influenciado por la desmotivación que provoca un modelo de deporte escolar que desde edades muy tempranas deja de lado el carácter lúdico de la práctica deportiva.

Palabras Clave:

Especialización deportiva, deporte escolar, abandono deportivo, estudiantes universitarios.

Abstract:

The aim of this paper is to analyse the main reasons that contribute to the abandonment of sports practice. So, we have accomplished a descriptive study, for which we have used a questionnaire, answered by the students of the Master Degree in Primary Education from the Faculty of Teacher Training of the University of Santiago de Compostela. The question list, answered in an anonymous and disinterested way, focuses on aspects related to the current sports practice and at school of all these students.

Among the more relevant conclusions, we can highlight the damaging effect of the early sporting specialization, since it is about a model that recreates aspects closer to the elite sport than to the educational one. Also, this is a model that omits the psycho-evolutionary development of the child, and obviously, this brings many risks from a physic and phsychological point of view.

Finally, we can also add that there is an alarming abandonment of sport practice in the period corresponding to Compulsory Secondary Education and High School period. Such abandonment is highly influenced by the desmotivation caused by a school sport model that excludes the ludic nature of sporting practice from very early ages.

Key Words:

Sport specialization, school sport, sport dropout, college students.

1. INTRODUCCIÓN

Hablar de deporte es hablar de uno de los fenómenos sociales con mayor capacidad de movilizar a las masas en todo el mundo. El deporte está presente en el día a día de personas de edades, y culturas muy diversas. Esta repercusión social que genera el deporte no ha pasado desapercibida para la clase política que recurre a estos atletas para emplearlos como imagen del éxito y el poder de un país, y más todavía si cabe en una época de crisis a nivel económico como la actual. Hoy en día resultan indiscutibles las posibilidades educativas del deporte dentro de la educación física. Aún así, como bien apunta Seirulo (1992), también son conocidos los peligros que una mala gestión de la práctica deportiva pueden acarrear a la formación y desarrollo psicomotriz del niño. Ningún deporte en sí es educativo (Giménez, Abad y Robles, 2009), sino que es necesario que tenga determinadas características que provoquen los cambios educativos deseados (Castejón Oliva, 2005). Así, el valor y las posibilidades educativas del mismo han de ser proporcionadas por todos aquellos que constituyen el contexto de la actividad deportiva. En la edad escolar, para ser educativo, el deporte debe respetar las características psicoevolutivas de los alumnos y ser saludable, tanto a nivel motor como afectivo y cognitivo. No obstante la presencia en el deporte escolar de todo tipo de competiciones que no son más que una copia del deporte de élite, suponen una incoherencia que los entrenadores deberán gestionar correctamente para que los criterios y valores pedagógicos no se vean eclipsados por los competitivos.

Son numerosos los estudios que durante los últimos 50 años han venido estudiando la relación existente entre especialización deportiva y salud. Desde el punto de vista físico, existe riesgo de que los jóvenes sometidos a entrenamientos de alto rendimiento desde edades tempranas acaben sufriendo patologías relacionadas con el crecimiento, las articulaciones, el sistema músculo esquelético e incluso problemas cardíacos. Este tipo de patologías están relacionadas especialmente con aquellos deportes en los que las

cualidades físicas óptimas para el rendimiento se alcanzan en edades prematuras. La búsqueda de un rendimiento máximo en una edad temprana provoca cargas de entrenamiento inadecuadas en niños y niñas durante la etapa prepuberal. El deporte de alto rendimiento es uno de los mayores exponentes de ejercicio físico no saludable al que recurrir. Diferentes estudios han mostrado los riesgos que supone este tipo de actividad en la que el cuerpo es llevado al límite de sus posibilidades para alcanzar un resultado (García, Cancela, Oliveira & Mariño, 2009; Peidro, 2002).

Este afán por alcanzar metas competitivas ha desencadenado en una especialización deportiva cada vez más temprana, con el único fin de disponer de un tiempo mayor para poder preparar al individuo para la competición. En muchos casos esta iniciación deportiva temprana carece de cualquier adaptación a la etapa evolutiva del niño/a y no es más que un inicio precoz al entrenamiento de alto rendimiento, con los riesgos que esto supone. Segovia (2001), en su estudio realizado en la Comunidad de Madrid con jóvenes talentos deportivos, se encontraron con que el 80% de las niñas que practicaban gimnasia presentaban hiperlordosis, y un 40% de las que se dedicaban al salto, escoliosis.

A nivel psicológico, son muchos los casos de deportistas de élite que una vez finalizada su carrera deportiva entran en procesos depresivos de los que en ocasiones no logran salir. Según Volle y Seznec (2006), el problema principal radica en tener que enfrentarse a las cuestiones elementales de la vida de cualquier ser humano sin haber pasado por las mismas etapas de desarrollo sociológico que los demás. Esta cuestión no afecta sólo a exdeportistas profesionales que han tocado el éxito y se ven obligados a retirarse por su edad, sino que también aparece en aquellos deportistas que durante años sacrifican casi la totalidad de sus vidas para lograr un éxito que jamás llegan a alcanzar. En estos casos al problema de haber saltado etapas de su vida se une la sensación de frustración, difícil de superar para la mayoría.

Es importante tener en cuenta que el hecho de poseer unas habilidades para el deporte superiores a la media de los niños de su edad, no implica que el nivel madurativo de estos niños sea acorde al de sus destrezas deportivas. De este modo no podemos olvidar que estamos trabajando con niños cuyo proceso madurativo no ha finalizado y sus entrenamientos y competiciones han de ir acordes no solo a su nivel de desarrollo físico sino también psicológico.

Relacionado con la especialización temprana, está el abandono de la práctica deportiva, motivo de preocupación y de diversos estudios de investigadores que han tratado de definir qué causas o factores de riesgo se encontraban detrás de este fenómeno (Cervello Escartí, Guzmán, 2007). Para ahondar en las causas que desencadenan el abandono de la práctica deportiva, será de gran utilidad analizar las causas de inicio: beneficios para la salud; importancia de ganar; estar con los amigos; la importancia del género en el deporte (Fraile & de Diego, 2006). La especialización temprana como sinónimo de búsqueda de rendimiento no está en sintonía con las pretensiones que los niños y niñas tienen de inicio, lo que podría desencadenar en el abandono de la práctica.

A raíz de lo expuesto, el objetivo de este trabajo será elaborar un documento en el que se trate de dar respuesta a si la especialización deportiva temprana es perjudicial y ahondar en las razones de la práctica deportiva y abandono de la misma.

2. METODOLOGÍA

Se ha realizado un estudio descriptivo contando con la colaboración de 21 alumnos del Grado en Educación Primaria de la Facultad de Formación del Profesorado de la Universidad de Santiago de Compostela, Campus Universitario de la ciudad de Lugo. Todos y todas las participantes (once hombres y diez mujeres) pertenecían a la especialidad de educación física. Su participación en el estudio ha sido voluntaria y desinteresada, y toda la muestra

firmó mediante consentimiento informado su autorización a participar en el estudio así como la cesión de todos los datos necesarios para la realización del mismo.

El motivo de este tipo de muestra es que en la especialidad de educación física se logra la intersección de dos factores claves para la realización del estudio. Por un lado, la educación, al tratarse una carrera universitaria cuya principal salida profesional es la docencia. Por otro, la proximidad de este tipo de especialidad con el deporte.

El instrumento utilizado ha sido un cuestionario de ocho preguntas. De estas ocho preguntas, dos de ellas fueron de respuesta dicotómica (sí/no), dos de respuesta cerrada y cuatro de respuesta abierta. El cuestionario aborda temas relacionados con la práctica deportiva durante la etapa escolar y en la actualidad de los futuros docentes.

Se han registrado datos de: edad; sexo; práctica durante la etapa escolar; deporte practicado; horas semanales de práctica deportiva; carácter de la práctica deportiva; práctica deportiva actual; edad de abandono de la práctica deportiva; motivo de la práctica de abandono.

3. RESULTADOS

Participaron un total 21 alumnos y alumnas de la especialidad de educación física del Grado en Educación Primaria de la Facultad de Formación del Profesorado de la Universidad de Santiago de Compostela (Campus de Lugo). Once de los participantes fueron hombres (52,4%) y diez mujeres (47,6). Las edades de los participantes se distribuyen de la siguiente forma (frecuencia – porcentaje): 21 años (3 – 14,3%); 22 años (11 – 52,34%); 23 años (4 – 19,0%); 24 años (1 – 4,8%); 26 años (1 – 4,8%); 35 años (1 – 4,8%).

En la tabla 1 se muestran las respuestas de los participantes en cuanto a si han practicado deporte escolar, y además, qué deporte han practicado.

Tabla 1. Práctica de deporte en edad escolar y deporte practicado.

Práctica de deporte	Frecuencia	Porcentaje
Sí	20	95,2
No	1	4,8

Deporte practicado	Frecuencia	Porcentaje
No practicó	1	4,8
Fútbol	6	28,6
Fútbol sala	6	28,6
Natación	2	9,5
Baloncesto	4	19,0
Piragüismo	1	4,8
Gimnasia/Ballet	1	4,8

Como se ha comentado, se había escogido la especialidad de educación física por la cercanía al mundo del deporte. Como se puede apreciar, la mayoría de los participantes han practicado deporte en edad escolar (veinte de veintiuno). En cuanto al deporte, el fútbol y el fútbol sala abarcan más de la mitad de los casos, seguidos del baloncesto que ocupa un tercer lugar.

En la tabla 2 quedan reflejadas las horas de práctica deportiva semanales, así como el carácter de la misma dividido en competitivo y lúdico. Puede observarse que más de la mitad dedicaban entre dos y cuatro horas a la práctica deportiva en edad escolar, habiendo un participante que llevaba a dedicar un total de diez horas semanales. En cuanto al carácter de la práctica deportiva, catorce de los participantes llevaban asociado un fin competitivo, y solamente seis un fin lúdico.

Tabla 2. Horas de práctica deportiva en edad escolar y carácter de la práctica.

Práctica de deporte	Frecuencia	Porcentaje
No practica	1	4,8
2	4	19,0
3	7	33,3
4	1	4,8
5	3	14,3
6	2	9,5
10	1	4,8

Carácter	Frecuencia	Porcentaje
No practica	0	4,8
Competitivo	14	66,7
Lúdico	6	28,6

En la tabla 3 se exponen los resultados referentes a la práctica deportiva actual de la muestra y la edad de abandono de la práctica de ser el caso. De las veintiuna personas que compusieron la muestra, solamente cuatro practican deporte en la actualidad, lo que supone menos del veinte por ciento.

Tabla 3. Práctica deportiva en la actualidad.

	Frecuencia	Porcentaje
Sí	4	19,0
No	17	81,0

En cuanto a la edad de abandono, se observa que gran parte de la muestra abandona la práctica deportiva ya en la etapa de educación secundaria obligatoria, un total de ocho participantes, lo que supone un 38,1% de los participantes totales y un 40% de los participantes que realizaron práctica deportiva en edad escolar (tabla 4). Haciendo referencia a los motivos

de abandono, un tercio de la muestra alega falta de tiempo, seguido muy de cerca por la desmotivación a la hora de practicar deporte.

Tabla 4. Edad y motivos de abandono de la práctica deportiva.

Edad de abandono	Frecuencia	Porcentaje
Nunca practicó	1	4,8
Sigue practicando	4	19,0
12	2	9,5
13	1	4,8
14	1	4,8
15	2	9,5
16	2	9,5
17	2	9,5
19	2	9,5
20	2	9,5
22	1	4,8
27	1	4,8

Motivos de abandono	Frecuencia	Porcentaje
Nunca practicó	1	4,8
Sigue practicando	4	19,0
Desmotivación	6	28,6
Lesión	3	14,3
Falta de tiempo	7	33,3

4. DISCUSIÓN

Los resultados del presente estudio informan que existe un importante fenómeno de abandono de la práctica deportiva durante la adolescencia y durante el paso de los estudios de Bachillerato a la Universidad. Estos datos coinciden con los datos de los estudios realizados por diversos autores (García Ferrando, 2001; Palou et al., 2005; Tercedor et al., 2003; Ruiz Juan et al. 2005). Según diferentes investigaciones, se encuentran diferencias en la tasa de abandono en función del sexo, siendo superior en el caso de las mujeres (Douthitt, 1994; Jaffee y Richer, 1993; Palou et al., 2005; y Torre 1998). El motivo más importante para abandonar la práctica deportiva que han indicado

los participantes que han realizado el estudio es la falta de tiempo, al igual que sucedía en el caso de Ruiz Juan et al. (2005).

Además de la falta de tiempo, los motivos para abandonar la práctica de actividad deportiva son la desmotivación achacada a la especialización deportiva. Otro de los aspectos son las lesiones que ocupa el tercer lugar.

Si bien es cierto que es destacable el alto porcentaje de abandono, también lo es que el 95,2% aseguran haber participado en actividades deportivas durante su etapa escolar. De todas formas, parece ser que estamos ante un modelo de deporte escolar que no consigue formar personas que continúen en su etapa adulta. Ni siquiera en los casos más próximos al deporte como son los de estos futuros docentes con mención en educación física.

En cuanto a este modelo de deporte escolar cabe destacar también la importante tendencia hacia la competición. Así un 66,7% afirman que el carácter de la actividad deportiva que practicaron durante su etapa escolar era competitivo frente al 28,6% que desarrollaron una práctica de carácter lúdico.

5. CONCLUSIONES

Parece ser que la especialización deportiva temprana está encaminada a reproducir los modelos competitivos del alto rendimiento, y no hay que olvidar que se está trabajando con niños y niñas cuyo proceso madurativo no ha finalizado y sus entrenamientos y competiciones han de ir acordes no solo a su nivel de desarrollo físico, sino también psicológico. Por tanto, convertiremos lo que a priori era un juego para el niño o niña, en algo más parecido a un trabajo. La influencia de los medios de comunicación, así como el poder social del deporte y los intereses económicos que este genera, provocan que cada vez más el deporte escolar deje de verse como un elemento lúdico y educativo para enfocarse como un proceso de selección y formación de futuros deportistas de élite. Esto hace que constantemente entrenadores y monitores del deporte escolar reproduzcan conductas y entrenamientos de la élite, cuyos objetivos

nada tienen que ver con los del deporte base. No hay que olvidar que los niños se interesan en el deporte sin ningún objetivo a mayores que el de la propia diversión. Por tanto, se hace necesaria la formación continuada y exhaustiva de profesores, entrenadores o toda persona que trabaje con niños y niñas con el objetivo de que no se olviden del carácter lúdico y educativo del deporte.

6. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Castejón Oliva, F.J. (2005). *¿Es el deporte un contenido educativo?* En F.J. Giménez Fuentes-Guerra, P. Sáenz-López Buñuel y M. Díaz Trillo (coords.), *Educación a través del deporte* (pp. 11-22). Huelva, España: Universidad de Huelva.

Cervelló, E., Escartí, A., Guzmán, J. F. (2007) Youth sport dropout from the achievement goal theory. *Psicothema*, Oviedo, v. 19, n. 1, p. 65-71.

García, O., Cancela, J. M., Oliveira, E. & Mariño, R. (2009). ¿Es compatible el máximo rendimiento deportivo con la consecución y mantenimiento de un estado saludable del deportista? *Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 5(14), 19-31.

Douthitt, V.L. (1994). Psychological determinants for adolescent exercise adherence. *Adolescence*, 115, 711-722.

Fraile, A. & de Diego, R. (2006). Motivaciones de los escolares europeos para la práctica del deporte escolar. Un estudio realizado en España, Italia, Francia y Portugal. *Revista internacional de sociología*, 64(44), pp. 85-109.

García-Ferrando, M. (2001). *Los españoles y el deporte: prácticas y comportamientos en la última década del siglo XX*. Madrid: Ministerio de Educación, Cultura y Deporte. Consejo Superior de Deportes.

Giménez, J., Abad, M. & Robles, J. (2009). La enseñanza deportiva desde la perspectiva educativa. *Wanceulen E.F. digital*, 5.

- Jaffee, L. & Ricker, S. (1993). Physical activity and self-esteem in girls: The teen years. Melpomene. *A Journal for Women's Health Research*, 12, 19-26.
- Palou, P., Ponseti, X., Gili, M., Borrás, P.A. & Vidal, J. (2005). Motivos para el inicio, mantenimiento y abandono de la práctica deportiva de los preadolescentes de la isla de Mallorca. *APUNTS Educación Física y Deportes*, 81, 5-11.
- Ruiz, F., García, M. E. & Pérez, A. (2005). *Estilos de vida en ciudad de la Habana-Cuba. Hábitos físico-deportivos y de salud*. Madrid: Gymnos.
- Segovia, J.C. (2001). *La especialización precoz: el deporte de base y competición*. CSD. Colección ICD: Investigación en Ciencias del Deporte, nº30.
- Seirulo, F. (1992). Valores educativos del deporte. *Revista de Educación Física*, 44, 3-11.
- Tercedor, P. Delgado, M.; Pérez, I.; Chillón, P.; González-Groos, M., Montero, A.; Moreno, L.A.; De Rufino-Rivas, P. & Torralba, C. (2003). "Physical activity level in spanish adolescents. The avena study". Actas del II Congreso Mundial de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte. Deporte y Calidad de Vida. Granada.
- Torre, E. (1998). La actividad física deportiva extraescolar y su interrelación con el área de educación física en el alumnado de Enseñanzas Medias. Tesis Doctoral. Universidad de Granada.
- Volle, E., & Seznec, J. C. (2006). L'arrêt du sport intensif: révélation d'addictions?. *Annales Medico-psychologiques, revue psychiatrique*. Vol. 164, No. 9, pp. 775-779.