

La motivación deportiva en la preparación del boxeador, una estrategia para su desarrollo

Sporting motivation in the preparation of the boxer, a strategy for its development

Inelvis Romero-Pileta¹, Hirbins M. Dopico-Pérez², Idalmis Fernández-Tellez³

¹Lic. Centro Provincial de Medicina Deportiva de Guantánamo, Cuba. ineris@nauta.cu

²Dr. C. Profesor Titular. Universidad de Guantánamo, Cuba. hirbinsdp@cug.co.cu

³Dr. C. Profesor Titular. Universidad de Guantánamo, Cuba. idalmisfdez@cug.co.cu

Fecha de recepción: 14 de abril de 2019

Fecha de aceptación: 25 de mayo de 2019

RESUMEN

La presente investigación tiene como objetivo elaborar una estrategia metodológica para contribuir al desarrollo de la motivación deportiva de los boxeadores en la categoría de mayores, a partir de dificultades detectadas en este componente de la preparación psicológica de estos deportistas. El estudio se materializa en dos etapas, la primera de fundamentación y diagnóstico; la segunda comprende la elaboración y aplicación de la estrategia. Se utilizaron métodos de investigación del nivel teórico que permitieron dilucidar los elementos constitutivos de la estrategia. Los principales resultados de la investigación obtenidos después de la aplicación de la estrategia, develan la factibilidad de la misma y el cumplimiento del objetivo.

Palabras claves: Estrategia metodológica; Motivación deportiva; Motivación intrínseca; Motivación de logro; Aproximación al éxito

ABSTRACT

This research aims to elaborate a methodological strategy to contribute to the development of sports motivation of boxers of the senior category, based on difficulties detected in this component of the psychological preparation of these athletes. The study was carried out in two stages, the first one of foundation and

diagnosis; the second includes the elaboration and application of the strategy. Methods of research of the theoretical level, that allowed to elucidate the constituent elements of the strategy, were used. The main results of the research obtained after the application of the strategy, reveal its feasibility and the fulfillment of the objective.

Key words: Methodological strategy; Sporting motivation; Intrinsic motivation; Achievement motivation; Approach to success

INTRODUCCIÓN

La motivación deportiva es un contenido de la preparación psicológica del deportista que debe implementarse durante todo el proceso de entrenamiento. En la actividad deportiva se considera, determinante para el rendimiento, los altos logros competitivos y fuerza impulsora de la conducta que decide en buena medida y casi siempre el éxito o el fracaso. Por tanto, resulta esencial su estudio y tratamiento en este contexto. (González, 2004; Paglilla, 2018)

Existen distintas teorías que contribuyen a explicar este contenido psicológico en el deporte, cada una permite analizar determinados motivos orientadores de la conducta del deportista que lo llevan a participar en su deporte; entre ellas se esgrime la teoría de la motivación de logro (Atkinson, 1974), que define la tendencia a buscar, alcanzar la excelencia en cualquier situación que implique normas de evaluación, es una orientación hacia el esfuerzo para la consecución de la meta, un impulso constante por superarse a sí mismo y no conformarse con rendimientos discretos.

Como parte de esta teoría, se describen dos componentes que constituyen y tipifican la conducta de logro o de éxito: los motivos de aproximación al éxito y la evitación del fracaso. Cuando predomina el primero el deportista va decidido en busca de la victoria, la entrega de esfuerzos es total y se produce sin condicionamientos ni amortiguaciones. Por el contrario, en el segundo, la conducta está dirigida a evitar el fracaso, más que a buscar el éxito. En su acercamiento al objetivo deportivo, el fracaso acompaña al atleta como posibilidad permanente, lo que se traduce en intentos mediatizados y en entrega submáxima.

La motivación intrínseca supone el compromiso de un sujeto con una actividad por el disfrute que ella le produce, por tanto, la actividad es un fin en sí misma (Deci&Ryan, 1985). Esta aparece cuando en la realización de la tarea, se vivencia la satisfacción que ella le brinda, el deportista participa en entrenamientos y competencias por el placer que proporciona la actividad deportiva.

La motivación es considerada extrínseca cuando el comportamiento o conducta está orientado a conseguir una recompensa, un fin u objetivo diferente al que genera la propia actividad, se realiza un esfuerzo que no está vinculado directamente con ella, es decir, el atleta participa en los entrenamientos y competencias más atraído por las consecuencias y beneficios de la práctica deportiva, que por la actividad en sí misma.

Por su parte, otras teorías refieren los motivos de orientación social, denominados también motivos supraindividuales por Rudik (1986) y se definen como los sentimientos de pertenencia a un colectivo, región o país y el sentido de su representatividad en la actuación individual.

A partir de este análisis, es provechoso examinar la idea de cómo actuar sobre la motivación deportiva del boxeador de la categoría mayores, si es conveniente favorecer la motivación intrínseca según lo indica Torre, Cárdenas y García (2001), los motivos de logro como propone Matos (2017) o ser consecuente con alguna de las otras teorías que se trataron con anterioridad.

Sobre este particular se considera que cada una de estas concepciones son apreciables y tienen un efecto positivo sobre el deportista, pero alcanzan un mayor valor cuando se integren y se tengan en cuenta la diversidad de factores que inciden y determinan la motivación deportiva. Este planteamiento tiene antecedentes en la opinión de Vaquero (2005), Cervelló y Gonzalez-Cutre (2007), León (2010), Monroy y Sáez (2012), aunque se observa en ellos, insuficiente integración de las aportaciones conceptuales provenientes de enfoques teóricos distintos.

Otra cuestión que se advierte en las investigaciones y hallazgos sobre motivación en el deporte, es la gran dispersión temática existente; por un lado se revelan y confirman teorías, por otro se declaran, aplicaciones y propuestas empíricas,

perspectivas metodológicas, y todas son en realidad valiosas, pero tal dispersión no puede evitar que se observen en la práctica, factores y agentes que intervienen e influyen en la motivación del deportista con determinado conocimiento teórico y no, de una propuesta interventiva que lo complemente, o con uno u otro de estos dos requerimientos y el desconocimiento de instrumentos de evaluación y diagnóstico.

De todo lo anterior se concluye que resulta necesario concebir estrategias que promuevan el desarrollo de la motivación deportiva con un enfoque sistémico y contextualizado, en aras de contribuir en la solución de las problemáticas analizadas. De ahí que el objetivo de esta investigación se precise elaborar una estrategia metodológica para contribuir al desarrollo de la motivación deportiva de los boxeadores de la categoría de mayores.

MÉTODO

El estudio se realiza con el equipo provincial de la categoría mayores en la Academia Provincial de Boxeo “José María Chivás” en Guantánamo. La matrícula total de 24 boxeadores constituye la muestra para la investigación.

Las edades comprenden el rango de 19 a 28 años y un promedio de 23; con experiencia deportiva y competitiva mayor de siete años. Su sistema de entrenamiento diseñado para cumplimentarse con una frecuencia de seis días a la semana, a razón de dos sesiones de entrenamiento diarias.

Procedimientos

La investigación se realizó en dos etapas. La primera de diagnóstico donde se determina el estado de la variable la motivación deportiva de los boxeadores de la categoría mayores. La determinación de esta variable se realiza a partir de los indicadores: principales motivos de la personalidad, nivel superior de integración de la motivación deportiva, motivación de logro, motivo por aproximarse al éxito, motivo por evitar el fracaso, motivación intrínseca y motivos supraindividuales.

El primer indicador se evaluó a partir de la técnica de los diez deseos, el segundo a través de la observación, diez deseos, composición y completamiento de frases deportivas y los restantes con el cuestionario de cualidades motivacionales deportivas.

La segunda etapa se concretó con la elaboración de la estrategia y su aplicación, con el uso de diferentes métodos teóricos. Los pasos que se asumieron en la construcción de la estrategia se sintetizan en: introducción- fundamentación, diagnóstico, planteamiento del objetivo general, planeación estratégica, instrumentación y evaluación (De Armas & Valle, 2011). Se aplicó durante el período preparatorio para una competencia concreta, Serie Nacional de Boxeo que comprendió un período de seis meses. Se comprobó su efectividad, a partir de la realización del preexperimento (pretest-postest con un solo grupo), y la aplicación de la prueba de hipótesis Mc Nemar, asignándose un nivel de significación de 0.05.

El análisis de las técnicas aplicadas y la triangulación de la información permitió conocer lo siguiente:

Los principales motivos de la personalidad que predominaron fueron los relacionados con el deporte, materiales, familiares y de reconocimiento, los deportivos se visualizaron con el mayor valor, sin embargo, el predominio que se mostró no es muestra de suficiente fortaleza en la esfera motivacional para regular de forma eficiente el comportamiento hacia la actividad.

Se determinó un bajo predominio del nivel superior de integración de la motivación deportiva, lo que se asocia a la presencia de objetivos y metas deportivas menos reguladoras, orientación hacia el proceso deportivo con esfuerzos volitivos aislados e insuficientes, movilización insuficiente de la conducta ante obstáculos y resultados adversos, menor autodeterminación y nivel de independencia e iniciativa en el desarrollo de actividades relativas al contenido de la actividad deportiva. (González, 1998)

Se apreció además en el equipo una baja motivación de logro, de aproximación al éxito, motivación intrínseca y motivos supraindividuales, elementos que se asocian a rendimientos y resultados deportivos menos satisfactorios (Ordoqui, García, González, & Acebal, 2018). Un elemento positivo a significar para el equipo, es el predominio de una baja presencia de evitación del fracaso.

Estos resultados condujeron a la elaboración y aplicación de la estrategia metodológica para favorecer la motivación deportiva en los boxeadores de la categoría mayores.

La estrategia propuesta se fundamenta en los principios de la psicología marxista de la personalidad, principio básico de la concepción histórica social de lo psíquico, de la situación social del desarrollo (Vigotsky, 1987), principio de la determinación consiente de la motivación, de la unidad de lo cognitivo y lo afectivo en la motivación, principios psicopedagógicos y del entrenamiento deportivo.

En la estrategia se distingue su carácter psicopedagógico (brinda las orientaciones metodológicas y prácticas que guían, organizan y dirigen el desarrollo de la motivación de los boxeadores, durante el proceso de preparación deportiva), desarrollador (al contribuir al desarrollo integral de la personalidad del atleta), flexible (al intervenir con el equipo de manera general y de acuerdo con las particularidades individuales de los atletas), integral (integra elementos de diferentes teorías motivacionales para el trabajo con este complejo constructo psicológico) y contextualizada (toma en consideración las características y exigencias del deporte y las particularidades psicológicas y sociales de los deportistas) .

Se planificaron acciones y tareas durante todo el período de preparación del deportista para desarrollar la motivación deportiva en los boxeadores de la categoría mayores, a partir de las particularidades psicológicas y sociales de los boxeadores en este período de edades y de las exigencias de este deporte para esta categoría, para acceder al estado deseado de motivación deportiva.

Los contenidos motivacionales que se trataron responden a diferentes teorías motivacionales, como motivación intrínseca-extrínseca, motivación de logro, aproximación al éxito, evitación del fracaso, además del fomento de motivos de significación social.

La ejecución de las tareas involucra a los diferentes factores y agentes más influyentes en el desarrollo de la motivación deportiva de los boxeadores, a partir de una relación de jerarquía entre ellos, determinada por la cantidad y tipo de influencias (directa e indirecta) en el deportista, donde se le asigna a los entrenadores y al psicólogo inserto en el colectivo técnico el mayor protagonismo, seguidos por los líderes, el propio deportista, y posteriormente en el mismo nivel,

la familia, sociedad (medios de comunicación, instituciones sociales de prestigio) y por último el personal de apoyo que labora en este centro de entrenamiento.

DISCUSIÓN

La aplicación de la estrategia produjo cambios significativos en la motivación deportiva de los boxeadores de la categoría mayores, se constata con la obtención de valores α menores a 0.05 en los indicadores evaluados, con la excepción de la evitación del fracaso que desde la evaluación inicial mostró resultados satisfactorios. Ello demuestra validez y efectividad de la propuesta.

El análisis que se realizó reflejó que en la evaluación del nivel superior de integración de la motivación, si bien antes de la intervención, este indicador mostraba resultados favorables para esta actividad solo en el 29.2% del equipo, en el momento después se exhibió en el 87.5%, esto significa el predominio en el equipo de compromiso afectivo y admiración por su deporte, profundidad de las valoraciones que emiten con respecto al mismo, perseverancia ante las tareas y obstáculos, concientización de las metas personales y del equipo, sacrificio de otros motivos en pos de conseguir los deportivos, autodeterminación para entrenar y competir con alta entrega y esfuerzo, elementos que distinguen a las tendencias orientadoras de la personalidad donde existe la regulación más efectiva de la actividad deportiva.

En cuanto a la alta motivación de logro antes de la experimentación, si bien estaba solo presente en el 47.1% de los boxeadores, una vez efectuado el procedimiento interventivo se obtuvieron efectos superiores, pues el 91.7%, terminó por exhibir los mejores resultados, observándose autodeterminación en los deportistas por la búsqueda de la excelencia deportiva, de la mejora personal y del auto perfeccionamiento.

Los resultados comparativos antes y después de la intervención, en relación a la alta presencia de la aproximación al éxito expresan cambios significativos en los porcentajes de los valores totales, incrementándose de un 45.8% a un 91.7%. Por su parte la evitación del fracaso, se apreció alta presencia en el 16.7% boxeadores antes de la intervención, después de ésta, ninguno de ellos mostró tal predominio. Es importante destacar que los cambios que se produjeron en la experimentación, no resultaron significativos, según el coeficiente α (N/S), ello no desdeña la

efectividad de las acciones interventivas; pues mantener el predominio de una baja evitación del fracaso en los 20 (83.3%) boxeadores que inicialmente manifestaron esta condición, resulta en el orden cualitativo, importante para la motivación.

En lo que concierne a la alta motivación intrínseca, al inicio de la intervención existía predominio en el 33,3%, una vez concluida la misma, este valor ascendió al 95.8%. La alta presencia de este indicador garantiza interés, satisfacción, placer con la práctica y genera gran disposición y energía para enfrentar la actividad deportiva. (González, 2004)

Los valores que muestran el total en el análisis de la alta presencia de motivos supraindividuales se observó su predominio antes de la intervención 54.2%, sin embargo, terminada la experimentación aumentó al 100%. Estos cambios producidos entre los dos momentos de evaluación, son altamente significativos.

Sobre toda esta evaluación es importante destacar que los boxeadores que en principio mostraron una presencia favorable de los indicadores para esta actividad deportiva, luego de la acción interventiva permanecieron con la misma condición, ello asegura que la propuesta no solo logró cambios para quienes exhibían resultados no adecuados sino también permitió que se mantuvieran aquellos que manifestaron un comportamiento óptimo de dichos indicadores.

En resumen, pudiera decirse que se lograron cambios significativos en la motivación deportiva de los boxeadores de categoría mayores que tributarán en más resultados y rendimientos deportivos. (González, 2004; Ordoqui, García, González, & Acebal, 2018)

CONCLUSIONES

A partir de la aplicación de técnicas y métodos de investigación se caracterizó el estado actual de la motivación deportiva de los boxeadores de la categoría mayores, apreciándose baja presencia de la misma. Ello marcó la necesidad de la elaboración de una estrategia para el desarrollo de la motivación deportiva en estos deportistas. La motivación deportiva de los boxeadores de la categoría mayores se favorece como resultado de la aplicación de la estrategia

metodológica propuesta, que se distingue por su carácter psicopedagógico, integrativo, flexible, sistemático y contextualizado. La aplicabilidad de la estrategia, constatada mediante un pre-experimento donde se demuestran cambios significativos en la motivación deportiva de los boxeadores de la categoría mayores demuestra la pertinencia y factibilidad de la propuesta.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Atkinson, J.W. (1974). *An introduction to motivation*. Princeton, New York: Van Nostrand.
- De Armas, N. y A. Valle Lima (2011). Resultados científicos en la investigación educativa. La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. New York: Plenum.
- González, L. G (2004a). *Determinantes psicológicos del rendimiento deportivo*. Instituto de Medicina del Deporte, Cuba.
- León, J. (2010). *Inteligencia emocional y motivación en el deporte* (Tesis inédita de doctorado). Universidad de Las Palmas, Gran Canaria.
- Matos, R. (2017). *Programa de entrenamiento sociopsicológico para favorecer la motivación de logro en boxeadores escolares* (Tesis doctoral). Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte, Camagüey, Cuba.
- Monroy, A. & Sáez, G. (2012). *Las teorías sobre la motivación y su aplicación a la actividad física y el deporte*. Recuperado de <http://www.efdeportes.com/>
- Ordoqui J.A, García, L.C., González, L.G. & Acebal, R. (2018). Configuraciones motivacionales de boxeadores cubanos de alto rendimiento. *Alternativas cubanas en Psicología*, 6 (18), 84-89.
- Vigotski, L.S. (1987) *Historia del desarrollo de las funciones psíquicas superiores*. Ciudad de La Habana, Cuba: Científico-Técnica.
- Paglilla, D. R. (2018). La motivación en el deporte: teorías, clasificación y características. Disponible en <https://www.psicologia-online.com/la-motivacion-en-el-deporte-teorias-clasificacion-y-caracteristicas-2629.html>,

Rudik, P.A. (1986). Características psicológicas de la actividad deportiva. En Colectivo de autores rusos, *Psicología* (pp.344-354). La Habana, Cuba: Pueblo y Educación.

Torre, E., Cárdenas, D. & García, E. (2001). *La motivación en la práctica físico-deportiva. Lecturas. Educación Física y Deportes*, 7 (39). Recuperado de <http://www.efdeportes.com/> Revista Digital

Vaquero, P.D. (2005). Motivación, incentivos y rendimiento. Estudio de un caso en hockey sobre césped. *Psicología del Deporte*. 14 (2), 271-281.