

**INSTITUTO UNIVERSITARIO ASOCIACIÓN CRISTIANA DE JÓVENES**  
**LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTE**

**MOTIVOS DE ABANDONO DE LA PRÁCTICA DE**  
**HANDBALL DE LAS JUGADORAS JUNIOR DURANTE LOS**  
**AÑOS 2010- 2013**

Investigación presentada al Instituto Universitario de la Asociación Cristiana de Jóvenes, como parte de los requisitos para la obtención del diploma de graduación en la Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deporte.

Tutor: Flavia Vique  
Co- tutor: Mercedes Couchet

FLORENCIA JAURENA

MONTEVIDEO

2014

## ÍNDICE

<b>RESUMEN.....</b>	<b>II</b>
<b>1. INTRODUCCIÓN .....</b>	<b>1</b>
1.1 Punto de partida.....	3
1.2 Objetivo general .....	3
1.3 Objetivos específicos:.....	3
<b>2. MARCO TEÓRICO.....</b>	<b>4</b>
2.1 Handball como deporte colectivo.....	4
2.2 Adolescencia .....	5
2.3 Motivación .....	6
2.4 Proceso deportivo .....	9
2.5 Abandono deportivo .....	11
<b>3. METODOLOGÍA.....</b>	<b>14</b>
3.1 Paradigma y modelo de investigación .....	14
3.2 Universo.....	14
3.3 Muestra .....	14
3.4 Instrumento de recolección de datos.....	15
3.5 Estudio preliminar .....	15
3.6 Propuestas de análisis de la información. ....	15
<b>4. PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE LOS DATOS .....</b>	<b>17</b>
4.1 Incidencia de los entrenadores .....	17
4.2 Incidencia de las compañeras de equipo.....	22
4.3 Incidencia de las causas físicas .....	25
4.4 Influencia del éxito deportivo .....	30
4.5 Influencia del tiempo .....	35
<b>5. CONCLUSIONES .....</b>	<b>41</b>
<b>6. REFERENCIAS .....</b>	<b>45</b>

## RESUMEN

Para reducir el índice de jugadores que han tenido que abandonar las prácticas físico-deportivas de tiempo libre, resulta necesario conocer y comprender las causas que conducen a las jóvenes dejar de ser activas. Por lo que la presente investigación tiene como objetivo general identificar la influencia de la motivación en las causas de abandono de las práctica de handball de las jugadoras de la categoría junior femenino en el campeonato federal, entre los años 2010- 2013. Los objetivos específicos se centran en analizar la incidencia del rol del entrenador, los compañeros, las causas físicas, el éxito deportivo y el tiempo en el aumento o disminución de la motivación de las jugadoras. Esta investigación se centra en el paradigma interpretativo y el modelo que seleccionamos es el cualitativo. Con respecto al universo de estudio son todas las instituciones deportivas que participan en la Federación Uruguaya de Handball: Malvín, Náutico, Scuola, Layva, Federación Bancaria, Unión La Paz, Solís de Pando, Bohemios, Goes, Alemán. Y la muestra es no probabilística- por cuotas. El instrumento de recolección de datos que elegimos fue la entrevista no- estructurada, por pautas de tipo individual realizadas a las jugadoras. Los resultados verifican una elevada expresión de interés hacia la práctica físico-deportiva, aunque casi la mitad de las jugadoras indican haber abandonado las prácticas a nivel de federación. Las principales causas de abandono son la dificultad de compaginar sus prácticas deportivas con el estudio y otras actividades, lo cual causa junto con otros significativos, no de menor relevancia, una disminución progresiva de la motivación por las prácticas.

Palabras claves: Práctica deportiva. Handball. Abandono deportivo. Motivación. Adolescencia.

## 1. INTRODUCCIÓN

En las investigaciones sobre el ámbito de educación física y deporte, la motivación se ha convertido en un aspecto de suma importancia, respecto al por qué practicar una disciplina deportiva, por qué iniciarse o por qué habiéndolo hecho abandonar la práctica. Lo cierto es que es tan importante conocer los motivos por los que practicar una disciplina deportiva, como las barreras que dificultan dichas prácticas, para evitar o al menos disminuir el número de abandonos en jugadoras adolescentes.

Según Cervelló (1996) el abandono deportivo se puede conceptualizar como aquella situación en la cual los sujetos han finalizado su compromiso explícito con una especialidad deportiva concreta. En cambio Barangé<sup>1</sup> (*apud* Esteve, 2004) considera que cuando hablamos de abandono deportivo nos podemos referir a tres conceptos diferentes: abandono de todo tipo de práctica deportiva (es el más estricto y preocupante), abandono del deporte que habían elegido por la incorporación a otro deporte o continúan practicando el mismo pero de tipo recreativo, y por último abandono de la competición del deporte en la que estaba participando.

En Uruguay, el handball es un deporte amateur en el que se compete a nivel federado en cinco categorías: menores, cadetes, juveniles, junior y mayores.

El interés por la temática surge a partir de que anualmente las jugadoras junior (19 -20 años) de los diferentes equipos abandonan la práctica del deporte y como consecuencia muchos clubes no pueden presentar la categoría o incluso se disuelve el campeonato. Por lo dicho anteriormente, la investigación tiene el propósito de efectuar una tarea exploratoria a nivel de adolescentes (entre 17 y 20 años) de género femenino, que concurrieron a los diferentes clubes asociados a la Federación Uruguaya de Handball (FUH) entre los años 2010- 2013, con el fin de determinar la influencia de la motivación en el abandono del deporte.

Por tanto, el objetivo de esta investigación es analizar qué factores inciden en el aumento o disminución de la motivación y como consecuencia el abandono de las prácticas deportivas. Además cabe destacar que la misma puede ser un aporte útil y de vital importancia para los profesores de esta disciplina, contribuyendo a poder estimular a las adolescentes a continuar prácticas de handball.

---

<sup>1</sup> BARANGÉ CRESPO, J. Experiencias de cuatro años de un servicio de psicología deportiva en un colegio. *Revista de la Calle al Aula*, Madrid, n. 012, jul./set., 2003.

Son múltiples los estudios que han centrado su interés en conocer las causas por las que se continúa o no practicando un deporte. Entre ellos, García Ferrando<sup>2</sup> (*apud* NUVIALA; NUVIALA, 2005) enumera una gran variedad de motivos del abandono de la práctica deportiva entre los adolescentes, destacando como principal la falta de tiempos o las exigencias para el estudio y el trabajo. Relacionado a esto, Salguero *et al.* (2009) y García Sandoval *et al.* (2007) también mencionan que una de las principales causas de abandono es la no disponibilidad de tiempo y como consecuencia la dificultad en compaginar la práctica deportiva con los estudios y otras actividades, acompañado de una disminución progresiva de la motivación.

Siguiendo la misma línea, Flores *et al.* (2007) presentan una investigación que se centra en conocer los motivos que inducen a los estudiantes universitarios al abandono de las practicas deportivas durante su tiempo libre. Los mismos observan que la incompatibilidad de las obligaciones de los alumnos, con los horarios y la pereza que dicen tener, se presentan como dos motivos principales que los lleva a ser inactivos luego de ser activos. Por lo que es necesario planificar y organizar una mejor oferta de práctica, a efecto que los sujetos vuelvan a reanudar sus prácticas.

Otras razones que conducen a los jóvenes a dejar de realizar práctica de actividad físico-deportiva, es generado por la transición del bachillerato a la universidad (Kilpatrick, Hebert y Bartholomew, 2005). Para Blasco *et al.* (1996), esto podría ocurrir debido a que los jóvenes comienzan a tener mayores responsabilidades y dedican más tiempo a los estudios.

Galvez *et al.* (2007) a diferencia de los autores antes citados, enfoca su estudio en conocer la influencia que diversos motivos de práctica físico- deportiva tienen sobre los niveles de actividad física habitual de adolescentes escolarizados. Según sus resultados las mujeres realizan prácticas deportivas para mejorar la salud, divertirse y obtener reconocimiento social.

Por otro lado relacionado al abandono, Cecchini *et al.* (2004) examinó las relaciones entre el clima motivacional generado en las sesiones de entrenamiento y el estado de los deportistas antes y después de la competencia. Sus resultados destacan, entre otras cosas, la importancia de la motivación intrínseca en las sesiones preparatorias, y de la auto-confianza y el estado de ánimo en el momento pre-competitivo.

---

<sup>2</sup> GARCÍA FERRANDO, M. **Tiempo libre y actividades deportivas en la juventud en España**. Madrid: Alianza Editorial, 1993.

## **1.1 Punto de partida**

¿Cómo influye la motivación en el abandono de las prácticas de handball de las jugadoras de la categoría junior femenino del “Campeonato Federal”, entre los años 2010-2012?

## **1.2 Objetivo general**

- Identificar la influencia de la motivación en las causas de abandono de la práctica de handball de las jugadoras de la categoría junior femenino.

## **1.3 Objetivos específicos:**

- Analizar la incidencia de los entrenadores y compañeros de juego en el aumento o disminución de la motivación.
- Analizar la influencia del “éxito deportivo” en el aumento o disminución de la motivación.
- Analizar la incidencia de las causas físicas en el aumento o disminución de la motivación.
- Analizar la influencia de la “falta de tiempo” en la motivación.

## **2. MARCO TEÓRICO**

### **2.1 Handball como deporte colectivo**

Para contextualizar la investigación, resulta necesario plantear aquellos puntos que caracterizan e identifican la práctica deportiva en nuestro país.

Existen diferentes formas de iniciación al deporte, dos de ellas son a través de la educación física curricular y de los clubes deportivos.

Partiendo de la base de que toda práctica deportiva conlleva valores, entendemos que existen diferencias en los objetivos que persiguen según el ámbito en el que se desarrolle esta práctica. Por lo tanto, el deporte en la clase de Educación Física el objetivo que principalmente persigue es de iniciación y formación, en cambio en el ámbito de los clubes deportivos enfocados en la competencia a nivel federal, generalmente es practicado de forma específica por fuera de la clase de Educación Física curricular y los objetivos se enfocan hacia la formación de un plantel con cierto nivel en miras de competir.

Este último ámbito, en el cual nos centraremos, es lo que se conoce como deporte de rendimiento, el cual tiene como principal objetivo la consecución de resultados óptimos en la competición, lo que implica una práctica relativamente continuada (no esporádica), planificada y realizada habitualmente dentro de unos márgenes de edad, en función de la modalidad deportiva practicada.

En nuestro país, el órgano rector encargado de organizar esto es la Federación Uruguaya de Handball (FUH).

Una federación deportiva, es una entidad privada con personería jurídica propia, cuyo ámbito de actuación se extiende al conjunto del territorio del Estado, en el desarrollo de las competencias que le son propias, integradas por clubes deportivos, deportistas, técnicos, jueces y árbitros, ligas profesionales si las hubiere, y otros colectivos interesados que promueven, practican o contribuyen al desarrollo del deporte.

Siguiendo con las características del deporte amateur, cabe destacar que actualmente el número de equipos que compiten en el campeonato federal varía según la categoría. Las instituciones que participan en el campeonato con planteles femeninos en la categoría juveniles varía entre 8 y 10 equipos. En cambio en junior, ya varios cuadros dejan de competir, no formándose la categoría o a veces llegando a participar 4 equipos, los cuales tampoco son capaces de formar planteles completos, compuestos por jugadoras de esta categoría, por lo que les es necesario citar a jugadoras de menor edad.

Dado que la investigación está centrada en un deporte colectivo, comenzaremos por definir el término. Tomaremos como deporte colectivo todos aquellos juegos de cooperación-oposición, que producen momentos y situaciones de agrupación, interacción, socialización, aprendiendo a trabajar en conjunto para buscar una meta común (RUIZ *et al.*, 2003).

Según Blázquez (1999) el deporte puede ser tomado de diferentes posturas: deporte recreativo (es aquel que es practicado por placer y diversión, sin ninguna intención de competir o superar a un adversario, simplemente por disfrute), deporte educativo (es aquel cuya pretensión fundamental es colaborar al desarrollo armónico y potenciar los valores del individuo), y por último deporte competitivo (es aquel que se practica con el fin de superar a un adversario o a sí mismo).

Por tanto, el deporte que analizaremos según la clasificación del autor antes mencionado, será el competitivo, ya que el objetivo de entrenarlo es superarse uno mismo y superar al adversario.

Por otra parte, definiremos handball ya que es el deporte en el que se centra la investigación. El handball se define como deporte colectivo compuesto por unos elementos indisolubles de su funcionamiento (balón y su control, espacio con características especiales que debe dominarse, meta donde obtener tantos, compañeros con los que colaborar, adversarios a los que superar y reglas que cumplir) que actúan en constante interacción en multitud de situaciones cambiantes (ANTON, 1990).

En otras palabras, es un deporte colectivo de oposición- colaboración, donde los jugadores colaboran para lograr un objetivo (meter gol), mientras que los adversarios buscan oponerse para evitar que cumplan con la meta común. Es decir, las jugadoras deberán llevar la pelota hasta la zona de nueve metros mediante el pase con sus compañeras y el pique de la pelota, lugar desde el cual intentan hacer el gol a través del lanzamiento de nueve metros o la penetración. Mientras que las jugadoras rivales buscan recuperar el control de la pelota interceptando o bloqueando los lanzamientos con sus brazos o manos. Cabe destacar que el juego fluye libremente, deteniéndose solo cuando la pelota sale del terreno de juego o cuando el árbitro cobra falta.

## **2.2 Adolescencia**

La Organización Mundial de la Salud (OMS), diferencia dos fases en la adolescencia: la adolescencia temprana (12 a 14 años) y la adolescencia tardía (15 a 19 años). En cada una de las etapas se presentan cambios tanto en el aspecto fisiológico (estimulación y



funcionamiento de los órganos por hormonas, femeninas y masculinas), cambios estructurales anatómicos y modificación en el perfil psicológico y de la personalidad; Sin embargo la condición de la adolescencia no es uniforme y varía de acuerdo a las características individuales y de grupo.<sup>3</sup>

Según Guillén (2003, p. 49) la adolescencia “se trata de una etapa de transición en la que ya no se es niño, pero en la que aún no se tiene el estatus de adulto”. Perdomo (1991) agrega que en esta etapa evolutiva particular del ser humano, se conjugan una serie de aspectos biológicos, psicológicos, sociales y culturales.

Por su parte, Araújo de Venegas (2000) define a la adolescencia como una etapa de grandes decisiones, donde el joven vive emociones fuertes, de enamoramientos y desengaños, de conflictos, de vulnerabilidad ante las presiones del ambiente, de búsqueda de modelos válidos para construir un proyecto de vida. Por otro lado, agrega que el adolescente es un ser inestable, inexperto, necesitado de ayuda, pero refractario a recibirla por miedo a parecer un niño indefenso.

La adolescencia es por tanto un estado de vulnerabilidad, de cambios y transformaciones; una etapa que busca el final de la niñez y el comienzo de la adultez, en la que se redescubre su identidad y define su personalidad.

El tema más destacado en la adolescencia para Guillén (2003), es el desarrollo del yo y de la identidad personal, razón por la que el chico se observa y se juzga a sí mismo a través de cómo percibe que le juzgan los demás, a su vez se compara con ellos y se contrasta también con los criterios de valor que para él son significativos.

El perfil psicológico generalmente es transitorio y cambiante, es emocionalmente inestable. El desarrollo de la personalidad dependerá en gran medida de los aspectos hereditarios, de la estructura y experiencias en la etapa infantil preescolar y escolar y de las condiciones sociales, familiares y ambientales en el que se desenvuelva el adolescente. Es decir, la adolescencia es una etapa en la que se da un proceso de cambios, en donde los jóvenes “se mueven en una ambivalencia conductual entre el infantilismo y la madurez, atravesando desequilibrios e inestabilidades” (ESTEVE *et al.*, 2004).

## 2.3 Motivación

La motivación se entiende como,

---

<sup>3</sup> Información extraída de la página digital de la Organización Mundial de la Salud: <http://www.who.int/es/>

un conjunto de variables sociales, ambientales e individuales que determinan la elección de una actividad física o deportiva, la intensidad en la práctica de esa actividad, la persistencia en la tarea y en último término el rendimiento. A su vez estas variables interactúan entre ellas aumentando manteniendo o disminuyendo esta conducta (BALAGUER, 1994, p. 65).

Herzberg<sup>4</sup> (*apud* Guillén, 2003) plantea que la motivación proviene de dos fuentes: una intrínseca (viene del interior de la persona) y otra extrínseca (viene del exterior de la persona).

En esta misma línea de pensamiento, Balaguer (1994) define que los deportistas intrínsecamente motivados, no esperan de otros que les motiven. Para ellos, su propia determinación y la actividad deportiva en sí misma les motiva. Su recompensa es disfrutar jugando y desarrollarse mediante y en el deporte. Es decir, estos deportistas practican el deporte porque les apasiona, juegan por orgullo propio que es lo que le obliga a dar lo mejor de sí mismos y siempre sin esperar una recompensa material ni cualquier otro tipo de motivación (ausencia de incentivos). Por el contrario, los deportistas motivados extrínsecamente, dependen de otras personas que les motiven, a través de refuerzos positivos o negativos para efectuar buenas actuaciones deportivas. Estos refuerzos antes mencionados puede ser tangibles (dinero o un trofeo) o intangibles (prestigio social, reconocimiento público). Por lo tanto, un individuo esta extrínsecamente motivados cuando realiza la tarea solamente con el objetivo de conseguir alguna recompensa externa.

De Diego y Sagredo (1997) una vez definidos ambos tipos de motivación, agregan que la motivación interna es más duradera al estar controlada por auto-recompensas. En cambio, la motivación externa varía constantemente de recompensas con la misma rapidez con que se consiguen, por lo que esta motivación resulta inestable para el deportista.

Los entrenadores no deben excluir ningún tipo de motivación al tratar con sus deportistas, ambos tipos tienen que coexistir y ser aplicados dependiendo de la situación. Por lo que a través de las recompensas externas lograrán motivar al deportista a jugar, en cambio a través de las recompensas exclusivamente internas lograrán motivar al deportista a que alcance su máximo rendimiento. Lo que nunca deben olvidar es que a través de las

---

<sup>4</sup> HERZBERG, F. **One More Time, How Do You Motivate Employees?** Nueva York: editorial, 1968.

recompensas externas, puede potenciar y mejorar la motivación interna, pero que no son más que un medio, no un fin en sí mismas (DE DIEGO Y SAGREDO, 1997).

A modo de corolario, la motivación resulta eficaz siempre y cuando se controlen adecuadamente los refuerzos y recompensas y se apliquen de forma contingente a la conducta deportiva que se quiere favorecer. Cuando un deportista está motivado por el prestigio social (motivación externa) y no por el afán de lucha y satisfacción (motivación interna), éste pasa a estar en manos externas sin entender la esencia deportiva.

Varios autores plantean que existen múltiples teorías de la motivación, y mencionan que además de ser abundantes, cada una de ellas posee un cuerpo bastante desarrollado, motivo por el que nosotros nos centraremos solamente en la teoría basada en las necesidades y en la teoría de motivación de logro.

Comenzando por la Teoría basada en las Necesidades, surge de la existencia de necesidades no satisfechas en la persona, ya que una necesidad no satisfecha se convertirá en una meta, y al ayudar a la persona a cumplir con dicha meta, se puede generar un aumento en su motivación (GUILLÉN, 2003).

El mismo autor explica que según la Pirámide de Necesidades Maslow, propuesta por Abraham Maslow (1943), personas intentan satisfacer sus necesidades atendiendo a un sistema de prioridades. Este sistema se divide en dos categorías generales: Necesidades de eficiencia (son las primarias y por tanto prioritarias: fisiológicas, de seguridad y protección) y Necesidades de desarrollo (amor, autoestima y autorrealización). Maslow plantea que cuando se satisface una necesidad, la misma deja de ser una necesidad y la persona se dedica a satisfacer la necesidad de orden superior.

Relacionando la pirámide de Maslow a nuestro tema, podemos decir que en los deportistas hay diversas necesidades que pretenden satisfacer: primero jugar por diversión (necesidad de estímulo y emoción), segundo estar con otras personas (necesidad de afiliarse a otros y pertenencia de grupo) y tercero demostrar aptitudes (necesidad de sentirse útil y respetado) (DE DIEGO Y SAGREDO, 1997; GUILLÉN, 2003).

Con respecto a la teoría de motivación de logro, Atkinson (*apud* CASEJÓN; NAVAS, 2009) considera que es la resultante de dos necesidades contrapuestas, por un lado, la necesidad de obtener el éxito y, por el otro, la necesidad de evitar el fracaso. Si la motivación hacia el éxito es mayor que el temor al fracaso, entonces la motivación resultante va a ser positiva, dirigiendo la conducta hacia la realización. Si por el contrario, el miedo al fracaso es mayor que la necesidad de éxito la motivación va a ser negativa, dirigiéndose al no actuar.

Por otro lado, De Diego y Sagredo (1997) agregan que la motivación de logro son los motivos que impulsan al hombre al éxito, al logro de metas y objetivos de altos niveles de ejecución y con un resultado de prestigio a nivel social.

Los mismos autores explican que en el ambiente deportivo, la motivación de logro es un concepto estrechamente ligado al nivel de aspiración. Sin embargo, se diferencian en que mientras el nivel de aspiración de un deportista adecua sus propios objetivos con su propia autoimagen, la motivación de logro acentúa la consecución de objetivos elevados para obtener principalmente recompensas afectivas y sociales.

En términos deportivos podemos decir que un deportista con alta motivación de logro, establece niveles altos de aspiración y tienden a persistir en la tarea a pesar de las experiencias repetidas de fracaso, esforzándose durante largo tiempo antes de renunciar. Así como también un deportista con una alta motivación de logro tiende a elegir para entrenar aquellos compañeros que sobresalen en la tarea, a diferencia de los que tienen baja motivación de logro que prefieren compañeros que guardan afecto (GUILLÉN, 2003).

En definitiva la motivación de logro aparece como la cara opuesta al miedo al error y todas aquellas percepciones que suponen un obstáculo entre un deportista y el logro de su meta.

## **2.4 Proceso deportivo**

Son muchas las concepciones acerca de los beneficios que tiene las prácticas deportivas desde edades tempranas, pero para que esto suceda el adolescente debería haber transitado por cierto proceso de aprendizaje. El deportista debe evolucionar por una serie de etapas en las cuales va a ir aprendiendo y desarrollando diversos contenidos, ya sean físicos, técnicos, tácticos o psicológicos, adaptados a sus características; de esta manera se podrá evitar una posible especialización temprana.

Según Blázquez (1999) las etapas antes mencionadas del proceso de aprendizaje son: iniciación deportiva, especialización deportiva y por último, la maduración deportiva (etapa en la que nos centraremos).

La iniciación deportiva es el proceso de iniciación que debe hacerse de forma paulatina y acorde con las posibilidades y necesidades de los individuos. Por lo general se comienza con prácticas simples, es decir formas reducidas, tales como juegos o situaciones simples, para luego ir de forma progresiva aumentando la complejidad y llegar a la práctica deportiva en su concepción definitiva.

El mismo autor plantea que es conveniente que tomen contacto con diferentes deportes (deportes individuales como atletismo, natación; deportes colectivos como handball, fútbol, básquetbol), para luego irse definiendo por aquellas prácticas que más se adecuan a las posibilidades del futuro deportista.

La especialización deportiva según Blázquez (1999, p. 119), es “el entrenamiento orientado hacia un tipo de deporte que alcanza las posibilidades individuales de alta prestación en un deporte”.

Por otro lado Campos (2007) aporta tres conceptos fundamentales que dirigen la especialización deportiva: la formación deportiva, el rendimiento y la competición. De la conjunción y ordenación de todos ellos surge en el ámbito psico- motor, el proceso que transforma lo genérico en específico.

Con respecto a la tercera etapa, que planteo Blázquez (1999) se plantea que existen períodos críticos decisivos para la adquisición de habilidades motrices.

El período crítico significa que el organismo es receptivo a ciertas características ambientales durante un período muy breve y limitado con precisión en el tiempo. En otras palabras, en un momento preciso del desarrollo del individuo no intervienen ciertos hechos particulares en que se produce un déficit más o menos importante e irreversible. En consecuencia, la eficiencia de un aprendizaje depende directamente del nivel de maduración (BLÁZQUEZ, 1999, p. 127).

Esta última etapa, según Cancio y Calderín (2010), abarca a todos aquellos jóvenes que tienen 17- 18 años en adelante. En esta se profundizan muchos de los objetivos de la anterior, así como el desarrollo de las destrezas y habilidades específicas, el desarrollo del pensamiento táctico específico y el aprendizaje de las técnicas específicas del deporte elegido. De esta manera el jugador estaría preparado para rendir al máximo sus posibilidades en el deporte que ha elegido y se dedica exclusivamente a este. En otras palabras, poco a poco y de acuerdo con las condiciones y elecciones que vaya haciendo el deportista, se irá especificando el trabajo hasta que al final de su adolescencia y principio de la adultez dedique todos sus esfuerzos al rendimiento puro en un solo deporte.

Como consecuencia se puede decir que importa poco que el jugador haya aprendido de forma prematura técnicas deportivas, mucho más importantes es que haya ampliado las múltiples posibilidades de movimiento mediante juegos o tareas variadas, lográndose de esta

manera que la jugadora al llegar a esta etapa de su proceso deportiva esté preparada para rendir al máximo sus posibilidades en el deporte que ha elegido.

## 2.5 Abandono deportivo

En este eje temático nos parece pertinente y necesario comenzar por definir lo que implica abandono deportivo. Según Cervelló (1996) el abandono deportivo se puede conceptualizar como aquella situación en la cual los sujetos han finalizado su compromiso explícito con una especialidad deportiva concreta.

Por su parte, Barangé<sup>5</sup> (*apud* Esteve, 2004) considera que cuando hablamos de abandono deportivo nos podemos referir a tres conceptos diferentes. En primer lugar, como abandono de todo tipo de práctica deportiva, dejando de lado todo lo logrado hasta el momento. Este abandono es estricto y el más preocupante ya que seguramente la jugadora no vuelva a interesarse por el deporte. En segundo lugar, hacen referencia a que las jóvenes abandonan el deporte que habían elegido por la incorporación a otro deporte o también menciona la existencia de casos en que la jugadora continúa practicando el mismo deporte, pero de tipo recreativo. Por último, una tercera utilización del término, se refiere al abandono de la competición del deporte en la que estaba participando, para inscribirse en otro deporte que se adapte mejor a sus horarios e intereses.

Con respecto a las causas de abandono, Garcés de Los Fayos (2004) afirma que la relación del síndrome de burnout y el abandono de las prácticas deportivas, es posiblemente la causa más evidente de dicho abandono.

El burnout se define como un síndrome que viene explicado por agotamiento emocional (el sentimiento de estar abrumado y agotado, involucra también el sentimiento de incompetencia y desesperación), la despersonalización (respuesta impersonal, además del desarrollo de actitudes negativas y cínicas) y la falta de realización personal (bajos sentimientos de competencia y de realización exitosa) (MASLACH Y JACKSON, 1981).

Garcés de Los Fayos y Cantón (1996) describen dos razones por las que probablemente se genera el burnout. En primer lugar porque no somos capaces de analizar qué quiere y qué espera realmente el deportista de sus prácticas, lo cual puede explicar la aparición de frustraciones como consecuencia de no encontrar en el contexto deportivo lo que busca y le motiva a continuar practicándolo; y en segundo lugar, porque no estamos

---

<sup>5</sup> BARANGÉ CRESPO, J. Experiencias de cuatro años de un servicio de psicología deportiva en un colegio. *Revista de la Calle al Aula*, Madrid, n. 012, jul./set., 2003.

enseñando a los deportistas a desarrollar estrategias adecuadas que le permitan valorar los logros alcanzados.

Por su parte, Romero (2010) plantea que el abandono deportivo, está estrechamente ligado a la falta de motivación. El primero, se da en muchos casos como consecuencia de la falta del segundo. Por tanto, podemos decir que la motivación puede ser un indicador muy importante en el abandono deportivo.

Una de las principales causas de abandono que afectan la motivación de la práctica deportiva es la influencia tanto de los entrenadores como la de compañeros.

Con respecto a los primero, Guillén (1999) plantea que algunos jóvenes abandonan por no recibir elogios, instrucciones ni un informe sobre sus progresos realizados o simplemente porque los ignoran. A su vez, el mismo autor, señala que muchas veces la actuación de los entrenadores provoca demasiada estimulación y como consecuencia genera estrés y cansancio en el jugador. Un ejemplo claro en el deporte es cuando los entrenadores superestructura los entrenamientos, creando un ambiente negativo que termina convirtiendo el deporte en un trabajo tedioso. Por tanto es necesario lograr una óptima estimulación y de esta manera generar que el jugador no se aburra, no se sienta inquieto y logre un estado de equilibrio (GUILLÉN, 2003).

Por su parte Lunari (2002) agrega que lamentablemente, hoy en día es una realidad que los “supuestos entrenadores” de los diferentes deportes no son profesionales especializados, sino allegados a las diferentes instituciones, idóneos en el tema. Esta falta de formación puede llevar a que se encasille a los jóvenes, aburriéndolos con repeticiones de lo mismo, lo que lleva a estos a terminar abandonando la práctica del deporte.

Con respecto a los segundos, no debemos olvidar que una de las principales razones por las cuales los adolescentes practican algún deporte es por el hecho de tener amigos o estar con sus amigos, o simplemente por afiliarse a otros y ser aceptados por ellos (aspecto central de la motivación). El adolescente puede llegar a encontrar esto en el equipo al que pertenece generando vínculos que pueden ser muy motivantes; pero si este, por el contrario, no logra sentirse parte del grupo y se siente marginado o discriminado por su entrenador y compañeros, terminará probablemente abandonando la práctica deportiva (GUILLÉN, 2003).

El éxito deportivo es otra de las causas de abandono. Balaguer (1994) expone que el deporte es un entorno en donde el deportista actúa movido por factores diferentes. Por un lado los personales, que son el motivo de conseguir el éxito y evitar el fracaso. Y por el otro, los situacionales, que son la probabilidad de conseguir el éxito o el fracaso y el valor incentivo asociado al éxito y la derrota. Por lo que será necesario que el entrenador ayude a sus

jugadores a establecer metas realistas, enseñándoles a elegir tareas con dificultad adecuada a su capacidad y potencial, lográndose de esta manera que todos los deportistas puedan tener la oportunidad de realizarse y disfrutar de la práctica.

Por su parte, Blázquez (1999) considera que para conseguir el éxito deportivo, no hay un método único que le permita hacer realidad lo que se propone, sino que hay una serie de factores: cualidades físicas de base (cualquier práctica deportiva se necesita de unas cualidades físicas concretas que puedan ser trabajadas), correcta preparación (desde edades tempranas y más aún cuando se inicia en una especialidad en concreto), apoyo del entorno (familia, amigos, técnicos), voluntad propia (cualidades psicológicas concretas y equilibrio entre voluntad y otros aspectos como el respeto), buenas instalaciones (cuando se comienza a trabajar de manera más específica comienza a ser necesario que el deportista lleve a cabo su preparación en el ámbito más adecuado) y el apoyo institucional (factor más impotente y el que suele fallar en nuestro medio).

Por todo lo expuesto podemos concluir, que la suma de cada uno de los factores sería el camino ideal para conseguir el éxito. Por tanto, probablemente si los factores antes mencionados no se dan, además de no lograrse el éxito deportivo, puede causarse el abandono.

Otra causa de abandono puede ser por causas físicas, es decir los jóvenes llegan a abandonar las prácticas deportivas por no ser tan buenos en el deporte como ellos desearían. Surge de esto que las comparaciones resultan desfavorables, ya que cuando obtienen una marca peor que la de un compañero o pierden, a menudo llegan a la conclusión que su habilidad para el deporte es escasa o no la que pretendían tener. Esta frustración puede ser un motivo de abandono (CRUZ, 1987).

Por último me parece pertinente señalar como motivo de abandono, las consecuencias de la finalización de la secundaria, ya sea en aquellos adolescentes que emprenden estudios terciarios, o se insertan en el mundo laboral. Los que optan por realizar estudios terciarios se enfrentan a un nivel académico superior, y en algunos casos mayor carga horaria de estudio. Por otro lado, aquellos que comienzan a trabajar, y no disponen de flexibilidad horaria, comienzan a centrar su interés y su energía al ámbito laboral, relegando otros ámbitos. En algunos casos en esta etapa los adolescentes combinan ambas cosas, estudio y trabajo, lo que disminuye aún más su disponibilidad y posibilidad de realizar otras actividades. Por lo tanto, estas últimas causa de abandono señaladas, se deben fundamentalmente a un problema de estructura y coordinación con el resto de actividades que tienen que afrontar los sujetos en su vida cotidiana, y que son de vital importancia para ellos (SAGUERO *et al.*, 2009).



### **3. METODOLOGÍA**

#### **3.1 Paradigma y modelo de investigación**

La presente investigación se basa en el paradigma interpretativo, ya que busca comprender el fenómeno social del abandono deportivo, a partir del análisis de las entrevistas de los propios actores, examinando el modo en que estos experimentan el abandono. Es entonces la finalidad de este estudio comprender los motivos por los cuales las jugadoras de handball abandonan la práctica al llegar a la categoría junior.

En el paradigma interpretativo, tal como afirma Taylor y Bogdan (1998), el protagonista es el actor, se busca entender los fenómenos sociales desde la perspectiva de los mismos, es decir, se toma de la realidad aquello que las personas consideran importante y se examina el modo en que estos actores experimentan el mundo.

Por otro lado, el modelo en el que está comprendida la investigación es el cualitativo. Este se define como aquel que “[...] busca comprender el comportamiento de los sujetos implicados en un proceso, intentando captar el propio proceso en su totalidad, las interacciones y significados entre los sujetos entre si y de los sujetos con el medio ambiental [...]” (COOK; REICHARDT, 2005, p. 14).

Nos centramos en este modelo de investigación porque lo consideramos el más coherente con la temática a trabajar, ya que está centrado en los motivos de abandono de las prácticas. Para el análisis de los motivos utilizamos datos recogidos con entrevistas y de esta manera nos aproximamos a la perspectiva de los involucrados.

#### **3.2 Universo**

El universo de estudio son todas las jugadoras que abandonaron las prácticas de handball en el pasaje de la categoría juvenil a la categoría junior o en el segundo años de junior, en los últimos dos años, pertenecientes a los equipos asociados a la FUH.

#### **3.3 Muestra**

Del universo mencionado se seleccionaron como muestra al menos dos jugadoras de cada equipo asociado a la FUH y que abandonaron las prácticas de handball.

Una vez seleccionada la muestra, puedo decir que es no probabilística- por cuotas, ya que una vez que se identificaron las jugadoras junior, que abandonaron las prácticas de handball, de los diferentes equipos asociados a la FUH se eligieron de forma intencional.

### **3.4 Instrumento de recolección de datos**

El instrumento que se utilizó para la recolección de datos es la entrevista no-estructurada, por pautas de tipo individual a las jugadoras. Este tipo de entrevistas se utiliza según Negrini (1999, p.74) “[...] cuando el instrumento de recolección de datos está pensado para obtener información de preguntas concretas, previamente definidas por el entrevistador y al mismo tiempo permite que se realicen exploraciones no previstas [...]”. Es decir, se elaboró una pauta de entrevista que sirve como guía, pero que el entrevistador puede modificar en el momento de llevarla a cabo, siempre y cuando lo considere pertinente.

La finalidad de utilizar este instrumento, fue recabar la información acerca de los motivos de abandono de las prácticas de handball de las jugadoras de la categoría junior, información que luego de ser recolectada fue sometida al correspondiente análisis, para establecer las semejanzas y diferencias sobre aspectos relevantes a la investigación.

### **3.5 Estudio preliminar**

Se llevo a cabo una entrevista a una adolescente que cumplía con los criterios de inclusión en la muestra. Luego fue participante de la investigación.

La razón por la que realizamos este estudio, es tener la certeza de que las preguntas efectuadas son las adecuadas para obtener la información necesaria y que estén adecuadamente formuladas, de manera de cumplir con los objetivos del trabajo.

### **3.6 Propuestas de análisis de la información.**

Para examinar la información obtenida a través del instrumento de recolección de datos recurrí a la elaboración de categorías de análisis.

Para elaborar las categorías de las entrevistas a las jugadoras tuve en cuenta no solo los objetivos del trabajo sino también el referencial teórico sobre el tema de estudio.

Para analizar la información alcanzada por intermedio de las entrevistas realizadas a las jugadoras de las diferentes instituciones, nos fue sumamente útil transcribirlas, cabe recordar que las entrevistas las realizamos con grabador.

De esta manera, a continuación exponemos las categorías elaboradas para el análisis de los diferentes instrumentos de recolección de la información:

- Incidencia de los entrenadores
- Incidencia de los compañeros de equipo
- Influencia del éxito deportivo
- Influencia de las causas físicas
- Incidencia del tiempo

## 4. PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE LOS DATOS

En el presente apartado realizamos la presentación y correspondiente análisis de la información recabada con el instrumento de recolección de datos. Para una más sencilla exposición, el mismo lo organizamos siguiendo las categorías expuestas en el capítulo anterior.

### 4.1 Incidencia de los entrenadores

Este capítulo se centra en la incidencia de los entrenadores en el aumento o disminución de motivación por parte de las jugadoras. Como se expondrá a continuación, en muchos casos la decisión de abandonar la práctica deportiva guarda directa relación con los entrenadores.

A continuación transcribiremos dos fragmentos de diferentes entrevistas que comienzan a respaldar lo anteriormente afirmado:

*“Sentía que estaba estancada, que no estaba progresando y además también sentía que desde los técnicos no hacían nada para ayudarme. Ni correcciones, ni prestarme atención, ni darme un espacio en las prácticas” (E 1).*

*“(...) ya no me sentía jugando lo mismo entonces ta...era como una suma de todo y ta tampoco sentí mucho interés por parte de los técnicos” (E 2).*

Las jugadoras expresan desmotivación por las prácticas deportivas, producto de la falta de devoluciones y atención por parte del entrenador. A su vez en las declaraciones se refleja falta de realización personal, lo cual le genera bajos sentimientos de competencia y de realización exitosa.

Siguiendo la misma línea de pensamiento, otras jugadoras expresan insatisfacción y frustración producto de la falta de devoluciones en cuanto a sus logros, dificultades o aspectos a mejorar; a su vez en varios casos manifiestan que se sintieron ignoradas. Respaldamos esto con los siguientes fragmentos de las entrevistas:

*“(...) sus devoluciones básicamente no existían... a mi no me ayudó en lo más mínimo como para seguir involucrada en el proceso, de hecho creo que sí, o sea no por ponerme más minutos en un partido, pero por lo menos el haberme corregido dos o tres veces, a mi me hubiera mantenido más motivada y emocionada (...)” (E 1).*

*“Mi grupo en general siempre fue muy malo, siempre perdíamos todos los partidos, cuando en realidad Regatas siempre salía campeón en todas las generaciones entonces como que éramos la oveja negra de todo, y vivíamos perdiendo, entonces como que ta, no nos daban mucha pelota... creo que hasta si éramos mal pensadas podríamos decir que nos ignoraban” (E 5).*

*“(...) pase por un montón de rabietas de ver que todos los equipos mejoraban y nosotras siempre rondando en el mismo nivel y sus devoluciones nunca eran productivas, o sea nunca eran de contenido como para generar mejorías grandes” (E 8).*

Estas jugadoras manifiestan la importancia de las devoluciones por parte del cuerpo técnico, ya que no siempre es fácil ser objetivo en cuanto al rendimiento personal y de sus conceptos se desprende la gran incidencia que tiene esta actitud en la disminución de la motivación por parte de las jugadoras.

Por lo que estos casos presentados anteriormente los podemos relacionar con lo que dice Guillen (1999), que plantea que muchos adolescentes abandonan las prácticas deportivas producto de la falta de devoluciones o simplemente por ser ignorados.

Por lo tanto, será de suma importancia, que todo entrenador tenga presente la importancia de la comunicación entrenador- deportista, ya que la misma tiene como objetivo informar sobre qué hacer, pero con un carácter abierto, y favoreciendo la indagación pero desde el punto de vista individual. A través del feedback específico (relacionado con el juego), el entrenador debe ir más allá que corregir los errores que observa directamente, por lo que propiciará que la jugadora sea la que analice sus respuestas en la actividad, tome conciencia del error y busque alternativas. Cuando no logra alcanzar las respuestas para la situación problema, es necesario entrar en una fase de reforzamiento específico donde se utilizan otros tipos de feedback de carácter descriptivo, interpretativo o evaluativo. Por otra parte, no debemos olvidar el feedback inespecífico, que a pesar de no ir dirigido de forma directa hacia aspectos relacionados con el juego, supone un impulso y una ayuda psicológica muy importante (IGLESIAS, CÁRDENAS Y ALARCÓN, 2007).

Otras de las inquietudes que nos dan a conocer las jugadoras son la monotonía de los entrenamientos o la falta de herramientas que tienen los entrenadores a la hora de estructurar una sesión. A continuación presentan pequeños fragmentos donde las jugadoras expresan claramente esta situación:

*“(...) cuando las practicas pasan a ser una repetición de lo mismo de siempre, y mi momento de handball porque en los partidos tampoco entraba mucho eran ir y tirar cuatro veces al arco, hacer ataque rápido sin corrección alguna, no era muy motivante” (E 1).*

*“Las prácticas se volvían monótonas, siempre los mismos ejercicios. Todavía los ejercicios siempre sin oposición, sin contacto... muy básicos para el nivel que teníamos o para lo que necesitábamos mejorar. Enfrentarse a un cono, deja mucho que desear” (E 2).*

*“(...) él en realidad era entrenador de menores, y cuando paso a juveniles le costó acoplarse a las exigencias que son diferentes... sus ejercicios eran fáciles, y terminaban convirtiéndose en aburridos (...)” (E 6).*

*“(...) para mi le faltaban herramientas para generar avances en nosotras....No se, capas conceptos... yo que se.... Algo faltaba.... Yo no soy quien para criticar..... a veces la monotonía, siempre lo mismo...Mata! Desmotiva!” (E 8).*

Como se puede apreciar claramente, todas las jugadoras comparten este punto y del mismo se desprende la incidencia negativa que tiene la monotonía de las prácticas en la motivación de las jugadoras. Relacionado a esto Lunari (2002) plantea que es una realidad actual que los entrenadores deportivos no son profesionales especializados lo que genera que sus entrenamientos sean repetitivos y como consecuencia los jugadores se aburren.

Por el contrario, las siguientes jugadoras expresan que si bien los entrenamientos eran exigentes, productivos y los logros eran muy positivos, en estos casos lo que fallaba era el trato entrenador- jugador, generando en ellas cierta disconformidad e insatisfacción al observar que sus entrenadores, considerados como referentes de vital importancia para el equipo en cuanto a la transmisión de conocimientos y valores, no mantenían un trato correcto con algunas jugadoras, sobre todo con aquellas que no eran consideradas productivas para el funcionamiento del equipo. A continuación exhibiremos algunos fragmentos:

*"(...) es una técnica exigente, que logra buenos resultados en el equipo (...) pero que a toda la persona que considera que no le sirve, la ignora o la maltrata, entonces no me parece que sea justo y como yo me lo tomo como algo divertido el deporte y no como mi trabajo o algo así, no estoy de acuerdo con esta metodología. Pero creo que entrena bien, e incluso obtiene resultados pero siempre con la gente que logra cumplir con esas exigencias que propone" (E 9).*

*"(...) él era muy bueno entrenando, preparando las clases y planteando ejercicios, pero con el trato a las personas... O sea, lo que sería pedagogía, no era muy bueno" (E 17).*

Una de las entrevistadas, además agrega que el motivo por el cual tomo la decisión de abandonar las prácticas fueron razones personales y no deportivas, y expresa:

*"Tuve grandes diferencias al resolver situaciones que nos involucraban a todos los jugadores del equipo, y no se actuó a mi entender, con el respeto ni la responsabilidad necesaria, y supo llegar a dejarnos mal parados.... Muy vergonzoso! Es más, en realidad a mi jamás me hablo mal, pero cuando tuve un choque con él, me dio respuestas que podría llegar a esperar de un amigo, no de un hombre de 50 años" (E 19).*

En este caso la jugadora no solamente manifiesta que estas situaciones afectaron su motivación por continuar bajo su dirección técnica, sino que además expresa desilusión y angustia por lo vivido.

Por lo tanto, es de vital importancia que los entrenadores desarrollen ciertas competencias docentes y vayan perfeccionando su rol de entrenador a través de mecanismos reflexivos, logrando de este modo la eficiencia de los procesos de entrenamiento. Las competencias más significativas se pueden agrupar en torno a cinco ideas: información que el entrenador transmite al inicio de la sesión (establecimiento de objetivos), información que el entrenador suministra durante el desarrollo de las propuestas (feedback), rentabilidad del tiempo durante el proceso de entrenamiento (tiempo de práctica), actuación eficaz desde el punto de vista organizativo (eficacia organizativa) y promover un clima de relaciones positivas entre el entrenador y las jugadoras, y de los jugadores entre sí (DELGADO, 1990 Y PIERON, 1999).

Por otro lado, varias jugadoras se muestran satisfechas por el rol de su entrenador para con el equipo, y los definen como excelentes profesionales, no solamente por los aportes de

conocimientos y el nivel de estimulación hacia las jugadoras, sino además por los valores que transmitió al equipo y clima de entrenamiento que fomentó constantemente. A continuación se presentan algunos fragmentos:

*“La entrenadora siempre fomentó que lo primero eran los valores, la amistad el compañerismo y la verdad que nunca tuve problema con eso... siempre generó un lindo ambiente” (E 4).*

*“(...) cuando entraron los últimos entrenadores generaban otro tipo de relación con nosotras, y había otro diálogo, comunicación y eso nos mejoró pila como equipo y se notaba muchísimo” (E 7).*

*“(...) con la entrenadora en realidad siempre estuvo buena la relación, si bien en su momento era re exigente, siempre nos supimos entender” (E 10).*

*“(...) teníamos dos entrenadores que cumplen, aún hoy, un rol no meramente de formación deportiva (...) sino también apuestan a la formación de sus jugadores como “buenas personas” dentro y fuera de la cancha. La integración, la amistad, la igualdad, el compañerismo, el compromiso, la responsabilidad, son cosas que más allá de no estar hoy jugando en este club me marcaron y espero me caractericen también. Hay una unidad y un poder de identidad entre todos los pertenecientes al club (...) lo más valioso, más aún que los logros deportivos”(E 19).*

A modo de conclusión, si bien varias de las jugadoras expresan como motivo de abandono el rol del entrenador, no en todos los casos se presenta del mismo modo y con la misma determinación.

Las jugadoras expresan satisfacción y placer al jugar, y consideran que la mejor recompensa es disfrutar del juego y desarrollarse como jugadoras, a su vez en la mayoría de los casos, las mismas agregan que es inevitable que esta motivación interna se vea afectada por la falta de devoluciones personales y colectivas por parte de los entrenadores para mejorar el rendimiento personal y del equipo, por la monotonía de los entrenamientos y la falta de pedagogía por parte de los entrenadores al momento de dirigirse a las jugadoras.

Por lo tanto, es de vital importancia que el cuerpo técnico tenga conocimiento de las diferencias personales de las jugadoras, buscando a partir de esto diferenciar el tipo de reforzamientos requiere cada una de ellas para el desarrollo de sus prácticas deportivas, ya que cada jugadora necesita estímulos diferentes y establecer un vínculo diferente con su entrenador.



## 4.2 Incidencia de las compañeras de equipo

Esta categoría de análisis se enfoca en la incidencia de los compañeros en la motivación de los jugadores. Esta es de gran importancia, ya que no debemos olvidar que uno de los motivos por los cuales las adolescentes realizan deportes colectivos, es por el hecho de generar vínculos. Siguiendo esta línea de pensamiento, a continuación transcribiremos la opinión de dos jugadoras:

*“(...) mis compañeras de equipo, o sea mis amigas, hicieron que haga lo imposible por seguir entrenando, fueron un factor muy grande de motivación por seguir... Pero con mi hija era muy complicado” (E 3).*

*“(...) el deporte es como que genera un vínculo especial, no es lo mismo que tenés con tus amigas de otro lado... el deporte es como un equipo, sos en todos lados un equipo (...)”(E 4).*

Estos dos pasajes dejan claramente de manifiesto la importancia del factor social del deporte y la posibilidad que brinda a la hora de forjar vínculos con nuestros pares.

Por su parte, Guillen (2003) afirma que las adolescentes al formar parte de un equipo se sienten motivadas por el hecho de tener amigos o afiliarse y ser aceptadas por otros, siendo esto un aspecto central de la motivación.

A continuación expondremos otros fragmentos de las entrevistas realizadas a diferentes jugadoras:

*“(...) tengo un grupo de amigas además que de equipo. Entonces es como que me costó pila irme por eso, estuve como un año indecisa por irme, que me voy que no me voy, eran como que mi contención de todos los días”(E 1).*

*“(...) por el lado que más me costó dejar fue por el vínculo que yo tenía con ellas, eso fue el factor que me hizo aguantar más ahí, porque yo tenía muchos miedos porque si dejo fa!!! No me voy a llevar más con ellas o la relación va a cambiar, obvio que la relación cambió pero ellas siguen siendo mis amigas, y cuando empecé a darme cuenta de eso, que fui dejando y la relación no cambiaba eh ta, ahí si aflojé y dije ta dejo”(E 7).*

En los anteriores fragmentos se expresa de manera unánime por parte de las entrevistadas, que los lazos establecidos con sus compañeros fue la principal razón por la que demoraron su decisión por abandonar el deporte.

Relacionando dicho aspecto social con la motivación podemos afirmar que las jugadoras están motivadas extrínsecamente, ya que dicha motivación proviene del exterior de la persona, y lo detectamos cuando manifiestan continuar jugando el deporte simplemente por el objetivo de mantener el vínculo con las integrantes del grupo (BALAGUER, 1994).

A su vez, algunas jugadoras manifiestan lo difícil que es llegar a un grupo armado cuando uno es adolescente. Una de las jugadoras expresa que le llevó mucho tiempo integrarse pero que finalmente lo logró, lo cual le generó mucha satisfacción y actualmente uno de sus grupos de amigas se basa en el handball. Por el contrario, otra jugadora, considera que su caso fue particular ya que rápidamente logró integrarse y sentirse parte del grupo. A continuación exhibimos los fragmentos de entrevistas:

*"(...) yo entré siendo cadeta, como que el primer año o dos años, como que me costó, venía un grupo armado y no siempre es fácil integrarse; después ya en juveniles o junior hice mi grupo de amigas y parte de mi grupo de amigas se basaba en el handball, entonces claro, eso también me hacía, como temor a irme, si bien el dejar de jugar no iba a hacer que no fueran más mis amigas (...)" (E 1).*

*"(...) entrar en un equipo ya formado es complicado, y en mi caso fue todo lo contrario. Me integré enseguida, hice buenas amigas que tengo hasta hoy, y cuando quise ver el handball era la actividad a la que le dedicaba más tiempo en la semana, ya sea por prácticas, partidos... o simplemente por compartir con aquellos que no sólo estaban en mi plantel sino con los que compartíamos la camiseta" (E 19).*

En cambio las entrevistada 5 y 6 afirman que en el momento en que su grupo se desarmó, producto de que las jugadoras que lo integraban abandonaron el club, ellas tenían la posibilidad de integrar el plantel de una categoría mayor, pero al considerar la diferencia de edad y lo que conlleva intentar formar parte de un equipo armado eran motivos suficientes para no lograr integrarse al grupo, por lo que consideraron que abandonar las practicas de handball era la mejor decisión.

*"(...) con mi generación siempre tuve la mejor relación, lo que pasa que yo como era golera y siempre faltaban muchas goleras, subía a mayores o juveniles, junior lo que sea, entonces jugaba mucho con las más grandes que no tenía tanto vínculo. Y ta... mi categoría se desarmó, podía seguir, pero ya eran grandes, otra onda... no pintó!" (E 5).*

*"(...) el vínculo con las compañeras que yo jugaba era muy bueno, pero al irse la mayoría, yo tendría que entrar con la categoría más grande y yo no me llevaba tanto en realidad, entonces ta era un grupo bastante grande, súper armado y bastante cerrado para las nuevas" (E 6).*

A su vez, otras jugadoras manifiestan que generalmente las diferencias con las compañeras de equipo se debían a que no apuntaban a un mismo objetivo, algunas tomaban el juego como una actividad recreativa, en donde la falta de compromiso era notoria, y otros como una actividad puramente competitiva y exigente. El choque entre las jugadoras, producto de las diferentes posturas ocasionó roces en varias circunstancias pero nunca provocando la determinación de abandono. A continuación se exhiben algunos fragmentos:

*"(...) tenía un buen vínculo y era genial para hacer asados o salir, pero el vínculo adentro de la cancha también a veces era un poco más conflictivo sobre todo cuando aquellas jugadoras que tenían como mas potencial, se encontraban contigo que no estabas tan preparada para afrontar situaciones, ya sea por no tener tantas oportunidades como porque te tomabas el juego de otra manera (...)" (E 1).*

*"Lo que me paso en parte con mis compañeras es que se notaba que no había tanto compromiso, ni tantas ganas por parte de muchas y mismo varias fueron dejando y ta (...) pero ta... la falta de compromiso y todo te van sacando ganas" (E 15).*

A partir de esto, podemos afirmar que es importante trabajar el establecimiento de objetivos, ya sea a nivel de equipo e individuales, como estrategia para mantener la intensidad de la motivación de las jugadoras por las prácticas. Siguiendo la misma línea de pensamiento, Pieron (1999) afirma que una de las competencias más significativas que debe desarrollar un entrenador es el establecimiento claro de los objetivos.

Por último, consideramos oportuno resaltar lo compartido por las jugadoras de una institución con relación a su pasaje a la Liga Universitaria. En este caso en particular, como

consecuencia del abandono de varias integrantes del plantel, las jugadoras para no tener que abandonar el deporte decidieron ir a jugar a la Liga Universitaria al cuadro de su antiguo colegio. Con esta decisión podemos apreciar como frente a la incapacidad de continuar practicando el deporte a nivel federado, se inclinaron por la opción de pasar a un nivel de menor exigencia pero manteniéndose juntas.

A modo de conclusión, en general el grupo de compañeros de equipo incide en forma positiva en la motivación de las jugadoras, si bien es cierto que se presentaron algunos casos en lo que no fue así, estos son los menos, y en la mayoría de los casos las compañeras de equipo trascienden y se vuelven amigas.

A su vez, nos parece importante destacar, que se presentan varios casos, en que si bien el grupo era excelente, la deserción de varias jugadoras por razones puramente personales, ocasionó que el grupo no pueda continuar compitiendo por falta de jugadoras y como consecuencia el resto también abandona, lo cual se puede afirmar que si bien la incidencia es positiva, al tratarse de un deporte amateur pasa a ser un compromiso de grupo de amigas más que de equipo deportivo, ya que tal vez por momentos se confunde o no queda claro el límite entre el vínculo social y el vínculo deportivo.

A partir de esto, un aspecto que deberíamos cuestionarnos es por qué las jugadoras no toman como opción el continuar a nivel federado pero en otra institución deportiva y con sus compañeras de equipo que quieren continuar a este nivel, ya que de este modo no será necesario jugar con categorías más grandes, lo cual en varios casos lo manifiesta como factor desmotivante. Siguiendo con la misma línea de pensamiento también cabe cuestionarnos si no serán los propios entrenadores y jugadoras las que determinan como "mal visto" el cambio de institución, generándose como consecuencia mayor casos de abandonos.

### **4.3 Incidencia de las causas físicas**

Este capítulo hace referencia a la incidencia de las causas físicas en el aumento o disminución de la motivación por parte de las jugadoras al momento de practicar el deporte.

Para comenzar transcribiremos fragmentos de entrevistas:

*“Yo creo que influyó en mi motivación positivamente (...) te ponía a nivel con los rivales, porque sin una preparación física correcta y todo lo que influye no se puede jugar”(E 4).*

*“El entrenamiento físico era el adecuado, hacíamos pesas para poder tener fuerza en el cuerpo y que no nos lastimáramos en la cancha, en los partidos. Influyo en mi motivación porque podía marcar mejor, tirar con más fuerza e incluso aguantar más tiempo dentro de la cancha” (E 13).*

*“(...) si hago una comparación con (...) lo que vengo haciendo, no tiene comparación lo bueno que está el entrenamiento de federación, la exigencia era la exigencia que...era profesionalmente”(E 17).*

*“(...) era exigente tanto físico como técnico, era re motivante, esforzarte al máximo siempre con la esperanza de lograr el campeonato (...)” (E 20).*

Estos pasajes dejan claramente de manifiesto el valor que tiene para las entrevistadas el entrenamiento físico al momento de la competencia, ya que cuando no es llevado a cabo con constancia y responsabilidad al momento del juego se observa la técnica afectada por la fatiga física.

Relacionado con la alta motivación con el entrenamiento físico, otra jugadora expresa haber demorado su decisión de abandonar las practicas, producto de los resultados positivos a nivel físico, los cuales eran manifiestos por parte del preparador físico, de forma personal, a cada jugadora. A continuación presentamos lo que manifestó la jugadora:

*“Cuando arrancamos el entrenamiento físico yo era la peor y mi gráfica terminó siendo de las que fue más elevada, obviamente no alcancé a las que estaban más arriba pero sí tenía muchísimo para trabajar y trabaje bastante duro por eso (...) me sentí mucho mas motivada por el físico que por la parte de juego, digamos de cancha” (E 1).*

Es interesante resaltar este aspecto que menciona la E1, acerca de que el preparador físico graficaba los avances de cada jugadora como forma de mostrarles los resultados, lo cual incide directamente en la motivación de las jugadoras (feedback o reforzamiento). Por lo tanto, en este apartado nuevamente queda en evidencia la importancia de la comunicación entre el entrenador y el deportista, ya que a través de la comunicación se logra no solamente dar una devolución al jugador con lo relacionado a su juego, sino también un impulso y ayuda psicológica muy importante (IGLESIAS, CÁRDENAS Y ALARCÓN, 2007).

Por otro lado, una jugadoras expresan insatisfacción en su rendimiento físico y técnico como consecuencia de no poder asistir a los entrenamientos por falta de tiempo y manifiesta ser motivo desequilibrante a la hora de tomar la decisión de abandono de las practicas. A continuación presentaremos una manifestación por parte de una de las entrevistadas:

*“(...) nunca fui una excelente jugadora, siempre fui del montón, pero cuando empecé a faltar a las practicas, y el hecho de que ya no iba tanto a los físicos y esas cosas empecé a ver la diferencia que tenía yo con mis compañeras (...) como que empecé a bajar mi nivel (...) como que no seguía mejorando y ellas seguían mejorando, entonces había una diferencia y ta obviamente (...) a los partidos no entraba o a veces en las practicas cuando hacíamos partidos tipo yo no me sentía tan cómoda, yo veía esa diferencia que había entre yo y las demás”(E 7).*

Si bien la jugadora, tiene presente que su estancamiento es producto de inasistencias y ya no dedicarle el tiempo suficiente al entrenamiento físico y técnico del deporte, no pudo evitar compararse con sus compañeras y valorar sus logros en relación a su tiempo dedicado al entrenamiento, por lo que este aspecto termina siendo determinante al momento de tomar la decisión de abandono.

Este caso lo podemos relacionar con lo que expresa Cruz (1987), con respecto a que algunas jugadoras abandonan las prácticas deportivas como consecuencia de las comparaciones de resultados, ya que cuando logran niveles de juego inferiores a los de sus compañeros se frustran y optan por abandonar.

Relacionado con el caso anterior, otra jugadora manifiesta sentirse desmotivada producto de los entrenamiento físicos, ya que no se realizaban con seriedad, constancia y responsabilidad. Y como consecuencia los resultados alcanzados nunca eran los deseados, lo cual disminuía su motivación por las prácticas. A continuación exponemos lo que manifestó la jugadora:

*“(...) las otras jugadoras no tenían tanto compromiso, y las practicas no solamente las hace el técnico sino también los jugadores, y capas como no había tanto compromiso no salían tan bien las cosas, no por el lado de los técnicos y de los profes, sino también por nosotras mismas”(E15).*

En este caso, se ve claramente afectada la motivación extrínseca de la jugadora, ya que la misma se siente desmotivada producto de no alcanzar los resultados tangibles, es decir, no está logrando alcanzar la consecución de la recompensa externa (BALAGUER, 1994).

Otras jugadoras manifiestan imposibilitada su continuidad producto de una lesión, la cual les ocasionó distanciarse de las prácticas y dedicarle tiempo a su correspondiente recuperación. A continuación presentaremos lo que manifestaron las jugadoras:

*“(...) cuando dejé federación yo me había hecho un esguince en la rodilla y dejé, hice fisioterapia y para volver al handball jugué en Aguada, en la Liga Universitaria, para no exigirme tanto y fue peor todavía porque ahí fue donde me terminé de lastimarme, y a partir de ahí demoré un años más en operarme porque quería operarme en verano para no perder clase”(E 6).*

*“(...) yo me había esguinzado el pie y dejé de jugar un tiempo, cuando volví, me cambio a puntera, y ahí tengo recuerdo de que los entrenamientos no estaban buenos, hacíamos un poco de físico y la entrada en calor a las golerías y ahí ya la técnica dividía punteras a un lado armados al otro... y nosotras solamente tirábamos al arco, y para mí eso ya bajó la calidad de las prácticas” (E 9).*

Si bien ambas jugadoras manifiestan haber abandonado las prácticas producto de una lesión, en el primer caso se observa un abandono como consecuencia de su lesión y la demora que le ocasionó la recuperación producto de una mala decisión personal. En este caso, se observa una notoria falta de asesoramiento a la hora de trabajar sobre su lesión, ya que la opción que tomo fue más perjudicial. Por lo tanto, será de vital importancia tener en cuenta el abordaje de las lesiones de nuestras jugadoras, desde un punto de vista multidisciplinario, evitando de este modo malos procedimientos producto de que este aspecto quede librado a consideración de las deportistas.

En cambio en el segundo caso, expresa haber realizado una recuperación rápida y correcta, pero luego al volver fue cambiada de puesto por su técnica, lo cual la disgustó y le generó un cambio en su visión hacia los entrenamientos, los cuales afectaban su motivación por el juego.

En este caso, se observa claramente que a la angustia y la desmotivación generada por la lesión, se suma el cambio de puesto, lo cual fue tomado como un “castigo” o falta de

comprensión de la situación personal que atravesaba la jugadora, y de contención respecto a la lesión.

Esto lo podemos relacionar con lo que manifiesta Cruz (1987), acerca de que muchas veces las jugadoras sienten frustración producto de no lograr lo que pretendían alcanzar. Ambas buscaron su recuperación, pero en el primer caso la vuelta se le hizo imposible por la larga rehabilitación, y en el segundo, al volver se encontró con una situación que no era la que esperaba, la cual le generó un disgusto.

Por último, se nos presentó un caso particular, una jugadora manifestó abandonar las practicas producto de su embarazo. A continuación exponemos lo que manifestó la jugadora:

*“(...) tuve un hija, este... quedé embarazada, tuve a mi hija y en el 2012 traté de volver y volver a entrenar, pero no me daban los tiempos (...)” (E 3).*

Con respecto a esta última situación, cabe destacar que no es un caso común, y si bien en una primera instancia dejo de entrenar por el embarazo, el nacimiento de la niña y todo lo que conlleva la responsabilidad materna junto con su iniciación en el mundo laboral, la falta de tiempo pasó a ser motivo único por el cual la jugadora no pudo retornar al handball federado.

A modo de conclusión, varias jugadoras expresan bienestar en las instancias de juego producto del entrenamiento físico, en cambio otras se muestran desmotivadas y hasta desprotegidas producto de la escasez de instancias de preparación física, así como también desmotivación producto de la falta de compromiso directa con esta parte del entrenamiento.

A su vez, se presentan casos de lesiones y de maternidad, los cuales se relacionan directamente con este motivo de abandono, ya que frente a estas situaciones las jugadoras se ven obligadas a abandonar el deporte, al menos por un tiempo. Si bien estos casos son minoritarios, es importante tenerlos presentes.

También es importante resaltar, que en todas las situaciones queda de manifiesto la importancia del trabajo multidisciplinario, ya que el entrenador por falta de tiempo, tal vez no puede acompañar estas situaciones de vida (lesiones, embarazos, frustraciones) y acá es cuando más se necesita la presencia de médicos y psicólogos del deporte para abordar y acompañar estos procesos, y de este modo intentar evitar o al menos disminuir el número de abandonos.



#### 4.4 Influencia del éxito deportivo

En el siguiente capítulo exponemos los motivos por los cuales las jugadoras consideran que el éxito deportivo influyó en mayor o menor medida en su motivación por las prácticas de handball.

En primer lugar, haremos referencia al éxito deportivo vinculado al cumplimiento de las necesidades de las jugadoras, a continuación algunos fragmentos:

*“Nunca nos fue muy bien en realidad, nunca salimos campeonas ni nada, así que no creo que eso haya influido en mi motivación, porque a mí me encantaba jugar, ya sea ganando o perdiendo”(E 9).*

*“Siempre que jugué lo hice por diversión y no por ser campeona, siempre fue como un hobby...” (E 10).*

*“Hubieran o no resultados a mí me encantaba entrenar y jugar con mis amigas.... Obviamente era increíble ganar, a la semana siguiente entrenabas con muchísima más ganas (...)” (E 20).*

En esta oportunidad las jugadoras manifiestan practicar el deporte con la simple intención de entrenar, socializar y divertirse, y si bien los resultados por momentos influyen notoriamente en el entusiasmo con el cual cumplían las exigencias del entrenamiento, nunca al punto de provocar el abandono de las prácticas. Esto antes mencionado, está directamente relacionado con la Pirámide de Necesidades de Maslow a partir de la cual De Diego y Sagredo (1997) plantean que el deportista busca jugar por diversión, estar con otras personas y por último mostrar aptitudes.

Por el contrario, otras jugadoras asumen que si bien juegan por divertirse y compartir un momento más con sus amigas, se veían claramente influenciadas por el éxito deportivo cuando no era alcanzado, ya sea a nivel personal como colectivo. A continuación exhibiremos algunos fragmentos:

*“Si hubiera tenido mejor rendimiento, más éxito hubiera aguantado mas. (...)El hecho de no llegar a lo que yo quería realizar o hacer... ¡Sí! Para mí fue de los factores más importantes a la hora de decidir dejar”(E 7).*

*“(...) perder creo que no le gusta a nadie, pero ta, la DT encaraba y siempre hacía que tengamos ganas de jugar.... Y pudo motivarnos hasta que otro intereses pasaron a tener más importancia... y sí, yo creo que para mí fue un motivo, ¡abandonar por aburrimiento a perder siempre!” (E 11).*

*“Lo que pasa que si bien jugamos para divertirnos, esta zarpado perder siempre y por miles de goles.... Obvio que tipo... no llorábamos ni nada de eso, salimos del partido y a otra cosa, pero ta... a la larga te agotaba emocionalmente” (E 12).*

Si bien las jugadoras expresan que el éxito deportivo fue determinante en su decisión de abandono, los casos son distintos. El primer fragmento expresa frustración producto de no alcanzar lo deseado, por lo que podemos relacionarlo con lo que plantea Cruz (1987), donde manifiesta que las jugadoras abandonan las prácticas producto de no ser tan buenas como desearían.

En cambio en los otros dos casos, las jugadoras muestran ser objetivas con respecto a su nivel de juego y manifiestan igualmente disfrutar del juego, pero inevitablemente con el tiempo los resultados de los partidos afectaban su motivación por las prácticas. A su vez, las jugadoras asumen que si bien las técnicas trabajaban sobre la motivación de logro de sus jugadoras, logrando ellas persistir en la tarea a pesar de las experiencias repetidas de fracaso, a la larga terminaron abandonando la tarea, ya que descubrieron mayor interés y satisfacción por otras actividades (GUILLEN, 2003).

En segundo lugar, abordaremos la relación que tiene la influencia del éxito deportivo con la existencia o no de metas. Como ya mencionamos en el apartado de la influencia de los entrenadores, es de vital importancia que el entrenador este constantemente informando a su jugador sobre qué hacer, colaborando entre otras cosas, en su elaboración de metas personales y colectivas (IGLESIAS, CÁRDENAS Y ALARCÓN, 2007). A continuación transcribimos algunos fragmentos de las entrevistas realizadas:

*“Él hablaba del gran objetivo de salir campeones y ese es como el gran objetivo de todos (...) pero nunca tampoco teníamos metas a corto plazo o tan tangibles como para que sea realmente un proceso de ir planteando cosas e ir logrando cosas (...) debe ser como muy interesante el tener objetivos claros y no un gran objetivo así intangible” (E 1).*

*“(...) mi grupo en general siempre fue muy malo, siempre perdíamos todos los partidos, cuando en realidad Regatas siempre salía campeón en todas las generaciones entonces como que éramos la oveja negra de todo, y vivíamos perdiendo, entonces como que ta no nos daban mucha pelota en ese sentido...” (E 5).*

*“(...) las del técnico no las tuve nunca muy claras, porque no eran explicitas” (E 6).*

Los casos expuestos anteriormente expresan frustración e insatisfacción producto de la ausencia de metas a corto plazo y la existencia de un único objetivo deseado por todo cuadro que juega a nivel federado (ser campeón).

A su vez relacionado con las metas, la mayoría de las jugadoras expresan plantearse metas personales, con el objetivo de buscar superarse constantemente, logrando fortalecer su motivación y de este modo favorecer el funcionamiento del grupo. En relación a estas metas reclaman la participación del entrenador en la determinación de estas metas personales, lo cual con el transcurso del tiempo afecta notoriamente la motivación intrínseca de las jugadoras. Con relación a este punto presentaremos algunos fragmentos de entrevistas:

*“(...) los objetivos a nivel personal me parece que hacen que también no solamente el grupo se mantenga motivado sino que cada uno también este motivado como para aportarle al grupo (...)” (E 1).*

*“(...) si sobre todo el personal, si vos no te sentís bien contigo mismo es difícil también motivarte y rendir colectivamente (...)” (E 2).*

*“Yo siempre fui de proponerme objetivos, pero los que el entrenador pretendía de mí nunca me quedaron claros (...)” (E 6).*

Estas respuestas brindadas por las jugadoras las podemos relacionar con lo que plantea Balaguer (1994) acerca de la importancia del rol del entrenador a la hora de ayudar a sus jugadoras a plantearse objetivos reales y adecuados a sus posibilidades como jugadoras. Consideramos que esto es algo de suma relevancia, dado que si los entrenadores hacen esto, las jugadoras se sentirán motivadas al momento de la consecución de estas metas. Esto a su vez está estrechamente ligado con la teoría de motivación de logro (GUILLEN, 2003), la cual asume que una jugadora con alta motivación de logro tiende a persistir más en la tarea a pesar

de no lograr alcanzar repetidamente una meta, esforzándose durante un largo tiempo antes de renunciar.

También relacionado con lo anterior, algunas jugadoras expresan que en varias ocasiones los técnicos no supieron adaptar las metas a sus capacidades y cualidades como jugadoras, siendo de nivel superior al que realmente tenían ellas como jugadoras. A continuación exhibiremos una de las respuestas:

*“(...) nuestra entrenadora siempre nos tenía allá arriba, a veces sus metas eran disparates... siempre quería ganar el campeonato a toda costa por más que no estuviésemos a ese nivel (...)” (E 4).*

Por el contrario, otras jugadoras sostienen haber permanecido compitiendo a este nivel como consecuencia de los objetivos planteados por parte del entrenador, los cuales se caracterizaban por estar adaptados a las posibilidades de rendimiento del equipo.

*“(...) si el D.T. no ponía metas creo que nadie jugaría mas... los resultados influyen, pero el siempre nos desafiaba a su modo y nos motivaba, por ejemplo ejercicios siempre con objetivos claros, donde nos concentrábamos para poder cumplir, sino era imposible, y eso motivaba”(E 11).*

*“(...) siempre intentaba ponernos metas acorde a la realidad en la que estuviéramos, ya fuera por número en la categoría o por rendimiento. Nuestra particularidad era siempre apostar a más, a mejorar y a hacer inversiones a futuro”(E 19).*

Luego de haber presentados los diferentes fragmentos, nos parece pertinente comparar las situaciones. Por un lado, encontramos las jugadoras que se proponen metas personales y trabajan para alcanzarlas, y valoran el trabajo del técnico en fomentar otras metas tanto a nivel colectivo como individual (existe un equilibrio entre la motivación interna y externa).

Por otro lado, se presenta una situación similar en que las jugadoras destacan la existencia de metas personales y metas que fueron planteadas por el entrenador, pero que las reiteradas vivencias de fracaso en los partidos del campeonato federal, le ocasionaron la desmotivación y como consecuencia el abandono (existe motivación interna, pero escasa motivación externa).

Por último, las jugadoras se sienten desmotivada por la falta de refuerzos positivos o negativos para efectuar buenas actuaciones deportivas (falta de motivación externa).

A modo de corolario, la motivación intrínseca es más duradera ya que es controlada por la auto-recompensa, en cambio la motivación extrínseca resulta inestable ya que varía con la rapidez con la que se consiguen las recompensas (DE DIEGO Y SAGREDO, 1997). Por lo que los entrenadores deben hacer coexistir ambas motivaciones y aplicar una u otra dependiendo de la situación.

Por su parte, la entrevistada 15 plantea la dificultad de no poder cumplir con los objetivos planteados por el técnico. Dichos objetivos eran acordes para el rendimiento del equipo, pero por distintos motivos nunca se lograban, entre ellos lesiones e inasistencias, lo cual desmotivaba notoriamente a las jugadoras que continuaban trabajando para cumplir con dicho objetivo, que con el transcurso del año se hacía inalcanzable.

*"Las metas que nos íbamos proponiendo capas que se adecuaban pero en general no las podíamos cumplir porque o en la mitad del campeonato había bajas o unas empezaban a faltar, otras empezaban a no ir (...) entonces era muy difícil proponerse un objetivo a principio de año que se adecúe a la situación del equipo más sobre fin de año" (E 15).*

Por último, consideramos importante destacar lo compartido por varias jugadoras de diferentes instituciones con respecto a las citaciones a pre selecciones e inclusive a la participación en competencias internacionales con la selección uruguaya. Por más que pueda parecer un factor relevante a la hora de continuar practicando el deporte, ya que refleja la consecución de objetivos personales, en todos los casos las jugadores terminaron igualmente optando por abandonar por la influencia de varios motivos.

A modo de conclusión, si bien las jugadoras expresan que el éxito deportivo no es motivo por el cual abandonan las prácticas, ya que su razón principal por la que juegan el deporte es entrenar y estar con amigas, con el devenir de la entrevista comienzan a expresar insatisfacción producto de la inexistencia de objetivos grupales y personales, y en algunos casos llegaron a expresar dificultad para persistir en la tarea producto de las instancias reiteradas de frustración.

Por lo tanto, como mencionamos anteriormente, ninguna jugadora abandona las prácticas como consecuencia de no alcanzar el éxito deportivo, en cambio, podemos afirmar que muchas abandonan debido a que sus entrenadores no tienen en cuenta los diferentes tipos de motivación al momento de tratar con sus jugadoras, y como consecuencia no logran a

través de recompensas externas motivarlas a jugar y a través de recompensas internas motivarlas a alcanzar su máximo rendimiento.

Por el contrario, no se presentó ninguna situación en que las jugadoras permanezcan o hallan demorado su decisión por abandonar producto de las reiteradas vivencias exitosas e inclusive por participaciones en los seleccionados uruguayos.

#### **4.5 Influencia del tiempo**

Este capítulo hace referencia a los motivos por los que las jugadoras junior consideran que el factor tiempo influye, en mayor o menor medida, directamente en sus decisiones por abandonar las prácticas.

Se presentaran fragmentos de las entrevistas realizadas a las jugadoras, que si bien todas mencionan la incidencia del tiempo, la misma no se da siempre de igual manera.

La entrevistada 1, expresa en primera instancia que su principal motivo de abandono es la falta de tiempo:

*“(...) la demanda del tiempo de facultad, o sea el cambio del tiempo del liceo, que uno está acostumbrado a otro ritmo, otras exigencias (...)” (E 1).*

Pero con el devenir de la entrevista la misma jugadora manifestó lo siguiente:

*“Yo creo que el tiempo lo hubiera podido manejar, pero creo que ya la situación con el técnico y mi falta de motivación a raíz de eso fue el gran problema” (E 1).*

En cambio, las entrevistadas 5 y 13 manifiestan:

*“(...) mi principal motivo fue la facultad creo, porque yo deje cuando yo entre a facultad de ingeniería, y ta deje un poco por eso” (E 5).*

*"Principalmente el motivo que hizo que abandonara fue el tiempo, la facultad. Justo en el 2012 entraba a la universidad, toda una nueva experiencia para mi, arrancaba con un plan nuevo en la Facultad de Economía, UDELAR y para poder jugar en federación necesitaba tiempo, porque es muy exigente" (E 13).*

La primera expresa que si bien el tiempo influye, el principal motivo de su abandono se debe al vínculo con el entrenador. Además manifiesta que fue dejada de lado en cuanto a correcciones técnico-tácticas, que ya no se la tenía en cuenta para la preparación de los partidos, y hasta que era olvidada por el técnico.

En cambio las dos siguientes, relacionan la falta de tiempo con el ingreso a la universidad. Siguiendo esta misma línea de pensamiento, Saguero (2009) considera que el tiempo es un factor que incide en el abandono de las jugadoras, y que si bien su incidencia es múltiple, uno de las principales razones son académicas (pasaje del liceo a la universidad).

Por otro lado, Saguero (2009) expresa otros de los motivos por los que las adolescentes abandonan las practicas, se debe a la dificultad de articular los horarios académicos y deportivos, en incluso laborales.

A continuación plantearemos dos casos, que son un claro reflejo de la dificultad de coordinar los horarios académicos (los cuales se caracterizan por ser poco flexibles) con los deportivos. A continuación presentamos algunos fragmentos de entrevistas:

*"(...) el tema del estudio, la facultad me ocupaba mucho tiempo, se me superponía el horario de facultad con el de las prácticas y ta... eso como que me freno bastante" (E 2).*

*"Principalmente la carga horaria, que eran muchas horas por semana y... segundo que las practicas eran muy temprano" (E 4).*

*"Y en realidad lo más importante es que yo en la facultad tenía de noche, y no podía cambiar los horarios y las prácticas del club eran muy temprano y no se podían cambiar" (E 15).*

En los casos presentados, las jugadoras manifiestan estar motivadas por las prácticas de handball, pero el comienzo de los estudios terciarios y la poca flexibilidad de las distintas facultades, les imposibilitan continuar con las prácticas. El primer caso la jugadora expresa que si bien los horarios no coincidían, le era imposible asistir a los entrenamientos porque eran temprano. En cambio las otras dos jugadoras no tienen opción de continuar entrenando porque los horarios coinciden.

Relacionado a los casos anteriores, la jugadora manifiesta dificultad de coordinar el tiempo académico y laboral con el deportivo, pero si bien abandonó el deporte, continuó realizando actividad física ya que no tenía horarios preestablecidos.

*“(...) ahora voy al gym nada más porque al gym vas a la hora que querés y no tenés horarios establecidos... en cambio las prácticas tienen horarios, y a mí no me convenían (...)”(E 6).*

En relación a la motivación, la jugadora se manifestó ampliamente desmotivada, ya que en primera instancia su motivo de abandono fue una lesión en la rodilla y producto de una mala recuperación una lesión más grave, lo que le generó un año sin jugar y cuando quiso retomar se le presentó el problema antes descripto en relación al tiempo.

También relacionado con los casos anteriores, la jugadora menciona la dificultad de articular los horarios producto del tiempo que le consume viajar a Montevideo para estudiar.

*"Y en realidad lo más importante es que yo arrancaba la facultad, tenía que viajar a Montevideo, que no es que pierdas paaaaaa, el tiempo! Pero te lleva tiempo y a veces los tiempos no dan cuando emprendes los estudios universitarios" (E 12).*

La jugadora no plantea el aspecto del tiempo como principal motivo de abandono, pero con el devenir de la entrevista manifestó que el tiempo que le implicaba viajar como consecuencia de la distancia entre su casa y la facultad y en el posible caso de jugar en un equipo de Montevideo la distancia de su casa y el club, podía decir que fue uno de los motivos que la llevo a que tomara la decisión por abandonar.

Por otro lado, las jugadoras como consecuencia de la falta de tiempo optaron por abandonar las practicas a nivel federado, y jugar en la liga universitaria que era la modalidad que le requería menos exigencias a nivel de tiempo y competición, quedándole de este modo más tiempo libre a disposición.

*“(...) ta por la facultad más que nada yo no podía muchas practicas ir, tenía que estudiar, y obviamente eso se veía reflejado en mi rendimiento principalmente”(E 7).*

*“(...) no me quería perder el fin de semana, porque también jugaba en la liga.... más los días de semana, entonces era mucho tiempo que le dedicaba y tenía como prioridad el estudio” (E 8).*

*"(...) terminaba a las 12 de entrenar... entre que llegaba a mi casa, ya a las 7 me tenía que levantar para ir a facultad, y ta decidí que no, como tenía otra opción que era entrenar en*



*Scuola pero más temprano pero en otro campeonato que si bien era de menor nivel, este... decidí que no de entrada" (E 9).*

Si bien este último caso es similar a los dos anterior, se diferencian en que esta jugadora disminuyó su rendimiento al no asistir a las prácticas y por lo tanto abandonó la práctica debido a que no cumplió sus metas personales, por lo que hay una relación directa con la motivación de logro, ya que si bien la jugadora siempre se estableció niveles altos de aspiración, la suma de fracasos producto de no poder ir a entrenar lo suficiente, generó su abandono (DE DIEGO Y SAGUERO, 1997).

El siguiente caso aunque pueda parecer claramente un abandono como consecuencia de su situación de vida, en realidad termina siendo a raíz del tiempo, ya que una vez transitado su embarazo se le hizo imposible volver a dedicarle el mismo tiempo que le dedicaba antes a la actividad.

*"(...) tuve un hija... quede embarazada, tuve a mi hija y en el 2012 trate de volver y volver a entrenar, pero no me daban los tiempos, este... y tuve que dejar del todo" (E 3).*

En este caso, la jugadora manifestó estar motivada por el deporte y por todo lo que conlleva jugarlo, pero el nacimiento de su hija y los horarios laborales le imposibilitaron seguir entrenando.

Otro aspecto a destacar con respecto al tiempo, es el lugar que ocupa el deporte en la vida de las jugadoras ya sea como un deporte de competencia o como parte de las actividades del su tiempo libre, lo que da lugar a cuestionarnos sobre el tipo compromiso de las jugadoras hacia las prácticas.

Al principio todas las jugadoras plantean que el deporte fue un actividad prioritaria en sus vidas, y varias de ellas expresan que dicha prioridad disminuyó e incluso dejó de ser, producto del comienzo de los estudios terciarios, inserción en el mundo laboral, aumento de responsabilidades entre otras. A continuación exponemos algunos fragmentos de entrevistas:

*"(...) era mi vida, vivía para eso, iba a la escuela o al liceo y después me iba a entrenar y las horas las pasaba en eso.... Pero las vueltas de la vida, las nuevas responsabilidades que vamos adquiriendo al final de esta etapa hace que esta prioridad disminuya, aunque si soy objetiva muero por seguir jugando, y entrenando" (E 4).*

*"El deporte para mi... en el momento que yo estaba en el liceo, era lo más importante de todo, es mas siempre trataba (...) de acomodarme todos mis horarios entorno al deporte. Mismo los fin de semanas, no salir a bailar los sábados, deje de irme para afuera... ¡Todo por los partidos!" (E 5)*

*"Supo tener gran prioridad.... Pero cuando los horarios me dejaron de convenir, y requería de mucho esfuerzo de mi parte llegar, opte por empezar el gym que vas cuando quieres y puedes, y no dependes de otros" (E 6).*

*"Era un encuentro con mis amigas, social principalmente, me divertía" (E 9).*

*"Para mí fue siempre un pasa tiempo, actividad recreativa, nunca fui... Tipo... muy competitiva..... obvio que me re pintaba salir campeona, pero si me divertía estaba bien..." (E 12).*

Dentro de estas declaraciones, se diferencian dos posturas: por un lado, las jugadoras que dedicaban su tiempo recreativo exclusivamente para el deporte y por el otro lado, las jugadoras que consideraban al deporte como una actividad más de su tiempo libre (un hobby). Igualmente ambas posturas comparten y destacan la repercusión del deporte en sus vidas, tanto en el área física (beneficios para la salud), psicológica (desestrés, distención), cognitiva (estimulación de la inteligencia, aprendizaje de valores) como afectiva (grupo, vínculos).

A modo de conclusión, si bien todas las jugadoras mencionan la falta de tiempo como motivo de abandono, éste no incide en todos los caso del mismo modo.

Por un lado, se observan jugadoras que abandonan como consecuencia de la finalización de la secundaria y el inicio de los estudios terciarios. Por otro lado, jugadoras que abandonan por el motivo anteriormente mencionado, y sumado al mismo el tiempo perdido producto de la lejanía de los diferentes destinos. Y por último, jugadoras que presentan como principal motivo la falta de tiempo pero con el devenir de la entrevista manifiestan múltiples razones que afectan su motivación por las prácticas, quedando el factor tiempo a un lado.

Con respecto a la importancia del deporte en las vidas de las jugadoras, y todo lo que conlleva jugarlo a nivel federado, se observa claramente que aquellas que siempre lo consideraron prioritario en sus vidas, se siente forzadas a dejarlo e intentan continuar jugándolo a otro nivel que no requieran tantas horas de entrenamiento. En cambio, aquellas

que siempre tomaron el deporte como una actividad recreativa, al momento que notaron que la actividad requería un esfuerzo y tiempo mayor al que le destinaban optaron por reemplazarlo por otra actividad física (gimnasio).

## 5. CONCLUSIONES

En este capítulo desarrollaremos las principales conclusiones de la presente investigación teniendo como referencia los objetivos planteados al comienzo de la misma.

En una primera instancia podemos concluir que el abandono de las prácticas deportivas está directamente relacionado con la disminución progresiva de la motivación, que al comienzo de la investigación se relacionaba fundamentalmente a un problema de estructura y coordinación con el resto de las actividades que tienen que afrontar las jugadoras en su vida cotidiana.

A su vez en este estudio las jugadoras manifestaron que los motivos por los que practicaron dicho deporte colectivo son varios: recreativo (divertirse jugando), salud (mejorar la condición física), de tipo catártico (liberar tensiones, relajarse), socio-afectivos (relacionarse con otros) y por último para demostrar aptitudes (necesidad de sentirse útiles).

Asimismo las jugadoras expresaron que esta motivación se ve afectada progresivamente por numerosos factores, por lo que el abandono deportivo sólo puede entenderse como un fenómeno multifactorial. Por lo que a partir del análisis de la bibliografía disponible, decidimos centrarnos en los siguientes factores: la influencia de los entrenadores, los compañeros, las causas físicas, el éxito deportivo y la falta de tiempo, en el término de la carrera deportiva en la categoría junior.

En primer lugar cuando nos centramos en la influencia del rol del entrenador en la decisión de abandono de las jugadoras, si bien no en todos los casos se presentó del mismo modo, en general podemos concluir que la motivación se vio afectada por la ausencia de devoluciones tanto en el proceso personal como colectivo de las jugadoras (falta de reforzamientos), repetitividad de ejercicios en los entrenamientos (monotonía), y falta de herramientas para dialogar y motivar a las jugadoras (pedagogía).

Por estos motivos nos parece destacar la importancia de la formación en el área de dirección técnica y entrenamiento en deportes colectivos, dado que si bien no es excluyente este aspecto lo consideramos relevante para trabajar con las jugadoras, dado que dota al técnico con una serie de herramientas e información sumamente útiles para su trabajo.

Por lo tanto, será de suma importancia que los entrenadores tengan en cuenta estos aspectos mencionados por las jugadoras, y logren construir estrategias a través de las cuales logren contribuir a las necesidades de las jugadoras (buen vínculo, un clima de trabajo colectivo y favorable) beneficiando el proceso de aprendizaje y desarrollo como jugadoras.

En segundo lugar, con respecto a la influencia de los compañeros en la decisión de abandono de las jugadoras se refleja claramente que una vez constituido el equipo incide de forma positiva, ya que en la mayoría de los casos las compañeras trascienden y se vuelven amigas.

Sin embargo, varias jugadoras se manifestaron inquietas y desorientadas frente a la disolución de su equipo producto del abandono de algunas jugadoras, no habiendo número suficiente para presentar la categoría junior, y como consecuencia el resto también abandona, inclusive las que quieren continuar jugando a este nivel.

A su vez, estas jugadoras que expresan querer continuar jugando a nivel federado, por un lado, manifiestan la dificultad de integrarse en un grupo ya constituido y consolidado. Solamente un caso, manifiesta haberle sido fácil e inclusive remarca que no es común una integración tan rápida y satisfactoria. En cambio otras, manifiestan resistencia al cambio de equipo a causa del sentimiento de pertenencia con la institución donde siempre jugaron y el intenso vínculo con las compañeras de equipo, por lo que claramente queda en un primer plano los vínculos sociales y en un segundo plano su interés por continuar practicando el deporte a este nivel.

En tercer lugar, en cuanto a la incidencia de las causas físicas en la decisión de abandono, queda en evidencia que los motivos de práctica que aumentan significativamente los niveles de actividad física habitual en adolescentes, están relacionados con modelos de promoción deportiva centrados en la competición y el rendimiento. De este modo competir y tener reconocimiento social son dos variables que generan un aumento significativo de los niveles de interés por los deportes colectivos.

Relacionado con las causas físicas aparece el rol del entrenador, el cual es importante que fomente la competencia en la mejora de capacidades tomándose cada jugadora a sí misma como punto de referencia, ya que en estos casos la conducta de la jugadora tendrá como objetivo la mejora personal en beneficio de su juego y el del equipo. A su vez, esto implica la percepción de éxito y de una mayor capacidad, dado que esta perspectiva puede verse incrementada con más esfuerzo y el fracaso no se entiende como falta de competencia sino como falta de aprendizaje.

Frente a este factor de incidencia nos parece pertinente destacar la importancia de la presencia del trabajo multidisciplinario, para abordar y acompañar las diferentes situaciones que influyen en la decisión de abandono de las jugadoras, las cuales se manifestaron en orden graduación cuantitativa, es decir que el primero de los nombrados aparece en mayor número de casos, como frustraciones, lesiones y embarazo.

En cuarto lugar refiriéndonos a la influencia del éxito deportivo en la decisión de las jugadoras, queda en evidencia que aquellos equipos en los que se fomenta el éxito basado en ganar y mostrarse mejor que los demás, independientemente de que los deportistas mejoren o no en sus procesos de aprendizaje y se diviertan con el deporte, abandonan más fácilmente que aquellos que tienen menores percepciones de competencia y satisfacción con las prácticas. Por lo tanto, queda en evidencia la falta de diversión y la falta de resultados deportivos como motivos responsables por el abandono.

Relacionado al éxito deportivo podemos decir que los individuos orientados perfectamente a la tarea encuentran su referente de comparación con ellos mismos, es decir, es con respecto a ellos mismos con los que evalúan el nivel de progreso en la realización de la tarea. De este posicionamiento devendrá la vinculación estrecha que establecen entre su interés por hacer la tarea lo mejor posible y su nivel de capacidad de resolverla con éxito. El esfuerzo personal es un elemento clave, ya que a mayor esfuerzo mayor capacidad para realizar las tareas y la percepción de éxito será mayor. Esta actitud de esfuerzo y compromiso en la tarea constituirán la base de la motivación de las jugadoras.

Por último, en lo que refiere a la incidencia del tiempo en la decisión de abandono, las jugadoras dan trascendencia a la falta de tiempo por actividades de estudio y problemas en articular sus horarios.

Por otro lado, se ve directamente relacionado con este factor, el nivel de importancia del deporte en la vida de las jugadoras, ya que aquellas que lo consideraron siempre como una actividad prioritaria intentan al menos continuar jugándolo en otra liga que les requiera menos tiempo de entrenamiento. En cambio aquellas que siempre tomaron el deporte como una actividad recreativa, la sustituyen por otra actividad no necesariamente de índole competitivo e inclusive dejan de realizar actividad física.

Otro factor que incide en el abandono surgió de los testimonios de las jugadoras, y refiere a que en la actualidad hay otras posibilidades para practicar el handball como alternativa a la Federación Uruguaya de Handball. Ejemplo de estas son la Liga Universitaria de Deportes o la liga ACB, las cuales tienen un nivel de exigencia menor tanto en lo deportivo como en lo asistencial.

Para finalizar, queremos manifestar que como consecuencia del presente proceso de investigación consideramos que se podrían realizar algunos complementos en futuras investigaciones. Por ejemplo centrarnos en el problema de investigación pero desde la perspectiva de los entrenadores, realizándoles entrevistas a los mismos. Otro instrumento de recolección de datos que se podría utilizar es la observación, dado que con la misma se podría

tener una mirada más general del tema de estudio y comparar lo que se observa del trabajo de los entrenadores con lo que manifiestan sus jugadoras sobre dicho trabajo.

## 6. REFERENCIAS

- ANTON, J. **Balonmano: fundamentos y etapa de aprendizaje**. Madrid: INDE, 1990.
- ARAÚJO DE VANEGAS, A. **La aventura de educar: adolescencia**. 2 ed. Bogotá: Universidad de La Sabana, 2000.
- BALAGUER, I. **Entrenamiento psicológico en el deporte**. Valencia: Albatros educación, 1994.
- BELASCO, T *et al.* Evolución de los patrones de actividad física en estudiantes universitarios. **Revista de psicología de deporte**. v. 9, n.1, p.51- 63, Feb. 1996.
- BLÁZQUEZ SANCHEZ, D. **La iniciación deportiva y el deporte escolar**. 4 ed. Barcelona: INDE publicaciones, 1999.
- CAMPOS, J. **Criterios para la orientación del entrenamiento de los talentos deportivos**. Disponible en: <[www.plazadedeportes.com](http://www.plazadedeportes.com)>. Acceso en: 6 mayo 2012.
- CANCIO, R y CALDERÍN, O. Consideraciones a tener en cuenta para la iniciación deportiva. **Efdeportes**, Buenos Aires, año 14, n. 141, feb. 2010. Disponible en: <<http://www.efdeportes.com/efd141/consideraciones-para-la-iniciacion-deportiva.htm>>. Acceso en: 6 mayo 2012.
- CASEJEÓN, J.; NAVAS, L. **Aprendizaje, desarrollo y disfunciones**. Implicaciones para la enseñanza en la educación secundaria. España: Editorial Club Universitario, 2009
- CECCHINI, J. et al. Relaciones entre clima motivacional, la orientación de meta, la motivación intrínseca, la auto-confianza, la ansiedad y el estado de ánimo en jóvenes deportistas. **Revista anual de psicología**. España, v.16, n.1, p. 104-109, nov. 2004. Disponible en: <[www.psicothema.com](http://www.psicothema.com)>. Acceso en: 30 mar 2013.
- CERBELLÓ, E. **La motivación y el abandono deportivo desde las perspectivas de las metas de logro**. Monografía doctoral. Santiago de Compostela, 1996.
- CERBELLÓ, E. Una explicación de la motivación deportiva y el abandono desde la perspectiva de la Teoría de Metas: Propuestas para favorecer la adherencia a la práctica deportiva. **En Actas del I Congreso Hispano-Portugués de Psicología**. Santiago de Compostela, 2000.
- COOK, T.; REICHARDT, C. **Métodos Cualitativos y cuantitativos en investigación evolutiva**. 5. ed. Madrid: Morata, 2005.
- CRUZ, J. **Psicología del deporte**. Personalidad, evaluación y tratamiento psicológico. Madrid: Síntesis Psicología, 1997
- DELGADO, M. Influencia de un entrenamiento docente durante las prácticas docentes sobre algunas de las competencias del profesor de educación física. **Tesis doctoral**. Universidad de Granada, 1990.



ESTEVE, A *et al.* **Adolescencia y deporte**. Barcelona: INDE, 2004.

FEDERACIÓN URUGUAYA DE HANDBALL. Disponible en: <http://www.handballuruguay.com.uy/>. Acceso en: 4 mayo 2012.

FLORES, G., RUIZ, F. y GARCÍA, M. Motivos que influyeron en las prácticas de actividad físico- deportivas de tiempo libre en los estudiantes de educación superior de la universidad de Guadalajara, México. **Tesis doctoral**. Universidad de Guadalajara, 2007.

GÁLVEZ, A *et al.* Influencia de determinados motivos de práctica físico deportiva sobre los niveles de actividad física habitual en adolescentes. **Cuaderno de psicología del deporte**. Vol.7, n.1, p. 34-40, nov. 2007.

GARCÍA, F y ROFFÉ, M. **Alto rendimiento. Psicología y deporte. Tendencias actuales**. Buenos Aires: Lugar Editorial S.A, 2004.

GARCÍA, M., PUIG., N y LAGARDERA., F. **Sociología del deporte**. Madrid: Alianza Editorial, 1998.

GUILLÉN, F. **Introducción a la psicología de la actividad física y el deporte**. Barcelona: Kinesis, 2004.

IGLESIAS, D *et al.* La comunicación durante la intervención didáctica del entrenador. Consideraciones para el desarrollo del conocimiento táctico y la mejora de toma de decisiones en baloncesto. **CCD**, Murcia, vol.3, n. 7, p. 43-50, Nov. 2007. Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=163017538006> Acceso en: 11 marzo 2014.

KILPATRICK, M., HEBERT, E., y BARTHOLOMEW, J. College student's motivation for physical activity: Differentiating men's and woman's motives for sport's participation and exercise. **Psychological Review**. v. 4, n. 54, p.87-94, Feb, 2005.

LEFRAICOIS, G. **El ciclo de la vida**. México: Thomson, 2005

LUNARI, J. **Apuntes del entrenamiento infantil**. Córdoba: Impresos Saporti, 2002.

MASLOW, A. A Theory of Human Motivation. **Psychological Review**. v. 3, n. 50, p. 370-396, ago, 2000.

NEGRINI, A. **Instrumentos de coleta de informacoes na pesquisa qualitativa**. In: Molina.

NUVIALA NUVIALA, A.; NUVIALA NUVIALA, R. Abandono y continuidad de la práctica deportiva escolar organizada desde la perspectiva de los técnicos de una comarca aragonesa. **Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte**. v. 5, n. 20, p. 295-307, dic. 2005.

ORTS DELGADO, F. **La gestión municipal del deporte en edad escolar**. Barcelona: INDE, 2005.

PERDOMO, R. **Enfoques adolescentes: la adolescencia**. Facultad de Medicina- FNUAP – OPS/OMS: Ed. Banda Oriental, 1991. p. 46-50.

PIAGET, J. **Psicología de la Inteligencia**. Buenos Aires: Editorial Psiqué, 1975.

PIÉRON, M. **Para una enseñanza eficaz de las actividades físico deportivas**. Inde: Barcelona, 1999.

PULGARIN MEDINA, M. **La infancia y el deporte**. Perspectiva desde el punto de vista de la psicología. Disponible en: <[www.efdeportes.com](http://www.efdeportes.com)>. Acceso en: 28 junio 2010

ROMERO, C. **La motivación y ansiedad en la práctica deportiva en jóvenes**. Granada: ISSN, 2010.

RUIZ MUNUERA, F *et al.* **Educación Física**: temario para la preparación de oposiciones. España: MAD S.L, 2003.

SAGUERO, Alfonso *et al.* Análisis de los motivos de retirada de la práctica deportiva y su relación con la orientación motivacional en deportistas universitarios. **CARM**, Murcia, v. 9, n. 1, p. 85-99, oct. 2009. Disponible en: <<http://www.revistas.um.es/cpd/article/view/75401>> Acceso en: 6 mayo 2012.

SUBURÚ CAMBRE, A. **Historia del balón**: deporte nacional uruguayo. Montevideo: Williams F. Somers, 2007.

TAYLOR, S; BODGAN, R. **Introducción a los métodos cualitativos de investigación**. 4. ed. Barcelona: Paidós, 1998.