

# PODIUM

Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física

---

Volumen 20  
Número 2

2025

Universidad de Pinar del Río "Hermanos Saíz Montes de Oca"



*Artículo original*

## *Conjunto de actividades para lograr la motivación, en atletas de fútbol categoría 9-10 años*

*Set of activities to achieve motivation in soccer athlete's category 9-10 years*

*Conjunto de atividades para atingir a motivação em atletas de futebol na faixa etária de 9 a 10 anos*

Álvaro González-Abreu Báez<sup>1\*</sup> , Marlene Colombé Echenique<sup>1\*</sup> , Yordamia Leon Santana<sup>1\*</sup> ,  
Grettel Polo Bugallo<sup>2\*</sup> , Raudel Calderín Torres<sup>1\*</sup> 

<sup>1\*</sup>Universidad de Artemisa "Julio Díaz González", Cuba

<sup>2\*</sup>Universidad de las Ciencias de la Cultura Física y el Deporte "Manuel Fajardo", Cuba.

Autor para la correspondencia: [glezabreubaezalvaro@gmail.com](mailto:glezabreubaezalvaro@gmail.com)

Recibido: 07/01/2025

Aprobado: 03/06/2025

---

### **RESUMEN**

La motivación en la actividad física y el deporte es uno de los campos de interés y con mayor número de publicaciones en la actualidad que desarrollan estrategias para facilitar la



intervención destinada a alcanzar máximos niveles de rendimiento, en el deporte competitivo. Se realizó el presente estudio descriptivo de corte transversal, método experimental en su variante de preexperimento y una metodología cuantitativa de casos y control con prueba antes y después de aplicada la propuesta de solución al problema, con el objetivo de implementar un conjunto de actividades para lograr la motivación hacia el deporte en el equipo de fútbol categoría 9-10 años, del municipio San Cristóbal, provincia Artemisa. Se tomó como población y muestra a los 22 atletas del equipo, con un grupo estudio y uno control. Al aplicar la Prueba T, para determinar si ambos grupos difieren entre sí de manera significativa respecto a sus medias, se obtuvo como principal resultado que el conjunto de actividades resultó efectivo en sus propósitos al nivel de .01.

**Palabras clave:** actividad física, conjunto de actividades, motivación hacia el fútbol

---

#### **ABSTRACT**

Motivation in physical activity and sports is one of the fields of interest, with the greatest number of publications currently developing strategies to facilitate intervention aimed at achieving maximum levels of performance in competitive sports. This descriptive cross-sectional study was conducted using a pre-experiment experimental method and a quantitative case-control methodology with a pre- and post-test of the proposed solution to the problem. The objective was to implement a set of activities to achieve sports motivation in the 9-10 age group soccer team from the municipality of San Cristóbal, Artemisa province. The population and sample were the 22 athletes on the team, consisting of a study group and a control group. When applying the T-test to determine whether both groups differed significantly from each other with respect to their means, the main result was that the set of activities was effective in their purposes at the .01 level.

**Keywords:** physical activity, set of activities, motivation towards soccer

---



## RESUMO

A motivação na atividade física e no esporte é uma das áreas de interesse, com o maior número de publicações atualmente desenvolvendo estratégias para facilitar intervenções que visem atingir níveis máximos de desempenho em esportes competitivos. Este estudo descritivo, transversal, foi conduzido utilizando uma metodologia pré-experimental, caso-controle e quantitativa, com pré e pós-teste da solução proposta para o problema. O objetivo foi implementar um conjunto de atividades para fomentar a motivação esportiva na equipe de futebol da faixa etária de 9 a 10 anos do município de San Cristóbal, província de Artemisa. A população e a amostra foram os 22 atletas da equipe, compreendendo um grupo de estudo e um grupo de controle. Um teste t foi aplicado para determinar se ambos os grupos diferiam significativamente entre si em relação às suas médias. O principal resultado foi que o conjunto de atividades foi eficaz para atingir seus objetivos no nível .01.

**Palavras-chave:** atividade física, conjunto de atividades, motivação no futebol

## INTRODUCCIÓN

La motivación en la actividad física y el deporte es uno de los campos de interés y con un mayor número de publicaciones en la actualidad. A menudo surge la pregunta sobre cuál es la razón o razones que llevan a ciertos deportistas a sacrificar gran parte de su tiempo y esfuerzo a la práctica deportiva, en lugar de optar por una vida más sedentaria y en principio, cómoda.

De la misma manera, se plantea la discusión sobre la influencia de la motivación en el éxito deportivo, y hasta qué punto un atleta puede llegar al más alto nivel sin la necesaria motivación; en este sentido, la creciente profesionalización de la práctica de la actividad físico-deportiva tiene gran impacto en la difusión de las ciencias que estudian la motivación, entre otras la psicología del deporte.



Por ello, la motivación en el deporte se convierte en objeto de interés creciente, donde se desarrollan estrategias motivacionales que facilitan la intervención, para aumentar la adherencia a los diferentes programas deportivos o si se pretende una óptima preparación psicológica destinada a alcanzar los máximos niveles de rendimiento en el deporte competitivo (Rodríguez, et al., 2020).

La motivación es un aspecto del comportamiento humano muy complejo, en sentido general; y de los deportistas, en particular. Se experimenta cuando se siente curiosidad, angustia, activación, movilización e inquietud ante lo que resulta interesante y favorece la concentración, la atención. En última instancia conduce, cuando se entiende posible o realizable, a buscar la manera de satisfacer la necesidad generada, perceptible o no, que orienta hacia lo percibido y desencadena una serie de acciones y operaciones, con el fin de satisfacer la inquietud, movilizadora por el objetivo que lo motiva.

En síntesis, la motivación es lo que hace que un individuo actúe y se comporte de una determinada manera, es una combinación de procesos intelectuales, fisiológicos y psicológicos que decide, en una situación dada, con qué vigor se actúa y en qué dirección se encauza la energía (Pereyra, 2020).

Es necesario destacar que, aunque la motivación deportiva se abarca con un enfoque teórico integrador y personalológico como aspecto de la personalidad, y se toma como punto de análisis al atleta como un ser biopsicosocial; desde su estatus, se desarrolla en estrecha unidad motivacional, afectiva y cognitivo instrumental en su estructura y funcionamiento, y se logra un análisis y estudio integrador, solo si se tiene en cuenta lo positivo de las corrientes y de los teóricos que en el devenir de la historia han incursionado en los estudios sobre ella.

Se asume entonces, como definición que la motivación en el deporte es un proceso dinámico, movilizador, que se da en los atletas como parte de la experiencia y de su propia proyección, lo cual puede atribuírsele a estimulaciones del orden interno y externo, que se manifiestan como un motor impulsor con características diferentes en cada persona, en múltiples ocasiones, incluso ante una misma estimulación (Antón & Rodríguez, 2012).



Según Aguilar et al. (2019), se describen tres tipos de motivación: motivación intrínseca, motivación extrínseca y amotivación o ausencia de motivación, que difieren en su grado de autodeterminación o autonomía. Las conductas intrínsecamente motivadas representan el prototipo de las actividades autodeterminadas; en ellas el locus de causalidad percibido es interno.

En el caso de la motivación extrínseca, la teoría defiende y la investigación comprueba, que cuando la conducta va seguida por refuerzos monetarios, o bien por refuerzos tangibles contingentes, estos socavan la motivación intrínseca y el locus de causalidad pasa de interno a externo. En la ausencia de motivación (amotivación), los sentimientos de autodeterminación están ausentes y no existen razones ni extrínsecas ni intrínsecas que sustenten su relación con la conducta (Cañizares, 2024).

La motivación es un elemento esencial en el contexto deportivo que ejerce una influencia significativa en el inicio, mantenimiento y/o abandono del mismo por parte de los practicantes; igualmente, resulta útil para evaluar el rendimiento, así como la orientación y la dirección de la conducta del deportista. La misma es uno de los campos de mayor interés, pues es sabido por la comunidad del deporte la relevancia que tiene, para potenciar y obtener el máximo de facultades y el potencial de un deportista (Chancusig, 2023).

La influencia de la motivación en el rendimiento deportivo es muy alta, y cumple un papel fundamental para el aprendizaje y el rendimiento de los deportistas de todos los niveles: base, alto rendimiento, mayores, entre otros. Trabajarla es labor de los entrenadores, del cuerpo técnico y de todo el equipo profesional que rodea al deportista, y a su vez responsabilidad del propio deportista con iniciativa, capacidad, el uso de las herramientas proporcionadas y una actitud proactiva, para desarrollarla y mantenerla (de Vargas y Mor, 2020).

La motivación en el deportista es un factor complejo de analizar y de alimentar. En el deporte, se considera al entrenador como el principal motivador; este cuenta con un equipo profesional multidisciplinar a su alrededor que proporciona la ayuda necesaria para



optimizar la situación, y tiene contacto más cercano y permanente con el deportista y herramientas más accesibles, para conseguir motivarlos.

Según Tello (2020) las formas principales de conseguir la motivación en el deporte son dos: conversaciones, coloquios, discusiones con el equipo, y los diálogos individuales con cada deportista. Se considera que la forma más efectiva de motivación es el compromiso sincero y entusiasta con los jugadores para la consecución de una meta común. Se debe tener en cuenta que la variedad motiva a los jugadores, por lo cual el entrenador debe utilizar técnicas motivacionales muy variadas.

Para que la motivación sea efectiva, el jugador debe sentirse único y especial, manejar a nivel personal, comprender y aceptar claramente las metas del equipo (Labrador & Ventola, 2023). Respecto a las técnicas utilizadas para incrementar la motivación en el área de la actividad físico-deportiva, se destaca el hecho de que tiende a tratarse como un rasgo relativamente estable, en vez de como a un proceso.

Es evidente que la motivación inicial por la que un deportista comienza la actividad deportiva es distinta de la que los mantiene en actividad e incluso dentro de la actividad, donde hay fluctuaciones importantes a través del tiempo. Más atención debe dedicarse a estudiar el proceso dinámico de la motivación en vez de los componentes o determinantes estáticos. Pese al énfasis de las teorías en el papel que el proceso cognitivo del individuo desempeña en la motivación, las investigaciones destinadas a incrementarla no hacen mucho uso de este aspecto, y solo asumen el cambio en la dirección deseada (Moreno. et al., 2013).

Para estos propósitos, tanto los directivos como los profesores deportivos deben auxiliarse de los recursos brindados por las ciencias aplicadas, especialmente, la psicología del deporte. Es por esto que se hace necesario poner en práctica acciones que contribuyan a lograr la motivación hacia el deporte en estos atletas para alcanzar las metas propuestas, por lo que la investigación tuvo como objetivo implementar un conjunto de actividades para lograr la motivación hacia el deporte en el equipo de fútbol categoría 9-10 años, perteneciente al municipio San Cristóbal, provincia Artemisa.



## *MATERIALES Y MÉTODOS*

Para dar cumplimiento a las tareas investigativas planteadas, se asumió como perspectiva investigativa un estudio descriptivo de corte transversal, con diseño investigativo de tipo experimental en su variante de preexperimento, y una metodología cuantitativa de casos y control con prueba antes y después de aplicada la propuesta de solución al problema.

El experimento se llevó a cabo con el equipo de fútbol categoría 9-10 años, del municipio San Cristóbal. Se tomó como población y muestra a los 22 atletas del equipo. Se hizo un grupo estudio y uno control, con 11 atletas cada uno.

Conceptualización de la variable. La motivación en el deporte es un proceso dinámico, movilizador que se da en los atletas como parte de la experiencia y de su propia proyección, lo cual puede atribuírsele a estimulaciones del orden interno (motivación intrínseca) y externo (motivación extrínseca); se manifiesta como un motor impulsor con características diferentes en cada persona en múltiples ocasiones, incluso ante una misma estimulación (Cantón, 1997).

Las dimensiones e indicadores de la variable, así como su escala de medición fueron determinados, en correspondencia con la escala de motivación deportiva (sms/emd) (Balaguer et al., 2007), aplicada para realizar el diagnóstico inicial y final.

La variable se evaluó en tres dimensiones:

1. Motivación intrínseca
2. Motivación extrínseca
3. Ausencia de motivación

Indicadores de la dimension 1:

- Motivación intrínseca al conocimiento (para conocer)
- Motivación intrínseca a las experiencias estimulantes (para experimentar estimulación)



- Motivación intrínseca al logro (para conseguir cosas)

Escala para medir los indicadores. Se consideró que existió la motivación intrínseca cuando se obtuvieron valores entre 6 y 7 puntos como promedio, en los ítems de cada indicador:

- MI al conocimiento (para conocer): ítems 2, 4, 27, 23
- MI a las experiencias estimulantes (para experimentar estimulación): ítems 1, 13, 18, 25
- MI intrínseca al logro (para conseguir cosas): ítems 8, 12, 15, 20

Indicadores de la dimensión 2:

- Regulación identificada
- Regulación introyectada
- Regulación externa

Escala para medir los indicadores. Se consideró la motivación extrínseca cuando se obtuvieron valores entre 6 y 7 puntos como promedio en los ítems de cada indicador:

- Regulación identificada: ítems 7, 11, 17, 24
- Regulación introyectada: ítems 9, 14, 21, 26
- Regulación externa: ítems 6, 10, 16, 22

Indicadores de la dimensión 3:

- Ausencia de motivación

Escala para medir el indicador. Se consideró ausencia de motivación cuando se obtuvieron valores entre 6 y 7 puntos como promedio en el ítem del indicador.

Ausencia de motivación: ítems 3, 5, 19, 28

Para evaluar la variable, se determinó utilizar la media aritmética de los valores de los ítems pertenecientes a un mismo indicador. Se consideró la presencia de motivación hacia el



deporte cuando se obtuvieron puntuaciones entre 6 y 7 puntos en las dimensiones 1 y 2, y que no existió, cuando se obtuvo entre 6 y 7 puntos en la dimensión 3.

Como enfoque investigativo general se asumió el método dialéctico materialista como método rector. Los métodos teóricos permitieron revelar las relaciones no observables directamente en el objeto de investigación, se utilizaron en la etapa de la formulación del problema y las preguntas científicas y en el análisis de los resultados:

Histórico-lógico: por la necesidad de hacer un recorrido de todo el conocimiento precedente y los enfoques más actuales sobre la motivación hacia el deporte.

Análisis y síntesis: por la valoración de los aspectos más generales abordados sobre el estudio de la motivación hacia el deporte como elemento de preparación y profundizar en sus particularidades en el fútbol.

Modelación: permitió el diseño del conjunto de actividades para mejorar la motivación hacia el deporte, en el equipo de fútbol categoría 9-10 años.

Análisis de documentos: revisión de los planes de preparación del deportista que por su nivel de información tuvieron un impacto en la búsqueda de soluciones alternativas al conjunto de actividades elaboradas para mejorar la motivación hacia el deporte en el equipo de fútbol categoría 9-10 años.

Los métodos empíricos revelaron y explicaron las características de los objetos vinculados directamente a la práctica, dentro de ellos se utilizó:

Tests psicológicos: para realizar el diagnóstico inicial y final de la investigación, se utilizó la Escala de motivación deportiva (sms/emd) (Balaguer, et al., 2007).

Observación: para corroborar las problemáticas existentes en el equipo de fútbol, categoría 9-10 años, del municipio San Cristóbal, provincia Artemisa. Se realizaron tres observaciones a las sesiones de entrenamiento del equipo, con 1 observador.



Como técnicas estadísticas, se usaron la estadística descriptiva (análisis porcentual) y de la estadística inferencial (prueba T).

## RESULTADOS

En la etapa inicial, se aplicó la escala de motivación deportiva (SMS/EMD), para operacionalizar la motivación en tres dimensiones: motivación intrínseca, extrínseca y ausencia de motivación, al grupo estudio y al grupo control, y se obtuvieron los siguientes resultados:

### Grupo estudio

*Tabla 1. Distribución de los deportistas, según las dimensiones de la variable*

Dimensiones	Cantidad de sujetos	%
Motivación intrínseca	1	9.09
Motivación extrínseca	3	27.3
Ausencia de motivación	7	63.6
Total	11	100

Como se observa en la tabla en la etapa inicial en el grupo estudio el 63.6 % de los sujetos presentó ausencia de motivación; el 27.3 %, motivación extrínseca; y solo un sujeto, motivación intrínseca que representó el 9.09 % de la muestra estudiada.

*Tabla 2. Distribución de los deportistas, según los indicadores de la dimensión 1 (Motivación intrínseca)*

Indicadores	Cantidad de sujetos	%
MI para conocer	0	0
MI para experimentar estimulación	1	9.09
MI para conseguir cosas	0	0



*Fuente: Escala de motivación deportiva*

Se aprecia en la tabla No.2, que la motivación intrínseca estuvo referida en el 9.09 % de los casos al hecho de experimentar estimulación. Por su parte, para la motivación extrínseca (Tabla No.3), el indicador que sobresalió fue la regulación introyectada en un 18.18 %, y la regulación externa se manifestó en el 9.09 % de los sujetos.

**Tabla 3.** Distribución de los deportistas, según los indicadores de la dimensión 2 (Motivación extrínseca) para el grupo estudio

Indicadores	Cantidad de sujetos	%
Regulación Identificada	0	0
Regulación Introyectada	2	18.18
Regulación Externa	1	9.09
Total	3	27.3

*Fuente: Escala de motivación deportiva.*

En el caso del indicador ausencia de motivación (Tabla No. 4), se encontró que el mismo estuvo en 7 de los 11 sujetos que representó el 63.6 % de la muestra ya que los mismos refirieron tener buenas razones para practicar este deporte, aunque se preguntaron si debían continuar, pues consideraron no ser capaces de tener éxito, no tener claro que este sea su deporte ni por qué lo practicaron, sino lograron sus objetivos.

**Tabla 4.** Distribución de la muestra, según los indicadores de la dimensión 3 (Ausencia de Motivación).

Indicadores	Cantidad de sujetos				%
	Presentan	%	No presentan	%	
Ausencia de motivación	7	63.6	4	36.4	
Total	11			100	



Fuente: Escala de motivación deportiva.

De forma general, la aplicación de la escala de motivación deportiva al grupo estudio arrojó los siguientes resultados (Tabla No. 5):

*Tabla 5. Resultados de la aplicación de la escala de motivación deportiva al grupo estudio.*

Sujetos	Motivación intrínseca	Motivación extrínseca	Ausencia de motivación
1	5	2	6
2	4	7	3
3	2	6	4
4	6	1	4
5	4	2	6
6	5	3	6
7	5	2	7
8	3	5	6
9	2	2	7
10	5	4	7
11	5	6	4
<b>Promedio</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>6</b>
<b>Moda</b>	<b>5</b>	<b>2</b>	<b>6</b>

Fuente: Escala de motivación deportiva

Como se muestra en la tabla no.5, la motivación intrínseca obtuvo puntuaciones promedio de 4 puntos, al igual que la motivación extrínseca por lo que se consideró que la presencia de estas en el grupo estudio no fue la más frecuente, pues los argumentos que tipificaron las repuestas de sus indicadores tuvieron poca relación con ellos.

Por su parte, para la ausencia de motivación, se obtuvieron puntuaciones promedio de 6 puntos, por lo que fue la que más se manifestó, porque los argumentos que tipificaron las



repuestas de su indicador se ajustaron totalmente a ellos. Al respecto, los atletas refirieron no tener buenas razones para practicar este deporte, dudaron sobre continuar su práctica, manifestaron no ser capaces de tener éxito en él, no tuvieron seguridad en su elección y dudas por no conseguir sus objetivos; elementos causales de esta problemática.

### Grupo control

*Tabla 6. Distribución de la muestra, según las dimensiones de la variable.*

Dimensiones	Cantidad de sujetos	%
Motivación intrínseca	1	9.09
Motivación extrínseca	2	18.18
Ausencia de motivación	8	72.7
Total	11	100

*Fuente: Escala de motivación deportiva.*

Como se observa en la tabla No.6, en esta etapa el grupo control se comportó de manera similar al grupo estudio. En este caso el 72.7 % de los sujetos presentó ausencia de motivación; el 18.18 %, motivación extrínseca; y solo un sujeto, motivación intrínseca que representó el 9.09 %, se atribuyó a que estos atletas sintieron no ser capaces de tener éxito en este deporte, no estar seguros de su elección y práctica, al no lograr sus objetivos.

### Caracterización de la propuesta de solución al problema:

El conjunto de actividades diseñado, de forma diversa y variada respondió a un mismo fin, fueron dinámicas y flexibles y la comunicación se ejecutó de manera gradual y escalonada. Se caracterizó por su variación y una adecuada combinación con otros tipos de actividades. Al mismo tiempo, se emplearon técnicas para aumentar la motivación en el deporte, como una herramienta para lograr victorias y un instrumento para alcanzar retos personales y



superarse a sí mismos, tanto en el deporte como en cualquier ámbito de la vida. El conjunto de actividades se desarrolló en 3 etapas: planificación, orientación y ejecución.

**Etapas 1:** En esta se precisó el objetivo del conjunto de actividades presentado:

Objetivo: lograr la motivación para la práctica del fútbol, en atletas de la categoría 9-10 años, del municipio San Cristóbal. Las actividades a ejecutar tuvieron la siguiente estructura: título, objetivo, método, procedimiento, vía de control y breve descripción de la actividad

**Etapas 2:** En esta etapa, se propuso la forma de llevar a la práctica dichas actividades, con los siguientes pasos:

1. Adecuar la implementación del grupo de actividades al contexto donde se llevó a cabo la misma.
2. Motivar para los atletas involucrados en la implementación de las actividades un ambiente favorable.

Una vez asumidas las orientaciones anteriores, se pasó a la implementación en la práctica el conjunto de actividades.

**Etapas 3:** Ejecución de las actividades. Ejemplo de una actividad:

#### **Actividad No. 1**

**Título:** Video-debate

**Objetivo:** valorar la importancia de la práctica del fútbol en la salud, para la incorporación masiva de su práctica.

**Método:** reflexión y debate.

**Procedimiento:** expositivo oral.



Breve descripción de la actividad: el técnico realizó una introducción sobre lo observado en un video, con aspectos que constituyeron bases del debate, se explicó la importancia de la práctica del fútbol para la salud y para los resultados deportivos de la comunidad.

Una primera parte versó sobre los beneficios de la práctica del deporte, con un material de habilidades a adquirirse, y un partido entre dos equipos de calidad mundial. La utilización de esta vía propició en los participantes un ambiente favorable para la observación y la comprensión, el técnico promovió el debate participativo y la importancia de la práctica masiva del fútbol, donde las experiencias vividas jugaron un papel determinante.

Vía de control: preguntas y respuestas. Las preguntas fueron elaboradas con anterioridad, para centrar el debate en el tema propuesto; cada respuesta permitió un nuevo punto de partida para una nueva intervención. Al finalizar se aplicó la técnica del establecimiento de los objetivos, donde los atletas fijaron las metas del equipo, para ello se orientaron las siguientes condiciones:

- Planteamiento de objetivos positivos.
- Los objetivos debieron ser desafiantes y estimulantes, pero siempre realistas y alcanzables.
- Los objetivos debieron formularse de manera clara y conocida por los deportistas.
- Los objetivos se fijaron de acuerdo a las habilidades y capacidades de los deportistas.

Esta técnica de motivación implicó un cambio en la concepción del éxito, donde tener éxito no se limitó a ganar, sino a conseguir los objetivos marcados. Después de implementado el conjunto de actividades para elevar la motivación hacia el deporte del fútbol en la categoría 9-10 años, se obtuvieron los siguientes resultados:

### **Grupo estudio**



**Tabla 7.** Distribución de la muestra según las dimensiones de la variable.

Dimensiones	Cantidad de sujetos	%
Motivación intrínseca	4	36.4
Motivación extrínseca	5	45.4
Ausencia de motivación	2	18.18
Total	11	100

Fuente: Escala de motivación deportiva.

### Grupo control

**Tabla 8.** Distribución de la muestra según las dimensiones de la variable.

Dimensiones	Cantidad de sujetos	%
Motivación intrínseca	1	9.09
Motivación extrínseca	2	18.18
Ausencia de motivación	8	72.7
Total	11	100

Fuente: Escala de motivación deportiva.

En las tablas 7 y 8, se apreció como la motivación intrínseca se manifestó en el 36.4 % de los casos, la motivación extrínseca en el 45.4 % y solo dos sujetos presentaron ausencia de motivación que representaron el 18.18 %. Por su parte, en el grupo control no existieron modificaciones en cuanto a la motivación hacia el deporte, se mantuvo en 72.7 % de los casos con ausencia de la misma.

## DISCUSIÓN

En la etapa inicial de esta investigación se encontró que respecto a la motivación intrínseca los sujetos acudieron a la práctica del fútbol por la satisfacción (disfrute) que les produjo realizar algo excitante, por la emoción de estar inmersos en la ejecución deportiva y en la



práctica del deporte; en la motivación extrínseca, los elementos que los impulsó fueron la asunción de creencias o comportamientos externos, sin entender el motivo de su elección.

Es necesario destacar que en la mayoría de los casos sobresalió la ausencia de motivación hacia el deporte; estos resultados se explicaron por el hecho de que en la edad escolar el interés por este se orienta específicamente, por una experiencia motriz.

La motivación en la actuación deportiva presupone para los niños determinados modelos conductuales incorporados durante el proceso de entrenamiento, desde la unidad entre los procesos cognitivo-afectivo, acentuadas las vivencias emocionales y anímicas predominantemente positivas.

El interés por un deporte en particular deviene en la mayoría de los casos, por la influencia de agentes motivacionales externos como los profesores, los padres, los compañeros más próximos y los medios masivos de comunicación; entonces los niños y los adolescentes tratan de buscar un perfeccionamiento atlético, que se hace evidente en el rendimiento y la importancia de los refuerzos positivos movilizados e inhibidores que contribuyen al desarrollo deportivo (Escamilla et al, 2020).

En la confrontación deportiva que se realiza a través de la competencia, se logra que las vivencias de éxito y fracaso sean también decisivas en la motivación en y por la actividad. Al escolar sí le interesa la superación de la situación que se le presenta, las necesidades de acogida, seguridad y amor en el propio deporte son básicas para otras necesidades que lo autoafirman en su vida general.

En la necesidad de prestigio se refleja el deseo de rendimiento, de comparación social y de nivel de competitividad. Cuando se despierta el deseo de comparación, se observa como los atletas miden sus propios rendimientos con los progresos de los demás. En cada momento, y cada vez que se da una posibilidad está dispuesto a competir, de ahí que muy pronto aprende a experimentar victorias y derrotas, a superar los estados que generan estas últimas, y a crearse una creciente tolerancia a la frustración, siempre y cuando las exigencias



no sean demasiado elevadas y el riesgo al fracaso se acreciente, pues entonces pierden la disposición a medirse y a compararse.

Cuando otras necesidades de estos no pueden satisfacerse a través del entrenamiento, este se pone en peligro; por eso es oportuno destacar la existencia de razones que pueden provocar en los principiantes el abandono del deporte como son la monotonía del entrenamiento, la obligatoriedad del esfuerzo, el comportamiento pasivo, los fines a largo plazo sin objetivos operativos e inmediatos, y el sometimiento a normas de selección sobre la base del rendimiento de otros deportistas. Estos resultados se corresponden con investigaciones como la realizada por Labrador y Ventola (2023).

Como se pudo apreciar en las tablas, después de implementado el conjunto de actividades diseñado, se produjo un aumento considerable de la motivación ya sea intrínseca o extrínseca en el grupo estudio, ello se derivó del hecho de que tanto en la iniciación y especialización deportiva, como en las etapas posteriores de evolución de la maestría deportiva, los métodos y estilos de enseñanza, así como el perfeccionamiento atlético debieron dirigirse a buscar el desarrollo de la independencia y la creatividad de los principiantes de la actividad deportiva.

Desde este punto de vista, se hace necesario trascender a una enseñanza superior y activa, para propiciar un proceso de búsqueda de indicios, de indagaciones y descubrimientos, que partan del planteamiento de tareas abiertas, donde el entrenador sea un orientador en el proceso de aprendizaje, para que pueda propiciar en los atletas la reflexión y el reconocimiento de soluciones a los problemas planteados. El propósito pedagógico está en las relaciones que se establecen entre las técnicas, lo que determina la estructura de la actividad, resultados similares encontraron Hernández et al. (2019).

Los métodos de enseñanza activos promueven el desarrollo de la actividad grupal y potencian el aprovechamiento de las posibilidades cognitivo-afectivas de los practicantes. Los métodos participativos que se seleccionan y utilizan, siempre tienen que estar relacionados armónicamente con las particularidades del grupo y las exigencias del deporte



en que se labora, los objetivos propuestos, los contenidos y los medios (materiales y de espacios) que se dispongan.

En el deporte coexisten los métodos tradicionales y lo activos, los primeros trabajan sobre la base de la reproducción por imitación para lograr un resultado eficiente, bajo un prisma donde la manera de proceder descansa en el pensamiento directriz del entrenador, y los practicantes no son el centro del proceso de enseñanza-aprendizaje, pues la preocupación esencial es el resultado, dirigido a la búsqueda del éxito y del reconocimiento social, que no incentiva a mejorar las habilidades y la competencia ejecutiva ni el despliegue de esfuerzos desarrolladores; se evita la búsqueda de la dificultad y de los resultados negativos; y la técnica o los gestos técnicos aprendidos se adaptan a las situaciones de explicación y demostración, repetición y corrección de errores, de acuerdo con Rodríguez et al. (2020).

Al aplicar la Prueba T, para determinar si ambos grupos difirieron entre sí de manera significativa respecto a sus medias, se determinó que existieron diferencias significativas entre los mismos al nivel de .01, con un 99 % de probabilidades de diferir significativamente, los grupos entre sí respecto a la variable estudiada. Por tanto, se infirió que el conjunto de actividades propuesto y aplicado al grupo estudio fue el responsable de las diferencias encontradas entre ambos, en la variable motivación hacia el deporte, resultados similares a los de Romero et al. (2019).

## CONCLUSIONES

Los referentes teóricos que sustentaron la motivación hacia el deporte aportaron elementos suficientes para el desarrollo de la investigación realizada. La motivación hacia el deporte no estuvo presente en los atletas del equipo de fútbol categoría 9-10 años, del municipio San Cristóbal, provincia Artemisa.

De manera general, el grupo estudio después de estar bajo la influencia del conjunto de actividades propuesto mejoró considerablemente los indicadores de la motivación hacia el deporte, no fue así en el grupo control donde continuaron las dificultades, por lo que se demostró que la implementación del conjunto de actividades propuesto para el logro de la



motivación en el deporte en atletas de fútbol categoría 9-10 años del municipio San Cristóbal resultó ser efectivo.

### **REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

- Aguilar-Parra, J. M., Trigueros Ramos, R., Fernández Campoy, J. M., & Alías García, A. (2019). La motivación en el deportista. *Salud y ciclo vital*, 207-219.
- Antón, A. M., & Rodríguez, G. S. (2012). Las teorías sobre la motivación y su aplicación a la actividad física y el deporte. *Lecturas: Educación física y deportes*, (164), 8-8.
- Balaguer, I., Castillo, I., & Duda, J. L. (2007). *Propiedades psicométricas de la Escala de Motivación Deportiva en deportistas españoles*. *Revista Mexicana de Psicología*, 24.
- Cantón Chirivella, E. (1997). Motivación en la actividad física y deportiva. *Revista electrónica de motivación y emoción*.3 (5-6).
- Cañizares, M. (2024). ¿Motivación intrínseca o extrínseca?... Hacia un equilibrio. *PODIUM: Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física*, 19(2), 1.
- Chancusig, L. H. C. (2023). La motivación como beneficio en las clases de educación física: una revisión sistemática. *MENTOR revista de investigación educativa y deportiva*, 2(5), 265-280.
- De Vargas Viñado, J. F., & Mor, E. M. H. (2020). Motivación hacia la Educación Física y actividad física habitual en adolescentes. *Ágora para la Educación Física y el Deporte*, 22, 187-208.
- Escamilla Fajardo, P., Alguacil Jiménez, M., & González-Serrano, M. H. (2020). Variables predictoras de la motivación deportiva en estudiantes de secundaria federados y no federados. *Retos: Nuevas Perspectivas de Educación Física, Deporte y Recreación*, 38.



- Hernández Martínez, A., Martínez Urbanos, I., & Carrión Olivares, S. (2019). El Colpbol como un medio para incrementar la motivación en Educación Primaria. *Retos: Nuevas Perspectivas de Educación Física, Deporte y Recreación*, 36.
- Labrador, R. M. S., & Ventola, A. R. M. (2023). Variables asociadas a la motivación hacia la práctica de actividad física en adolescentes. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (50), 925-930.
- Llerandi Padrón, V., & Barrios Palacios, Y. D. (2022). La motivación y el aprendizaje en la clase de educación física: reflexiones prácticas. *Conrado*, 18 (84), 30-39.
- Moreno-Murcia, J. A., Joseph, P., & Hernández, E. H. (2013). Cómo aumentar la motivación intrínseca en clases de educación física. *E-motion: Revista de Educación, Motricidad e Investigación*, (1), 30-39.
- Pereyra, E. (2020). Influencia de la motivación en la actividad física, el deporte y la salud. *Revista Científica Arbitrada de la Fundación MenteClara*, 5.
- Rodríguez, J. N., Cantó, E. G., Guillamón, A. R., & del Moral García, J. E. (2020). La motivación hacia la práctica físico-deportiva en escolares y la influencia del profesor. *Papeles salmantinos de educación*, (24), 131-148.
- Romero Pileta, I., Dopico Pérez, H. M., Fernández Téllez, I., MontoroBombú, R., Chávez Cevallos, E., & Contreras Calle, W. T. (2019). Análisis integral de la motivación en boxeadores. *Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas*, 38(2), 56-72.
- Tello, O. E. A. (2020). Motivación hacia la Práctica de la Actividad Físico-Deportiva y Recreativas de los Estudiantes Secundarios. *Revista Scientific*, 5(16), 230-245.



*Conflictos de intereses:*

Los autores declaran no tener conflictos de intereses.

*Contribución de los autores:*

Los autores han participado en la redacción del trabajo y análisis de los documentos.



Esta obra está bajo una licencia de Creative Commons Reconocimiento-NoComercial 4.0 Internacional.

