



**FACULTAD DE
CIENCIA Y TECNOLOGÍA
DEL DEPORTE**

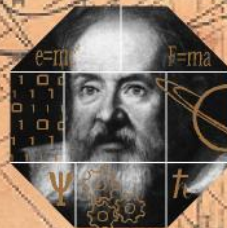
**Licenciatura en Ciencia
Y
Tecnología del Deporte**

**“PROPUESTA DE INSTRUMENTO
PARA MEDICIÓN DE LA
MOTIVACIÓN A LAS ATLETAS
DE 11 A 15 AÑOS DE GIMNASIA
ARTÍSTICA FEMENINA CON
PROYECCIÓN A LOS EVENTOS
DE CICLO OLÍMPICO”**

**BONILLA LÓPEZ,
KARLA JOHANNA
Carné: 08003052**

Ciudad de Guatemala, marzo de 2012

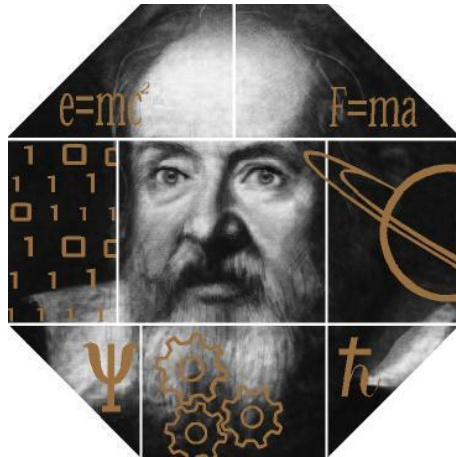
**LA REVOLUCIÓN
EN LA EDUCACIÓN**



UNIVERSIDAD

Galileo

Guatemala, C. A. t.



UNIVERSIDAD

Galileo

Guatemala, C. A.

**FACULTAD DE CIENCIA Y TECNOLOGÍA
DEL DEPORTE**

Licenciatura en Ciencia y Tecnología del Deporte

**“Propuesta de Instrumento para medición de la motivación a las
atletas de 11 a 15 años de Gimnasia Artística Femenina con
proyección a los eventos de Ciclo Olímpico”**

**Karla Johanna Bonilla López
Carné: 08003052**

Ciudad de Guatemala, marzo de 2012

AGRADECIMIENTO

A DIOS

Por enseñarme hacer valiente y esforzada, por darme su bendición día con día permitiendo mi superación en todos los ámbitos de mi vida.

Ciudad de Guatemala,
08 de febrero 2012

A MI ESPOSO Juan Pablo Monterroso

Por su apoyo incondicional, con quien comparto la hermosas tareas de formar atletas con valores morales y éticos a través del deporte.

Licenciado

Sergio Arnaldo Camargo Muralles

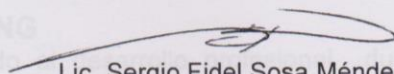
Decano de la Facultad de Ciencia y Tecnología del Deporte

Universidad Galileo

Distinguido Licenciado Camargo Muralles:

De manera respetuosa me dirijo a usted para informarle que la tesis: **PROPUESTA DE INSTRUMENTO PARA MEDICION DE LA MOTIVACION A LAS ATLETAS DE 11 A 15 AÑOS DE GIMNASIA ARTISTICA FEMENINA CON PROYECCION A LOS EVENTOS DEL CICLO OLIMPICO**, de la estudiante **Karla Johanna Bonilla López**, con número de carné **08003052**, presentado previo a optar el grado académico de **Licenciada en Ciencia y Tecnología del Deporte**, ha sido objeto de revisión gramatical y estilística, por lo que puede continuar con el trámite de graduación.

Atentamente,



Lic. Sergio Fidel Sosa Méndez

Asesor

Colegiado N0. 2319

INDICE

	PAGINA
INTRODUCCION	5
1. MARCO CONCEPTUAL	6
1.1 JUSTIFICACION	7
1.2 HIPOTESIS	7
1.3 OBJETIVO GENERAL	7
1.4 OBJETIVOS ESPECIFICOS	7
1.5 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	8
1.6 ANTECEDENTES	11
2. MARCO TEORICO	14
2.1 INSTRUMENTOS DE MEDICION PSICOLOGICA	14
2.2 MODELO PSICOSOMETRICO DE LOS ATRIBUTOS	14
2.3 LA MOTIVACION	15
2.4 FACTORES RELACIONADOS CON LA MOTIVACIÓN	15
2.5 DEFINICION DE MOTIVACION INTRINSECA	16
2.6 DEFINICION DE MOTIVACION EXTRINSECA	17
2.7 OTRAS DEFINICIONES DE MOTIVACION INTRINSECA Y EXTRINSECA	18
2.8 DESMOTIVACION	18
2.9 NIVELES EN LOS QUE SE PUEDE PRESENTAR LA MOTIVACION Y DESMOTIVACION	18
2.9.1 GLOBAL	18
2.9.2 CONTEXTUAL	18
2.9.3 SITUACIONAL	19
2.10 LA MOTIVACION BAJO EL CONCEPTO DE JERARQUIA DE NECESIDADES DE MASLOW	19
2.11 ETAPAS DEL DESARROLLO (J. PIAGGET)	20
2.12 CARACTERÍSTICAS PSICOLÓGICAS DE LOS ATLETAS DE 12-15 AÑOS	20
2.13 CONCEPTO DE GIMNASIA ARTISTICA	24

	PAGINA
2.13.1 FASES DE COMPETENCIA	24
2.13.2 CONCURSO I	24
2.13.3 CONCURSO II	25
2.13.4 CONCURSO III	25
2.13.5 CONCURSO IV	25
2.13.6 APARATOS O EVENTOS DE GIMNASIA ARTISTICA FEMENINA	25
2.13.7 MESA DE SALTO	26
2.13.8 BARRAS ASIMETRICAS	27
2.13.9 VIGA DE EQUILIBRIO	27
2.13.10 SUELO	28
2.13.11 CATEGORIAS DE PARTICIPACION COMPETITIVA EN EL AREA PANAMERICANA	29
2.13.12 EVENTOS DEL CICLO OLIMPICO	30
3. MARCO OPERATIVO	31
3.1 TIPO DE INVESTIGACION	31
3.2 MUESTRA	31
3.3 METODO DE INVESTIGACION	32
3.4 DEFINICIONES DE VARIABLES E INDICADORES	32
3.5 METODO DE RECOLECCION DE DATOS	33
3.6 CARACTERISTICAS DEL INSTRUMENTO PROPUESTO	34
3.7 ANALISIS DE RESULTADOS	35
3.8 CONCLUSIONES	39
3.9 RECOMENDACIONES	40
3.10 ANEXOS	41
3.10.1 INSTRUMENTO PROPUESTO PARA MEDIR LA INTENSIDAD DE LA MOTIVACION EN GIMNASIA ARTISTICA FEMENINA	41
3.10.2 BLIBLIOGRAFIA	43

INTRODUCCION

El trabajo de tesis tiene como objetivo presentar un instrumento que mida la intensidad de la motivación, en gimnasia artística femenina entre las edades de 11 a 15 en atletas con proyección a los eventos del ciclo olímpico, que sirva como herramienta para que el entrenador pueda monitorear de una forma planificada los diferentes niveles de motivación que manejan las atletas en diferentes situaciones, implicadas dentro y fuera de su entrenamiento que le ayudan o perjudican en el desempeño técnico, ya que la motivación es un factor determinante de la superación, la permanencia y/o el abandono de la práctica deportiva.

También se describen las características entre el instrumento propuesto y el que se tomo de base para la elaboración del mismo. Se empleo una muestra de 9 atletas, 7 entre las edades de 11 y 12 y 2 entre las edades de 13-15, quienes respondieron el test de (D.S. Butt) utilizado actualmente por el departamento de Psicología del Comité Olímpico Guatemalteco, por un profesional en el área, asesor designado para este deporte, el instrumento propuesto lo contesto el entrenador en base a la observación de la conducta de las atletas, ambos test fueron aplicados en el mismo microciclo, el test propuesto estará en constante evaluación para la verificación de la eficacia del mismo.

Partiendo del punto de vista de que la motivación es un factor determinante en cualquier actividad humana se pretende aportar con el instrumento propuesto una herramienta que facilite respuestas del comportamiento en el rendimiento deportivo de las atletas proporcionando de esta manera el mantenimiento de los niveles de intensidad de la motivación de cada una de ellas, creando un clima motivacional que les permita aumentar el nivel técnico.

1. MARCO CONCEPTUAL

1.1 JUSTIFICACIÓN

La gimnasia artística femenina guatemalteca como otras disciplinas deportivas sufren de la deserción o abandono de atletas en los últimos ocho años, el abandono surge justo antes de cumplir con la edad mínima para enfrentar competencias oficiales del Ciclo Olímpico. Han sido gimnastas con capacidades físicas idóneas para este deporte y con un nivel adecuado para continuar su crecimiento técnico para la obtención de logros deportivos tanto individuales como de equipo.

Existen investigaciones que han determinado que la principal problemática en el deporte de hoy en día es la desmotivación de los atletas, la cual afecta el desarrollo de la práctica deportiva en el plano de alta competencia. La actividad físico deportiva es de gran importancia en el desarrollo de los niños y adolescentes, sin embargo esta ha sido sustituida en los últimos años por prácticas que implican menor esfuerzo físico, mental y de poca responsabilidad.

En este trabajo de tesis se describe la motivación como factor que influye y previene la deserción, en la realización de cualquier actividad humana, relacionada a la práctica de la gimnasia artística femenina de alta competencia.

En la mayoría de casos, el por qué un atleta es apático en su entrenamiento, se encuentra en él mismo y no en los factores externos; por tal razón, es necesario destacar aspectos psicológicos que influyen en la práctica deportiva de forma positiva o negativa en preadolescentes y adolescentes, dichos factores determinaran el futuro deportivo.

Según Cervelló (1996), abandono y motivación, son dos conceptos estrechamente relacionados, ya que el abandono es el resultado de la falta de motivación, en palabras de dicho autor, el abandono deportivo se puede conceptualizar como aquella situación en la cual los sujetos han finalizado su compromiso explícito con una especialidad deportiva.

1.2 HIPOTESIS

El instrumento que se propone será una herramienta de ayuda para los entrenadores de gimnasia artística femenina para la prevención de la deserción y poder detectar el momento idóneo de utilización de técnicas y métodos específicos para aumentar o desarrollar la motivación, y así requerir la ayuda oportuna del psicólogo deportivo.

1.3 OBJETIVO GENERAL

Proponer un modelo de guía de observación y seguimiento utilizando un cuestionario que permita a los entrenadores de gimnasia artística femenina medir la intensidad de la motivación de sus atletas, para la toma adecuada de decisiones en el momento oportuno y favorecer la permanencia en la práctica deportiva, así como lograr que alcancen las condiciones motivacionales óptimas en el proceso deportivo.

1.4 OBEJETIVOS ESPECIFICOS

- 1.- Que las atletas que integran actualmente la preselección nacional de gimnasia artística femenina de Guatemala conserven la motivación necesaria para enfrentar los eventos del ciclo olímpico de acuerdo a sus categorías y calendario competitivo
- 2.- Proponer que la Federación Nacional de Gimnasia planifique el uso de esta herramienta en dependencia de los eventos que tengan programados los entrenadores para cada macrociclo.
- 3.- Colaborar con el Comité Olímpico Guatemalteco a través del uso de este instrumento a la clasificación de equipos completos en todos los eventos del ciclo olímpico incrementando así los resultados ya obtenidos en esta disciplina.
- 4.- Ofrecer a los padres de familia la garantía de una formación integral en sus hijas por medio de las evaluaciones, detectando los factores de motivación o desmotivación que influyen en su rendimiento deportivo, académico y social.
- 5.- Coordinar los esfuerzos con el psicólogo deportivo, ofreciendo datos importantes que permitan la intervención inmediata.

6.- Demostrar el aporte de las ciencias aplicadas, en el área de Psicología deportiva, ya que desarrolla métodos y procesos para mejorar el rendimiento deportivo.

1.6 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Cuando inicio el proceso en el año 2003 en Guatemala con expectativas Olímpicas, se manejó una matrícula de 15 atletas en las diferentes categorías con una selección permanente (ingreso y egreso de atletas) pero manteniendo el número de matrícula hasta el año 2006, a partir de ese año se presentó una disminución de matrícula, atletas que estaban preparándose para enfrentar el ciclo 2004-2008 fueron abandonando la práctica deportiva, lo cual provoco que la gimnasia guatemalteca no tuviera la oportunidad de presentar equipo en ese ciclo, en el actual ciclo 2008-2012 habiendo solamente cuatro atletas adultas que es el número mínimo para presentar equipo, lamentablemente una de ellas se lesiono lo cual anulo la posibilidad de clasificar equipo para los XVI Juegos Panamericanos Guadalajara 2011, esto pone de manifiesto que el contar con un una matrícula limitada deja con pocas posibilidades a un país de buscar la clasificación de equipo completo, cabe mencionar que no es un problema únicamente de nuestro país sino que es un problema general que padecen algunos países del área panamericana.

Es necesario destacar que la gimnasia artística femenina se inicia a edades muy tempranas, lo cual con lleva a que una atleta requiere de 12 años de preparación para llegar a la edad mínima con el nivel requerido, para tener la posibilidad de clasificación a unos Juegos Olímpicos, la edad mínima es de 16 años, edad establecida por la Federación Internacional de Gimnasia, lo que hace pensar en el apoyo psicológico con el que debe contar una atleta en cada una de las etapas de su entrenamiento deportivo.

En la actualidad la preselección nacional guatemalteca de gimnasia artística femenina está conformada de la siguiente manera:

Tabla 1: Matricula de atletas actual en GAF

NUMERO DE ATLETAS	CATEGORIA
6	9-10 años Infantil "A"
7	11-12 años Infantil "B"
3	13-15 años "Juvenil"
4	16 en adelante "Adulta"

Podemos observar que el número de atletas juveniles y adultas, es significativamente menor que en las otras dos categorías, las edades en la que nos enfocaremos en este trabajo de tesis son de 11-15 años.

El aporte social que pretende esta investigación está enfocado en las instituciones deportivas guatemaltecas, el Psicólogo deportivo, los padres de familia, entrenadores y principalmente las atletas que practican la gimnasia artística femenina.

Las instituciones tendrán entrenadores utilizando el instrumento que mida la intensidad de la motivación que presentan las atletas lo cual les dará la oportunidad de contar con un número mayor de atletas practicando exitosamente y voluntariamente en el ámbito de alta competencia.

El psicólogo deportivo tendrá a su disposición datos importantes que le permita iniciar de forma inmediata el trabajo individualizado en dependencia de las necesidades de cada una de las atletas. Este instrumento sugiere un trabajo psicológico preventivo.

Los padres de familia tendrán la posibilidad de conocer los aspectos motivadores o desmotivadores que influyen en sus hijas no solamente en el aspecto deportivo sino en el entorno familiar, académico y social, pudiendo así colaborar con el desarrollo psicológico óptimo e integral.

Los entrenadores tendrán una herramienta que les permita detectar la intensidad de la motivación de cada una de sus atletas, para tomar medidas adecuadas en dependencia de las necesidades individuales, podrán reforzar o modificar si fuese necesario las cargas de entrenamiento para no poner en riesgo la integridad física de

sus atletas, así como solicitar el apoyo del Psicólogo Deportivo. Los entrenadores podrán aprovechar al máximo la intensidad de la motivación de sus atletas para poder aumentar el nivel técnico.

Las atletas tendrán la atención debida en las diferentes intensidades de motivación que presenten a lo largo de su preparación, para evitar que les afecte directa o indirectamente en su rendimiento deportivo e integral. Con el apoyo adecuado en el momento requerido.

Esta herramienta pretende sugerir medidas para prevenir el abandono de la práctica deportiva, así mismo que la práctica deportiva de alta competencia se lleve a cabo de la mejor manera, con la pretensión de tener atletas integrales, motivadas y satisfechas tanto de su esfuerzo, como de sus resultados, siendo agentes que promuevan los Valores Olímpicos, no solo en el ámbito deportivo sino en todo su entorno social.

1.6 ANTECEDENTES

Existen algunos Modelos Teóricos aplicados al estudio de la Motivación Deportiva, que toman en cuenta las aportaciones de Pavón (2001), y citas de Valero y Latorre (1998), Cervelló (1966) las cuales presentan distintas teorías Psicológicas que establecen que la motivación está influenciada por un conjunto de aspectos interrelacionados entre sí, y subyacente a la conducta observable.

El estudio de la motivación es un factor clave, en el ámbito deportivo de alta competencia, ya que permite conocer la razón por la cual algunas personas escogen una actividad física y otras no, los factores que se encuentran relacionados con esa elección y aquellos que determinan la permanencia o abandono.

Se dice entonces que si no hay motivación no hay participación, aunque en algunos casos esa afirmación no siempre es correcta. De hecho algunos tipos de motivación (extrínseca, orientación al ego y al resultado) pueden, a veces tener efectos negativos sobre la participación y la satisfacción en la práctica del deporte y el ejercicio (Gutiérrez, 2000)

En el año (2009) se presentó un proyecto académico realizado por Leo, R.M.; Gómez, F.R.; Sánchez Miguel, P.A.; Sánchez, D.; García Calvo, T. de la Facultad de Ciencias del Deporte de la Universidad de Extremadura España, como tema central el “Análisis del compromiso deportivo desde la perspectiva de la teoría de autodeterminación, en jóvenes futbolistas”, El propósito principal del estudio era comprobar las relaciones existentes entre las necesidades psicológicas básicas y el nivel de autodeterminación, respecto al compromiso deportivo que manifiestan jóvenes jugadores de fútbol. La muestra de la investigación fue formada por 809 jugadores de fútbol, de género masculino y con edades comprendidas entre los 11 y 16 años.

Los instrumentos utilizados medían las necesidades psicológicas básicas, la motivación auto determinada en la práctica deportiva y el compromiso deportivo. Las técnicas utilizadas fueron los análisis descriptivos, el análisis de fiabilidad entre otras.

Los resultados mostraron una relación positiva y significativa entre las necesidades psicológicas básicas y el nivel de autodeterminación con el compromiso

deportivo, afirmaron que un alto nivel de autodeterminación va a estar relacionado con un mayor compromiso con la práctica deportiva. La recomendación destacó que se deberá fomentar en los jóvenes jugadores unos motivos de práctica centrados en el disfrute y el placer de la propia actividad como medio para obtener una práctica deportiva duradera y con un alto grado de compromiso deportivo.

En el año (2006), Juan Antonio Moreno Murcia, Eduardo Cervelló Gimeno y David González-Cutre Coll de la unidad de Investigación en Educación Física y Deportes, como tema central “Analizando la motivación en el deporte: un estudio a través de la teoría de la autodeterminación”, en ese trabajo de investigación trataron de establecer relaciones entre los elementos que definen la Teoría de las Metas de Logro de Nicholls y la Teoría de la Autodeterminación de Deci y Ryan, así como analizar las diferencias existentes en función de una serie de variables demográficas. Para ello se empleó una muestra de 413 deportistas de diversos deportes con edades comprendidas entre los 12 y 16 años, que respondieron el POSQ, PMCSQ-2 y SMS. Los resultados revelan que los deportistas con un alto SDI muestran una mayor orientación a la tarea y perciben en mayor medida, un clima tarea que los deportistas con un bajo SDI, que tienen una mayor orientación al ego y una mayor percepción de un clima ego. Además, los hombres muestran una mayor orientación al ego y perciben un clima motivacional más implicante al ego que las mujeres, que perciben un clima motivacional más implicante a la tarea y tienen un mayor SDI. También se ha encontrado que los deportistas más jóvenes perciben un mayor clima tarea, y que un mayor tiempo de práctica se relaciona con un mayor SDI. Los deportistas de deportes colectivos tienen una mayor orientación al ego y una mayor percepción de un clima ego, mientras que en los deportes individuales es mayor la orientación a la tarea y el SDI.

En el (2010) La Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte. Vol.5, No. 1, una investigación de tema “Evaluación y Análisis de Habilidades Psicológicas Relacionadas con el Rendimiento Deportivo en Gimnastas de Rítmica, realizada por José Carlos Jaenes Sánchez, José Carmona Márquez, y Estefanía Lopa Peralto, de la Universidad Pablo de O. y Centro de Medicina del Deporte (CAMD), Sevilla, y Universidad de Huelva, España. En resumen el objetivo general de la investigación es conocer, usando el cuestionario “Características Psicológicas

relacionadas con el Rendimiento Deportivo” (CPRD) de Gimeno (1999; Gimeno, Buceta, y Perez-Llantada, 1999, 2001) el nivel de habilidades psicológicas relacionadas con el rendimiento en una muestra de gimnastas de rítmica, una especialidad considerada de alta dificultad de afrontamiento desde el punto de vista psicológico. El CPRD tiene una muy aceptable fiabilidad (coeficiente alfa Cronbach =.85), puede ser de utilidad para explicar comportamientos observados sobre habilidad psicológicas en una especialidad poco investigada, indica diferencias significativas entre gimnastas de éxito y no éxito y apunta diferencias entre los grupos pre elite y no elite. Igualmente se observa que las gimnastas que trabajan con psicólogos del deporte como parte de su entrenamiento, obtienen mejores puntuaciones en Evaluación del Rendimiento que aquellas que no disponen de este servicio.

Según el libro de título “¿Por qué el abandono y la falta de motivación en el deportista?” de los autores S. Caldarelli, F. Conti, C. de Giuli y S. Tamoni del Instituto de Medicina Deportiva – Roma, Uno de los temas que más ha atraído la atención de la psicología es la motivación; tal vez por esa razón, desde que la psicología se ha interesado por el deporte, uno de los aspectos fundamentales estudiados ha sido la motivación, dentro del estudio de las causas que determinan el comportamiento deportivo. Según el libro se consideró que para encuadrar el problema de la motivación lo más oportuno era abordar el tema de lo opuesto, es decir la desmotivación.

Desde un punto de vista muy general definen la motivación como el conjunto de causas que determinan el comportamiento humano. En ese mismo libro hace referencia a otras dos definiciones; para Mednik, Higgins y Kirschenbaum (1975), el concepto de motivación se refiere generalmente a los factores sociales y de aprendizaje que originan, mantienen e interrumpen el comportamiento dirigido hacia un objetivo. Para Kagan y Haveman (1976), la motivación es un concepto general relacionado con las fuerzas que regulan el comportamiento, consecuencia de capacidades, deseos y necesidades, dirigido hacia un objetivo.

2. MARCO TEORICO:

2.1 INSTRUMENTOS DE MEDICIÓN PSICOLOGICA

Los instrumentos de evaluación psicológica son las técnicas mediante las cuales se recogen los datos referenciales a las características psicológicas de las personas estudiadas. Son muchos los instrumentos que sirven para este fin y variadas son también las formas que adquieren los test, su modo de presentación, el material con que están hechos, el objetivo que persiguen. Es tan amplia la cantidad de instrumentos que existen que se encuentran clasificados en diversas categorías, y todos ellos constituyen el arsenal tecnológico y metodológico con que cuenta la psicología para realizar sus mediciones.

Estos instrumentos constituyen la base sobre la cual descansan los fundamentos de la exploración y el análisis del comportamiento del hombre, concebidos de tal forma desde que surge la necesidad de evaluar las diferencias humanas.

2.2 MODELO PSICOMÉTRICO DE LOS ATRIBUTOS

El modelo psicométrico para la evaluación psicológica surge por la influencia de la psicología diferencial dada la necesidad de realizar el trabajo de diagnóstico o diferenciación de unas personas con relación a otras. Es decir, la valoración de las diferencias individuales se obtiene mediante la ejecución, por parte de los sujetos, en diferentes test o instrumentos de evaluación de este modo se identifican rasgos o dimensiones que tienen que ver con las funciones intelectuales o con características de la personalidad del sujeto estudiado. El fundamento teórico que explica el fundamento psicométrico considera que la conducta está determinada por atributos internos estables por lo que la tarea evaluadora consiste en la búsqueda de las manifestaciones externas de la conducta, que nos sirven de indicadores del estado interno de dichos atributos no evaluables directamente. La relación entre los atributos internos y las manifestaciones externas (que son las respuestas a los test) están basadas en las técnicas correlacionales que aporta la estadística; una vez conocida esa relación, y

dado que los atributos internos son estables, se puede predecir cómo será el comportamiento futuro de una persona. A esos atributos internos, en función de los cuales se explica la conducta, se les denomina rasgos.

2.3 LA MOTIVACIÓN

Es un vocablo que tiene sus raíces en el verbo latino moveré, que significa “mover”, “poner en movimiento”, en el sentido de algo que impulsa a la acción. Constituye un estado, permanente o transitorio y aun esporádico, caracterizado por una predisposición favorable para la acción. Es un significado etimológico que nos da el primer indicio para entender un concepto íntimamente ligado a un estado o proceso interno capaz de activar dirigir y mantener la conducta hacia un objetivo. En efecto, en el ámbito deportivo la motivación ha de ser considerada como el producto de un conjunto de variables sociales, ambientales e individuales, la intensidad en la práctica de la misma y, en último término, el rendimiento. Vallerand y Thill (1993), formulan que esta variable psicológica no es sino un constructo hipotético que describe las fuerzas internas y/o externas que producen la iniciación, dirección, intensidad y persistencia de la conducta.

En otro concepto, es el estado energético que orienta la conducta de un individuo hacia la búsqueda de una meta, la motivación es la fuerza impulsora de nuestra conducta; lo que determina en buena medida y casi siempre nuestro éxito o nuestro fracaso, en el sentido de que nos lleva a utilizar en mayor medida nuestras capacidades reales.

2.4 FACTORES RELACIONADOS CON LA MOTIVACIÓN

La motivación es un término global que se utiliza para definir el complejo proceso psicológico que determina la dirección y la intensidad del esfuerzo, proceso individual, por ello, los factores que influyen en la motivación son:

Biológicos, emocionales, sociales y cognitivos. (Dasil, 2004)



Figura 1, Factores relacionados con la motivación.

Partiendo de que la motivación es una variable, “factor disposicional” (Dosil y Caracuel, 2004), que difiere de unas personas a otras y que, dependiendo de los factores que influyen en ella, puede aumentar o disminuir en un mismo individuo, los tipos de motivación son intrínsecos y extrínsecos.

2.5 DEFINICIÓN DE LA MOTIVACIÓN INTRÍNSECA

Se puede definir a la motivación intrínseca como aquel estado subjetivo y mantiene la realización de una actividad misma, sin que medie ninguna finalidad o recompensa externa. Dicho de otro modo, la actividad se convierte en una finalidad o en un motivo en sí misma, y no un medio para otra finalidad.

El profesor e investigador americano Csikzentmihalyi ha estudiado en profundidad las características componentes de la experiencia subjetiva (estados de conciencia) que acompañan a la motivación intrínseca. Ha denominado a este estado de conciencia **experiencia de flujo**, y se caracteriza por que el sujeto se muestra de la manera siguiente:

- Está totalmente concentrado e implicado en la realización de la tarea.

- El altísimo nivel de concentración en la tarea produce a veces pérdida de la conciencia del yo (la persona está tan concentrada en lo que hace que se olvida de ella misma).
- Tiene una sensación alta de control sobre la tarea y sus resultados.
- Tiene una percepción “distorsionada” del paso del tiempo (normalmente parece transcurrir mucho más de prisa)
- Se siente bien, desde un punto de vista emocional (suele sentirse contento, satisfecho, activo y confiado).

Cuando una persona se esfuerza y persiste en la ejecución de una tarea sin que haya incentivos externos, y en el plano subjetivo experimenta con una cierta intensidad los elementos que acabamos de señalar, podemos decir que está motivada intrínsecamente.

2.6 DEFINICIÓN DE LA MOTIVACIÓN EXTRÍNSECA

La motivación extrínseca proviene del exterior. Es el tipo de motivación que nos lleva a hacer algo que no necesariamente queremos hacer, solamente lo hacemos porque sabemos que al final habrá una recompensa. La mayoría de las cosas difíciles se vuelve más tolerable cuando tenemos algo que obtener al final.

La motivación extrínseca se enfoca en la meta y no en el proceso, en términos deportivos podemos decir que la motivación extrínseca, es un tipo de motivación que se asocia habitualmente con deportistas cuya actuación depende de refuerzos que provienen del exterior, refuerzos que resultan imprescindibles para que el atleta en cuestión se esfuerce en entrenar y competir: dinero, becas, trofeos, reconocimiento social, es sin duda, el tipo de motivación más débil de todos, el más inestable, ya que no depende del propio deportista sino del criterio de otras personas y de la valoración que hagan del trabajo realizado.

2.7 OTRAS DEFINICIONES DE MOTIVACION INTRINSECA Y EXTRINSECA

Existen otras definiciones y clasificaciones de la motivación en torno al tema de tesis, pero tomaremos algunos conceptos ya investigados como referencia para la siguiente clasificación: interna, externa y desmotivación las cuales pueden manifestarse dentro los siguientes términos: global, contextual y situacional.

Motivación Interna: refiere a los estímulos que despierta la actividad en sí misma, es decir, el placer de practicar una actividad por la actividad en sí misma. Es la más duradera e intensa, normalmente se le denomina así al pasatiempo.

Motivación externa: se relaciona a lo que se obtiene en razón de la práctica de un deporte (dinero, éxito, reconocimiento social entre otros).

2.8 DESMOTIVACIÓN:

Constituiría la falta de energía encauzada a un propósito dado, la falta de ganas, de ímpetu hacia una determinada conducta, en este caso, hacia actividades deportivas o actividad física. Presente este factor, es muy difícil que se pueda iniciar una actividad deportiva, y menos con cierto nivel de rendimiento, o habiéndola iniciado, es probable que se termine con el abandono de la misma.

2.9 NIVELES EN LOS QUE SE PUEDE PRESENTAR LA MOTIVACION Y LA DESMOTIVACION

2.9.1 GLOBAL: es la motivación que se orienta a interactuar con el ambiente en general, en los más diversos ambientes y actividades.

2.9.2 CONTEXTUAL: refiere a un tipo de motivación individual dirigida a un campo específico (educación, artes, deportes y trabajo) de actividad humana.

2.9.3 SITUACIONAL:

Se relaciona a la motivación contextual, es decir, con respecto a una actividad en particular (deporte) en determinada situación, se está motivado si práctica.

Cabe mencionar que está en estrecha vinculación con la motivación es la **autoeficacia percibida**, es decir, la visión que el/la atleta tiene de sí mismo, en relación a sus capacidades, lo que cree que puede o no lograr para alcanzar el éxito en el deporte que practica.

2.10 LA MOTIVACIÓN BAJO EL CONCEPTO DE JERARQUÍA DE NECESIDADES DE MASLOW

Muestra una serie de necesidades que atañen a todo individuo y que se encuentran organizadas de forma estructural (como una pirámide), de acuerdo a una determinación biológica causada por la constitución genética del individuo. En la parte más baja de la estructura se ubican las necesidades de mayor prioridad y en la superior las de menor prioridad. Dentro de esa estructura al ser satisfechas las necesidades de determinado nivel, el individuo no se toma apático sino que más bien encuentra en las necesidades del siguiente nivel su meta próxima de satisfacción.

La jerarquía de Maslow plantea que las personas se sentirán más motivadas por lo que buscan que por lo que ya tienen, también plantea que el ser humano puede tener más de una motivación, el comportamiento motivado es una especie de canal que puede ayudar a satisfacer muchas necesidades aisladas simultáneamente.

Las necesidades de Maslow (1975), como elemento esencial para consecución de calidad de vida, señala que desde la actividad física, quedan cubiertas de la siguiente manera:

Necesidades Fisiológicas: Es un punto claro en las conclusiones de la mayoría de investigaciones que la actividad física contribuye a la regulación funcional del organismo.

Necesidades de seguridad: Cubiertas desde el punto de vista de la contribución de las reglas dentro de un sistema social establecido.

Necesidades de pertenencia: El carácter social de la práctica deportiva reafirma la necesidad de pertenencia a un determinado colectivo social, al cual debemos ofrecernos para ser o no aceptados.

Necesidades de Estima: La práctica físico-deportiva contribuye al conocimiento corporal, generando vivencias positivas que contribuyen a desarrollar la autoestima.

Necesidades de autorrealización: Con la práctica física se incide en el desarrollo de la sensibilidad, apreciación de la belleza, justicia que se incorporan al bagaje personal del sujeto.

2.11 ETAPAS DE DESARROLLO (J. PIAGGET)

El estudio de (Piaget) establece cuatro etapas para el desarrollo cognitivo: Sensomotor (desde que nace hasta los 2 años), Pre operacional (desde los 2 a los 7 años), Operaciones concretas (desde los 7 a los 11 años) y por último la cuarta etapa que es la etapa a la que nos referimos en esta tesis, es la Etapa de Operaciones Formales consiste en la agilidad de trasponer las agrupaciones concretas hasta un nuevo plano del pensamiento, y se da a partir de los 11 o 12 años. El adolescente es capaz de razonar con base en enunciados e hipótesis no solo con los objetos que está a su alcance, sino aplicando la lógica de las proposiciones, en esta etapa es capaz de resolver problemas abstractos de manera lógica, su pensamiento se hace más científico y desarrolla interés por los temas sociales, identidad.

2.12 CARACTERÍSTICAS PSICOLÓGICAS DE LOS ATLETAS DE 12-15 AÑOS

Para optimizar el entrenamiento de los niños y adolescentes, es necesario tener conocimiento básico sobre las particularidades psicofísicas inherentes a las diferentes edades. Con estos conocimientos se ponen en marcha un entrenamiento adecuado a la edad y al nivel de desarrollo y que responda a los deseos y necesidades de los niños y adolescentes. En la primera fase de la pubertad, calificada como segunda mutación morfológica empieza hacia los 11-12 y 12-13 años. Las modificaciones de la existencia

física (aparición de la sexualidad, desaparición de las estructuras infantiles, crecimiento, tallas, aumento de peso). Causan una sensible debilidad psíquica por causa de una inestabilidad hormonal. Las características principales son comportamiento crítico y el cuestionar la autoridad. La autonomía y la responsabilidad pasan a primer plano. La discordancia entre querer y poder llevar a veces a conflictos con el mando de los adultos, distanciamiento con respecto a los padres, profesores y entrenadores. Se concede gran valor a la actividad colectiva en el grupo. En el entorno social y en el campo deportivo, hay una competencia del experto y el respeto mutuo. El completo cambio de la existencia física y social produce una alteración en los intereses, lo que no deja de tener consecuencias en el plano deportivo. Las expectativas ligadas a la actividad deportiva sufren una profunda transformación. Con el advenimiento de la pubertad hay una disminución brusca por el interés del deporte. La actividad deportiva sufre una fuerte presión competitiva y retrocede en la escala de valores. La actividad deportiva se basa, en la necesidad de contacto social con compañeros de la misma edad. La necesidad de competencia ha perdido terreno con relación a los anteriores niveles de edad. Para el entrenamiento hay diferentes consecuencias, el fuerte aumento de talla y de peso, que algunas veces produce un fuerte deterioro a la relación fuerza - peso. Los gestos y los movimientos aberrantes son típicos de esta edad y representan la máxima capacidad de entrenamiento de los determinantes de la condición física. En esta primera fase de pubertad se mejoran las cualidades físicas, se procura la estabilización y mejora la capacidad de coordinación. El nivel intelectual de esta edad permite una nueva forma de aprendizaje de los gestos y del entrenamiento general. Al calcular la dosificación de las cargas de entrenamiento hay que tener en cuenta la gran inestabilidad de la motivación en adolescentes. En esta primera fase, hay un período de reestructuración. Los errores cometidos en la programación del entrenamiento y en la educación de los adolescentes, son los casos primordiales del abandono de la actividad deportiva en el preciso momento en que los estímulos de entrenamiento son eficaces. Al entrenador le incumbe la difícil tarea de mantener intacta la motivación deportiva de su alumno, estabilizarla y resolver las situaciones conflictivas. Con la adecuada intervención pedagógica, por medio de una conducta que respete los deseos del adolescente y dosificando el entrenamiento según las

capacidades individuales de cada uno. En la segunda fase de la pubertad (adolescencia) comprendida en las edades 13-14 años para concluir hacia los 17-18 años. Marca el final de una evolución que partiendo de la infancia, termina en la época adulta. Se caracteriza por una ralentización de la evolución de todos los parámetros del crecimiento y del desarrollo (Szgien D., 1981). Hay un rápido crecimiento por lo que se armonizan las proporciones y permiten que mejoren las facultades de coordinación. El aumento de las fuerzas y de las capacidades de almacenar y fijar esquemas gestuales crea condiciones óptimas para la mejora de la capacidad de rendimiento. En la adolescencia hay una intensidad máxima mayor y una mejora del rendimiento motor. Se aprovechan más rápidamente y se retienen mejor los movimientos más difíciles. Con esta fase hay un equilibrio psíquico por lo que se debe a una estabilización de la regulación hormonal y tiene provechosos efectos sobre el proceso de entrenamiento. El creciente equilibrio psíquico que se constata al final de la primera fase de la pubertad, está influido por la interacción compleja de la escuela, de la familia y la sociedad que induce a la moderación más marcada de la personalidad y a una mejor integración social. Las consecuencias para el entrenamiento están dadas al equilibrio de las proporciones corporales, la estabilización psíquica, la elevación del nivel intelectual y una afinación de la capacidad de observación hacen que la adolescencia sea una "segunda edad de oro" para el aprendizaje. Permiten tener un entrenamiento voluminoso e intenso, la gran adaptabilidad del sistema nervioso central y el aumento de la capacidad psicofísica, para aumentar mayores cargas de entrenamiento. Al final de la adolescencia se sitúa el rendimiento máximo para algunos deportes, lo que permite utilizar todos los contenidos y métodos de entrenamiento en el desarrollo del adolescente operan cambios radicales en el organismo, tendientes a la madurez biológica y se desenvuelve el proceso de maduración sexual. Tras todo esto están los procesos de reestructuración morfológica y fisiológica del organismo. El aumento de la masa muscular y de la fuerza de los músculos se produce con la máxima intensidad al finalizar el período de la maduración sexual. El aumento de esta fuerza muscular amplía las posibilidades físicas de los adolescentes, pero se fatigan con mayor rapidez, y todavía no son capaces de soportar tensiones prolongadas, cosa que se debe tener en cuenta en el deporte y en el trabajo físico. La reestructuración del aparato locomotor

está acompañada en la pérdida de armonía en los movimientos y se manifiesta una incapacidad de dominar el propio cuerpo. Al mismo tiempo entre 13-14 años transcurre el período de desarrollo óptimo de muchas cualidades motrices, intenso perfeccionamiento de la motricidad con pronunciada elevación de una serie de índices (rapidez, frecuencia de los movimientos, largo de los saltos etc.) en el entrenamiento del adolescente, cada grupo de edad tiene sus particularidades y sus tareas didácticas específicas. El aprendizaje y la propuesta de estímulos de entrenamiento están en función de fases sensibles del desarrollo del individuo. Con la fase de pubertad el desarrollo de la condición física está en primer lugar, la coordinación técnica y la condición física deben desarrollarse paralelamente, por lo que puede haber predominio de una u otra según los objetivos del entrenamiento.

2.13 GIMNASIA ARTISTICA

En la gimnasia artística se exploran al máximo todas las posibilidades del cuerpo humano para obtener un modelo estético que conjugue a la vez en sus movimientos agilidad, fuerza, dinamismo y flexibilidad.

La gimnasia artística es una modalidad que consiste en la realización de una composición coreográfica, combinando de forma simultánea y a una alta velocidad movimientos corporales. Las características de este deporte exigen de los gimnastas unas condiciones físicas excepcionales. Es un deporte olímpico en el que mujeres y hombres compiten en diferentes aparatos, en el caso de los hombres son seis aparatos en donde la fuerza y la estabilidad se pone de manifiesto, mientras que las mujeres son cuatro aparatos con un enfoque de equilibrio y gracia.

La gimnasia es un deporte que se inicia a edades tempranas, y la práctica de atletas de alta competencia debe ser por lo menos seis horas diarias.

2.13.1 FASES DE COMPETENCIA

La gimnasia artística (antes conocida como gimnasia olímpica) tiene cuatro fases en las competencias oficiales de la Federación Internacional de Gimnasia.

- Concurso I: Clasificación
- Concurso II: Final Individual General
- Concurso III: Final por aparato
- Concurso IV: Final por equipo

2.13.2 CONCURSO I

En este concurso participan todos los gimnastas con equipos completos y gimnastas individuales. El resultado de este concurso se utiliza para la clasificación a las siguientes fases.

2.13.3 CONCURSO II

En el concurso II, final individual general, compiten los 24 gimnastas con las mejores puntuaciones obtenidas en el concurso I, del total de los 4 aparatos (Salto, Barras Asimétricas, Viga de Equilibrio y Suelo), tomando en cuenta como máximo a dos gimnastas por país, cada gimnasta compite en todos los aparatos para la premiación individual.

2.13.4 CONCURSO III

En el concurso III, Final por aparatos, se define al mejor gimnasta en cada uno de los aparatos. En esta fase compiten los 8 gimnastas por aparato con mejores puntuaciones obtenidas en el Concurso I, tomando en cuenta como máximo a dos gimnastas por país.

2.13.5 CONCURSO IV

En el concurso IV, Final por equipos, participan los 8 mejores equipos con mejores puntuaciones en la ronda clasificatoria del concurso I.

2.13.6 APARATOS O EVENTOS DE GIMNASIA ARTISTICA FEMENINA

Como lo mencionamos anteriormente las gimnastas desarrollan sus habilidades en cuatro aparatos o eventos.

- Mesa de Salto (conocido anteriormente como salto de potro o de caballo)
- Barra Asimétricas
- Viga de equilibrio
- Suelo

2.13.7 MESA DE SALTO

El aparato de salto de potro fue reemplazado por medidas de seguridad por el ahora conocido como mesa de salto, el ejercicio practicado en este aparato es uno de los que requiere un poco de más esfuerzo. Los diferentes saltos de esta modalidad en la categoría femenina están divididos en cinco grupos, definiendo cada uno las diferentes posiciones del cuerpo y los movimientos que se realizan durante el ejercicio.

Desde el inicio de la carrera hasta que los pies tocan el suelo nuevamente, la gimnasta debe estar totalmente concentrada. Dependiendo del salto que la gimnasta decida realizar, este debe cumplir con las exigencias del código de puntuación vigente.

Un buen salto comienza con una carrera fuerte o acelerada; la gimnasta despega del trampolín, elevando sus pies por encima de la cabeza con rapidez durante el pre vuelo (desde el trampolín hasta contactar con el potro). El segundo vuelo y el aterrizaje son fases críticas. Hay que observar la altura y la distancia lograda, así como el número de rotaciones en el eje longitudinal y transversal.

Además, las gimnastas deben tratar de aterrizar en una posición de pie estática perfecta. Normalmente, el número de mortales y giros realizados por la gimnasta conforman la dificultad del salto. La pista para tomar la carrera hacia el salto mide un metro de ancho por 25 metros de largo. La medida oficial de la mesa de salto mide 1.25 metros de altura.



Figura 2. Mesa de salto



Figura 3. Uso de la mesa de salto

Foto: F2 y F3 catalogo de Janssen Fritsen.

2.13.8 BARRAS ASIMÉTRICAS

La altura de barra inferior mide 1.70 metros, y la altura de la barra superior es de 2.50 metros, las barras están, en su base, separadas por un metro de distancia y pueden ser ajustadas hasta una separación máxima entre ellas de 1.80 metros, la rutina entera debe fluir de un movimiento a otro sin pausas.

En este evento las gimnastas deben cumplir 5 requisitos de composición diferentes los cuales son:

- 1 – Elemento con vuelo de Barra superior a barra inferior y uno de inferior a superior.
- 2 – Elemento con vuelo en la misma banda.
- 3 – Mínimo dos tomas (posición de las manos), y una vuelta cerca de la barra sin vuelo
- 4 – Elemento sin vuelo con mín. 360° de giro realizado en la barra.
- 5 – Salida.



Figura 4. Barras asimétricas

Foto: F4 catalogo de Janssen Fritsen.



Figura 5. Uso de las barras asimétricas

2.13.9 VIGA DE EQUILIBRIO

La rutina completa puede durar hasta 90 segundos y debe cubrir la longitud del aparato. La gimnasta debe realizar movimientos acrobáticos y de danza, la altura oficial de la viga de equilibrio es de 1.25 metros, tiene 10 centímetros de ancho y con una longitud de 5 metros. Este es uno de los eventos más vistosos para el público y de mayor requerimiento de equilibrio y concentración.

La gimnasta debe cumplir con 5 requisitos de composición que se detallan a continuación:

- 1 – Un enlace de por lo menos 2 elementos de danza diferentes, uno es un salto (jump, leap o hop) con separación de 180°antero-posterior (split).
- 2 – Giro de punta de pie
- 3 – Una serie acrobática, mínimo 2 elementos con vuelo*, uno es un mortal (pueden ser los mismos elementos).
- 4 – Elementos acrobáticos en diferentes direcciones (adelante, atrás y lateral)
- 5 – Salidas.



Figura 6. Viga de equilibrio

Foto: F6 y F7 catalogo de Janssen Fritsen.



Figura 7. Uso de la viga de equilibrio

2.13.10 SUELO

La rutina de suelo debe estar adaptada musicalmente mediante una coreografía, la duración máxima es de 90 segundos, y cubrir el área entera del suelo. La gimnasta debe emplear elementos acrobáticos y de danza, debe hacer uso versátil del espacio del suelo en diferentes direcciones la medida que comprende el suelo es de 12 X 12 metros, las gimnastas deben cumplir con 5 requisitos de composición.

Estos requisitos se detallan a continuación:

- 1.- Un pasaje de danza de por lo menos dos saltos desde una pierna
Diferentes enlazados directa o indirectamente uno de ellos con separación de 180°
2. – Una Línea acrobática con 2 mortales diferentes.
3. – Mortal adelante/lateral y atrás.
4. – Mortal con doble giro en el eje transversal y mortal con giro en el eje longitudinal.
5. - Salidas.



Figura 8. Suelo (Foto: catalogo de Janssen Fritsen.)

2.13.11 CATEGORIAS DE PARTICIPACION COMPETITIVA EN EL AREA PANAMERICANA

Las exigencias técnicas son en dependencia de las categorías establecidas por la Unión Panamericana de Gimnasia (UPAG) como proceso para la participación de los eventos oficiales de la Federación Internacional de Gimnasia (FIG).

- Infantil
- Juvenil
- Adulto

La categoría infantil se divide en dos segmentos de edades “A” que corresponde a 9-10 años y “B” que corresponde a 11-12 años, la categoría juvenil comprende a las edades de 13-15. Estos parámetros con el objetivo de que las atletas se preparen para participar en eventos del Ciclo Olímpico, en la categoría adulta que comprende a partir de los 16 años.

2.13.12 EVENTOS DEL CICLO OLIMPICO

Tomando en cuenta que las Olimpiadas Modernas están estructuradas por un periodo de cuatro años, es importante mencionar que para nuestra región, en el ámbito del deporte la cual representa al continente americano, existen competencias regionales que año con año aumentan de nivel y de cantidad de países participantes.

A continuación se detallan los eventos del ciclo olímpico el cual está por concluir el ultimo día de los Juegos Olímpicos de verano los cuales se llevaran a cabo este año en Londres, los cuales marcan el cierre del ciclo de la XXX Olimpiada, 2008-2012.

Las sedes de los eventos regionales que se organizaron en el presente ciclo olímpico para el área panamericana son:

- Juegos Deportivos Centroamericanos Panamá 2009
- Juegos Deportivos Centroamericanos y del Caribe Mayagüez 2010.
- I Juegos Olímpicos de la Juventud, Singapur 2010
- XVI Juegos Deportivos Panamericanos, Guadalajara 2011
- XXX Juegos Olímpicos, Londres 2012.

3. MARCO OPERATIVO

3.1 TIPO DE INVESTIGACION

En resumen la investigación se define como una modalidad de trabajo que genera conocimiento y tuvo su origen en el contexto de las ciencias de la psicología, en ella coexiste un estrecho vínculo en el deseo conocer el significado de la motivación deportiva y el propósito de conseguir efectos objetivos medibles a través del instrumento que se propone, esta investigación es de carácter participativo. Los objetos de estudio suelen ser también sujetos de estudio en este tipo de investigación gran parte de los objetivos se generan durante el proceso de la misma.

Por lo anterior podemos definir esta investigación como investigación-acción según la define Bayarre, H y cols (2004) en su libro “Metodología de la investigación”.

3.2 MUESTRA

El criterio que se utilizó para definir la muestra está basado en la experiencia, ya que a esas edades existe una tendencia al abandono de la práctica deportiva en los últimos años (2003-2011) para la gimnasia artística femenina.

Las atletas participantes fueron 9 atletas de la Segunda Línea de preselección nacional de Gimnasia Artística Femenina de la Federación Nacional, ubicado en la 11 avenida 26-00 zona 5 Ciudad, Olímpica, 2 gimnastas de la categoría juvenil que corresponde a 13-15 años y 7 gimnastas de la categoría infantil “B” que corresponde a 11-12 años, las atletas entrenan diariamente, entre 4 y 6 horas, 6 días a la semana, para hacer un total de 33 horas semanales.

La mayoría de las atletas ha competido a nivel internacional, han enfrentado selectivos para definir los equipos en los eventos que se ha participado. Una característica importante es que la mayoría de las gimnastas, ha obtenido al menos un primer lugar en su respectiva categoría, específicamente en Campeonatos Centroamericanos 2010 y 2011, Copa Panamericana de Clubes y Juegos Deportivos Escolares Centroamericanos. Por el nivel de las competencias en que participan y los

logros obtenidos, se puede decir que las gimnastas tienen un buen nivel competitivo y cuentan con amplia experiencia competitiva y técnica que les ha permitido vivir acontecimientos positivos.

En conclusión esta información describe que las atletas han iniciado a competir desde muy pequeñas por el tipo de deporte, es notable que son atletas con un alto nivel competitivo, que siguen una constante disciplina, entrenando muchas horas, con esfuerzo y dedicación diaria así como el control de una alimentación adecuada.

3.3 METODO DE INVESTIGACIÓN

El método utilizado en esta investigación es el empírico el cual permite la obtención y la elaboración de datos, el conocimiento de los hechos fundamentales que caracterizan al fenómeno psicológico de la “Motivación”.

Luego de la recolección de datos empíricos se utilizó la estadística descriptiva la cual permite organizar y clasificar los indicadores de intensidad de la motivación, revelándose de estos resultados relaciones, tendencias y propiedades de la motivación.

Es importante mencionar que no se percibieron datos de forma inmediata pero se fueron obteniendo a lo largo de la investigación mediante tablas de distribución y gráficos visuales.

3.4 DEFINICION DE VARIABLES E INDICADORES:

Las variables han sido seleccionadas de acuerdo al problema planteado y los objetivos de la investigación. Dichas variables permiten medir la intensidad de la motivación.

Las mismas fueron: **conflicto, rivalidad, suficiencia, cooperación y agresividad.**

Conflicto: sentimientos negativos que se pueden experimentar hacia la práctica deportiva en sí, que puedan estar dirigidos hacia la competencia o entrenamiento deportivo. Algún área importante de su vida que puede crear conflicto, lo que no le permite disfrutar el deporte de una manera adecuada, puede ser en el área; educativa, social o familiar.

Rivalidad: deseo de competir y superar al contrario, salir airoso en la competencia deportiva. Disposición psíquica a demostrar en la competencia o entrenamientos para lo que se es bueno o habilidoso.

Suficiencia: certeza de tener un nivel óptimo de condición física y capacidad técnico táctico favorable en la práctica deportiva. Que las cargas de trabajo, las dietas, la hidratación, los descansos le permiten sentirse más fuerte, más ágil y más inteligente.

Cooperación: disposición a contribuir al buen desarrollo de sus compañeros en la práctica deportiva. Aun cuando se trate de un deporte de ejecución individual, existen objetivos de grupo y armonía de este.

Agresividad: capacidad para desplegar, con decisión y firmeza los ejercicios técnicos que su deporte exige, tanto en entrenamiento como en definición competitiva.

Significa poner a disposición de sus objetivos todas sus habilidades y recursos obtenidos en los entrenamientos en el momento que sea necesario, con certeza.

Para efectos de esta investigación se determinó utilizar el test de Butt, escala completa de 50 preguntas. En este tipo de test, para determinar la intensidad de la motivación se suman los punteos de cada variable a excepción del conflicto.

Esta prueba fue pasada a la muestra definida anteriormente integrada por nueve gimnastas de 11 a 15 años.

3.5 METODO DE RECOLECCION DE DATOS

Para esta investigación tomando en cuenta que uno de los objetivos principales de la misma es proponer un instrumento que permita a los entrenadores medir la

intensidad de la motivación de sus atletas, se utilizaron dos tipos de pruebas la primera que es un instrumento ya probado en la psicología diseñado por la Doctora D. S. Butt (1976-1979), del cual existen dos versiones ampliamente utilizadas en el deporte, el de escala corta de 25 preguntas y el de escala completa o larga de 50 preguntas, ambos miden las mismas variables: conflicto, rivalidad, suficiencia, cooperación y agresividad.

3.6 CARACTERÍSTICAS DEL INSTRUMENTO PROPUESTO

La propuesta del instrumento que da origen al objetivo primordial de esta investigación, toma para su elaboración como base los constructos del test de Butt, versión larga de 50 preguntas para determinar y formular 15 planteamientos que conforman la guía de evaluación del clima motivacional de las gimnastas.

Dichos planteamientos se han formulado con un lenguaje accesible a los entrenadores que trabajan con atletas en el rango de 11 a 15 años con proyección a los eventos del ciclo olímpico.

Esta elaborado tomando como base situaciones reales tanto de entrenamiento como de competencia y de acuerdo a los años de experiencia como atleta de la investigadora que a su vez es entrenadora calificada en gimnasia artística femenina.

El instrumento propuesto tiene dos variaciones importantes del Test original Butt, una de ellas es que no será contestado por las atletas sino constituye una herramienta para que los entrenadores al final de cada mesociclo o cuando consideren necesario, evalúen a sus gimnastas en la esfera motivacional tanto en lo individual como en lo colectivo.

La otra variante es que para determinar el nivel de la intensidad de la motivación, a diferencia del Butt original, se sumara la variable de ausencia o bajo conflicto.

3.7 ANALISIS DE RESULTADOS

Se analizara la aplicación de ambas pruebas, los resultados del D.S. Butt versión larga de 50 preguntas con el instrumento propuesto en esta investigación.

Tabla 2. Distribución de atletas por categoría de edades

Cantidad de atletas	Categoría
7	11-12
2	13-15

Tabla 3. Resultado del Test (D.S. Butt), versión larga de 50 preguntas.

No. De Atleta	Conflicto	Rivalidad	Suficiencia	Cooperación	Agresividad	Total	Intensidad de la Motivación
Ideal	4	6	6	8	6	30	Ideal
Atleta 1	2	6	10	9	5	30	Alta
Atleta 2	1	5	9	10	5	29	Alta
Atleta 3	1	4	10	8	4	26	Media
Atleta 4	0	3	9	8	3	23	Media
Atleta 5	4	5	9	8	3	25	Media
Atleta 6	6	4	6	8	5	23	Media
Atleta 7	1	3	7	7	5	22	Media
Atleta 8	0	2	9	8	4	23	Media
Atleta 9	0	1	5	9	2	17	Baja

En la tabla 3, la intensidad de la motivación se evalúa según la puntuación obtenida como: Alta, Media o Baja.

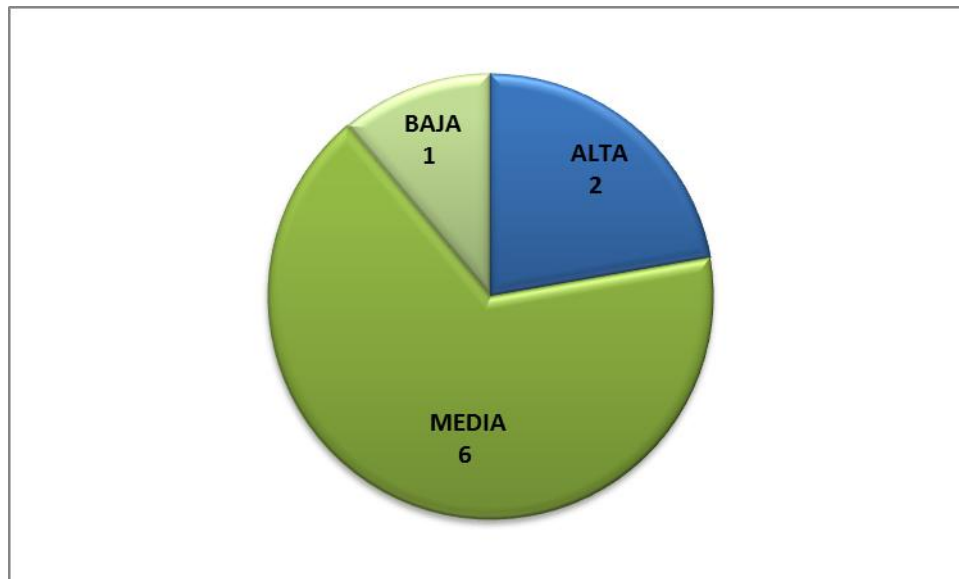


Figura 9. Distribución de atletas según la intensidad de la motivación.

En la figura 9 se puede observar la distribución de las 9 atletas según la intensidad de motivación, 2 con una intensidad de motivación “Alta”, 6 con una intensidad “Media y solamente 1 con una intensidad “Baja”

Tabla 4. Resultados del Test Propuesto “Guía de observación del clima motivacional en Gimnasia Artística Femenina (GOCMGAF2012).

No. De Atleta	Conflicto	Rivalidad	Suficiencia	Cooperación	Agresividad	Total	Intensidad de la Motivación
Ideal	2	3	3	2	3	13	Ideal
Atleta 1	2	2	3	1	2	10	Seguimiento
Atleta 2	0	2	1	3	0	6	Urgente atención
Atleta 3	2	3	2	3	2	12	Seguimiento
Atleta 4	1	3	2	3	3	12	Seguimiento
Atleta 5	0	3	2	3	2	10	Seguimiento
Atleta 6	1	0	1	3	0	5	Urgente atención
Atleta 7	1	3	3	0	3	10	Seguimiento
Atleta 8	2	3	3	3	2	13	Con condiciones
Atleta 9	1	2	2	2	2	9	Necesita reforzar

En la tabla 4, la intensidad de la motivación se evalúa según la puntuación obtenida como: Con condiciones, Seguimiento, Necesita reforzar y Urge atención.

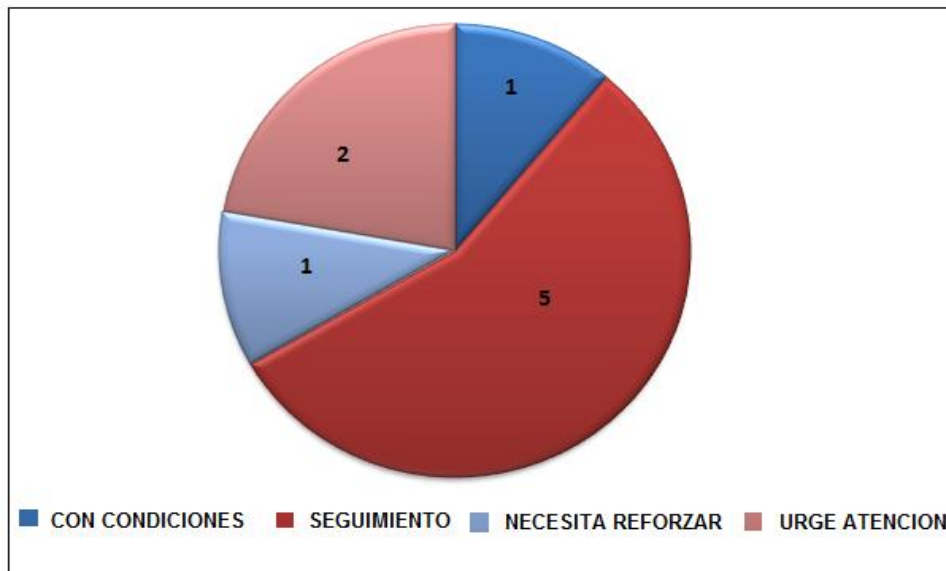


Figura 9. Distribución de atletas según la intensidad de la motivación.

En la figura 9, se puede observar la distribución de las 9 atletas según la intensidad de motivación con respecto al instrumento propuesto, 1 atleta con un calificativo de “Con condiciones” 5 atletas con un calificativo de “Seguimiento” 1 con un calificativo de “Necesita reforzar” y 2 atletas con un calificativo de “Urge atención”.

En esta tesis para efectos de comparación de resultados entre un test y otro, se dará el mismo calificativo de Alto, Medio y Bajo al resultado del test propuesto, como se muestra a continuación.

Tabla 5. Calificativo de los resultados

Test (D.S. Butt)	Test (GOCMGAF2012)
Alta	Con condiciones
Media	Seguimiento
	Necesita Reforzar
Baja	Urge Atención

Es decir todas las atletas que tengan un calificativo de “seguimiento y Necesita reforzar” en el instrumento propuesto quedaran dentro del calificativo de “Media” del test de Butt.

Según esta tabla los resultados quedarían de la siguiente forma: 1 atleta con un calificativo de “Alta”, 6 atletas con un calificativo de “Media” y 2 atletas con un calificativo de “Baja” intensidad de la motivación, si lo comparamos con los resultados del test de Butt, podríamos decir que existe una relación entre los resultados

Tabla 6. Comparación de resultados entre un test y otro.

CALIFICATIVO DE LA INTENSIDAD DE LA MOTIVACION	Test (D.S. Butt)	Test (GOCMGAF2012)
Alta	2	1
Media	6	6
Baja	1	2

Los resultados de la tabla 6, se consideran con similitud lo cual conlleva a pensar que el instrumento propuesto proyecta resultados eficaces.

3.8 CONCLUSIONES:

Los objetivos planteados en esta investigación han permitido hacer el análisis de la Intensidad de la motivación contenida en el test de Butt, para lograr en base a este mismo partir hacia un modelo de guía de observación que remita el diagnóstico del clima motivacional.

En estas relaciones, se ha identificado claramente que es posible medir la intensidad de la motivación cuantitativa y cualitativamente lo cual ha permitido identificar grupos de distinto perfil motivacional, confirmando diferencias significativas en función de la edad, exigencias técnicas y la condición física, así como la situación familiar, educativa, social y todo el entorno de las atletas.

Por lo anterior se plantea lo siguiente:

- A lo largo de este trabajo de investigación en donde se logró elaborar un instrumento con las mismas variables de medición, dirigidas hacia la intensidad de la motivación, permite determinar que el rendimiento deportivo mejorará cuando las atletas están motivadas intrínsecamente, produciéndose diferencias significativas a favor de ellas, los entrenadores, padres de familia e instituciones que respalda la práctica deportiva dentro de un equipo nacional que se proyecta hacia los eventos del Ciclo Olímpico.
- El instrumento propuesto al ponerse en comparación con un test estandarizado, con frecuente uso y amplia aplicación en el ámbito deportivo, demuestra su proyección como un instrumento efectivo.

3.9 RECOMENDACIONES

- Es de suma importancia la observación de los entrenadores sobre las variables determinadas en el instrumento, ya que el comportamiento de las atletas en relación a las mismas, dictamina y está estrechamente relacionado con su rendimiento deportivo.
- La utilización de este tipo de instrumentos y la constante revisión de las variables en relación al periodo, etapa, mesociclo y macrociclo; favorecerá a la obtención de resultados más objetivos para la toma de decisiones que beneficien el incremento técnico de las gimnastas, evitara el rose y desgaste del entrenador por conocer los factores que afectan a las atletas.
- Las instituciones que tienen la responsabilidad de dirigir la gimnasia artística o cualquier disciplina deportiva, deben tomar en cuenta los resultados de tener una herramienta que les permita conocer cuáles son los factores que motivan intrínseca o extrínsecamente a las atletas, para poder crear programas de incentivos que beneficien a las atletas.
- En el momento que las instituciones deportivas planifiquen y estructuren sus programas de incentivos deben balancear muy cuidadosamente como, por que y a quienes va dirigido un reconocimiento, beca o premio, se sugiere que se haga en conjunto con los dirigentes, entrenador y psicólogo deportivo.
- Este test puede emplearse en la categoría infantil “A” 9-10 años, y la categoría adulta 16 años en adelante.
- Realizarse una revisión luego de periódicas aplicaciones por parte del equipo investigativo, al finalizar el macrociclo al que esta sujeto el entrenamiento de preparación de la muestra seleccionada para esta investigación.

3.10 ANEXOS

3.10.1

GUIA DE OBSERVACION DEL CLIMA MOTIVACIONAL EN GIMNASIA ARTISTICA FEMENINA (GOCMGAF2012)

Conteste todas las preguntas marcando **SI** o **No** con una **X**, si cree que la mejor respuesta es algunas veces marque **SI**. Situaciones en entrenamiento y/o competencia

Fecha :					
Nombre:					
Categoría:					
Edad Deportiva:					
Periodo:		Etapa:		Meso	Micro
				SI	NO
1	¿Cuando el atleta llega tarde, le genera confusión, preocupación o malestar?				
2	¿Tengo evidencia de parte de la atleta o de terceras personas de que situaciones ocurridas en la familia generan sentimientos de intranquilidad y que estos se trasladan al entrenamiento?				
3	¿Tengo evidencia de parte de la atleta o de terceras personas de que existen circunstancias en la escuela que no puede controlar y que hacen sentir que no cumple con las exigencias académicas y que estos se trasladan al entrenamiento?				
4	¿Evidencia que actúa como si se le han impuesto un reto cuando alguna de sus compañeras realiza un nuevo elemento?				
5	¿Existen situaciones como: Aun con lágrimas en los ojos está dispuesta a intentar de nuevo esa ejecución técnica?				
6	¿Demanda la atención del entrenador por correcciones y asesoramientos constantes en los entrenamientos?				
7	¿Ha mejorado últimamente de manera significativa los ejercicios asignados?				
8	¿Confía y denota seguridad ante los ejercicios propuestos?				
9	¿Denota satisfacción con el logro de ejercicios propuestos?				
10	¿Le molesta quitar los colchones de un taller que utilizaron otras compañeras?				
11	¿Evidencia que ayudar a sus compañeras le quita tiempo?				
12	¿Se siente complacida para contribuir al resultado de una tarea asignada con sus compañeras de equipo, en el entrenamiento y/o competencia?				
13	¿Se observa seguridad y determinación en que en la próxima repetición mejorará el ejercicio que está realizando?				
14	¿Cuándo se presenta el momento de realizar un ejercicio sin asistencia del entrenador, la atleta intenta realizar el ejercicio, aun cuando experimenta que se enfrenta a algo desconocido?				
15	Esta dispuesta a no ceder lo que cree le toca por merito propio.				

Variables: C _____, R _____, S _____, C _____, A _____

CLAVE:

Forma de evaluación para el test (GOCMGAF2012).

Cada pregunta sumara un punto según la clave presentada para cada una de las variables para hacer un total de 15 puntos.

CONFLICTO		RIVALIDAD		SUFICIENCIA		COOPERACION		AGRESIVIDAD	
1	NO	4	SI	7	SI	10	NO	13	SI
2	NO	5	SI	8	SI	11	NO	14	SI
3	NO	6	SI	9	SI	12	SI	15	SI

ESCALA DE LA INTENSIDAD DE LA MOTIVACION

RANGO	CALIFICATIVO
13-15	CON CONDICIONES
10-12	SEGIMIENTO
7-9	NECESITA REFORZAR
MENOR A 7	URGE ATENCION

3.10.2 BIBLIOGRAFIA

- Butt, D. S. (1976) "Psychology of sport. Krieger The behavior Motivation, Personality and Performance of Athletes". Robert E. Krieger Publishing Company. Malabar Florida.
- Butt, D.S. (1979). Short scales for the measurement of sport motivation. *International Journal of sport Psychology*, 10, 203-216.
- Libro: ¿Por qué el abandono y la falta de motivación del deportista? De S. Caldarelli, F. Conti, C. de Giuli y S. Tamoni.
- Redalyc, Sistema de Información Científica. Red de Revistas Científicas de América Latina, el Caribe, España y Portugal, Análisis del compromiso deportivo desde la perspectiva de la teoría de autodeterminación, en jóvenes futbolistas. Autores: Leo, F. M.; Gómez, F. R.; Sánchez Miguel, P.A.; Sánchez, D.; García Calvo, T. (Universidad de Extremadura Cáceres, España. Disponible en <http://www.redalyc.org/inicio/ArtPdfred.jsp?!Cve=27421986306>
- Carratalá, E. (2003). *Análisis de la teoría de las metas de logro y de la autodeterminación en los planes de especialización deportiva de la Generalitat Valenciana*. Tesis doctoral sin publicar, Facultad de Psicología, Universidad de Valencia, Valencia, España. Cervelló, E., Escartí, A., y Balagué, G. (1999). Relaciones entre la orientación de metas
- González-Cutre, D., Moreno, J. A. & Cervelló, E. (2007). El estado de flow en la Práctica físico-deportiva.
- Rev.int.med.cienc.act.fís.deporte - vol. 9 - número 33 - marzo 2009 - ISSN: 1577-0354 Muyor, J. M.; Águila, C.; Sicilia, A. y Orta, A. (2009). Análisis de la motivación auto determinada en usuarios de centros deportivos. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte* vol. 9 (33) pp. 67-80