



	Autor / José Luís Herreros Sainz
	Lic. Ciencias de la Actividad Física y el Deporte Director Técnico de Escuelas de Fútbol y Fútbol - Sala. Entrenador Selección Universitaria de Fútbol-Sala de la Universidad de Valencia.
	Madrid, octubre 2006 <a href="http://www.futsalcoach.com">www.futsalcoach.com</a> © todos los derechos reservados

## **PROGRAMA DE ADQUISICIÓN Y DESARROLLO DE HABILIDADES SOCIALES MEDIANTE LA ACTIVIDAD DEL FÚTBOL-SALA**

Mi propuesta de investigación viene motivada por un tema sobre el que se ha escrito bastante pero el cual sigue suscitando multitud de preguntas: la Motivación escolar. Concretamente, quiero con este trabajo establecer las relaciones entre la motivación de los jóvenes en el aula (en este caso la de EF.), la adaptación de los Programas Deportivos y de EF. a esas motivaciones y a las características psicológicas de los alumnos; y todo ello en función de un objetivo favorecer el desarrollo general del adolescente, y más concretamente, favorecer la adquisición de habilidades sociales.

En resumen, el programa que hemos pensado y diseñado, es un programa de intervención que pretende dos objetivos:

1. Medir la motivación e intereses que un determinado grupo social tiene respecto a las actividades deportivas y la actividad física en general; para adaptar un Programa Deportivo a sus intereses, actitudes y preferencias.



2. Comprobar que mediante esa Programa Deportivo Adaptado, y con una adecuada metodología, se pueden enseñar habilidades sociales que ayuden a adquirir determinados valores esenciales en las personas.

### **1. Desarrollo de la investigación:**

Dos grupos de voluntarios, distribuidos al azar en:

- Grupo experimental: 15 alumnos (7 chicas y 8 chicos). Edades 13 y 14 años.
- Grupo de control: 15 alumnos (7 chicas y 8 chicos). Edades 13 y 14 años.
- A ambos grupos: se les aplicará un programa de iniciación deportiva en el Fútbol-Sala durante tres horas a la semana durante 6 meses.
- Al grupo experimental: además se le aplicará un programa de habilidades sociales y responsabilidad social en la hora siguiente (después de entrenar). Dicho programa estará basado en lo que se ha hecho en el deporte.
- Contenidos del Programa: juegos modificados y de cooperación grupal e intergrupal basados en las habilidades específicas de Fútbol-Sala (pases, controles, recepciones, etc.).

Además las sesiones serán grabadas y después se comentarán de forma informal entre los propios alumnos y el profesor con la dirección del psicólogo. Intentando ver que conductas positivas y negativas se han dado. En ellas, se utilizarán los respectivos refuerzos verbales, feedback, discusiones si vienen al caso, etc.

### **2. Objetivos buscados**

#### **FIN DE LA INVESTIGACIÓN:**

Que los alumnos desarrollen y adquieran habilidades suficientes para funcionar adecuadamente en la escuela, la familia y la comunidad.

## **OBJETIVOS GENERALES:**

- ser capaz de procesar la información adecuadamente, y de expresarla bien (capacidad cognitiva).
- tener una actitud para aprender las destrezas que se necesitan para manejarse en el entorno (tanto deportivas como no deportivas).
- tener un desarrollo moral adecuado, saber lo que está bien y lo que está mal.
- adoptar hábitos de vida saludables.

## **OBJETIVOS ESPECÍFICOS:**

- Obtener información sobre tendencias deportivas (desde un punto de vista psicológico) de la población estudiada.
- promocionar la actividad física y el deporte en la adolescencia.
- favorecer la convivencia, la cooperación, el respeto y la tolerancia.
- aumentar la autoestima, tanto personal como social.
- aumentar la percepción de autoeficacia (física y mental).
- favorecer las habilidades sociales y la inteligencia emocional.
- desarrollar la responsabilidad social (Locus de control interno).
- prevenir la violencia en la escuela y en la calle.
- prevenir el consumo de tabaco, alcohol y drogas.
- prevenir el absentismo escolar.

### **3. Población y muestra**

Dos grupos de 15 alumnos voluntarios todos ellos, en edades comprendidas entre los 13 y los 14 años, de un centro escolar de una barriada marginal. Se establecerá al azar un Grupo de Control y otro Experimental. En ambos grupos el número de chicas fue de 7 y de chicos de 8.

Introducir a este tipo de población a la actividad deportiva supone evitar ciertos riesgos propios de estas edades, que pueden concluir en hábitos y costumbres perjudiciales y desgraciadamente en algunos casos, "crónicas". Así pues, el fin último del programa, es ayudar a esta población de adolescentes a tener éxito en la



escuela, en el deporte, y sobre todo en su vida social; es decir, en adquirir o al menos ser conscientes de que hay ciertas habilidades sociales que existen, y que nos pueden ayudar a desarrollarnos en la sociedad.

Estos adolescentes tienen, sobre todo problemas en habilidades sociales tales como comunicación de miedos, frustraciones, inseguridades, etc. Además comienzan en estas edades (y cada vez más temprano) las preocupaciones sobre el físico y todas las consecuencias que sobre el propio autoconcepto y autoestima que ello conlleva. Todo esto, aunque queramos separarlo de su rendimiento escolar, es imposible que no le afecte. Mediante este programa se intenta que estos chicos y chicas "tengan éxito", en el sentido de que consideramos éxito, como la capacidad de disponer de habilidades suficientes para funcionar adecuadamente en la escuela, la comunidad y la familia.

#### **4. Metodología**

Antes de comenzar el Programa Deportivo, se realizarán para tomar las respectivas medidas de Motivación (como factor fundamental e indispensable para determinar los pasos posteriores de la investigación) los siguientes test que ahora proponemos. En función de ellos, un trabajo multidisciplinar entre docente de Educación Física (Licenciado), Psicólogo y/o Pedagogo, elaborará dicho Programa.

Se comenzará todo el proceso, tras explicar a los padres que se intenta con esta investigación, y buscar su complicidad y participación en la medida de lo posible.

Éstos, y las pruebas se pasarán en grupos pequeños (de 5 o 6 personas), en varias sesiones y siempre con la presencia del investigador y del psicólogo para explicar que se busca (cuando se necesite explicarlo) y aclarar dudas.

#### **Información de recogida previa a iniciar el programa**

- Historia de vida del alumno: Datos familiares, escolares, sociales, etc. El alumno será ayudado en aquellos aspectos que no entienda o no sepa.

## **Cuestionarios de medida de motivación**

Para la medida de la motivación hacia la práctica deportiva en general y dentro de ésta, hemos seleccionado una serie de baterías que pasaremos a los sujetos de la muestra. En función de las medias obtenidas se planificará el Programa Deportivo atendiendo a los criterios de adaptación a los intereses y capacidades de los jóvenes.

- Achievement Orientation Inventory (Ewin, 1981)
- Competitive Orientation Inventory (Vealey, 1986)
- Sport Orientation Questionnaire (Gill & Deeter, 1988)
- Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire: TEOSQ (Duda & Nicholls, 1989)
- Perception of success Questionnaire: POSQ (Roberts & Balagué, 1989).

### **Información de recogida después de aplicar el programa (test para la determinación de adquisición de hábitos sociales)**

Posteriormente a la intervención del Programa Deportivo, se irán tomando medidas de los sujetos con los respectivos TEST:

- Cuestionario de auto-concepto (Shalveman, Hubner y Staton, 1976).
- Cuestionario de percepción de autoeficacia física.
- Medida de inteligencia emocional (Schuttey, 1999).
- Medida de habilidades sociales (Caballo, 1999).
- Autovaloración del nivel de responsabilidad (Hellison, 1995).
- Test de evaluación de la agresividad en centros escolares (Cerezo, 1999).

Se van a pasar a los profesores y la dirección del centro los siguientes test (antes y después de la aplicación del Programa):

- Ficha sobre datos familiares, sociales y escolares del alumno.
- Autovaloración del nivel de responsabilidad de Hellison (1995).
- Cuestionario de conductas desviadas o disruptivas de Berkley (1999).
- Pregunta abierta sobre que opina del alumno como persona (ESTA LA REALIZARÁ EL TUTOR)

Tras analizar las diferencias entre ambos grupos se obtendrán medidas (antes y después de la intervención). La comparación en ambos grupos nos permitirá saber la diferencia que ha causado el Programa Deportivo centrado en el desarrollo de habilidades sociales.

Así pues, la percepción de los profesores también se medirá antes y después de la intervención. Por último y con todos los resultados, se hará una evaluación del programa en sí mismo.

## **5. Conclusiones que se obtuvieron tras las recogidas de resultados**

Las hipótesis que se barajaron fueron que, en teoría el grupo experimental obtendría mejores resultados en todas las pruebas. Sin embargo, hay que recalcar también que será muy importante (sobre todo en el grupo experimental) a formación que pueda tener el profesor o monitor a cargo de los alumnos. Un profesional de la actividad física y el deporte correctamente titulado (y con conocimientos en habilidades sociales).

Las conclusiones a las que se llegó fueron:

- 1) El Grupo Experimental acabó el programa con distintos niveles y cambios respecto al grupo de control y respecto a ellos mismos. Alcanzaron un nivel en habilidades sociales mucho mayor que el grupo de control.
- 2) Mediante la actividad deportiva, se corrigieron y direccionaron actitudes respecto a las conductas de salud, en los dos grupos (control y experimental).
- 3) El autoconcepto social de todos los participantes mejoró, siendo en las chicas menos notable que en los chicos.
- 4) En el grupo experimental, los alumnos aprendieron a identificar ciertas habilidades sociales que les permiten tener éxito en la vida (socialmente), y como éstas le ayudarán en otros aspectos como pueden ser el trabajo, la familia, etc.
- 5) En ambos grupos se aprendió a centrarse en los procesos (el como hacer para) y no tanto en los resultados (el hacer / no hacer), es decir, desarrollaron

métodos de resolución de problemas (mediante ciertas habilidades cognitivas).

- 6) En el grupo experimental se desarrolló más la empatía (ponerse en el lugar del otro, entender los puntos de vista ajenos al suyo). Destacar que en el grupo de control, los resultados fueron mayores en las chicas.
- 7) La percepción de autoeficacia física y mental mejoró en ambos grupos, siendo superior en el grupo experimental.
- 8) Ambos grupos acabaron identificando ciertas conductas de salud y el porque deben hacerlas (sobre todo en el grupo experimental).
- 9) En ambos grupos, disminuyeron las conductas violentas y antisociales (el doble en el grupo experimental).
- 10) Disminuyó el absentismo escolar (más en el grupo experimental).

### **Bibliografía**

- Balaguer, I (1994). *"Entrenamiento psicológico del deporte"*. Albatros. Barcelona.
- Blázquez Sánchez, D. (1990): *"Evaluar en educación física"*. INDE. Barcelona.
- Durand, M (1987). *"El niño y el deporte"*. Paidós. Mec. Madrid.
- Hahn (1988): *"Entrenamiento con niños"*. Martínez Roca. Barcelona.
- Hernández Moreno, J. (1994): *"Fundamentos del deporte. Análisis de las estructuras del juego deportivo"*. INDE. Barcelona.
- González Río, María José (1997) *"Metodología de la investigación social"*. Aguaclara. Alicante.
- López Bedoya, J. (1995)." En *"Iniciación deportiva y el deporte escolar"*. INDE. Barcelona.
- Mundina, J. (1996). *"Conducta y actitudes de los espectadores de baloncesto. Una visión desde el marketing"*. Tesis Doctoral. Facultad de Psicología. Universidad de Valencia.

- Blázquez D., director (1995): "*... desde una perspectiva educativa y formativa*", parte II de La iniciación deportiva y el deporte escolar. Barcelona: INDE, págs. 47-12.
- Blázquez D., director (1995): "*... desde una perspectiva de enseñanza*", parte V de La iniciación deportiva y el deporte escolar. Barcelona: INDE, págs. 249-368.
- Castañer M., Trigo E. (1995): "*Globalidad e interdisciplina curricular en la Enseñanza Primaria. Propuestas teórico-prácticas*". Barcelona: INDE.
- Galera A.D. (1999): "*Juego motor y educación física: bases para una reforma. Barcelona*". Cims.
- García M., Asins C. (1995): "*La coeducación en educación física*". Bellaterra: ICE de la UAB, Quaderns per a la coeducación N° 7. Versión castellana, 1994.