

## UNA NUEVA MIRADA A LAS PRÁCTICAS DE ACTIVIDADES DEPORTIVAS Y EL RENDIMIENTO ACADÉMICO. REFLEXIONES

## A NEW LOOK TO THE PRACTICES OF SPORTS ACTIVITIES AND ACADEMIC PERFORMANCE. REFLECTIONS

Maria Elena Huapaya Basurco<sup>1</sup> ([mariaene@gmail.com](mailto:mariaene@gmail.com)) <http://orcid.org/0000-0003-3375-3570>

### RESUMEN

El presente artículo tiene como objetivo presentar una sistematización que permite analizar una nueva mirada en las prácticas de actividades deportivas y el rendimiento académico. Ello responde a que Las actividades deportivas juegan un papel importante en nuestra sociedad, y son fundamentales para el apoyo de una mejor calidad de vida para las personas. La práctica deportiva proporciona al individuo múltiples cualidades que son beneficiosas para su vida y desarrollo, influyendo en el aspecto físico, psicológico y social. Es por ello que la actividad física adquiere gran importancia en el ámbito educativo y, sobre todo, en edades en las que lo aprendido influye en la formación integral de la persona y es susceptible de permanecer para toda la vida. La educación a través del deporte englobaría una serie de actitudes, valores, formas de vida, hábitos, formación, etc., así como un sin fin de importantes particularidades que deben tenerse presentes en sus diferentes manifestaciones.

**PALABRAS CLAVES:** Actividades deportivas, rendimiento académico.

### ABSTRACT

The objective of this article is to present a systematization that allows us to analyze a new perspective on the practices of sports activities and academic performance. This is due to the fact that sports activities play an important role in our society, and are fundamental for supporting a better quality of life for people. Sports practice provides the individual with multiple qualities that are beneficial for their life and development, influencing the physical, psychological and social aspects. That is why physical activity acquires great importance in the educational field and, above all, in ages in which what is learned influences the integral formation of the person and is susceptible to remain for a lifetime. Education through sports would encompass a series of attitudes, values, ways of life, habits, training, etc., as well as endless important features that should be present in their different manifestations.

**KEY WORDS:** Sports activities, school performance.

En el nuevo milenio se buscan proyecciones innovadoras en los ámbitos social, cultural, deportivo, económico, científico y tecnológico, para generar producción sustentable, mejorar la calidad de vida. El área educativa-deportiva-recreativa no puede

<sup>1</sup> Profesora de Educación, Perú.

quedar aislada a dichos avances, al deber orientarse a tendencias de mejoras continuas. En este sentido, este artículo apunta a la transformación de estilos de interaprendizaje y gestión educativa para la formación integral.

### **Una nueva mirada a las prácticas de actividades deportivas y el rendimiento académico. Reflexiones**

La creciente demanda de la práctica de la actividad deportiva plantea la necesidad de impulsar su desarrollo de una manera organizada, científica y funcional, hasta el momento de todas las acciones físicas.

El ser humano necesita ser influenciado con hábitos de práctica de las actividades físicas como vía para la consecución de los más grandes objetivos plasmados en acrecentar las funciones que lleva intrínsecamente la práctica deportiva, al promover una salud integral para atender las necesidades sociales.

Los aspectos anteriores requieren de una formación y desarrollo de los estudiantes, en aras de la construcción de una sociedad justa y democrática, con una conciencia de su formación en valores como la solidaridad, la tenacidad, perseverancia, sentido de pertenencia, para mejorar la convivencia al aprovechar todos los recursos didácticos, técnicos y tecnológicos que logren un nivel óptimo de preparación en las actividades físicas-deportivas-recreativas y contribuyan a la formación integral, a la conservación y mejoramiento de la salud y consoliden hábitos de práctica sistemática de ejercicios que perduren en la vida familiar, social y profesional.

Es importante destacar la práctica de las actividades deportivas como un factor que influye en el desarrollo físico e intelectual y constituye un derecho para la formación integral de los estudiantes. El docente debe estar consciente de que esta práctica, guiada por un competente profesional con estrategias didácticas innovadoras, introduce nuevas alternativas de creatividad, desarrollo del pensamiento, lo que genera un clima de espaciamiento y bienestar.

El trabajo de los docentes debe provocar en los estudiantes un nivel de rendimiento satisfactorio, por esa razón es primordial utilizar estrategias activas de aprendizaje con los estudiantes que garanticen una influencia en la Formación Integral.

Las actividades deportivas aportan al mejoramiento de la calidad de la educación, conllevan un aprendizaje sistemático orientado a lo largo de las destrezas y construyen una excelente escuela para templar el espíritu en el esfuerzo, la colaboración, la diversidad y la consideración mutuas.

El papel del estudiante se pondera para que valore la importancia de la actividad deportiva en su formación integral, lo cual con una preparación académica de calidad en el aprendizaje y el compromiso de cada uno de los miembros de la comunidad en rescatar y resaltar los valores responsabilidad y compromiso, contribuye a mejorar actitudes en las interrelaciones diarias de los actores. Para ello debe existir una perspectiva que asuma una visión y orientación consciente de su papel de gestores del

cambio positivo inspirado en la transmisión de la cultura, como una cosmovisión centrada en valores.

Hoy constituyen una polémica los términos deporte y actividad deportiva, en realidad no significan exactamente lo mismo. La diferencia radica en el carácter competitivo del primero y de la práctica gustosa del segundo, para una formación integral y de las capacidades creativas y de autorrealización del estudiante en cuanto a profesional, persona y ciudadano, en sus dimensiones cognitivas, afectivas, éticas, estéticas y políticas.

Cada estudiante es agente de su propia formación, esta favorece tanto el crecimiento hacia la autonomía del individuo como su ubicación en la sociedad, para que pueda asumir la herencia de las generaciones anteriores y para que sea capaz, ante los desafíos del futuro, de tomar decisiones responsables a nivel personal, religioso, científico, cultural, político y deportivo.

La formación integral busca superar las visiones yuxtapuestas de las diversas ciencias, culturas y técnicas, tomar conciencia de los nexos entre las especializaciones y la dimensión global, para dar sentido a todo el proceso de la vida humana.

El proceso formativo integral debe realizarse en aras de trabajar con los valores, la creatividad, el desarrollo del pensamiento, en los que descubriremos una idea decisiva, ya que formarse integralmente significa entusiasmarse con la unidad, comprender modelos elevados de la unidad con las realidades de los entornos que constituyen el ideal de la vida. Lo anterior requiere trabajar por un proceso integral formativo para contemplar las realidades y percibirse de que no todas tienen el mismo lugar determinado en el tiempo y el espacio (García, 2010).

El arte de vivir con autenticidad consiste en aprender a ver las realidades del entorno no solo como objeto sino como ámbitos posibles, como una realidad abierta, dispuesta a colaborar en experiencias y ver la vida directamente proporcional en la calidad en las diversas realidades de nuestro entorno.

Esta forma de superar los límites mediante la unión y la creatividad, es una tarea conjunta que abre la posibilidad de vincular los modos auténticos de solidaridad con las formas más exigentes de independencia.

En la actividad deportiva juega un importante papel el lenguaje, que en la vida humana es el medio con el cual se pueden crear relaciones de afecto y convivencia. Lo que es esencial también en la formación integral que quiere lograrse en los estudiantes (Leontiev, 1975). En este sentido, se concuerda con lo planteado por Téllez, González y Sánchez (2019) en relación con que

La buena comunicación de un entrenador deportivo en su actuación comunicativa, debe estar caracterizada por un conjunto de habilidades verbales y extra verbales que le permitan comportarse adecuadamente en cada acto o situación comunicacional y que trasmite los verdaderos cimientos axiológicos de una construcción personológica. Poseer un alto nivel de observación que le propicie la necesaria retroalimentación para

el rediseño de su accionar pedagógico, en el que la empatía constituya un elemento importante para lograr la comunicación con eficiencia y basada en la ética y responsabilidad de la especialidad. (p. 2)

Ellos configuran la vida en cada instante mediante el impulso que reciben del ideal, que es la clave que sirve para nuestra existencia. Al tener por principio hacia el ideal de la unidad y solidaridad nuestra actitud será generosa y nos orientamos por la vía de la creatividad. La unidad con una visión nueva de lo que es la vida humana, al entregarse a las experiencias de encuentro, permite descubrir cada día la importancia de la relación en la vida y aprender a ver las realidades como nudos de relaciones. Para educar una unidad en creatividad y valores se necesita aprender a ver, pensar, actuar y sentir de modo relacional.

Esta forma relacional de ver las realidades significa un desarrollo de la inteligencia que se habita a pensar de forma comprensiva, penetrante y elevada. De esta forma, se atiende a lo concreto inmediato y no se queda uno preso de él, sino que se llega a sus derivaciones de pensamiento, amplitud, penetración.

Es imprescindible considerar que, aunque la actividad deportiva sea un instrumento muy útil para alcanzar una educación adecuada y el propio concepto de deporte lleve inmerso el de educación, existen muy distintas formas de orientarlo. Es muy importante que se enfoque apropiadamente, puesto que, al igual que puede ser muy beneficioso, si no se le da la perspectiva necesaria puede llegar a ser perjudicial para el desarrollo de los estudiantes.

La actividad deportiva en los estudiantes se convierte en una oportunidad instrumental para llegar a la formación y educación global, representa una actividad de gran importancia en la que se manifiestan, además de los beneficios ya aludidos, determinados valores imprescindibles para desarrollar la personalidad y acceder a un estilo de vida asociado al deporte. Esta actividad deportiva se puede producir a través de diferentes tiempos y escenarios: en el recreo, en el parque, en la calle, en el club. Es necesario confiar en los objetivos que se pueden conseguir a través del deporte en edad escolar e imprescindible que exista una vinculación y coherencia entre el deporte realizado en horario lectivo y en horario no lectivo, sea cual sea el lugar, agente o institución que lo imparta (García, 2010).

A través de esta comunicación se va a hacer referencia a las actividades deportivas concretamente a la oferta realizada y características fundamentales de las mismas. La actividad deportiva forma parte de la vida. Lo que se logra en su práctica constituye una buena preparación para la vida, ya que se viven intensamente una serie de estados cognoscitivos, motivaciones y emociones que después se recordarán a lo largo de la vida de la persona. Posibilita un desarrollo creativo, que se movilicen las capacidades y tiene una función educativa por el hecho de aprender movimientos técnicos y tácticos y mejorar física y psíquicamente.

Su carácter formativo, así como la función preventiva y socializadora lleva aparejado el protagonismo en la adquisición de hábitos y actitudes en el sujeto. Es decir, la actividad deportiva, por los valores educativos que encierra y por la relevancia que tiene para la salud, representa en el marco de la infancia una de las actividades de mayor trascendencia para el desarrollo físico y psíquico de las personas.

En las actividades deportivas cabe un enorme abanico de opciones cuyo denominador común y definitorio lo constituye el que se realicen fuera del horario escolar, aunque con una relación vinculante con los centros docentes. Las diferentes formas de actividad deportiva deben ser apoyadas por las diferentes instituciones deportivas, mediante una adecuada coordinación entre las mismas para conseguir que el deporte sea llevado a cabo en unas condiciones óptimas.

### **¿Cómo desarrollar las prácticas de actividades deportivas y garantizar que contribuya al rendimiento académico?**

El rendimiento académico del estudiantado constituye un factor imprescindible en el abordaje de la calidad de la educación y de todas las actividades deportivas, debido a que es un indicador que permite una aproximación a la realidad educativa. Los estudios del rendimiento académico en la educación parecen ser en la coyuntura mundial actual aún más valiosos en el marco de una sociedad caracterizada por el rápido avance del conocimiento, la fluidez en la transmisión de la información y los cambios acelerados en las estructuras sociales. En ese contexto va en estrecha vinculación con los resultados e investigaciones sobre el rendimiento académico de los estudiantes.

El rendimiento académico es la suma de diferentes y complejos factores que actúan en la persona que aprende, y ha sido definido con un valor atribuido al logro del estudiante en las tareas académicas, culturales y deportivas.

Por otra parte, el proceso dinámico de estructuración del acto mental desde la actividad deportiva conlleva la selección de las estrategias necesarias para buscar y elegir la información relevante con el fin de crear nuevos mensajes de aprendizaje que puedan ser transferidos a la vida. De ese modo, permitirá que los estudiantes tomen seguridad en sí mismos, prefieran autónomamente aprender y compartir sus descubrimientos experimentados, potencien su autoestima y posean la ilusión vital obvia para enfrentarse personalmente -desde la reflexión e interiorización- y conjuntamente – desde el aprendizaje compartido, colaborativo y constructivo- a cualquier situación de aprendizaje. Dicha actitud intelectual conlleva una capacidad de adaptación que permite poseer la autoconfianza suficiente, el conocimiento del medio o del contexto familiar, de amistades, escolar y vital junto a la posibilidad de obtener el logro para afrontar nuevos retos, perspectivas o propuestas de acción dinámicas, así como una mejora en el rendimiento académico.

El término rendimiento nació en las sociedades industriales, de donde derivó a otros ámbitos de la ciencia y de la técnica. Su origen y las características específicas de las

áreas del conocimiento que lo asimilaron, hicieron que el constructo rendimiento se enriqueciera en muchos aspectos y también que se contaminara, como explicaremos más adelante. Al ámbito escolar llegó tardíamente y con frecuencia se le identificó con aprendizaje. La investigación científica y la experiencia profesional han ayudado de forma relevante a clarificar conceptos afines y a delimitar los términos. Rendimiento académico y aprendizaje son los más próximos, otros guardan una estrecha relación como instrucción, éxito y fracaso, competencia y eficacia escolar (Garcés, 2013).

Todos los términos citados se refieren a conductas que tienen que ver con los conocimientos de los estudiantes si bien unos son más específicos de los procesos de adquisición como aprendizaje e instrucción, y otros lo son más de la demostración del nivel de conocimientos adquiridos, es el caso de los términos competencia, eficacia y rendimiento.

La relación entre aprendizaje y rendimiento es muy estrecha. Durante mucho tiempo, se identificaron al menos en la práctica docente; es decir, el escolar había aprendido y sabía lo que demostraba cuando era sometido a una prueba de examen.

El concepto aprendizaje como proceso cognitivo de elaboración de la información previamente percibida se ha estudiado relacionándolo con factores internos y externos al sujeto que aprende. Su delimitación y conceptualización se enriquecido y modificado como consecuencia de los resultados de la investigación. Desde las corrientes más conductistas de inicio del siglo XX que acentuaban la influencia de factores ambientales, a mediados del mismo siglo ganó protagonismo la corriente cognitiva en la que los factores internos eran fundamentales, aunque sin olvidar los ambientales. En la actualidad tiene mayor predicamento la tendencia a considerar que el aprendizaje se caracteriza por ser socio-constructivo, es decir un proceso que es social, cultural e interpersonal. El sujeto que aprende, recibe, selecciona y almacena información, la codifica, analiza e interpreta para construir conocimientos.

El origen del término rendimiento muchos lo han entendido como utilidad o producto, el rendimiento académico es la utilidad o producto de todas las actividades, tanto educativas como informativas. La escuela persigue una finalidad que moviliza energías físicas y psíquicas conscientemente dirigidas y con cuyo consumo se pretende obtener un resultado, un rendimiento, que se define como el producto útil del trabajo escolar. El aprovechamiento escolar constituye el aspecto cuantitativo del rendimiento que el trabajo escolar produce.

El rendimiento académico es fruto de una verdadera constelación de factores derivados del sistema educativo, de la familia y del propio alumno en cuanto a persona en evolución. Esta tendencia se ha desarrollado en trabajos de investigación bajo la denominación *eficacia escolar*. Dicha línea de investigación ha suscitado no pocas suspicacias, posiblemente porque se ha confundido eficiencia con productividad escolar. Pero debemos tener en cuenta que los estudios en el ámbito pedagógico y

psicopedagógico son pocos los que han estudiado el constructo rendimiento académico sin relacionarlo con otros constructos.

La relación entre inteligencia y rendimiento ha sido muy estudiada; es la línea de investigación que más se ha trabajado desde mediados de la década del siglo XX. La inteligencia general, el razonamiento verbal, el razonamiento abstracto, la memoria y la percepción son las aptitudes mentales más investigadas como factores influyentes en el rendimiento académico positivo y también en el negativo. En este sentido, son múltiples los trabajos que muestran correlaciones altas entre las alteraciones de la percepción visual, auditiva y táctil, las dificultades de aprendizaje y el rendimiento académico. Lo mismo podemos decir de la memoria inmediata a corto y a largo plazo.

Otro factor que influye en el aprendizaje y rendimiento académico del educando es la referencia al desarrollo cognitivo. No cabe duda que la llamada aptitud para la escolaridad que hace posible que el niño en un momento determinado de su desarrollo psicológico pueda aprender a leer, escribir y calcular, no es independiente de su evolución cognitiva.

La atención es considerada como un factor decisivo en el aprendizaje. Numerosas investigaciones han encontrado un alto grado de correlación entre la atención y el aprendizaje de conceptos, actividades deportivas, solución de problemas y rapidez en la elaboración de la tarea. Lo esencial en la educación está dado en la situación de aprendizaje que realiza.

Desde los inicios del siglo XXI se han intensificado los trabajos sobre factores implicados en el rendimiento académico, en lo que se refiere a la inteligencia general y a las aptitudes mentales, corroboran los obtenidos en estudios anteriores; analiza la relación entre factores emocionales y cognitivos en el rendimiento académico bajo; el bajo control emocional influye negativamente en el rendimiento académico, así como la relación directa entre inteligencia y aptitudes mentales con el rendimiento académico; a mayor desarrollo de la comprensión verbal y el razonamiento numérico mejor rendimiento académico. La adquisición de éxito en el aprendizaje advierte la necesidad de que el educando esté motivado para usar las estrategias idóneas desde la regulación de su esfuerzo cognitivo.

El entorno social es importante para desarrollar las prácticas deportivas. Bajo esta denominación nos referimos a la influencia que, en el rendimiento académico de los estudiantes, ejercen los amigos, las relaciones y las redes sociales, junto a características del entorno físico y sociológico como el barrio o el vecindario.

El nexo aprendizaje-rendimiento-actividades deportivas de cualquier educando, independientemente de su capacidad intelectual, plantea la alusión al papel originado por los factores cognitivos en la autorregulación del comportamiento ante el aprendizaje en valorar el empleo de ciertas estrategias cognitivas: planificación, ensayo, elaboración, organización del material y control del propio esfuerzo durante las tareas

de clase con la finalidad de superar cualquier situación de aprendizaje (Kerlinger, 2001).

El rendimiento depende del nivel de autoestima del propio estudiante. Ciertamente que el autoconcepto que cada uno tenemos de nosotros mismos en cierto modo es dependiente en su génesis y desarrollo del heteroconcepto que de nosotros tienen los demás y que así nos lo han manifestado.

Las atribuciones de éxito o fracaso en el aprendizaje derivan de los resultados alcanzados. Dichos resultados, a su vez, quedan afectados por el modo en que la atención se focaliza durante la realización de las tareas de aprendizaje.

En relación con el trabajo autónomo para el logro del éxito del aprendizaje, el educando construye su propio aprendizaje y se muestra capaz de creer en él mismo y de encontrarse a sí mismo relevante y pleno de significado. Ello le sirve para aplicar la suficiente concentración en la solución de problemas de aprendizaje a la vez que le incrementa sus sentimientos de estimación y de valía. Es necesario implicar al educando a que sea consciente de que las tareas que aprende las perciba relacionadas con su necesidad, interés y objetivo personal. Dicha percepción le permitirá cumplir con éxito lo que se propone y será la fuente de animación para que siga sus personales elecciones desde los requerimientos de la tarea del aprendizaje.

Existen dimensiones que posibilitan analizar el rendimiento y su relación con las actividades deportivas:

- Determinar las variables explicativas que permiten discriminar a los alumnos de bajo rendimiento y a los que no lo son.
- Especificar los perfiles o características que tienen los alumnos con bajo rendimiento en comparación con los que no lo presentan.

Se estableció su investigación en el estudio de ciertas variables:

- Motivación de logro: tarea, esfuerzo, interés, exámenes y competencia del profesor.
- Autoconcepto, social.
- Habilidades para el aprendizaje y el estudio: actitud e interés hacia la escuela, autocontrol, gestión del tiempo, ansiedad y preocupación por los resultados estudiantiles, atención y concentración, estrategias para el procesamiento de la información, estrategias de repaso y comprensión en el estudio.
- Relaciones interpersonales.
- Aspectos educativos-familiares.
- Nivel socioeducativo.
- Expectativas de formación: expectativas de formación futura de los alumnos.

## CONCLUSIONES

La sociedad dirige marcadamente su atención al papel de la educación en el desarrollo de las nuevas generaciones. La actividad física adquiere gran importancia en el ámbito educativo y, sobre todo, en edades en las que lo aprendido influye en la formación integral de la persona y es susceptible de permanecer para toda la vida. La educación a través del deporte englobaría una serie de actitudes, valores, formas de vida, hábitos, formación, etc., así como un sin fin de importantes particularidades que deben tenerse presentes en sus diferentes manifestaciones.

La relación rendimiento académico y esfuerzo personal, expectativas de autoeficacia o confianza personal, motivación intrínseca, factores contextuales y emocionales. Destacan la influencia de las estrategias y enfoques de aprendizaje, así como la de los contextos familiares. Estudia los predictores emocionales y cognitivos del rendimiento académico desde el enfoque psicoeducativo; afirma que la motivación académica, el autoconcepto y las estrategias para el control emocional son predictores de éxito académico.

## REFERENCIAS

- Garcés, H. (2013). *Investigación científica*. Quito, Ecuador: Abya-Yala.
- García, G. (2010). La formación investigativa de los educadores. Trabajo presentado en el *Evento provincial Pedagogía 2011* (presentación electrónica). Holguín.
- Kerlinger, F. N. (2001). *Investigación del comportamiento. Métodos de investigación en Ciencias Sociales*. México: Mc Graw Hill.
- Leontiev, A.N. (1975). *Actividad, conciencia y personalidad*. La Habana: Pueblo y Educación.
- Téllez, M. M., González, M. y Sánchez, A. (2019). Enfoque axiológico y ético en el desarrollo de la comunicación asertiva en entrenadores de deportes con pelotas. *Opuntia Brava* 11(1). Recuperado de <http://opuntiabrava.ult.edu.cu/index.php/opuntiabrava/article/view/701>