

# Metodología didáctica de la educación física para la formación en la adolescencia

*Didactic Methodology of Physical Education for training in adolescence*

**Metodologia didática de Educação Física para formação na adolescência**

**Dr. C. Eulisis Smith-Palacio, <https://orcid.org/0000-0001-9793-9476>**

*e.smith@ufv.es*

**Universidad Francisco de Vitoria, Madrid, España**

**Recibido: octubre/2021**

**Aceptado: diciembre/2021**

## Resumen

Cambios físicos, psicológicos y sociales se experimentan en la etapa adolescente; algunos de estos cambios se muestran en la búsqueda de la identidad personal y la autonomía de una mayor intimidad con los padres: en el alejamiento del vínculo parental; en el desarrollo de la sexualidad y el desarrollo cognitivo. Añadido a todo esto, el adolescente se encuentra en una etapa donde urge propiciar espacios para la Integración Social. Este artículo tiene como objetivo la descripción de una metodología didáctica de la educación física para la integración de los adolescentes en situación de riesgo de inclusión social. Se realizó previamente un análisis al estado del arte donde se encontraron investigaciones que diagnosticaron el Deporte y la Actividad Física como espacio ideal para el desarrollo moral de los adolescentes y que el deporte es un medio para aumentar las relaciones sociales, potenciar el debate, afianzar criterios convenientes y desechar aquellos que limitan al ser humano. Por otro lado, la revisión de los programas sociales de educación física en la formación de la adolescencia dio lugar al diseño de una metodología específica para la integración social de jóvenes en riesgo de exclusión social. Los métodos empleados en este trabajo para el logro eficaz de los objetivos fueron: la revisión narrativa, la auto-observación y el autoinforme. De manera general se obtuvo como resultado, una serie de sesiones para la integración social. Esta es una idea que propicia un uso didáctico de la educación física para mejorar comportamientos y actitudes positivas en adolescentes.

**Palabras clave:** Programa de intervención educativa, formación de la adolescencia, didáctica de la educación física, integración social, riesgo de inclusión social.

## Abstract

Physical, psychological and social changes are experienced in the adolescent stage; Some of these changes are shown in the search for personal identity and the autonomy of greater intimacy with parents: in the distancing of the parental bond; in the development of sexuality and cognitive development. Added to all this, the adolescent is in a stage where it is urgent to promote spaces for Social Integration. This article aims to describe a didactic methodology of physical education for the integration of adolescents at risk of social inclusion. An analysis of the state of the art was previously carried out where research was found that diagnosed Sport and Physical Activity as an ideal space for the moral development of adolescents and that sport is a means to increase social relations,

promote debate, strengthen criteria convenient and discard those that limit the human being. On the other hand, the review of social programs of physical education in the formation of adolescence gave rise to the design of a specific methodology for the social integration of young people at risk of social exclusion. The methods used in this work for the effective achievement of the objectives were: narrative review, self-observation and self-report. In general, a series of sessions for social integration was obtained as a result. This is an idea that fosters a didactic use of physical education to improve positive behaviors and attitudes in adolescents.

**Keywords:** Educational intervention program, formation of adolescence, didactics of physical education, social integration, risk of social inclusion.

## **Resumo**

As mudanças físicas, psicológicas e sociais são vivenciadas na fase da adolescência; Algumas dessas mudanças se manifestam na busca da identidade pessoal e da autonomia de maior intimidade com os pais: no distanciamento do vínculo parental; no desenvolvimento da sexualidade e no desenvolvimento cognitivo. Somado a tudo isso, o adolescente encontra-se em uma fase em que urge promover espaços de Integração Social. Este artigo tem como objetivo descrever uma metodologia didática de educação física para a integração de adolescentes em risco de inclusão social. Foi realizada anteriormente uma análise do estado da arte onde foi constatada pesquisa que diagnosticou o Esporte e a Atividade Física como um espaço ideal para o desenvolvimento moral dos adolescentes e que o esporte é um meio para aumentar as relações sociais, promover o debate, fortalecer critérios convenientes e descartar aqueles que limitam o ser humano. Por outro lado, a revisão dos programas sociais de educação física na formação da adolescência deu origem ao desenho de uma metodologia específica para a integração social de jovens em risco de exclusão social. Os métodos utilizados neste trabalho para o efetivo alcance dos objetivos foram: revisão narrativa, auto-observação e autorrelato. Em geral, obteve-se como resultado uma série de sessões de integração social. Essa é uma ideia que fomenta um uso didático da educação física para melhorar comportamentos e atitudes positivas em adolescentes.

**Palavras-chave:** Programa de intervenção educativa, formação da adolescência, didática da educação física, integração social, risco de inclusão social.

## **Introducción**

Algunas de las políticas que promueven el desarrollo en valores a través de la Educación Física y los Deportes, han sido instituidas por organizaciones internacionales como la Organización de Naciones Unidas para la Cultura, las Ciencias y la Educación (UNESCO), el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) e incluso la Organización Mundial de la Salud (OMS). Estas políticas van dirigidas al desarrollo social y personal, especialmente hacia los adolescentes y preadolescentes por ser una etapa considerada especialmente vulnerable y donde se consolida la personalidad (González *et. al.* 2012, p. 14). Del mismo modo, el Real Decreto 1105/2014 (2015) prevé el desarrollo de actitudes y valores como un medio para adquirir las habilidades necesarias en el aprendizaje del trabajo en equipo, el juego limpio y el respeto.

Las cátedras creadas en los centros de Estudios Olímpicos con bases centradas en el Movimiento Olímpico Internacional, promueven unas series de programas a través de universidades y centros educativos que en su contenido mencionan la inclusión social mediante la Educación Física, tales como *Ciudadanía Olímpica* del Ministerio de Educación, Cultura y Deporte (MECD, 2008). Este proyecto tiene como eje principal fomentar los valores de esfuerzo, compromiso, integración, participación, respeto y compañerismo en alumnos de Educación Primaria y Secundaria.

Otros proyectos con esta misma mirada son: *Héroes Olímpicos*: fundamentado en las hazañas de deportistas olímpicos para Educación Primaria; *Olimpismo en la Escuela* (Arévalo y Sotoca, 2014); basado en el uso de la tecnología como herramienta educativa en alumnos de Educación Primaria y *Todos Olímpicos*; se trabajan en este proyecto valores, historia, disciplina deportiva y la repercusión del Movimiento Olímpico en alumnos de Educación Secundaria.

En esta misma línea, varios autores analizan la inclusión de valores olímpicos como un medio de integración social y personal de jóvenes a nivel nacional (Mosquera *et.al.* 2015), otros estudios con este mismo razonamiento, pero a nivel internacional lo realizan autores como Sukys y Majauskien (2014). En fin, son varios los programas que persiguen el desafío de la integración social de adolescentes y que ponen todo su empeño en canalizar actitudes y valores con el anhelo de que se produzca un descubrimiento personal.

Añadido a esto, la Comisión Europea mediante el programa Erasmus+, ofrece financiación a proyectos educativos en el ámbito de la Educación, Formación, Juventud y Deportes que propicien un espacio de crecimiento, equidad e inclusión a los adolescentes. Europa hace un llamado, a la búsqueda de alternativas en la formación de un sociedad cohesionada e inclusiva, que permita a los ciudadanos participar de la vida activa democrática (Comisión Erasmus, 2020). En este sentido, el deporte es clave para fomentar los valores comunes europeos, impulsar la integración social, mejorar la Comprensión Intercultural, así como evitar la radicalización.

El Movimiento Olímpico Internacional a través de la Educación Deportiva, se erige como la entidad deportiva con mayor alcance a nivel mundial; así lo confirman diferentes estudios en este ámbito (Rey y Rubio, 2012). Irrumpe de esta manera en la versión Olímpica del deporte como fuente de inspiración para la integración de las personas y entre las naciones (Nielsen *et.al.* 2020).

Estas teorías, cimentadas en la Educación Física y el Deporte, confirman el Deporte como un campo de transferencias de los valores y actitudes que se obtienen mediante la práctica deportiva hacia el ámbito familiar, el ámbito docente y la sociedad. La resolución de conflictos en muchos casos, lejos de ser una dificultad contribuye como una herramienta educativa en el beneficio de aprendizajes que sirven para la vida (Sánchez y Bada, 2012).

En busca de resultados de aprendizaje que permitan facilitar el debate, el razonamiento entre iguales, la comprensión hacia el otro, el respeto y la tolerancia; varios estudios promueven metodología pedagógica que permiten la transferencia de valores educativos (Gómez, 2005). Como una metodología innovadora, frente a metodologías tradicionales, surge el Aprendizaje Basado en Problemas de Larner *et.al.* (2015, p.16); cuya esencia es descubrir qué se necesita para resolver un problema estructurado.

Otros métodos por mencionar, que cada vez cobran más importancia para facilitar la integración de los jóvenes son: el estudio de casos; estudio compartido; estudio dirigidos y método de expertos; así lo demuestran diferentes autores que han abordado esta temática (Robledo *et.al.*, 2015). En este marco, se intenta integrar al alumno en sus capacidades, habilidades, actitudes y valores con el aprendizaje significativo.

Una alta variedad de psicólogos y sociólogos han hecho un llamado con persistencia sobre lo dañino que puede ser la búsqueda de la victoria a cualquier precio, que se observa tanto en el alto rendimiento como en el deporte base. teniendo apoyo por entrenadores, padres y clubes deportivos. Esta desmedida insistencia del deporte hace que se subvalores el juego limpio y tenga más prevalencia el juego duro, acciones ilegales, patadas, empujones, con una repercusión negativa en la formación educativa de los jugadores (García, 1990). En contraposición a tales actitudes, Roberts (1992) trabajó la teoría cognitivo-social "*La Perspectiva de Meta*". Esta teoría basa su fundamento en que la competición tiene dos maneras de orientación: hacia la tarea o hacia el ego.

Diversos estudios confirman que la orientación de la tarea hacia el ego, anida la creencia de que la participación deportiva es un medio para obtener estatus social y/o evitar el trabajo: propuesta del desarrollo de habilidades-tácticas engañosa y factores externos son la causa de la victoria en el juego. Mientras que la orientación hacia la tarea está relacionada con la cooperación, la participación en las actividades, el desarrollo del trabajo en equipo, el aprendizaje personal y que correlaciona positivamente con la diversión en el deporte. Esta última dimensión de la orientación de la competición está más relacionada con la integración de jóvenes en riesgo, dada la importancia del trabajo

cooperativo, el sentimiento de pertenencia, el respeto a sus iguales y hacia las normas que se necesita en el proceso de readaptación social (Duda, 1989).

Otra mirada interesante del Deporte y la Educación Física en función de la integración social de los adolescentes, la realiza Perry & Jessor (1985), quien propone una *Depuración Deportiva*: Consiste en extraer los elementos más educativos del deporte para adaptarlos al ámbito escolar y de integración social. Para realizar esta depuración del deporte se recomienda los siguientes pasos:

- facilitar la participación de todos los participantes y no solo los más hábiles: que la finalidad no sea solo el desarrollo de habilidades motrices específicas
- no incidir solo en el resultado sino en la experiencia: que aparezcan componente de creatividad, diversión y bienestar
- flexibilizar las reglas del juego
- fomentar la cooperación y la autosuperación por encima de la competición
- fomentar una actitud crítica ante las actitudes poco sociales del deporte.

El Deporte Educativo, que se limita a la enseñanza de unas series de técnica y tácticas con las correspondientes normas de juego, ha evolucionado hacia una Educación Deportiva definida como:

Proceso intencional que tiene por objeto desarrollar las capacidades cognitivas, motrices, de equilibrio personal, de relación interpersonal y de integración social de las personas, a través de actividades de distintos tipos y naturaleza relacionada con el hecho deportivo con la finalidad de contribuir desde el campo del deporte a que puedan conducir sus vidas con autonomía y responsabilidad, disfrutando plenamente de la cultura deportiva y colaborando de forma activa y crítica (Velázquez, 2004, p.12).

A la luz de la verdad, la educación en valores en el ámbito educativo-deportivo se hace necesaria, dada la real emergencia de actitudes morales en el deporte y la sociedad contemporánea (Ruiz, 2012). Es necesario crear más fuentes con criterios pedagógicos, que permitan brindar elementos, herramientas y dinámicas que acojan el Deporte y la Educación Física como un verdadero soporte en la formación del carácter y la personalidad de los adolescentes. En algunos ámbitos deportivos, encontramos el deporte como: una actividad ambivalente, dicotómica y paradójica en relación con la docencia (Navarro *et.al.*, 2020).

La definición orientativa que se le otorgue a la práctica deportiva (incluye los deportes colectivos de colaboración-oposición) van a permitir que ocurran situaciones objetivas y

concretas que los jugadores deben resolver. La veracidad de las respuestas, el análisis y razonamiento de los jugadores, conllevan al aprendizaje de actitudes que les acompañarán para toda la vida (Ponce de León *et.al.*, 2014). De la misma manera sucede cuando se utiliza el deporte como vehículo inclusivo: en los conflictos nacidos de la propia práctica deportiva se obtiene la solución a las dificultades que enfrentan los adolescentes. Se hace requisito necesario, la presencia del educador capacitado para afrontar este reto, que lleve de la mano al menor en el descubrimiento de su propio razonamiento.

Existe una gran información acerca de programas que promueven el desarrollo moral a través del Deporte y la Educación Física, se citarán a continuación algunos de los elementos más significativos planteados por ellos:

- **Promoción de los comportamientos sociales positivos:** este tipo de programa incidía en la deportividad y en el *fair play*, donde las variables específicas eran la aceptación de las reglas, la exhibición del juego limpio y el respeto a los demás. Se confirmó en esta investigación que los alumnos de mayor edad tenían un abanico de mayor respuesta positivas antes las preguntas realizadas por el maestro y disminuyó la generosidad de los compañeros en la medida que avanzaba la competición (Roberts *et.al.*, 1981)
- **Reducción de los problemas de comportamiento:** para este tipo de programa se desvela los deportes colectivos como una estrategia para la reducción de conflictos en las escuelas, sociedad y hogares (Scharpe *et.al.*, 1995). En este estudio se muestra como los alumnos mejoraron el respeto a los compañeros, solicitud de ayuda y capacidad para resolver conflictos a través de una herramienta metodológica dirigida a tal efecto.

En otro estudio realizado, aplicando el mismo programa, los autores Giebink & Mckenzie (1985), se hallaron los mismos resultados, pero dentro del horario docente y no en el horario extraescolar.

- **Juicio y razonamiento moral:** en este estudio se demostró que los adolescentes de 12 años tienen mayor capacidad para cooperar que los niños de 7 años si se preparan herramientas diseñadas para este fin. Los hallazgos encontrados por Shields & Bredemeier (1995) demuestran que los adolescentes entre 12 y 13 años tienen más capacidad para debatir frente a las razones presentadas por los adultos, no siendo de esta manera entre los niños entre 9 y 11 años cuyos pensamientos es más paralelo y menos crítico.

- **Juicio legítimos y agresiones:** la ausencia de educación moral y cívica es la raíz de las agresiones, comportamientos violentos, acciones ilegales (Bredemeier & Schields, 1986). En este estudio se encontró, que alumnos que practicaban el baloncesto, aceptaban como válidas acciones violentas y agresivas. Se confirmó también que los chicos que practicaban deportes de alto contacto y las chicas que practican deportes de contacto medio, mostraban un menor nivel de razonamiento moral, relacionado con un mayor nivel de acciones violentas.
- **Clima moral:** las actitudes morales de los alumnos dependen en gran parte de su grupo de iguales. Jeffrey & Murray, (2009) encontraron en esta investigación que dos son los factores determinantes en el desarrollo moral, a) cumplimiento de las normas de juego, b) actitudes de los profesores, maestros, monitores que guían las actividades.

Es necesario decir, que las estrategias de Integración Social que se usan mediante la Educación Física no se deben usar para transmitir valores, sino para educar en valores y que todo lo aprendido sea transferido a la vida familiar, al colegio y a la sociedad. En este sentido Samalot, (2017) hace una diferencia entre transmitir valores y educar en valores. La trasmisión de valores significa que los alumnos acumulan una serie de conocimientos mientras que educar en valores tiene que servir para el propio desarrollo personal de los adolescentes. Este artículo tiene como objetivo la descripción de la metodología didáctica de la educación física para la integración de adolescentes en situación de riesgo de inclusión social (p.35).

**Muestra y metodología:** La muestra estuvo formada por un total de 150 alumnos, 84 mujeres y 66 hombres; todos alumnos pertenecientes a la Enseñanza de Secundaria Obligatoria. Formaron parte del grupo experimental  $n=100$  y el grupo de control estuvo formado por  $n=50$  alumnos. La metodología que se utilizó fue cuasi-experimental con un diseño de la investigación longitudinal pretest-posttest, el programa se extendió durante 5 meses.

Los derechos relativos a la protección de datos personales se ejercen ante la Delegada de Protección de Datos ([dpd@ufv.es](mailto:dpd@ufv.es)), y no ante el investigador principal. Al finalizar las sesiones, se comparan los datos adquiridos para extraer los valores de la media. Los métodos empleados en este trabajo fueron:

- **la revisión narrativa** de los principales programas de educación física en la formación de la adolescencia: Consiste en la expresión contrastada de unas series



de criterios basados en expertos. En este sentido la estructura principal de la revisión narrativa es responder a preguntas básicas de una materia en concreto (Aguilera, 2014, p.111). En el caso actual, se quiso responder a la necesidad de formalizar una sesión que permitiera el debate y el diálogo en las clases de Educación Física.

- **la auto-observación:** permite la reducción de la distancia entre el observado y el observador; afina el punto de vista y hace más eficaz una herramienta educativa. Es un peldaño más elevado que la observación, donde el observador toma doble partida objeto y sujeto. En este sentido, en el trabajo que se presenta se observaron y tomaron notas relacionadas de varias sesiones de la Educación Deportiva en Institutos de Enseñanza Secundaria.
- **el auto- informe:** Se obtiene de la auto-observación y es un mensaje casi siempre oral que se emite a partir de los resultados, esta acción del investigador le permite concretar un concepto o una definición al respecto (Escobar *et.al.*, 2021, p.75). En este caso, el auto-informe permitió definir el modelo de sesiones que se presentará más adelante.

**Resultados:** A continuación, se muestra una descripción de las principales estrategias utilizadas en el ámbito de la Educación Física para la Integración Social de los adolescentes:

- **Discusión de dilemas morales:** es una técnica de razonamiento moral que consiste en analizar y discutir situaciones, problemas e historias hipotéticas o reales, que conlleven al análisis de un valor y su aplicación en la vida. Se pretende que el alumno asuma una actitud ante una situación y sea capaz de razonar y debatir entre sus iguales con la ayuda del profesor.
- **Pautas para la redacción de dilemas morales:** describir los personajes, plantear un conflicto, plantear posibles alternativas y formular preguntas.
- **Autocontrol de la conducta:** pretende que el alumno asuma la responsabilidad de su comportamiento: no perder el control ante una mala decisión del árbitro y no dejarse llevar por las emociones e impulsos.
- Tiene tres pasos: autodeterminación de los objetivos, autoobservación y autoesfuerzo.



- **Juegos de roles (*rol play*):** esta estrategia se realiza mediante las dramatizaciones o juegos teatrales de una situación con conflictos de intereses. El objetivo de esta estrategia es desarrollar la empatía y la perspectiva social.
- **Análisis críticos de materiales curriculares (películas, textos, documentales...):** su objetivo es la comprensión reflexiva y crítica de los temas morales. El material debe exponerse mediante pasos:

1. Presentar un tema polémico
2. Comprobar la comprensión de texto e ideas morales por parte de los adolescentes
3. Aproximar el material a la realidad científica
4. Realizar una crítica del material
5. Adquirir una actitud de compromiso ante la realidad tratada.

### **Programas de intervención educativa eficaz en la integración social y personal**

Algunas de las alteraciones que se puede presentar en la adolescencia son aquellas que tienen que ver con el comportamiento o la desadaptación personal y da lugar en muchos casos, a jóvenes con riesgo de exclusión social, marginación y por otro lado con una vida delictiva bastante preocupante. Todo esto sin contar, que incurran en experiencia con drogas o en diversión mediante actitudes violentas y agresivas. Estas conductas tienen una incidencia de alcance no solo en la vida personal sino en la vida familiar.

Algunos de los programas pioneros de intervención pedagógica para facilitar la integración social, personal y emocional de los jóvenes y adolescentes fueron: el programa Going For Goal (Goal) y el programa Sport United to Promote Education and Recreation (Super). Estos programas han sido implementados por el Centro de Competencia para la Vida de la Universidad de Virginia (EUA). Ambos programas, tienen la intención de modificar conductas en jóvenes y adolescentes de forma grupal. Hacen coincidir en importancia el desarrollo personal y social de los adolescentes con el desarrollo académico. Como segundo objetivo, los programas pretenden cambiar la percepción del control personal y de confianza en el futuro, al emplear como medios las actividades deportivas y la Educación Física; tanto en Educación Primaria como Educación Secundaria.

Otro programa con una gran efectividad en la integración social de adolescentes es el programa de Responsabilidad Personal y Social de Hellison (1995). La adolescencia es

el puente que une la niñez con la juventud, en la que se producen grandes cambios al buscar su identidad y reconocer su anatomía. En muchos casos la desestructuración familiar, baja competencia académica, baja percepción de autoeficacia y autoestima, se convierten en actitudes poco deseadas socialmente: comportamientos antisociales y un desarraigo generalizado. Como un medio solucionador de estas dificultades se crea el Programa de Responsabilidad Personal y Social (PRPS).

Este programa ofrece a los participantes favorecer el desarrollo cognitivo y psicológico; discernir entre la bondad y maldad para poder tomar su propia decisión. Los principales valores del programa son esfuerzo, autogestión e integración social, respeto a los sentimientos de los demás, capacidad de escucha y empatía. El programa finaliza cuando el adolescente entiende dichos valores y se compromete a aplicarlos. El objetivo del programa es que los adolescentes aprendan a desarrollar su responsabilidad social de forma gradual. Para que esto ocurra, los adolescentes tendrán que superar de forma progresiva los siguientes niveles:

Nivel 1-Respeto por los derechos y sentimientos de los demás

Nivel 2- La participación

Nivel 3-La autogestión

Nivel 4-La ayuda

Nivel 5-La aplicación de lo aprendido fuera del gimnasio

Por otro lado, se presenta el Programa Delfos. Este programa fue creado por Cecchini (2011) con el fin de eliminar actitudes agresivas que expresaban los adolescentes pertenecientes a los grupos ultras, en los campos de fútbol. Este programa recoge en su contenido principios pedagógicos, herramientas educativas y el diseño de sesiones para la mejora del juego limpio para incrementar los niveles de autocontrol y eliminar comportamientos violentos. Los compromisos educativos en que se centra el programa Delfos son los siguientes: compromiso del profesor con los valores, establecimiento de metas, asumir de objetivos, aumento de la calidad de las relaciones personales, construcción junto al educador de planes y estrategias, asumir de aprendizajes a través de la práctica, reflexión y puesta en común y transferencia de los valores aprendidos a la vida familiar o a la vida escolar.

Como resultados de esta investigación presentada por Smith *et.al.* (2018) se han encontrado: aumento del autocontrol criterial que es la capacidad de los alumnos para enfrentar situaciones difíciles; aumento del autocontrol procesual que es el nivel de

autogratificación-autovaloración por las tareas realizadas; aumento de la retroalimentación personal que es el desarrollo de la capacidad de autoobservación y autoconocimiento y el aumento del retraso en la recompensa que es la capacidad de controlar los comportamientos violentos.

Se entiende que en el proceso educativo es imperativo el esfuerzo de las dos partes: el discente y el docente; más aún en el marco de la Educación Física que es una disciplina valorada como práctico-reflexiva, donde el profesor tiene que explicar, ejecutar y reflexionar sobre lo ejecutado y aquí sin duda surge el encuentro pedagógico de las dos partes. También influyen en la educación de jóvenes, la familia y terceros significativos, pero tal y como afirman, el instrumento elemental en la transferencia de valores para la integración social la establece el pedagogo de Educación Física.

La relación que el profesor establece con el grupo; la empatía; la forma de dirigirse a los alumnos; la mirada; el clima que se respira en las sesiones; la escucha; la posibilidad de participación de los alumnos, van a permitir que estas acciones den lugar a la adquisición de valores y al aumento del desarrollo personal. Por el contrario, un profesor distante difícilmente podrá facilitar que se de en su aula o campo de juego, los valores que requiere un alumno con riesgo de inclusión social.

En este punto, se debe diferenciar la autoridad de lo autoritario como lo indica Tinning (1991). La autoridad del profesor no es sinónimo de autoritarismo: se puede establecer una relación entre el profesor y la clase de tal modo, que la autoridad moral recaiga sobre el profesor. Las clases tendrán menos peso de reglamento y mayor interacción positiva y facilitadora. Por otro lado, el alumno tiene una carga de responsabilidad en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

En algunos casos la beligerancia puede ser una buena alternativa si se tratan principios básicos universales como la tolerancia y la solidaridad, por citar algunos (Romañh, 2004). O en su caso, la declaración universal de los derechos humanos: se deben rechazar el encubrimiento, la coacción o la exclusión. Por tanto, es necesario que los profesores estén muy bien formados en cuanto a los valores morales y humanos, con el fin de que estos sean transmitidos en cada momento de la sesión.

Según Rovira (2014), son siete las competencias que deben tener los monitores, entrenadores y profesores de Educación Física para la enseñanza de valores a los jóvenes en riesgo de exclusión social:

1. **Ser uno mismo:** los profesores están encargados de proyectar una serie de actitudes y comportamientos a los alumnos tales como: el respeto a la diversidad moral y el ser capaz de pretender unas relaciones basadas en la tolerancia y el respeto hacia lo demás.
2. **Reconocer al otro:** el profesor debe ser una persona accesible por los alumnos, no se trata de amigarse con el alumno sino de crear un clima de fluidez en la comunicación.
3. **Facilitar el diálogo:** el diálogo puede ser una herramienta muy apropiada para cambiar ideas y pensamientos mal estructurados. Además, el diálogo puede incidir de forma directa en el desarrollo personal de alumno cuando se aprende a utilizar con fluidez. En muchos casos, el diálogo se utiliza como herramienta educativa para solucionar conflictos.
4. **Regular la participación de los alumnos:** los adolescentes deben aprender a formar parte de las actividades que se propongan. El sentimiento de integración debe estar presente desde el primer momento del programa. El profesor debe solicitar la intervención de los alumnos al momento de las reflexiones presentadas en las acciones motrices que se realicen. Sin miedo al ridículo o miedo a decir algo que no vaya en correspondencia con el grupo.
5. **Trabajar en equipo con otros monitores, profesores o docentes:** el trabajo grupal siempre tiene más rendimiento que las acciones individuales que se realicen. En este sentido se recomienda formar alianzas, tener reuniones operativas y propuestas en conjunto.
6. **Hacer escuela:** crear las propias fuentes de conocimiento, debido a la experiencia recogida, agrupar este importante material y tener la intención de mejorarlo.
7. **Trabajar en red:** relacionar los contenidos trabajados en las sesiones con contenidos transversales que permitan la síntesis de saberes y aumentar el espectro de conocimiento (p.54).

## **El desarrollo de competencias para la vida**

La necesidad de asumir nuevos roles y abandonar estereotipos anteriores, crean la necesidad de desarrollar competencias en los adolescentes. Los nuevos papeles, embarcan al joven en nuevos cambios y en experimentar nuevas tareas, tales como: valorar sus

emociones, volverse más autónomo, tener relaciones maduras con nuevos amigos, clarificar objetivos y definir su integridad personal.

En medio de estos cambios, Crockett y Petersen (1993) definieron una categorización de los cambios que ocurren en la adolescencia: cambios biológicos (inicio de la pubertad); cambios de referencias (de niño a adolescente, y después a joven); recolocación física (de los ciclos básicos de enseñanza primaria a segundo ciclo). La familia constituye un gran aliado del niño hasta que llega a la edad de adolescencia. Sin embargo, a partir de la adolescencia, sus coetáneos se convertirán en la primera influencia, con gran incidencia en los valores y el comportamiento del adolescente (Petersen y Hamburg, 1986, p.65).

Se debe tener en cuenta en igual medida, que los adolescentes pasan una gran parte de su tiempo en la escuela y lo que pase en este ámbito marcará su comportamiento. Por otro lado, es muy recomendable facilitar la asistencia de estos menores a actividades extraescolares; más aun cuando los padres se encuentran en el trabajo. En este periodo de tiempo aparecen comportamientos de desarraigo como: faltar a clases, fumar o el alcohol. Este período constituye sin duda un gran desafío para los educadores (Mamani *et. al.* 2020).

Las actividades con menores en riesgo, deben estar dirigidas a cuatro ámbitos de la salud, según Perry y Jessor (1985); estos ámbitos son: salud física, salud psicológica, salud personal y salud social. Cada uno de estos ámbitos, puede influir en el comportamiento de los adolescentes en riesgo. Entre los comportamientos comprometedores para el menor, se encuentran: abuso de drogas y alcohol; conductas violentas y delictivas; actividades sexuales desprotegidas y prematuras (que pueden acabar en embarazos no deseados) y abandono escolar.

Existe una relación de comportamiento en las diferentes áreas. En este sentido se ha detectado el Síndrome del Estilo de Vida: asociado a conductas de riesgo. De éste se sabe que tiene fuerte relación con el abuso de sustancias, actividades sexuales desprotegidas, inasistencia a clases y problemas de disciplina. No se sabe cuál de estos comportamientos ocurre primero, si se conoce que cada uno puede empeorar si no existe una intervención directa (Farrel *et. al.*, 1992). Se debe atender todos los comportamientos al unísono, para provocar la efectividad del programa (Danish, 1997, p.3).

No obstante, Danish, (1997) afirma que si los adolescentes realizaran actividades vinculadas con objetivos futuros serían capaces de evitar conductas no saludables. Por tanto, las tareas presentadas a los jóvenes en riesgo deben ser tareas que promuevan la

salud y enseñar aquello que debe de decir sí, en vez de enseñarles aquello que deben de decir no. De ese modo se procura eliminar el número de conductas de riesgo (p.556).

Hay una concordancia entre los investigadores en relación a las conductas de riesgo y las expectativas negativas. La participación en las actividades de los jóvenes con expectativas positiva en el futuro es fluida y esperanzadas en la sociedad, sin embargo, los jóvenes con expectativas de vida negativa centran sus actividades en comportamientos problemáticos y además reflejan estos comportamientos en consumo de alcohol y drogas, actividades sexuales prematuras y actitudes delictivas (Gullota, 1990).

Las competencias para la vida son aquellas que permiten tener éxito a los adolescentes en cualquier ámbito de la vida. Éstas pueden ser:

- comportamentales como: aprender a escuchar, dar nuestro punto de vista o esperar el turno de palabra
- cognitivas como: aprender a tomar decisiones y comprometerse
- físicas como: golpear un balón a puerta

## **La metodología didáctica de educación física para la integración social**

Dos son los elementos renovadores en el marco de la didáctica de la educación física, dirigida hacia la integración social del alumnado: las comunidades de aprendizaje y la metodología didáctica de educación física. Estos dos patrones de mejora didáctica dentro de la educación física permiten el éxito de las clases en el proceso educativo.

La autoridad da paso al diálogo en el ámbito pedagógico. Los resultados proporcionados por Castro (2015) confirman la renovación mediante el diálogo de la didáctica de la Actividad Física y el Deporte. A continuación, se ejemplifican metodologías didácticas con el fin de la integración social que utiliza el fútbol como un medio de inclusión.

### **Metodología 1**

Reconocer las capacidades afectivas en todos los ámbitos de la personalidad, así como rechazar la violencia y los prejuicios de cualquier tipo. Comprender los elementos individuales y colectivos básicos que forman parte de la salida de balón en el fútbol

**Parte 1:** En esta primera parte se presenta el objetivo de la sesión; se solicita a los participantes que se sienten en forma de semicírculo y se pregunta: ¿qué son las capacidades afectivas? ¿qué se entiende por violencia?; se pregunta si han presenciado algún acto de violencia. En esta parte inicial, se busca una introducción del tema moral y

una introducción a los elementos técnico-táctico del fútbol que se van a trabajar. Es importante que el ambiente sea distendido, que los alumnos puedan participar en espera de su turno de palabra y se respete la exposición. Tiene una duración de 5 minutos.

**Parte 2:** En esta segunda parte se realiza un calentamiento o activación, con el fin de preparar el funcionamiento del organismo hacia la actividad deportiva que se va a realizar. Los ejercicios escogidos para esta parte son:

- Se dan pase con el interior del pie, a la voz del profesor para jugar (1x1)
- Similar: al cambio de la superficie de contacto.
- Similar: al golpear la pelota desde fuera del área. Tiene una duración de 10 minutos.

**Parte 3:** Esta es la parte principal de la actividad. En este momento se realizan los ejercicios centrales de la sesión. Se recomienda realizar actividades donde tenga implícito la confrontación. Los ejercicios escogidos para esta parte son:

- Se lanza el balón 1 y el que lo gane realiza un disparo a puerta y el otro defiende (1x1). Se añade en este ejercicio una nota al juego limpio: el balón debe ser lanzado al centro de los jugadores, si un jugador no estuviera atento, se repetiría la jugada.
- Juego modificado: De manera similar se reduce el ángulo de juego; solo se juega por la izquierda del campo
- Igualmente se reduce el ángulo de juego; solo se juega por la derecha del campo
- Por parejas se Chuta a balón parado. Mientras uno golpea el balón, el otro recoge la pelota y se coloca para chutar. El profesor dice cuándo y por dónde (alto-bajo) se tira a puerta. Nota al juego limpio: los compañeros que estén al lado, no pueden tocar otra pelota que nos sea la de él. Tiene una duración de 30 minutos.

**Parte 4:** Esta es la parte más importante de la sesión. Este apartado tiene como objetivo realizar una reflexión sobre la actividad deportiva realizada y las enseñanzas que se pueden extraer de ella. Se realiza mediante el debate de un dilema moral que prepara el profesor, se les solicita a los alumnos que lo lean y levante la mano para participar o debatir. El dilema moral escogido para esta ocasión es: Autocontrol de la conducta:

Un compañero del equipo contrario, me dice insultos, descalificaciones. Me acerco al árbitro y se lo comento, el árbitro no se percata y continúa con su trabajo. Yo, al no ver



respuestas del árbitro insulto al jugador del equipo contrario. ¿Cómo debo actuar? ¿Debo responder al insulto? ¿Es necesario que me tome unos segundos y respire?

Este apartado tiene una duración de 10 minutos.

**Parte 5:** Transferencia de los valores aprendidos a la familia y el colegio. En este caso se pide a los participantes que traigan por escrito ejemplos de algún hecho, semejante al dilema moral trabajado en clase. Este hecho puede haber ocurrido en casa o en el ámbito educativo. Este apartado tiene una duración de 5 minutos.

## **Metodología 2**

Valorar el aprendizaje independientemente del resultado. Utilizar los medios técnicos y tácticos para poner en práctica la finalización concreta del ataque

**Parte 1:** En esta primera parte se presenta el objeto de la sesión. Se solicita a los participantes que se sienten en forma de semicírculo y se pregunta: ¿qué es el aprendizaje? ¿por qué es necesario aprender? ¿qué es más importante ganar o aprender? En esta parte, al igual que la anterior sesión, se busca introducir el tema moral y los elementos técnico-táctico del fútbol que se van a trabajar. Es importante que el ambiente sea distendido, que los alumnos puedan participar en espera de su turno para la palabra y de que se respete la exposición. Tiene una duración de 5 minutos.

**Parte 2:** Se realiza un calentamiento o activación, con el fin de preparar el funcionamiento corporal hacia la actividad deportiva que se va a realizar. Los ejercicios escogidos para esta parte son: trabajo en grupos de cuatro; desmarque del jugador más cercano y apoyo del más alejado. A la voz del profesor cambiarán los roles. Tiene una duración de 10 minutos.

**Parte 3:** Esta es la parte principal de la actividad. En este momento se realizan los ejercicios centrales de la sesión. Se recomienda realizar ejercicios donde tenga implícito la confrontación. Los ejercicios escogidos para esta pared son:

- Por tríos. Un defensor y dos atacantes. Uno tiene la función de pivot y otro de cierre, en función de lo que haga el defensor o tiro a puerta o pase.
- Juego modificado: Por grupos de cuatro personas. Dos alas, un cierre y un defensor. Desmarque del más cercano y apoyo del más alejado. Se termina con un tiro a puerta. A la voz del profesor se rotará, para que los jugadores tomen otras funciones. Nota al juego limpio: El balón debe pasar por todos los jugadores. El ejercicio se iniciará con una distancia que aporte ventaja al jugador defensivo.

- Similar al anterior, pero indica los pases desde las líneas laterales del campo de juego. A la voz del profesor se rotarán los jugadores al tomar otras funciones. Tiene una duración de 30 minutos.

**Parte 4:** Esta es la parte más importante de la sesión, este apartado tiene como objetivo realizar una reflexión sobre la actividad deportiva realizada y las enseñanzas que se pueden extraer de ella. Se realiza mediante el debate de un dilema moral que prepara el profesor, se les solicita a los alumnos que lo lean y levanten la mano para participar o debatir. El dilema moral escogido para esta ocasión es: Clarificación de Valores:

Uno de mis compañeros de clase no domina bien la técnica, tiene baja forma física por lo que se cansa con mucha frecuencia. En el rondo normalmente no le pasamos. ¿Es correcta esta actitud? ¿Cómo te sentirías tú en el caso del alumno? ¿Qué le dirías a tus compañeros? ¿Cuál es la actitud correcta en el caso que haya un compañero que no le pasa el balón?

**Parte 5:** Transferencia de los valores aprendidos a la familia y el colegio. En este caso se les pide a los participantes, que traigan por escrito, ejemplos de algún hecho, que sean semejantes al dilema moral trabajado en clase. Este hecho puede haber ocurrido en casa como en el ámbito educativo. Este apartado tiene una duración de 5 minutos.

### **Metodología 3**

Desarrollar el fair play y el autocontrol. Recuperar el balón en la fase defensiva, impedir la progresión.

**Parte 1:** Se presenta el objetivo de la sesión. Se solicita a los participantes que se sienten en forma de semicírculo y se pregunta: ¿qué es el fair play? ¿por qué es necesario jugar limpio? Se busca introducir el tema moral y el elemento técnico-táctico del fútbol que se van a trabajar. Es importante que el ambiente sea distendido, que los alumnos puedan participar en espera de su turno de palabra y se respete la exposición. Tiene una duración de 5 minutos.

**Parte 2:** Se realiza un calentamiento o activación, con el fin de preparar el funcionamiento corporal hacia la actividad deportiva que se va a realizar. Los ejercicios escogidos para esta parte son: Por tríos, desmarques al jugador más cercano y apoyo del más alejado. Pero el que hace el apoyo va a defender. Similar, pero con limitación del terreno de juego. Tiene una duración de 10 minutos.

**Parte 3:** Esta es la parte principal de la actividad, se recomienda realizar ejercicios donde tenga implícito la confrontación. Los ejercicios escogidos para esta pared son:

- Por grupos de 6. Cuatro atacantes y dos defensores. La misma pauta que los ejercicios de calentamiento. Sólo que ahora el que este más alejado del balón se queda en el rechace, en chuto de un balón que está fuera del área cuando termine la jugada
- Juego normal, pero vale doble el gol que se inicia en campo, al pasar el balón por todos los alumnos. Duración 30 minutos.

**Parte 4:** El apartado tiene como objetivo realizar una reflexión sobre la actividad deportiva realizada y las enseñanzas que se pueden extraer de ella. Se realiza mediante el debate de un dilema moral que prepara el profesor, se les solicita a los alumnos que lo lean y levante la mano para participar o debatir. El dilema moral escogido para esta ocasión es: Reflexión sobre dilema:

En la final de la champions 2016, unos de los jugadores defensas de mi equipo, se tira al suelo y simula una falta. Tú que estas cerca de él te percatas que no ha recibido ningún golpe. Sin embargo, su caída nos da tiempo para el descanso y la recuperación, ya que estamos jugando en el tiempo de descuento. ¿Qué le dirías a tu compañero de equipo que está simulando la falta? ¿Cómo le dirías que eso no es juego limpio? Duración 10 minutos.

**Parte 5:** Transferencia de los valores aprendidos a la familia y el colegio. En este caso se pide a los participantes que traigan por escrito, ejemplos de algún hecho que sea semejante al dilema moral trabajado en clase. Este hecho puede haber ocurrido en casa como en el ámbito educativo. Este apartado tiene una duración de 5 minutos.

**Discusión:** Numerosas son las investigaciones llevadas a cabo para verificar la eficacia de la educación física con el fin de mejorar los comportamientos y actitudes (Contreras, 2006 y Cecchini, 2011). El fomento de sesiones de educación física alcanza gran singularidad en la práctica de la actividad física, ya que estimula significativamente la orientación de estas actividades hacia la formación integral de los discentes.

Los principales hallazgos de este trabajo se convergen con estos autores, quienes proponen la unión del aprendizaje motriz con el desarrollo de habilidades personales de los estudiantes al usar la competición como medio. Es decir, el deporte no solo se coloca como un medio para desarrollar acciones motrices, sino que puede ser un elemento interesante en la formación del carácter: crear criterios, desarrollar debates y solucionar conflictos grupales e individuales.

Este trabajo pretende fomentar dentro de la educación física una metodología que permita el desarrollo de habilidades personales entre los alumnos; así como consagrar un esquema de análisis personal que luego los alumnos podrán llevar a su entorno familiar, el entorno escolar y la sociedad. De esta manera, la educación física y los deportes se colocan en un lugar como asignatura, que permite la transversalidad en todas las disciplinas educativas.

En futuras investigaciones se sugiere implementar este modelo pedagógico para secundaria básica y verificar de esta manera la eficacia de la sesión dialógica de Educación Física en adolescentes; así mismo poder implicar a profesores de educación física en el uso de estas sesiones de tal manera, que permita aunar criterios entre la práctica deportiva y el aprendizaje cognitivo.

## **Conclusiones**

1. Existe insuficiente evidencia científica que aborde el tema de la Integración Social y la Educación Física. Menos aún, si se realiza una búsqueda de la utilización de Sesiones Didácticas de Educación Física para la inclusión de menores en riesgo. Por tanto, se coloca este ámbito como elemento de investigación de referencia, para facilitar la mediación de la integración social en sectores vulnerables como son los adolescentes.
2. Es necesario replicar en el ámbito educativo, estos tipos de Sesiones Dialógicas de Educación Física que permitan el aprendizaje de valores, actitudes y comportamientos entre iguales y ante las figuras de referencias.
3. Resulta necesario provocar el debate. Poner ante el juicio de los demás los pensamientos, permite refinar las actuaciones e identificar posibles actitudes no deseables como: uso de la violencia, hábitos de alcohol y de drogas, relaciones sexuales prematuras y desprotegidas, evasión de embarazos prematuros.
4. Las recomendaciones para la inclusión social son muy claras en este sentido, entre otras podemos citar: vincular el espacio de la Educación Física con el diálogo igualitario que permita confrontar los pensamientos; privilegiar en estos espacios el trabajo en equipo, los actos de solidaridad y la transferencia de los valores, actitudes y comportamientos a la familia y el colegio; organizar las actividades en pequeños grupos heterogéneos que compartan objetivos en común y evitar cualquier comentario que resulte discriminatorio hacia otros.
5. A la luz de la investigación resulta necesario provocar el crecimiento personal y facilitar el desarrollo en un ambiente donde circulen los principios de solidaridad,

respeto a las normas, respeto hacia los compañeros: es el camino idóneo para la integración social de los adolescentes y jóvenes en riesgo de exclusión social.

## Referencias bibliográficas

1. Aguilera-Eguía, R. (2014). ¿Revisión sistemática, revisión narrativa o meta análisis? *Revista de la Sociedad Española del Dolor*, 21(6), 359-360.
2. Arévalo, M., & Sotoca, P. (2014). El movimiento Olímpico en el entorno escolar: Valoración de un proyecto educativo. *Citius, Altius, Fortius*, 7(2), 9-22.
3. Castro, M. (2015). Aprendizaje dialógico y educación física. Hacia una educación física y deporte promotores de la salud, éxito escolar y cohesión social. *Intangible Capital*, 11(3), 393-417.
4. Cecchini, C.; Estrada, C.; Losa, F. y Mesa, C. (2011). Repercusiones del programa Delfos sobre los niveles de agresividad en las clases de educación física: actividades colaborativas versus competitivas. *Magister: Revista Miscelánea de Investigación*, (24), 11– 21.
5. Comisión Erasmus (2020). *Un programa de la UE para apoyar la educación, la formación, la juventud y el deporte*. [https://ec.europa.eu/programmes/erasmus-plus/node\\_es](https://ec.europa.eu/programmes/erasmus-plus/node_es)
6. Contreras, O. (2006). El carácter problemático del aprendizaje de los valores en el deporte. Gil, P. y López, A. (Coords). *Juego y deporte en el ámbito escolar: aspectos curriculares y actuaciones prácticas* (pp. 157-180). Ministerio de Educación y Ciencia.
7. Crockett, L., & Petersen, A. (1993). Adolescent development: Health risks and opportunities for health promotion. S. Millstein, A. Petersen, y E. Nigthingale (eds.), *Promoting the health of adolescents* (pp.13-37). Oxford.
8. Danish, S. J., & Nellen, V. C. (1997). New roles for sport psychologists: Teaching life skills through sport to at-risk youth. *Quest*, 49, 100-113.
9. Duda, J. L. (1989). The relationship between task and ego orientation and the perceived purpose of sport among male and female high school athletes. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 11, 318-335.
10. Escobar-Sierra, M.; Lara-Valencia, L. A. & Valencia-De Lara, P. (2021). Step-by-step method to conduct applied research in organizational engineering and business management. *Culture and Education*, 33(1), 28-77.

11. Real decreto 1105/2014 (2015, 26 de diciembre). Currículum básico de la educación Secundaria Obligatoria y Bachillerato. *Boletín Oficial del Estado*, 3, 169-546.
12. Farrel, A. D.; Danish, S. J. & Howard, C. W. (1992). Risk factors for drug use in urban adolescents: Identification and cross validation. *American Journal of Community Psychology*, 20, 263-286.
13. Giebink, M. P., & Mckenzie, T. L. (1985). Teaching sportsmanship in physical education and recreation: An Analysis of Interventions and Generalization Effects. *Journal of Teaching in Physical Education*, 4(3), 167–177.
14. González, J; Garcés-de los Fayos, E. y García, A. (2012). Indicadores de bienestar psicológico percibido en alumnos de educación Física. *Revista Psicología del deporte*, 21(1), 183-187.
15. Gullota, T. (1990). Preface. Gullota, T.; Adams, G. & Monteymar, R. (eds.), *Developing social competency in adolescence* (pp. 7-8). CA: Sage.
16. Hellison, D. (1995). *Teaching responsibility through physical activity*.
17. Jeffrey, P., & Murray, M. J. (2009). You can't always get what you want: Evolution and true beliefs. *Behavioral and Brain Sciences*, 32(6), 533–534.
18. Larner, J., Mergendoller, J. & Boss, S. (2015). *Setting the Standard for Project Based Learning*. ASCD.
19. Mamani-Ramos, Á. A.; Huamaní-Arredondo, F.; Cabrejos-Ramos, J. C.; Lava Gálvez, J. J., Arce Roncal, D. L., Mora Santiago, R. J., ... & Fuentes-López, J. D. (2020). Autoconfianza y su relación con el rendimiento, procedencia, logros y edad en jugadoras de voleibol peruanas en categoría de formación. *Sportis*, 6(1), 145-165.
20. Ministerio de Educación, Cultura y Deporte. (2008). *Ciudadanía olímpica*. Ministerio de Educación, Cultura y Deportes. Ministerio de Educación, Cultura y Deporte.
21. Mosquera-González, M. J., & Sánchez, A. (2015). *Modèle éducatif de la non violence et du fairplay pour le sport et pour la vie. Les règles éducatives á Travers le Code de la non-violence et du fair-play*. Doi: 10.1050/sm/2015016

22. Navarro-Domínguez, B.; Cerrada-Nogales, J. A.; Abad-Robles, M. T., & Giménez-Fuentes-Guerra, F. J. (2020). El desarrollo del respeto en la formación deportiva: una revisión sistemática. *Sportis*, 6(3), 533-554.
23. Nielsen-Rodríguez, A.; Romance-García, Á. R. & Parrado-Merino, M. (2020). Programa educativo de integración del movimiento mediante el juego en Educación Infantil: evaluación y análisis. *Sportis*, 6(3), 408-425.
24. Organización Mundial de la Salud (2014). *Informe sobre la situación mundial de la prevención de la violencia*. Organización Mundial de la Salud. [https://www.who.int/violence\\_injury\\_prevention/violence/status\\_report/2014/es/](https://www.who.int/violence_injury_prevention/violence/status_report/2014/es/)
25. Perry, C. L., & Jessor, R. (1985). The concept of health promotion and the prevention of adolescent drug abuse. *Health Education Quarterly*, 12, 169-184.
26. Petersen, A., & Hamburg, B. (1986). Adolescente: A developmental approach to problems and psychopathology. *Behavior Therapy*, 17, 480-499.
27. Ponce de León, A.; Ruiz-Omeñaca, J. V.; Valdemoros, M. A. & Sanz, E. (2014). Validación de un cuestionario sobre valores en los deportes de equipo en contextos didácticos. *Universitas Psychologica*, 13(3), 15-25.
28. Rey, C., & Rubio, K. (2012). The understanding of Olympic values by Brazilian Olympic athletes. *International Journal of Humanities Social Sciences and Education*, 1(12), 37-43.
29. Robert, G. C. (1992). *Motivation in sport and exercise*. Champaign, IL: Human Kinetics.
30. Roberts, G. C., Kleiber, D. A., & Duda, J. L. (1981). An Analysis of motivation in children's sport: The Role of Perceived Competence in Participation. *Journal of Sport Psychology*, 3(3), 206-216.
31. Robledo, P.; Fidalgo, R.; Arias, O. & Álvarez, M. L. (2015). Percepción de los estudiantes sobre el desarrollo de competencias a través de diferentes metodologías activas. *Revista de Investigación Educativa*, 33(2), 369-383. doi: 10.6018/rie.33.2.201381
32. Romão, T. (2004). Ergonomía y educación: un suma y sigue. *Armario de Psicología*, (35), 475-491.
33. Rovira, J. M. P. y García, X. M. (2014). *Competencia en autonomía e iniciativa personal*. Alianza Editorial.



34. Ruiz, J., y Cabrera, D. (2004). *Los valores en el deporte*. *Revista de Educación*, 335, 9-20.
35. Ruiz-Omeñaca, J. V. (2012). *Nuevas perspectivas para la orientación educativa del deporte*. C.C.S.
36. Samalot-Rivera, A. (2017). *Desarrollo de Valores y Destrezas Sociales Apropriadadas por Medio de la Educación Física y el Deporte: Una guía para maestros y entrenadores*. Suny Brockport.
37. Sánchez, A. & Bada, J. (2012). Aprendiendo a resolver conflictos en (desde) el deporte. En De La Torre, F.; Conde, P.; Méndez-Rocasolano, M. y Blanco, P. (Eds), *La solución extrajudicial del conflicto* (pp. 211-234). Aranzadi.
38. Scharpe, T.; Brown, M. & Crider, K. (1995). The effects of sportsmanship curriculum intervention on generalized positive social behavior of urban elementary school students. *Journal of Applied Behavior Analysis*, 28(4), 401-416.
39. Smith, E.; Gil, P. & Contreras, O. (2018). *Efectos del programa Delfos en el desarrollo personal y el liderazgo a través del deporte en alumnos de 5º y 6º de educación primaria* [tesis doctoral, Universidad de Castilla la Mancha].
40. Sukys, S., & Majauskien, D. (2014). Effects o fan integrated Olympic educación programo on adolecent athletes values and sport behavior. *Social Behavior and Personality*. *Internacional Journal*, 42(5), 811-821.
41. Tinning, R. (1991). Teacher education pedagogy: Dominant Discourses and the Process of problem setting. *Journal of teaching in physical education*, 11(1),1-20.
42. Velázquez, R. (2004). Deporte y Educación Física: la necesidad de una reconceptualización de la enseñanza deportiva. V. López-Pastor, Monjas Aguado R. y A. Fraile Aranda. *Los últimos diez años de la educación física escolar* (pp. 55-76). Universidad de Valladolid.

## **Declaración de Contribución**

El autor declara que la presente investigación y su redacción no responde a ningún conflicto de interés y que es un artículo inédito.