



**UNIVERSIDAD LATINA  
CAMPUS CUAUTLA**



**UNILA**  
Universidad Latina

**LICENCIATURA EN PSICOLOGIA**

**INCORPORADA A LA UNAM**

**CLAVE 8939-25**

***“AUTOCONCEPTO FISICO EN PERSONAS QUE PRACTICAN BALONCESTO  
SEGÚN SEXO Y EDAD EN COMPARACION CON PERSONAS QUE NO  
PRACTICAN.”***

**T E S I S**

**QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE**

**LICENCIADAS EN PSICOLOGÍA**

**PRESENTAN:**

**KAREN RUBI CORREA GONZÁLEZ  
JAZMIN MONTIEL CAMPOS**

**DIRECTOR DE TESIS**

**DR. JONATAN FERRER ARAGÓN**

**CUAUTLA, MORELOS.**

**OCTUBRE, 2021**



Universidad Nacional  
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

**Biblioteca Central**



**UNAM – Dirección General de Bibliotecas**  
**Tesis Digitales**  
**Restricciones de uso**

**DERECHOS RESERVADOS ©**  
**PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL**

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.



**UNIVERSIDAD LATINA  
CAMPUS CUAUTLA**

**LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA  
CON NÚMERO DE CLAVE 8939-25 UNAM**

***“AUTOCONCEPTO FISICO EN PERSONAS QUE PRACTICAN BALONCESTO  
SEGÚN SEXO Y EDAD EN COMPARACION CON PERSONAS QUE NO  
PRACTICAN.”***

**TESIS QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE  
LICENCIADAS EN PSICOLOGIA**

**PRESENTAN**

**KAREN RUBI CORREA GONZÁLEZ.  
JAZMIN MONTIEL CAMPOS.**

**DIRECTOR DE TESIS  
DR. JONATAN FERRER ARAGÓN**

**CUAUTLA, MORELOS.**

**OCTUBRE, 2021**

**C. YESENIA MICHELL MARTÍNEZ CONSTANTINO**

**COORDINADORA DE SERVICIOS ESCOLARES,**

**UNIVERSIDAD LATINA, CAMPUS CUAUTLA**

**P R E S E N T E**

Por medio de la presente, el suscrito Dr. Jonatan Ferrer Aragón catedrático de la Universidad Latina, declaro haber fungido como director de la tesis titulada: ***“AUTOCONCEPTO FÍSICO EN PERSONAS QUE PRACTICAN BALONCESTO SEGÚN SEXO Y EDAD EN COMPARACIÓN CON PERSONAS QUE NO PRACTICAN”*** presentado por: **C. KAREN RUBI CORREA GONZÁLEZ Y C. JAZMÍN MONTIEL CAMPOS**, para obtener el título de Licenciadas en Psicología.

Considero que el escrito reúne los requisitos necesarios para ser sustentado y defendido. Por este motivo, tengo el agrado de emitir mi voto de confianza para que sea aprobado e impreso y se programe fecha para sustentar el acto de examen profesional por parte de las sustentantes **C. KAREN RUBI CORREA GONZÁLEZ Y C. JAZMÍN MONTIEL CAMPOS**.

Sin otro particular, reciba usted un cordial saludo.

**Atentamente**



---

**Dr. Jonatan Ferrer Aragón**

**C. YESENIA MICHELL MARTÍNEZ CONSTANTINO**

**COORDINADORA DE SERVICIOS ESCOLARES,**

**UNIVERSIDAD LATINA, CAMPUS CUAUTLA**

**PRESENTE**

Por medio de la presente, los docentes de la Universidad Latina abajo mencionados, declaramos haber revisado y emitido nuestros comentarios de la tesis titulada: ***"AUTOCONCEPTO FÍSICO EN PERSONAS QUE PRACTICAN BALONCESTO SEGÚN SEXO Y EDAD EN COMPARACIÓN CON PERSONAS QUE NO PRACTICAN"***, presentado por: **C. KAREN RUBI CORREA GONZÁLEZ Y C. JAZMÍN MONTIEL CAMPOS**, para obtener el grado de Licenciadas en Psicología.

Consideramos que el escrito reúne los requisitos necesarios para ser sustentado y defendido. Por este motivo, tenemos el agrado de emitir nuestro voto de confianza para que sea aprobado e impreso y se programe fecha para sustentar el acto de examen profesional por parte de las sustentantes **C. KAREN RUBI CORREA GONZÁLEZ Y C. JAZMÍN MONTIEL CAMPOS**.

Sin otro particular, reciba usted un cordial saludo.

**Atentamente**



---

Dr. Gerónimo Hernández Martínez



---

Mtra. María de Jesús Gómez Zarate



---

Dr. Jonatan Ferrer Aragón

## DEDICATORIA

Primero que nada dedico esta tesis a Dios, sin él nada de esto pudiera ser posible, por guiarme por el camino correcto dándome fortaleza, sabiduría para conseguir esta meta.

A mi madre María Antonia, quien en todo momento de mi vida ha estado presente, me ha brindado su amor y apoyo incondicional. Quien me ha enseñado con el ejemplo a luchar día con día para lograr todo lo que uno desee y se proponga, tu madre mía quien me llena de orgullo y satisfacción el poder ser tu hija. Esta tesis es un logro más que llevo a cabo, y sin duda alguna gracias a ti.

A mi padre Ulises, aunque él no se encuentra conmigo físicamente desde hace algunos años, siempre está a mi lado como mi ángel guardián. Sé muy bien que desde el cielo me guías y me cubres con tu amor y bendición.

A mi esposo Daniel, por estar presente como mi compañero, amigo, por darme su apoyo y siempre motivarme a seguir adelante, por ser un punto clave en la culminación de este proyecto.

A mi hija Karen Daniela, por ser mi mayor inspiración. Tu amor y cariño son los detonantes de mi felicidad, cuando hay un momento difícil, ahí estas tú con una sonrisa y un abrazo para mamá. A tu corta edad me has enseñado y me sigues mostrando muchas cosas por aprender día con día. Eres la razón de que me levante cada mañana, esforzarme por el presente y el futuro, eres mi principal motivación.

A Ulises mi hermano menor, por siempre estar y enseñarme tanto.

LOS AMO

Karen Rubi Correa González

## DEDICATORIA

Dedico este proyecto de tesis a dios porque ha estado conmigo a cada paso que doy, cuidándome y dándome la fortaleza para continuar.

A Marcela y Miguel Ángel por haberme forjado como la persona que soy en la actualidad; muchos de mis logros se los debo a ustedes entre los que se incluye este. Me formaron con reglas y algunas libertades, pero al final de cuentas, me motivan constantemente para alcanzar mis anhelos.

A Joselynn, Amankay y Matías por estar y formar parte de mi vida, cuidarme y enseñarme tanto.

“Si quieres llegar rápido, camina solo. Si quieres llegar lejos camina en grupo”.

Gracias familia.

Por último, agradezco a la persona con la que puedo hacer filosofía en todo momento no importando las circunstancias. Por llevar mi mente y alma a niveles que no conocía.

Gracias, compañero de vida. Para cris con amor.

Finalmente quiero recordarme que, lo importante es que cuando lo tenga lo quieras aún más que cuando luchaba por tenerlo.

Jazmín Montiel Campos

## AGRADECIMIENTOS

Primero que nada, queremos agradecerle a Dios por la vida y darnos la sabiduría, para el término de este estudio.

Agradecemos a la Universidad Autónoma de México, la máxima casa de estudios. A la Universidad Latina por habernos permitido formar en ella.

Agradecemos a nuestro director de tesis el Dr. Jonathan Ferrer Aragón por la dedicación, apoyo y la paciencia que ha brindado a este trabajo. Por su valiosa tutoría en todo el proceso que fue determinante para la elaboración de esta tesis.

Expresamos nuestro agradecimiento a los lectores, la directora de la facultad la Mtra. María de Jesús Gómez Zarate y al Dr. Gerónimo Martínez a quienes consideramos que tienen una gran trayectoria desde su área de estudio y que han contribuido a la revisión de esta investigación.

Agradecemos también a todas las personas participantes que contribuyeron de forma directa para la elaboración de esta tesis, ya que sin ellos no se podría haber recabado la información necesaria para esta investigación.

Por último, a nuestros padres, hermanos y parejas quienes estuvieron en cada momento con nosotras apoyándonos y motivándonos para la realización de este texto.

Karen Rubi Correa González

Jazmín Montiel Campos



## ÍNDICE

RESUMEN.....	10
INTRODUCCIÓN.....	11
Capítulo 1. Antecedentes de la Investigación. ....	14
1.1 Antecedentes de la investigación .....	14
1.2 Planteamiento del problema.....	15
1.3 Pregunta de investigación .....	17
1.4 Preguntas subsidiarias .....	17
1.5 Hipótesis alternativas .....	17
1.6 Hipótesis nulas.....	17
1.7 Objetivo general .....	18
1.8 Objetivos específicos.....	18
1.9 Variables .....	18
1.10 Justificación.....	19
1.11 Alcances y limitaciones .....	20
Capítulo 2. Marco Teórico.....	22
2.1 El autoconcepto.....	22
2.1.1 Desarrollo histórico.....	23
2.1.2 Definición por varios autores .....	26
2.1.3 Modelo teóricos de autoconcepto expuesto por Shavelson .....	28
2.1.4 Tipos de autoconcepto .....	33
2.1.5 Técnicas e instrumentos de medición del autoconcepto.....	37
2.1.6 Desarrollo del autoconcepto.....	39
2.1.7 Autoconcepto y sexo .....	42
2.2 Deporte.....	44
2.2.1 Definición. ....	45
2.2.2 Tipos de deporte .....	49
2.2.3 Historia del baloncesto .....	57
2.2.4 Relación entre baloncesto y autoconcepto .....	65
2.2.5 Diferencias en el baloncesto de acuerdo al sexo.....	70
Capítulo 3. Método. ....	75
3.1 Diseño de la investigación.....	75
3.2 Participantes .....	75
3.3 Instrumento .....	75
3.4 Procedimiento .....	76

Capítulo 4. Resultados.....	79
4.1 Análisis descriptivos .....	79
4.2 Análisis estadístico inferencial.....	80
Capítulo 5. Discusiones. ....	84
Conclusiones. ....	88
Referencias. ....	89
Anexo 1 CAF (cuestionario de autoconcepto físico).....	94
Anexo 2 carta de consentimiento informado. ....	96

## RESUMEN

El propósito de la presente investigación fue analizar si existe una relación entre sexo y edad en personas que practican baloncesto y las que no lo practican, en conjunto con el autoconcepto. Participaron 120 personas entre los 15 y 55 años de edad dividida en dos grupos, el primero conformado por jugadores de baloncesto y el segundo por personas que no lo practican, ambos integrados por 60 participantes de los cuales 30 fueron mujeres y 30 hombres. Quienes contestaron el cuestionario de autoconcepto físico (CAF). La presente investigación tuvo un enfoque cuantitativo, con un diseño cuasi experimental, de tipo transversal y con alcance correlacional. Los resultados mostraron que la práctica de baloncesto afecta significativamente la puntuación obtenida en el CAF en comparación de los que no practican; de igual manera se observó que la variable sexo no afecta significativamente sobre las puntuaciones obtenidas en el CAF; sin embargo cuando se miden las variables sexo y practica de baloncesto se pudo notar que existe una afectación significativa sobre las puntuaciones del CAF, teniendo más relevancia en las mujeres que en los hombres. Al término de esta investigación se llegó a la conclusión que el practicar baloncesto ayuda a mantener un autoconcepto físico mayor, favoreciendo más al sexo femenino. Sin embargo, es importante destacar, que en Cuautla Morelos no hay investigaciones de este tipo, por lo tanto se queda una puerta abierta para realizar más estudios con estas variables, y al mismo tiempo incluir la edad, ya que como se sabe el autoconcepto físico se va construyendo a lo largo de la vida.

## INTRODUCCIÓN

El autoconcepto en el ser humano es muy importante a lo largo de su vida, ya que como la misma palabra lo menciona es el concepto, la imagen o bien lo que uno piensa de uno mismo, y ello se va formando conforme uno va creciendo y desarrollándose. El autoconcepto empieza a formarse desde los primeros años de vida del ser humano, cabe destacar que en la infancia y en la adolescencia, es en donde el autoconcepto empieza a desarrollarse, los niños inician a crear la imagen de ellos mismo, en cuanto a su entorno familiar, social e incluso escolar. Es por eso que es importante, que el pequeño se desarrolle en un entorno sano. Conforme pasa el tiempo el autoconcepto se va consolidando, o bien va cambiando. Se sabe que el autoconcepto se divide en varios tipos, como son emocional, escolar, físico, familiar, entre otros. En esta investigación se hablara exclusivamente del autoconcepto físico y la relación que tiene con la práctica de baloncesto.

Las preguntas de interés para la presente investigación fueron: ¿Qué diferencias existen en el autoconcepto en hombres y mujeres de 18 a 55 años que practican baloncesto en comparación con las que no practican baloncesto? ¿La edad influye en el autoconcepto de las personas que practican baloncesto? ¿Existen diferencias en el autoconcepto según el género? ¿Hay diferencias en el autoconcepto de las personas que practican baloncesto en comparación con las que no realizan?

En el primer capítulo se dan a conocer las investigaciones sobre el autoconcepto que se han realizado en otros países, se han tomado como antecedentes para la presente investigación. En el primer apartado del segundo capítulo, se habla de los modelos, definiciones y como está dividido el autoconcepto, profundizando en el autoconcepto físico. En el segundo apartado de dicho capítulo se habla primero sobre el deporte en general, posteriormente se habla del baloncesto, sus antecedentes y las diferencia que existen entre hombres y mujeres.

En el tercer capítulo se describe el enfoque y diseño de la investigación, el método, los instrumentos para la evaluación del autoconcepto; así como el procedimiento para la recolección y análisis de datos.

Se finaliza el documento con la discusión de datos, las conclusiones de dicha investigación y se concluye con algunas recomendaciones para próximas investigaciones.

CAPÍTULO 1.  
ANTECEDENTES DE LA  
INVESTIGACIÓN

# **Capítulo 1. Antecedentes de la Investigación.**

## **1.1 Antecedentes de la investigación**

Una idea de Alfermann, Stoll (2000) donde explica que en los últimos años se encontraron múltiples beneficios asociados a la práctica físico-deportiva muy específicamente en el psicológico. Expuesta en un artículo de Moreno (2008).

Se examinaron algunas investigaciones que se han realizado en el área de autoconcepto físico a nivel internacional como el que llevaron a cabo en España por Juan Antonio Moreno, Eduardo Cervelló y Remedios Moreno en el año 2008 con “Importancia de la práctica físico-deportiva y del género en el autoconcepto físico de los 9 a los 23 años” donde el propósito fue comprobar los efectos de la edad, el género y la práctica deportiva en el autoconcepto físico. Los resultados revelaron que el autoconcepto físico está influenciado por la edad, el género y la práctica deportiva, por otro lado, también se descubrió que el género masculino presenta una autoestima, imagen corporal, competencia y condición física más elevada que el género femenino.

Por otro lado, Igor Esnaola Etxaniz en el año 2008 llevo acabo una investigación donde el principal objetivo fue analizar el autoconcepto físico durante el ciclo vital. La muestra fue conformada por 1.259 participantes divididos en cuatro etapas de edad: adolescencia, juventud, edad adulta y personas mayores. Tanto en la muestra de mujeres como en la de varones, los resultados indicaron que las percepciones en las escalas de habilidad física y condición física van disminuyendo y, en la muestra de mujeres las percepciones de las escalas atractivo físico y autoconcepto físico general van mejorando paulatinamente desde la adolescencia hasta las personas mayores.

Otro estudio que se llevó acabo en la misma ciudad por Infante, Guillermo, Goñi, Alfredo, Villarreal, José D., llamado “Actividad física y autoconcepto, físico y general, a lo largo de la edad adulta”. Donde se pretendía determinar las

diferencias en el autoconcepto y las autopercepciones físicas, así como la relación entre estas diferencias y la actividad física y el género. Los resultados ponen de manifiesto que, varias de las dimensiones del autoconcepto disminuyen a medida que aumenta la edad de cada uno de los tres grupos estudiados, el descenso es menor en las mujeres que en los hombres, la percepción subjetiva de ser una persona activa se asocia positivamente con el autoconcepto físico; el descenso de autoconcepto asociado con la edad afecta en menor medida a las personas activas.

Las investigaciones nacionales que se han realizado en este tema son escasas y no cuenta con las mismas variables de este estudio, como se puede observar en el estudio que se llevó a cabo en la universidad veracruzana por Juan Antonio Moreno, Remedios Moreno y Eduardo Servello con el propósito de comprobar como el autoconcepto físico puede ser uno de los factores predictores de la intención de ser físicamente activo. Obteniendo un resultado que la intención de ser físicamente activo es predicha por el autoconcepto físico.

## **1.2 Planteamiento del problema**

En diversas investigaciones se han planteado problemáticas e interrogantes en torno al autoconcepto físico y la relación con la percepción de salud y el bienestar psicológico. De igual manera han realizado estudios sobre la conexión que existe entre el desarrollo personal, los trastornos de conducta alimentaria y la práctica deportiva con el autoconcepto físico, este último hace referencia a las creencias, percepciones e ideales que se poseen sobre la competencia física, habilidad deportiva, fuerza, atractivo físico y condición física. Así mismo la práctica deportiva es un tema de importancia que preocupa, ya que se relaciona con la prevención de la obesidad y problemas de salud que esta conlleva.

El autoconcepto físico está presente en cada una de las etapas del ciclo vital y es preciso que existan más estudios sobre la evolución, ya que es bastante desconocida. En el caso de los niños y los adolescentes, el autoconcepto y la



autoestima son valores inestables que pueden fluctuar con facilidad, a veces como consecuencia de experiencias de éxito o fracaso en parcelas que para ellos sean muy relevantes, como por ejemplo el deporte. De hecho, las valoraciones globales que hacen sobre sí mismos muchos jugadores dependen de estas experiencias que han tenido al momento de desarrollarse en alguna actividad deportiva.

El autoconcepto es una variable dentro del ser humano que se va formando o incluso moldeando conforme se van teniendo experiencias de vida. Dentro del autoconcepto físico, el cual tiene que ver con la parte en cómo se percibe cada uno en cuestión fuerza, velocidad, destrezas, habilidades incluso en belleza, es importante destacar que el practicar o no algún deporte podría influenciar en este tipo de autoconcepto, ya que realizar actividad física fortalece habilidades y destrezas en cada individuo.

El autoconcepto físico se ve afectado por la edad, sexo y la práctica deportiva por lo que al ejecutar algún deporte puede influenciar el autoconcepto físico, ya que este es el resultado de varias interacciones sociales y personales en contacto con el medio, por lo que su configuración está influenciada por los núcleos sociales que lo rodean siendo los factores de competencia percibida y condición física los más influenciados por la edad.

Actualmente en México la psicología aplicada al deporte no es muy abundante en cuanto a investigaciones; caso contrario como ocurre en Europa, principalmente en España. De tal manera se ha decidido investigar dentro de este campo, específicamente si existen efectos en el autoconcepto físico tomando en cuenta la edad, sexo y la práctica de baloncesto.

### **1.3 Pregunta de investigación**

¿Qué diferencias existen en el autoconcepto en hombres y mujeres de 18 a 55 años que practican baloncesto en comparación con las que no practican baloncesto?

### **1.4 Preguntas subsidiarias**

1. ¿La edad influye en el autoconcepto de las personas que practican baloncesto?
2. ¿Existen diferencias en el autoconcepto según el género?
3. ¿Hay diferencias en el autoconcepto de las personas que practican baloncesto en comparación con las que no realizan?

### **1.5 Hipótesis alternativas**

- Existen diferencias significativas entre hombres y mujeres en la variable autoconcepto.
- Existen diferencias significativas entre las personas que practican baloncesto y las que no practican en la variable autoconcepto.
- Existe un efecto de interacción entre el sexo y la práctica de baloncesto sobre el autoconcepto.

### **1.6 Hipótesis nulas**

- No existen diferencias significativas entre hombres y mujeres en la variable autoconcepto.
- No existen diferencias significativas entre las personas que practican baloncesto y las que no practican en la variable autoconcepto.

- No existe un efecto de interacción entre el sexo y la práctica de baloncesto sobre el autoconcepto.

## 1.7 Objetivo general

Analizar si existen diferencias en el autoconcepto en función del sexo y la práctica de una actividad físico-deportiva

## 1.8 Objetivos específicos

1. Analizar si el autoconcepto difiere según el sexo.
2. Analizar si el autoconcepto varía según la práctica o no de baloncesto.
3. Analizar si existe un efecto de interacción del sexo y la práctica de baloncesto sobre el autoconcepto.

## 1.9 Variables

- Variable Dependiente

*Autoconcepto:* El autoconcepto (la idea u opinión que tenemos de nosotros mismos) y/o la autoestima (la valoración que hacemos de esas características) se compone de diferentes facetas, como la académica, la social, la familiar o la física. Así mismo, el autoconcepto físico se compone como mínimo de cuatro subdominios: habilidad física, condición física, atractivo físico y fuerza. Se medirá a través del puntaje obtenido en el cuestionario de autoconcepto físico (CAF).

- Variables Independientes

*Sexo:* son las características biológicas que definen a los seres humanos como hombre o mujer. Estos conjuntos de características biológicas tienden a diferenciar a los humanos como hombres o mujeres, pero no son mutuamente excluyentes, ya que hay individuos que poseen ambos. Dicha variable se

operacionalizó en función de los dos grupos que se conformaron: masculino y femenino.

**Practica de Baloncesto:** El baloncesto es un deporte de equipo, que consiste principalmente en meter un balón en un aro puesto a tres metros del suelo, del cual engancha una red, semejante a un cesto. Al baloncesto también se le conoce como básquetbol, debido a la castellanización de su nombre en inglés que es basketball

### **1.10 Justificación**

Diversos estudios hechos principalmente en Europa demuestran como la práctica de algún deporte repercute positivamente en lo físico, y especialmente en lo psicológico, obteniendo así un nivel de auto concepto favorable, actualmente el autoconcepto se percibe como multidimensional, dentro de los cuales se encuentra el autoconcepto físico el cual está muy relacionada con la adopción de conductas saludables (Goñi, Ruiz de Azúa y Rodríguez, 2006). De igual forma estos estudios hablan de la importancia del deporte en adolescentes ya que es una etapa crucial para el desarrollo del auto concepto, mientras que en la etapa de adultez algunos autores hablan de un beneficio en la reducción de estrés, mejora en relaciones sociales, prevención de deterioro cognitivo etc.

Es de gran importancia destacar que no se han realizado aun suficientes investigaciones nacionales sobre el autoconcepto físico en personas que ya realizan una actividad física, en relación con la edad y sexo, la gran mayoría de estos se centran primordialmente en evaluar el auto concepto físico en poblaciones que no practican ningún tipo de actividad física, o haciendo una comparación de las personas activas y las personas sedentarias.

Por otra parte, a nivel estatal no existe registro de investigaciones con estas variables en relación al autoconcepto físico ya que en Morelos la psicología deportiva no es considerada con la misma importancia que las otras ramas de la

psicología. Otra forma de corroborar que la psicología deportiva no ha alcanzado el auge necesario en Morelos donde los equipos son representativos a nivel nacional en diferentes competencias y categorías, dentro de su cuerpo técnico no cuentan con ningún psicólogo deportivo.

Es por eso que se tiene el interés de comparar el auto concepto en personas que practican baloncesto y detectar si existe una modificación con relación a la edad y el sexo, ya que puede aportar nueva información en el área de psicología deportiva en Morelos.

### **1.11 Alcances y limitaciones**

Un alcance que se pretende tener con esta investigación es corroborar si el autoconcepto físico difiere según el sexo tanto en la población que practica baloncesto como en la que no práctica, así mismo si existe una diferencia entre ambas poblaciones.

Una limitación con la que nos encontramos en esta investigación fue al momento de aplicar el instrumento CAF; ya que para conformar el grupo B (personas que no practican baloncesto), se tenía que contemplar las características del grupo A (personas que practican baloncesto) como edad, género y escolaridad. De esta manera se lograría que ambos grupos contaran con características similares y lograr un mayor control en la muestra.

CAPÍTULO 2  
MARCO TEÓRICO

## **Capítulo 2. Marco Teórico**

### **2.1 El autoconcepto**

El autoconcepto es aquellas creencias y conocimiento que cada ser humano tiene sobre sí mismo en todos los aspectos que conforman su vida, como lo es lo familiar, emocional, cognitivo, físico, psicológico, social, académico, etc. Es un factor fundamental en la vida de todo individuo. Es la definición o apreciación que tenemos acerca de nosotros. Por lo tanto, son todas esas ideas, opiniones y juicios que realizamos sobre nuestra personalidad, acciones, comportamiento e ideas.

El autoconcepto, no es algo con lo que se nace, o bien algo heredado, este se va formando a partir de las experiencias vividas de cada persona en su interacción con el ambiente en donde se desarrolla. Conforme pasan los años, el autoconcepto se va consolidando y se vuelve cada vez más estable, lo que da una mayor capacidad de dirigir nuestra conducta.

El autoconcepto se divide en varios tipos entre ellos el académico y el no académico, este último dividido en autoconcepto social, emocional y físico, según Hubner y Stanton (1976).

Por otro lado, Esnaola, Goñi y Madariaga (2008), las dimensiones de los tipos de autoconcepto son: físico, personal, social y académico.

En esta investigación se tomará en cuenta el autoconcepto físico y como se ve relacionado con la práctica de baloncesto.

### 2.1.1 Desarrollo histórico

En una investigación de Tomas (1998) explica que el autoconcepto se ha desarrollado en diferentes campos del saber, uno de ellos es la psicología, sus investigaciones de cómo se genera el autoconcepto y como este conocimiento influye a la conducta, se encuentra dentro de las especulaciones de varios autores. A partir de que la psicología fue considerada oficialmente como ciencia han surgido varias teorías para explicar el autoconcepto y poder responder la duda de ¿Quién soy yo? Ya que era un término que representaba un acercamiento del autoconcepto en la antigüedad. La contribución de William James en 1890 con su estudio de “principios de la psicología” le acreditaron el reconocimiento del primer psicólogo que desarrollo una teoría del autoconcepto donde lo conceptualizó, haciendo la diferenciación entre dos aspectos fundamentales del “self”, el “YO” y el “MI”, ambos representan al self como sujeto (yo-self) y el self como objeto (mi-self). Para James, el yo self es el conocedor, mientras que el mi self es el objeto de conocimiento, y hace referencia al conocimiento que el yo tiene de sí mismo. Podríamos decir que el mi-self hace referencia al actualmente conocido autoconcepto.

Así que para poder responder la duda de ¿quiénes somos? Es importante tomar conciencia de sí mismo, y como lo menciona el principal autor del autoconcepto, el “self” es el conocedor, entendible como alguien que es consciente de lo que lo rodea incluso el mismo y tener la capacidad de saber que él puede ser el propio objeto de conocimiento, a esto se le denomino como el “mi self”. Quizá siendo uno mismo el objeto de conocimiento se podrían responder las dudas de porque nuestro comportamiento es como es en diferentes situaciones.

Para 1890-1960 James deja especificado la naturaleza multifacética y jerárquica. Haciendo la distinción de tres componentes del mí self:

1. Self Material que a su vez engloba al self-corporal y las posesiones, refiriéndose a todo lo que podemos reconocer como propio por ejemplo mi cuerpo, mis características corporales, mis pertenencias materiales etc.



2. Self Social se refiere aquellas características del self reconocidos por otros. Para James todos los individuos tenemos varios self sociales
3. Self Espiritual que incluye los pensamientos, indicaciones, juicios de valor, moral, etc. Definidos como los aspectos más estables del self.

A su vez James crea la base jerárquica donde el self espiritual ocupa la cima, posteriormente el self social ocupa la parte intermedia ya que él consideraba que todas las personas dan un gran peso de importancia de la imagen que los demás pueden tener de ellas. Y en el cimiento se encuentra el self material.

Por otro lado, James define que el autoconcepto no se puede contextualizar simplemente en los éxitos que se tienen, para su comprensión es necesario tomar en cuenta las aspiraciones de éxito, de modo que, si percibe que los éxitos ganados igualan a o superan las pretensiones o aspiraciones de éxito, generaría niveles altos de autoconcepto. Por el contrario, si las pretensiones son mayores que los éxitos alcanzados esto originaría bajos niveles de autoconcepto.

James había encontrado una posible respuesta de la pregunta ¿Quién soy yo? Pero para responderla tenía que fraccionar las entidades de tales respuestas, ya que era bastante complejo poder tener una respuesta general tomando en cuenta que somos seres multifacéticos, así que, para conocernos mejor, creó la distinción del mi self ya antes mencionadas.

Durante varios años los conductistas lucharon para otorgar el estatus científico a la psicología, por lo cual se centraron principalmente en la conducta externa ya que esta podía ser cuantificada y objetiva, y rechazaron cualquier referencia introspectiva o de procesos psicológicos internos como mente y autoconcepto, ya que era concebido como un estudio no experimental, subjetivo y que no podía ser funcional u operacionalmente definido. Sin embargo, James siendo un conductista abrió la brecha para que las escuelas del llamado interaccionismo simbólico, conformado por sociólogos, establecieran sus ideas de los cuales Cooley y Mead fundaron dos escuelas, Chicago School

“interaccionismo procesual” y Lowa School “interaccionistas estructurales”, donde se centraron en el estudio de la formación y configuración del autoconcepto como fenómeno social, con esta perspectiva del self como una construcción social desarrollada por los intercambios lingüísticos (interacciones simbólicas).

Durante estos años los sociólogos suponían que la forma más adecuada para llegar al conocimiento de sí mismo era recibiendo la información de lo que los demás veían en nosotros. Sin embargo, no siempre debería ser así ya que a pesar de ser seres sociales somos seres individuales y por lo tanto cada uno debería de generar su propio autoconcepto y no tomar como un todo la opinión de la sociedad.

Como lo describen Gonzales y Turon (1992), para los años cuarenta nació la psicología fenomenológica y humanista quien incentivó el interés de los psicólogos al estudio del autoconcepto, algunos de sus exponentes como Snygg y Comb en el año de 1949 y Roger en 1978 colocaron el autoconcepto como un constructo central en la teoría de la personalidad y teoría del counselling. Por otro lado, los humanistas L' Ecuyer en 1978, Gordon Rodríguez Tomé, Super Bugenta, se ocuparon de la formación evolutiva del autoconcepto, y a su vez se han encargado del desarrollo de los modelos analíticos del autoconcepto sustentados en la evidencia empírica. De esta manera las teorías asentadas por los humanistas (Snygg, Comb, Roger) y los interaccionistas (James), formaron los cimientos, en los hoy están formados la teorización y la investigación empírica del autoconcepto.

Con esta corriente se le dio un gran giro al autoconcepto ya que no se aceptaba que la sociedad tuviera un supuesto saber sobre uno mismo, es aquí donde el supuesto saber se otorga a uno mismo y nos obliga a observarnos, conocernos, sentirnos, saber realmente que es real y cuáles son los ideales a alcanzar.

Con el auge de la psicología cognitiva las cogniciones personales- autoconcepto, autoeficacia, atribuciones, expectativas, percepciones de control personal etc. Condujeron a que las teorías actuales de la personalidad, conducta y

motivación asignaran un papel central a los procesos de la autocognición, no es de extrañar que el autoconcepto tiene un lugar en la reciente investigación empírica de la personalidad. Durante muchos años los estudios del autoconcepto fueron solo especulaciones y posteriormente paso hacer empírica. En 1948 Raimy realizo la primera investigación sistemática de carácter empírico; A pesar de ello existen problemas conceptuales y metodológicos lo que se convierte en una pobre calidad, que no son convincentes y en ocasiones contradictorias como lo expresaron algunos autores Randall (1973), Wylie (1976), Shalvelson y Cols (1976); Burns (1979); Wells y Marwell, (1976) expuesto en el libro de González y Turón (1992). En los años cincuenta y sesenta el interés por medir el autoconcepto ayudo al desarrollo de las escalas, las cuales carecían de propiedades psicométricas. Actualmente se lucha por una mejor atención al desarrollo de medidas de autoconcepto válidas. De igual forma el autoconcepto fue considerado como algo global y general sin embargo se consideró una percepción en la cual el autoconcepto podía estar conformado por varios dominios como el académico, personal, social y físico de los cuales a su vez se derivan en dimensiones de mayor especificidad.

Algunas críticas que se le hacen a las contribuciones del autoconcepto tienen que ver con el poco interés que existía en este tema y por ende en los nuevos conocimientos que este podría ofrecer, cabe recalcar que pasó casi una década desde que William James describió el autoconcepto para realizar la revisión de las aportaciones, que hasta los años 60 existían sobre el autoconcepto.

### **2.1.2 Definición por varios autores**

Para González (1999) el autoconcepto “hace referencia a aspectos cognitivos o de conocimiento. Se define como el conocimiento y las creencias que el sujeto tiene de él mismo en todas las dimensiones y aspectos que lo configuran como persona (corporal, psicológico, emocional, social, etc.). Implica una

descripción objetiva o subjetiva de uno mismo, descripción que lógicamente contiene multitud de elementos o atributos (mujer, casada, baja, ambiciosa, amante de la música, etc.) que sirven para distinguir a una persona como única y diferente de todas las demás.” (Cazalla, Moreno, 2013, p.55)

Hubner y Stanton (1976) completan la definición anterior indicando que el autoconcepto “no es más que las percepciones que una persona mantiene sobre sí misma formadas a través de la interpretación de la propia experiencia y del ambiente, siendo influenciadas, de manera especial, por los refuerzos y feed-back de los otros significativos, así como por los propios mecanismos cognitivos tales como las atribuciones causales” (García, González, González y Núñez, 1997, p.273)

“El autoconcepto juega un papel decisivo y central en el desarrollo de la personalidad, tal como lo destacan las principales teorías psicológicas; un autoconcepto positivo está en la base del buen funcionamiento personal, social y profesional dependiendo de él, en buena medida, la satisfacción personal, el sentirse bien consigo mismo” (Española, Goñi y Madariaga, 2008, p.70).

Shalvenson (1982) define el autoconcepto como “las percepciones que el sujeto va teniendo. Que se fueron formando con la propia experiencia y por el ambiente, interviniendo también los refuerzos y los mecanismos de feed-back de las personas significativas y de los mecanismos afectivos” (González, López, San pedro y San pedro, 2016, p.44).

“El autoconcepto hace referencia a las percepciones que el individuo tiene de sí mismo. Es una formación cognoscitiva que se crea a partir de una mezcla de imágenes de lo que somos, de lo que deseamos ser y de lo que manifestamos a los demás (González y Tourón, 1992)” (Fernández y Goñi, 2008, p.14)

Stein (1996) definió el autoconcepto físico como “las percepciones que tienen los sujetos sobre sus habilidades y apariencia física” (Ruiz, Rodríguez, 2006, p.370)

### 2.1.3 Modelo teóricos de autoconcepto expuesto por Shavelson

Antes de empezar hablar del modelo expuesto por Shavelson es importante revisar algunos otros modelos que existen.

Marsh y Hattie (1996) hacen un enlistado de seis modelos de la estructura del autoconcepto.

1. Modelo unidimensional de un factor general, en este modelo se plantea un factor general del autoconcepto y este factor general domina a otros más específicos.
2. Modelo multidimensional de factores independientes y correlacionados, para este modelo el autoconcepto simboliza un constructo multidimensional, pero difiere de en el grado en el que las múltiples dimensiones se correlacionan. Para el modelo de factores independientes es indispensable que los factores estén absolutamente no correlacionados, mientras que el modelo de factores correlacionados es necesario que todos los factores estén absolutamente correlacionados, sin que exista un modelo general del autoconcepto.
3. Modelo taxonómico propuesto por soares y soares (1977), este se basa en el modelo de inteligencia, deja observar la interacción de varias facetas, que tiene a su vez varios niveles, sin estar de acuerdo con la existencia de un autoconcepto general.
4. Modelo compensatorio Marx y Winne (1978) en este modelo el autoconcepto es percibido como un factor global y de múltiples factores como social, académico y físico. Esto propone que los factores pueden estar correlacionados de forma negativa y que un incremento de las dimensiones del autoconcepto tendrá que ser equilibrado con una reducción en alguna combinación de otras dimensiones del autoconcepto.
5. Modelo de marco de referencia interno/ externo se divide en comparación entre la valoración de la propia calidad en una dimensión, “proceso de comparación externa” y la comparación con la propia capacidad en otras dimensiones, “proceso de comparación interna”.

6. Modelo multidimensional jerárquico plantea dimensiones jerárquicas del que dependen diferentes dimensiones, la representación más tradicional de este modelo es la de shavelson, Hubner, Stanton (1976) el cual se explicara a continuación.” (Domenech-Llaberia,2005, p.109)

En la mayoría de los modelos de autoconcepto se puede observar que la mayoría están de acuerdo y sostienen la idea principal de William James donde el autoconcepto tiene que ser visto desde algo multidimensional, la diferencia entre cada uno de ellos es como explican los aspectos que conforman lo multidimensional.

#### Modelo Shavelson

En un artículo (López et al. 2016) Para Shavelson el modelo jerárquico y multidimensional divide al autoconcepto general en académico y no académico (Véase figura 1).

- a) El académico está formado por los autoconceptos de lengua, matemáticas, social.
- b) El no académico está conformado por los autoconceptos social, físico, emocional.

Autoconcepto académico, para definir un modelo de autoconcepto que pudiera valorar la parte académica Marsh y Shalvenson encontraron que el autoconcepto de matemáticas y lengua no se relacionan, pero ambos tienen relación con el autoconcepto académico general. Con el tiempo se incluyeron las ramas de matemáticas, ciencias, lengua, geografía, historia e idiomas. Se han observado algunos estudios donde el autoconcepto académico está directamente relacionado con el rendimiento escolar.

Autoconcepto no académico está formado por:

- *Autoconcepto social*: como es bien sabido el primer contacto que se tiene con otros seres humanos son los padres, de tal manera que ellos son los

principales interventores en la formación del autoconcepto en un niño, siendo la madre el elemento más importante, posteriormente el padre y finalmente los hermanos, para poder entrar en un círculo social el niño se ve obligado a cumplir los deseos de otras personas que lo rodean, entre más sea la atención que el niño obtenga mejor autoconcepto tendrá, con el tiempo la escuela empieza a tener un gran peso en la formación del autoconcepto social.

- *Autoconcepto físico:* hace referencia a la percepción mental de diferentes componentes físicos de una persona. Existen diversos estudios como Rodríguez (2008), expuso en López et al. (2016) en el que se encuentran relación entre el buen autoconcepto físico y el bienestar psicológico.
- *Autoconcepto emocional o personal:* Es un juicio que se hace sobre las cualidades personales, de un sentimiento agradable o desagradable que percibimos en nosotros mismos.

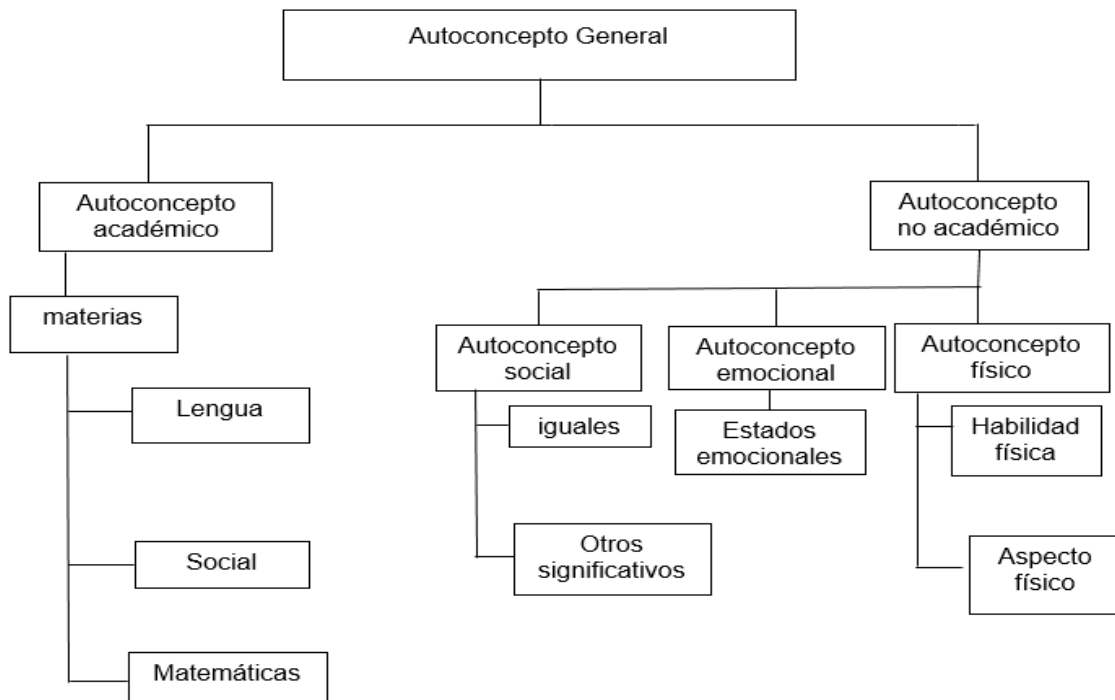


Figura 1: Modelo de Autoconcepto General según Shalvelson  
Fuente: Shalvelson, Hubner y Stantom (1979)

Shalvenson (1976) determina que el autoconcepto se identifica por siete aspectos fundamentales

1. El autoconcepto es una estructura psicológica mediante la cual las personas organizan la información en categorías, en función de las circunstancias personales, familiares y culturales.
2. Multidimensional, las dimensiones que lo forman reflejan el sistema de categorías adoptado por el individuo. La relación del individuo con cada área de conocimiento determina la formulación de autoconceptos específicos.
3. Es jerárquico, en la parte superior de la jerarquía se encuentra el autoconcepto general el cual se divide en dos componentes o dimensiones, el autoconcepto académico y no académico, dentro del primero se incluyen los autoconceptos en sub-áreas específicas (matemáticas, lengua, social), los cuales a su vez abren percepciones específicas, dentro de esas áreas concretas (percepciones más ligadas a experiencia). De igual modo el autoconcepto no académico se divide en físico, social, y emocional, y estos a su vez en facetas más específicas.
4. El autoconcepto general es estable, pero conforme se desciende en la jerarquía se va haciendo más específico, y por consiguiente más susceptible de cambio.
5. El autoconcepto, con el desarrollo, se va diferenciando y haciéndose más multifacético. La multidimensionalidad del autoconcepto está presente desde los primeros años de escolaridad básica, aunque no con la consistencia interna y la diferenciación que se presentan más adelante.
6. El autoconcepto incluye tanto aspectos descriptivos como evolutivos, tanto la imagen de uno mismo como la valoración de esa imagen.
7. El autoconcepto se diferencia de otros constructos con los que está relacionados como el caso del rendimiento académico. Citado en un artículo de (Cazalla y Moreno, 2013)

Como ya se ha mencionado antes el autoconcepto general se divide en, autoconcepto académico, y básicamente se refiere a la imagen que se tiene una



persona de sí mismo sobre sus habilidades, capacidades y limitaciones dentro de lo académico. Por otra parte el autoconcepto no académico se refiere a la parte de la vida de una persona, y estas se dividen en tres componentes, lo social, esto hace referencia a la aceptación y competencias sociales, las cuales ayudan a la formación del carácter y personalidad de un sujeto, que a su vez ayuda a la construcción del autoconcepto. El autoconcepto social se forma a partir de las normas, códigos éticos, morales, etc. De la sociedad, esta es de gran importancia para el aprendizaje y comportamiento. Por otro lado, el autoconcepto emocional son las ideas que cada uno tiene de sí mismo y se pueden ver aspectos tales como autoconcepto, autoestima, expectativas, plan de vida, creencias, código de conducta, estos están conectados a los sentimientos de bienestar, satisfacción, seguridad y equilibrio. Y finalmente el autoconcepto físico que se denomina como la construcción de percepciones que se forman de nuestras habilidades físicas y apariencia corporal y queda como resultado nuestra imagen física, las ideas, las emociones, sentimientos, que nos hacen sentir nuestros cuerpos, influye en los aspectos de autoeficacia, autoconfianza, y se puede afectar en el rendimiento personal, deportivo, etc. Y tener un buen aspecto físico ayuda a la percepción de competencia personal y esto incide positivamente en sentimientos de satisfacción.

En el modelo de Shalvenson abre las posibilidades para estudiar el autoconcepto y como este tiene gran participación en diferentes temas como lo escolar, social, emocional y físico, saber cuál es la relación que existe entre ellos para así poder entender cómo se va formando el autoconcepto general, al igual que saber cuáles son las mejores formas de tener un autoconcepto positivo y como evitar tener un autoconcepto negativo.

Para los años 90 se empieza un estudio más profundo al autoconcepto físico una de las propuestas más apoyadas fueron las de Fox y Corbin donde hacen una diferencia de cuatro dimensiones, la condición, habilidad, atractivo y fuerza (Véase figura 2).

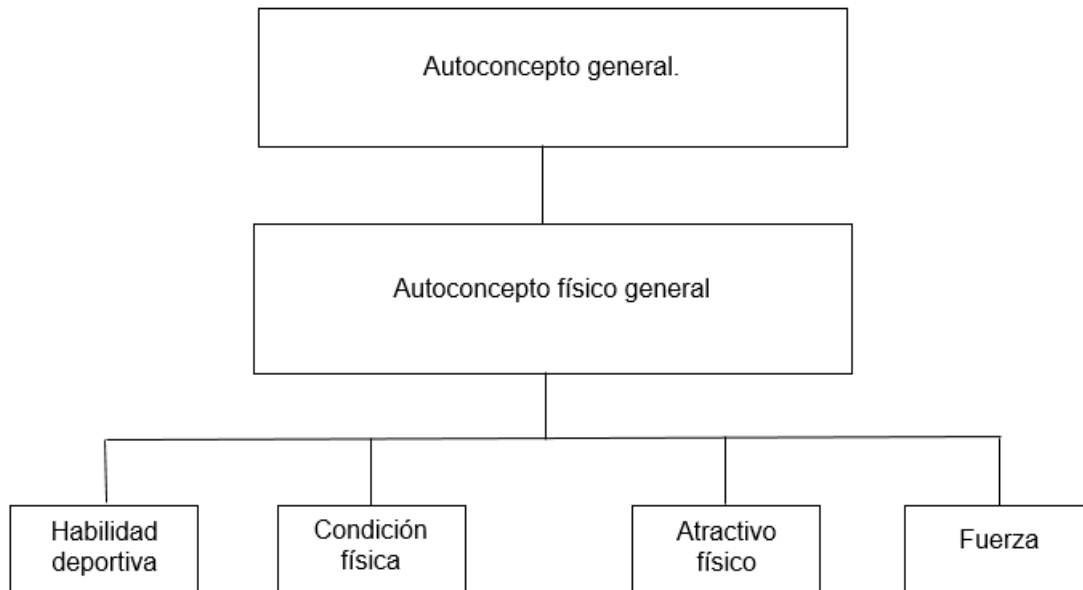


Figura 2: Modelo del Concepto Físico según Fox y Corbin  
 Fuente: Goñi, Ruiz de Azúa y Rodríguez (2006), y Esnaola (2015)

#### 2.1.4 Tipos de autoconcepto

Antes de entrar al tema de los tipos de autoconcepto es necesario mencionar que suelen existir algunas confusiones terminológicas entre autoconcepto y autoestima cuya diferencia suelen ser sencillo de comprender, como lo plasma Goñi (2009), el autoconcepto es la dimensión descriptiva y esta hacer referencia a la idea que cada persona tiene de sí misma. Mientras que la autoestima es la dimensión valorativa y alude al aprecio (estima y amor que cada quien siente por sí mismo).

Se podría decir que el autoconcepto es todo aquello que nosotros creemos ser y poseer como persona, en cuanto a la autoestima se refiere al sentimiento de aceptarnos y amarnos tal cual somos.

- Autoconcepto académico: Goñi (2009) encuentra que se puede definir como la representación que tiene el alumno de sí mismo como aprendiz con habilidades para abordar el aprendizaje. Como ya ha sido mencionado con anterioridad el autoconcepto académico se divide en lenguas, matemáticas, historia o ciencias estas que a su vez tienen otros niveles tal y como lo muestra el modelo de Marsh (Véase figura 3).

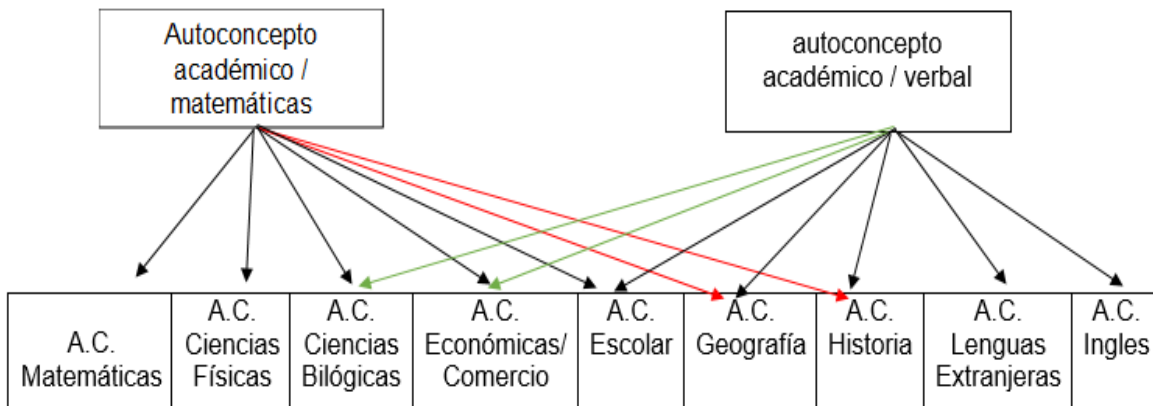


Figura 3: Modelo del autoconcepto académico según Marsh  
Fuente: Marsh (1990)

Este modelo surge de un estudio para poder valorar la parte académica dando como resultado que las matemáticas y lo verbal no estaban relacionados uno con otro, pero que a su vez cada una tenía relación con el autoconcepto académico. Actualmente es uno de los autoconceptos más estudiados gracias a su respuesta positiva.

- Autoconcepto social: Una investigación supone que el autoconcepto social debe de contemplarse por los contextos, ya que la autopercepción como un ser social puede ser diferente en los distintos entornos en los que el sujeto puede actuar. El autoconcepto social representa la percepción que cada quien tiene de sus habilidades sociales con otros (Véase figura 4).

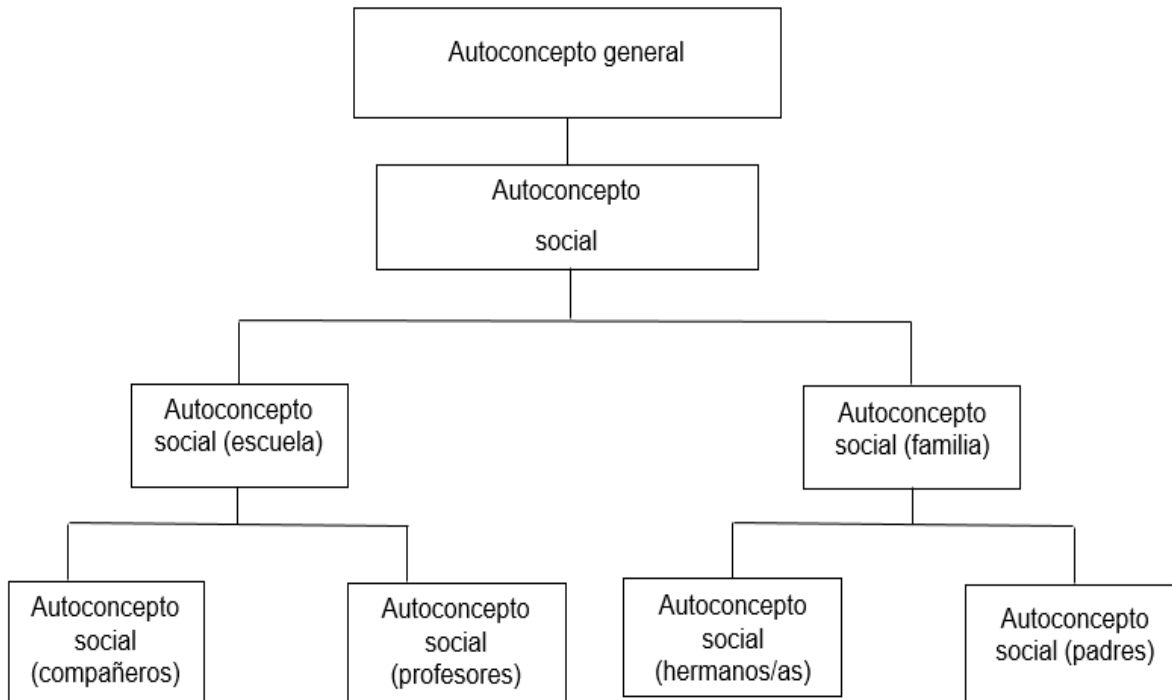


Figura 4: Modelo del autoconcepto social según Bryrne y Shavelson  
 Fuente: Bryrne y Shavelson (1986)

A lo largo de nuestras vidas formamos parte de algunos círculos sociales como los de la familia, trabajo, escuela, amigos, y como es el caso el círculo social deportivo. El autoconcepto social es capaz de modificarse dependiendo del círculo social. Se podría decir que contamos con varios autoconceptos sociales.

- Autoconcepto personal o emocional: Como lo expone en 2008 por Goñi, es un juicio que se hace sobre las cualidades personales, de un sentimiento agradable o desagradable que percibimos de nosotros mismos, para este tipo de autoconcepto el interés para desarrollarlo y profundizarlo es menor en comparación con los demás autoconceptos, ya que no existe un instrumentó específico para medirlo. Algunos como el Tennessee self concep scale incluye una escala de ético moral, y “si mismo personal”, son denominaciones aproximadas, pero no sobre este dominio.

Para poder darle la credibilidad o valor a algo dentro de la ciencia es necesario que sea medible y cuantificable, quizá todo aquello que tiene que ver con lo emocional y sentimental corre con la misma suerte de ser un tanto desvalorizados.

- El autoconcepto físico: Da la posibilidad de analizar una realidad psicológica en la imagen corporal.

Está compuesto de varias dimensiones ya antes mencionados en el modelo de Shalvenson, por su parte el modelo propuesto por Fox y Corbin (1989) citada en un trabajo de Goñi (2008) Se divide en cuatro dimensiones (Véase figura 5):

1. Competencia atlética y deportiva: refiriéndose a la habilidad atlética y deportiva, de la habilidad y destreza que se pueden llegar a desarrollar en el ámbito deportivo, también de la seguridad que se obtiene es este contexto
2. Condición física: se habla de la condición física, resistencia y fuerza, la capacidad para persistir del ejercicio
3. Atractivo físico: es aquella percepción de nuestra apariencia física.
4. Fuerza: la confianza de estar en situaciones donde se requiere fuerza y desarrollo muscular.

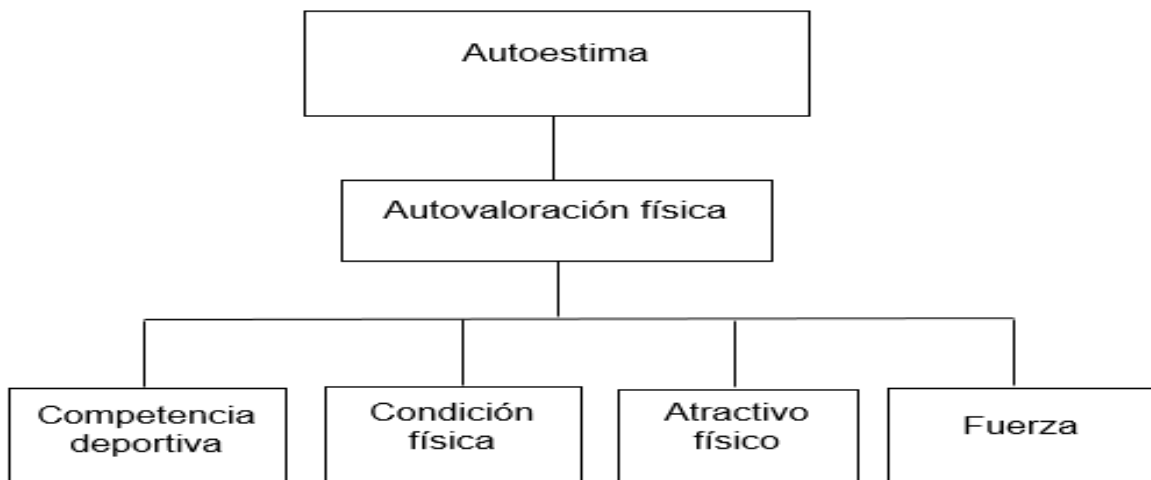


Figura 5 Modelo del autoconcepto físico de Fox y Corbin (1989)

Fuente: Fox y Corbin (1989)

Tomando de referencia el PSPP (physical self- percepción profile) se construyó en castellano el cuestionario de autoconcepto físico (CAF) de Goñi, Ruiz de Azua y Rodríguez (2006) (Véase figura 6).

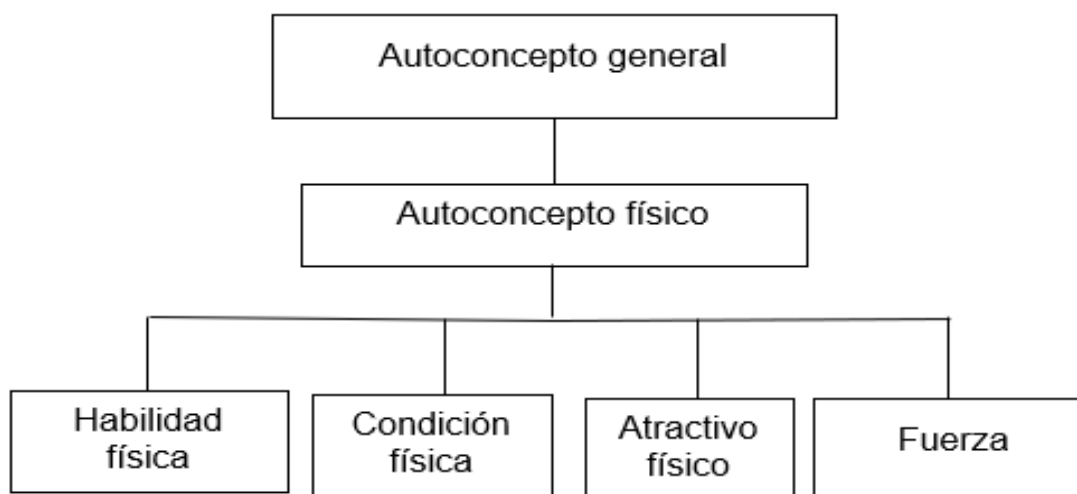


Figura 6: Modelo del autoconcepto físico de Goñi, Ruiz de Azúa, Rodríguez y Esnaola  
Fuente: Goñi, Ruiz de Azúa y Rodríguez (2006), y Esnaola (2005)

Actualmente no se tiene un acuerdo de las dimensiones que componen el autoconcepto físico, de esta forma Fox propone cuatro dimensiones que son competencia deportiva, condición física, atractivo físico y fuerza, estas cuatro dimensiones sirven de marco para otros instrumentos entre ellos el CAF (cuestionario de autoconcepto físico).

### 2.1.5 Técnicas e instrumentos de medición del autoconcepto

El perfil de autoconcepto (PPP) es un auto informe de 30 ítems, que evalúa percepciones del self físico con una perspectiva multidimensional y jerárquica (Fox, 1990; Fox y Corbin, 1989) consta de seis ítems para cada una de sus seis sub-escalas, autovaloración física, competencia deportiva, atractivo corporal, fuerza física, y coordinación física.

Para contestar el instrumento se le pide al sujeto que se describa así mismo con un formato de respuestas diseñado para eliminar la deseabilidad social, consiste en dos afirmaciones contrapuestas (una positiva y otra negativa) que muestran dos grupos de jóvenes con autopercepciones opuesta en diferentes aspectos. El sujeto debe decidir, en primer lugar, a cuál de esos dos grupos de jóvenes se parece más, y, en segundo lugar, el grado de similitud con los mismos, esto es si son, “totalmente como ellos”, o “parcialmente como ellos, “la respuesta es puntuada en la escala de 1 a 4, donde el valor de 1 indica la elección de “totalmente como ellos” en una afirmación negativa y el valor de 4 de “totalmente como ellos” en una afirmación positiva.

El Cuestionario de Autoconcepto Físico (CAF), es un instrumento de medida que reúne unas aceptables propiedades psicométricas y que confirma la solidez del modelo hipotetizado en cuanto a la estructura interna (dimensiones) del autoconcepto físico (Goñi, Ruiz de Azúa y Liberal, 2004). El cuestionario está formado por 36 ítems (6 ítems para cada escala), redactados en términos enunciativos, destinados a medir las siguientes dimensiones del autoconcepto físico:

1. *Habilidad física*. Percepción de las cualidades y habilidades para la práctica de los deportes; capacidad de aprender deportes; seguridad personal y predisposición ante los deportes. Ejemplo: “Practicando deportes soy una persona hábil”.
2. *Condición física*. Forma física; resistencia y energía; confianza en el estado físico. Ejemplo: “Puedo correr y hacer ejercicio durante mucho tiempo sin cansarme”.
3. *Atractivo físico*. Percepción de la apariencia física propia: seguridad y satisfacción por la imagen propia. Ejemplo: Me siento contento/a con mi imagen corporal”.
4. *Fuerza*. Verse y/o sentirse fuerte, con capacidad para levantar peso, con seguridad ante ejercicios que exigen fuerza y con predisposición a realizar dichos ejercicios. Ejemplo: “Tengo más fuerza que la mayoría de la gente de mi edad”.

5. *Autoconcepto físico general*. Opinión y sensaciones positivas (felicidad, satisfacción, orgullo y confianza) en lo físico. Ejemplo: “Físicamente me siento bien”.
6. *Autoconcepto general*. Satisfacción con uno/a mismo/a y con la vida en general. Ejemplo: “No tengo demasiadas cualidades como persona”.

Como alternativa de respuesta a cada ítem se ofrecen cinco opciones en una escala tipo Likert donde 1=Falso, 2=Casi siempre falso, 3=A veces verdadero, a veces falso, 4=Casi siempre verdadero, y 5= Verdadero, de tal modo que a mayor puntuación correspondería un mayor autoconcepto físico.

El Physical Self-Description Questionnaire, está formado por 70 ítems los cuales miden 9 componentes específicos del autoconcepto físico (salud, coordinación actividad física, grasa corporal, competencia deportiva, apariencia física, fuerza, flexibilidad y resistencia) el sujeto debe responder una escala de 6 puntos que va desde 1= “totalmente falso” a 6 “totalmente verdadero”.

### **2.1.6 Desarrollo del autoconcepto.**

Como se menciona en un estudio de algunos de los primeros autores dentro del autoconcepto, no tomaron tanta importancia para una clasificación del desarrollo del autoconcepto, podemos encontrar algunas hipótesis como lo que hizo Harter (1983) citado en un estudio de Fernández, Goñi (2008) desde los primeros años, adolescencia, adultez y vejez. El desarrollo del autoconcepto se forma de manera continua con el desarrollo de otras facetas sociales o físicas. Cuando se empieza a tener una apreciación del mundo interno, se piensa más sobre uno mismo. El autoconcepto de los niños está basado en características simples, como nombres, apariencia física, posesiones y conductas típicas.

Harter fue uno de los primeros autores en investigar como el autoconcepto va modificándose dependiendo de la etapa vital que la persona se encuentre ya



que el autoconcepto no es algo que se construya y se quede intacto si no que este tiende a modificarse dependiendo de varios factores.

Se puede decir que el desarrollo del autoconcepto no es algo innato, sino que es algo que se forma a lo largo de la vida ya que como algunos autores lo plantean esto es producto de la interacción social. A continuación, mencionaremos dos enfoques, como lo hace Amar en su libro publicado en 2011. El cognitivo, donde se cree que el desarrollo del autoconcepto conlleva cambios cuantitativos y cualitativos y que con el paso del tiempo se incrementa el contenido. La persona gradualmente va observando con mayor claridad rasgos de sí mismos tanto físicos, psicológicos, y sociales. Mientras que el enfoque ontogénico o evolutivo explica cómo nace y se desarrolla el autoconcepto durante toda la vida, por ejemplo, cuando el niño va creciendo su autoconcepto se va formando y cristalizando.

Por tal razón es importante alentar a los niños y adolescentes a encontrar sus habilidades y destrezas ya que estas ayudan y permiten crear un autoconcepto positivo de sí mismos al encontrar a temprana edad una actividad en la que son buenos. Con el tiempo su confianza también tendrá un nivel positivo y esto ayudara a tener una idea más clara de quienes son, en que son buenos y donde se pueden desarrollar con mayor comodidad, en este caso podríamos decir que el deporte es una buena actividad para descubrir y desarrollar las habilidades y destrezas.

Amar (2011) hace una pequeña clasificación de desarrollo del autoconcepto y explica que de los 0 a 2 años de edad, el “yo” comienza a desarrollarse, al principio no se tiene conciencia, la primera diferenciación entre el “yo” y, no “yo” es a un nivel corporal, se empiezan a reconocer diferentes sensaciones corporales y aprende a distinguir entre su cuerpo de aquello que no lo es.

De esta manera en los primeros dos años de vida se empieza el reconocimiento de sí mismo a nivel corporal, se descubre que no formamos parte del otro, a aquel que cubre nuestras necesidades si no que somos independientes de ellos.

De los 2 a 5 años de edad, el lenguaje marca una fase de consolidación de sí mismo, a los dos años y medio se empieza a desarrollarse la negación de lo que lleva el sentimiento de autonomía, a través de la negación, la individualidad y refuerza el valor personal, competencia, capacidad etc. En esta etapa el autoconcepto forja sus bases.

En esta etapa se descubren diferentes capacidades y quizá en esta etapa es posible iniciar una práctica ya sea deportiva, artística o cultural para fortalecer y desarrollar la individualidad y valor personal.

De los 5 a 10-12 años, esta etapa es considerada como la expansión del sí mismo, en la vida escolar se viven muchas experiencias y estas son ricas, intensas ya que se obtienen imágenes sobre sí mismos que pueden llegar a afectar el sentimiento de identidad, gracias a las experiencias vividas en el ámbito escolar principalmente el autoconcepto se define y se vuelve más realista.

Quizá esta sea la primera fase de una etapa difícil de controlar y entender ya que se empieza a tener sentido y claridad de las experiencias que se viven y como estas a su vez repercuten para bien o para mal en nuestro autoconcepto.

En la adolescencia de los 10-12 a 15-18, la maduración física contribuye a la definición del autoconcepto con esto el adolescente centra su atención en su imagen corporal, de cierta forma tiene que llegar a aceptar estas transformaciones para adaptarse de forma válida a su propio sexo, esta integración contribuye a la valoración de sí mismo. En este periodo se conduce a un autoconcepto más estable coherente y avanzado.

Se puede presumir que es aquí donde se juega un papel importante ya que se refuerza el autoconcepto físico, es en esta etapa donde también se desarrollan algunos de los trastornos alimenticios por un equivocado autoconcepto físico.

En la madurez adulta 20 a 60 años de edad, en esta etapa el autoconcepto no solo evalúa, sino que se puede formar en función de los acontecimientos importantes propios de esta etapa como el inicio de la vida laboral, la experiencia del éxito y el fracaso en el trabajo, el matrimonio, la maternidad o paternidad, evolución de las capacidades físicas el status socioeconómico etc. Todos estos

elementos pueden llegar a modificar la valoración que la persona tiene de sí misma.

Los fracasos y éxitos forman parte de la construcción del autoconcepto y es en esta etapa donde se obtienen los más significativos los que marcan un parteaguas en la vida de las personas, que quizá el autoconcepto que se ha llegado a construir hasta el momento se pueda reforzar o llegar a perder, ya que debemos de recordar que el autoconcepto es algo que siempre se está desarrollando.

Edad avanzada 60 y más, desde ya hace algunos años se admite la hipótesis de que el autoconcepto evoluciona a partir de los 60 años y que por lo general es de forma negativa ya que la persona es consciente de la disminución de sus capacidades físicas. Las enfermedades, el retiro, la pérdida de identidad social y profesional etc.

El alto número de cambios y sobre todo perdidas hacen que la persona empiece a tener dudas negatividad de su autoconcepto y por ende este cambio, tal vez esta sea otra de las faces difíciles en el desarrollo. Ya que constantemente están en una situación de duelo.

### **2.1.7 Autoconcepto y sexo**

La mayoría de los estudios que han analizado las diferencias en función del sexo en la edad adolescente han llegado a la conclusión de que existen diferencias estadísticamente significativas en algunas dimensiones. En el autoconcepto global, los varones obtienen resultados significativamente más altos que las mujeres. Sin embargo, Marsh (1989) argumentaba que las diferencias de género pueden ser confusas, especialmente cuando varias medidas de autoconcepto se transforman en un autoconcepto global a través de la suma de las mismas o cuando los instrumentos favorecen a los niños.

En la dimensión emocional también los chicos suelen verse más positivos que las chicas. Asimismo, en cuanto al autoconcepto físico y sus subdominios, los

resultados son bastante clarificadores, ya que la mayoría de los estudios han encontrado diferencias estadísticamente significativas a favor de los varones en las escalas de habilidad y la apariencia física, en cambio se ha encontrado que la valoración subjetiva de la flexibilidad o de facilidad de movimientos es mayor en las mujeres que en la de los varones.

El hecho de que las niñas presenten niveles inferiores de autoestima como autoconcepto que sus pares varones, se explica desde la teoría del género, por la posición poco valorada de la mujer en el contexto histórico, económico, sociopolítico, etc. Desde la psicología social surgen modelos explicativos de las diferencias observadas, a la par que se destaca la importancia de la autoestima en el desempeño social, status y bienestar psicosocial de niños y niñas y la existencia de una dinámica de autopropagación de las diferencias.

Bien se ha hablado de sexo en el estudio presente, pero también es importante se tomara en cuenta el género ya que a pesar de ser palabras relacionadas a ser hombre o mujer no se refiere a lo mismo. El sexo podría ser un hecho dado, mientras el género es un artefacto cultural, es una propiedad cultural social, es una invención social mediada por otra construcción social (la biológica) que tiene un desarrollo temprano en la infancia (Fagot & Leinbach, 1997).

Para terminar, y a modo de conclusión, podemos decir que la mayoría de las investigaciones analizadas tienden a señalar que las chicas obtienen puntuaciones más bajas que los chicos en el autoconcepto general, autoconcepto emocional y autoconcepto físico, mientras que en las dimensiones escolar y familiar suelen ser las chicas las que mejor se perciben mientras que los resultados en el autoconcepto social son contradictorios.

Como se mencionó con anterioridad, se puede dar la diferencia de puntaje en cuestión autoconcepto por la diferencia de sexo o bien de género, ya que muchas veces el aspecto social interviene mucho en la forma en cómo se desarrolla cada ser humano, en cuestión familiar, escolar y bien el ambiente donde se desarrollan.

## 2.2 Deporte

El ser humano a incluido el deporte en su vida diaria desde miles de años atrás, incluso diversas culturas que existieron en los años antes de cristo practicaban diversas actividades ya sea con el fin de sobrevivir (como la pesca, el correr o la natación) o bien como diversión y entretenimiento (como el juego de pelota). El deporte ha existido desde los tiempos remotos, sin embargo, no siempre hubo una definición o fue reconocido como tal, con el paso de los años los investigadores relacionados con dicho tema fueron dándole un significado e incluso empezaron a existir carreras que se dedicaban a la investigación del deporte o bien a practicarlo para poder enseñar a otros.

De esta manera con el paso del tiempo se ha ido modificando la definición de deporte, ya que no existe un concepto general o único, se sabe que cada autor la define de diferente manera de acuerdo a las variables que van asumiendo o van cambiando con el paso de los días.

Como se dijo anteriormente al inicio de la humanidad, a pesar de que se practicaban diversas actividades que pidan ser contempladas como algún deporte no se conocía les daba ese concepto, ya que solo se realizaban con el fin de sobrevivencia, para escapar de algún peligro o para poder alimentarse. Sin embargo, otras actividades se realizaban por diversión entretenimiento y al paso de los años se fueron descubriendo otras actividades con esa finalidad, fue así como empezaron a practicarse, e incluso en el año 776 a. C surgieron los primeros juegos olímpicos, que duraron solo 6 días y contemplaban pocas actividades deportivas, carreras y combates entre los participantes.

Poco a poco el ser humano fue añadiendo más actividades conocidas como deportes a los juegos olímpicos, hasta el día que se celebraron los primeros juegos olímpicos como se conocen en la actualidad, que fue en el año 1892 en Grecia, en la ciudad de Olimpia. Y de esta manera se han ido celebrando cada 4 años en distintos lugares a través del mundo, y en algunas ocasiones se han ido incluyendo diversas actividades deportivas.

### **2.2.1 Definición.**

Como se mencionó en un principio la palabra Deporte no tiene una definición general o única en la humanidad. El deporte hasta la actualidad nadie ha podido definir con aceptación general, debido que el deporte cambia sin cesar y amplía su significado, tanto al referirse a una actitud y actividad humana, como al englobar una realidad social, adquiriendo así un concepto polisémico de acuerdo al contexto.

La gran complejidad de este concepto ha suscitado cierta divergencia a la hora de ser definido por los distintos autores, lo cual, unido a su evolución en el tiempo y en las distintas sociedades, ha hecho que su definición tenga cierto carácter dinámico y coyuntural. Igualmente ocurre lo mismo cuando hablamos de sus características, orientaciones y clasificaciones.

No obstante, en la búsqueda del origen y comprensión del término deporte, se mencionarán algunas definiciones hechas por diferentes autores. Ésta palabra no proviene del vocablo inglés "sport", su cuna fue la lengua provenzal y de ella pasa a otras lenguas romances como el francés y el castellano. En su aceptación etimológica original la palabra deporte significa regocijo, diversión y recreo. También definición como recreación, pasatiempo, placer, diversión o ejercicio físico, por lo común al aire libre; actividad física, ejercida como juego o competición, cuya práctica supone entrenamiento y sujeción a normas.

De igual manera, se destaca como rasgo fundamental y constitutivo del deporte, el esfuerzo del hombre por conseguir resultados destacables y por perfeccionarse a sí mismo. Otro elemento sustancial del deporte es la capacidad para competir, el hombre como animal competidor y la necesidad del logro, que lleva a plantearse constantemente nuevas metas. La capacidad utilitaria del deporte de enseñar a quien lo practica a superar obstáculos en la vida, a forjar su carácter y fortalecer su personalidad.

En tanto, la Carta Europea del Deporte, incorpora al termino deporte una visión saludable, definiéndolo como: "todas las formas de actividades, con una

participación, organizada o no, tienen como objetivo la expresión o la mejora de la condición física o psíquica, el desarrollo de las relaciones sociales y la obtención de resultados en competición de todos los niveles”.

Algunas definiciones de diferentes autores que trataron de darle una definición a la palabra deporte, tomaron en cuenta diferentes características, a pesar de la complejidad de dicho concepto.

Cagigal (1957:17) dice “El deporte es algo que existe; intrínseco a la naturaleza humana; que se manifiesta, o se ha manifestado siempre donde el hombre ha existido. El deporte es una realidad metafísica del hombre. Es decir, que donde quiera que se da el hombre se da el deporte y sólo en el hombre se puede éste concebir”.

Carl Diem (1966) quien se refería al deporte como “recuerdo y renovación de cósmicas fuerzas vitales”.

Burnett Tylor (1871, citado por Avedon y Sutton Smith, 1971) nos ofrece su interés en el reconocimiento científico social de los juegos y deportes al afirmar: “Actividades como las deportivas aportan al antropólogo indicios de gran interés acerca de la naturaleza de la cultura prehistórica”.

En esta línea, y considerando el deporte como propiedad de lo humano, Sopeña (1976: 87) añade: “la categoría general del deporte es la del comportamiento humano”.

El deporte, tal y como lo entendemos hoy, es algo distinto de lo que fue y significó en otros tiempos. Mientras la palabra, como fenómeno lingüístico que es, tiende a ser permanente o con leves alteraciones morfológicas, el concepto, como fenómeno ideológico, tiende a enriquecerse mediante la asimilación de nuevas ideas que se incorporan al vocablo primario.

Según Cagigal, y coincidiendo con Piernavieja (1966, I: 264), la palabra deporte es de indudable origen latino: “Según Paul Adam nace de la expresión deportare, referente a la salida fuera de las puertas (porta) de la ciudad, para dedicarse a juegos competitivos. Ya en el latín clásico aparece una vez esta expresión- disportat - empleada por el amanuense de Cicerón, Tiro.... Otros, como Ortega y Gasset, hacen derivar este concepto del provenzal de-porter, vocablo

formado en el siglo XIII... También es esta, por consiguiente, una expresión de origen latino que ha dado como consecuencia las voces deporte (español), desporto (portugués), diporto (italiano en desuso)”.

Karag (1959:1235) reconoce que “no se ha establecido todavía la fórmula definitiva, concisa y precisa, ni existe acuerdo unánime entre las distintas definiciones aportadas” En el mismo sentido se expresan Antonelli y Salvini (1984) quienes consideran compleja la elaboración del concepto deporte debido a la multitud de elementos que el término connota y a la dificultad para aislarlos con la suficiente precisión.

En este sentido, Cagigal (1981) afirmaba que nadie había podido definir con general aceptación en qué consiste el deporte: ni como realidad antropocultural ni como realidad social. A lo que añade García Ferrando (1998) que va a ser cada día más difícil definir lo que es deporte, porque cambia sin cesar y amplía sus significados tanto en cuanto actitud y actividad humana, como realidad social muy compleja.

Sin embargo hay otros autores que si se han atrevido a elaborar definición sobre este concepto, como se muestra a continuación.

Coubertin (1949:3): “Culto voluntario y habitual del intenso ejercicio muscular, apoyado en el deseo de progreso y que puede llegar hasta el riesgo”.

Guillemain (1955:7): “Deporte es loisir”. La idea sobre la que el deporte se fundamenta es la “performance”. El deporte como performance es un esfuerzo de una persona, en una colectividad, por hacer vivir la libertad en la gratuidad, por realizar una libertad en la gracia física y acaso intelectual”.

Di Scala (1956.111): “Divertimento, divagación, entretenimiento con un fin agonístico, campeón, con la mira puesta en el record”.

Seurin (1956:100): “El deporte es juego, es decir, actividad que no persigue utilidad alguna. Lucha: contra un adversario inerte (tiempo, espacio) o animado; tiene un objetivo: la victoria. Actividad física intensa”.

Diem (1957.11): “Deporte es un juego portador de valor y seriedad, practicado con entrega, sometido a reglas, integrador y perfeccionador, ambicioso de los más elevados resultados”.



Guillet (1971:13): “Actividad física intensa, sometida a reglas precisas y preparada por un entrenamiento metódico”.

Magnane (1964:11): “Una actividad de loisir cuya dominante es el esfuerzo físico, participante a la vez del juego y del trabajo, practicada en forma competitiva, con reglas e instituciones específicas y susceptibles de transformarse en actividad profesional”.

Dauven (1966: 14): “Diversión de origen incierto que pone a prueba, según reglas fijas, las cualidades del cuerpo y del espíritu con el fin de situar el valor físico de quien o quienes a ellas se entregan”.

Agosti (1968: 14): “Diversión consciente en vencer unas dificultades por medio de un esfuerzo apasionado, mental y físico, teniendo por móvil la satisfacción de vencerlas y como escenario ideal el aire libre”.

Söll (1960:380): “Deporte es una actividad libre y sin objeto, pero realizada sistemáticamente y según reglas determinadas; una actividad de la totalidad del hombre, de movimiento corporal, ejercida en competición y en colectividad, que primariamente sirve para la ejercitación y educación del cuerpo, pero finalmente tiene también presente la formación de toda la personalidad”.

Zauli (1963:329): “Actividad física agonística innegable e irrenunciable de la vida humana que no tiene ningún beneficio de él para sus necesidades fundamentales”.

Macco (1963:447): “Una forma de carácter lúdico, agonístico y espectacular”... “Juego y competición espectacular. Actividad muscular y nerviosa realizada por divertimento, esto es, no con fines de ocupación u otros objetivos”.

Antonelli (1963:10): “Deporte es actividad humana determinada por el concurso de tres factores, todos ricos en valor psicológico: juego, movimiento, agonismo”.

Maheu (1964:7): El deporte es educación, honor, ética, estética y tregua en el tecnicismo”.

En la Primera Reunión Internacional de Trabajo sobre Terminología del Ejercicio Físico, celebrada en octubre de 1963 en la ciudad de Strobl en Wolfgangse (Austria) se propuso la siguiente definición:

“Deporte es aquella forma de ejercicio físico (corporal) que se caracteriza preferentemente por la aspiración al rendimiento y por una ejecución y valoración convencionalmente acordada o sometida a una norma con vistas a un fin puntual. La práctica de los diferentes deportes, por regla general está siendo atendida por organizaciones especializadas según los deportes que cultivan o según otros criterios sociales o complejos, como ocurre, por ejemplo, en el caso del deporte juvenil, deporte de masas, deporte de élite”

Al revisar diferentes definiciones por diversos autores, se puede decir que el deporte realmente es difícil de conceptualizar, ya que existen diversas variables que deben tomarse en cuenta, y probablemente ni con el paso de los años pueda llegarse a un concepto único. De allí se afirma, que nadie ha podido definir con aceptación general en qué consiste el deporte, siendo cada vez más difícil definirlo debido a que el deporte cambia sin cesar y amplía su significado, tanto al referirse a una actividad humana, como al englobar una realidad social.

De tal manera en este estudio al tomar en cuenta diferentes autores mencionados anteriormente se define el deporte de la siguiente manera:

Es una actividad física que incluye movimientos motrices de todo el cuerpo, que se rige por normas y reglas, de naturaleza competitiva, donde el objetivo es superar marcas ya sean individuales o a algún adversario, en algunas ocasiones se puede valer de algunos materiales (jabalina, pelota, red, raqueta, porterías, etc.). Puede ser al aire libre o en un lugar cerrado, se puede ver desde el ámbito lúdico, escolar, social, físico o incluso psicológico, donde para el ser humano constituye en su ámbito vital desde el punto social e individual.

### **2.2.2 Tipos de deporte**

Como se sabe existen diferentes tipos de deporte, que con el paso del tiempo van existiendo cada vez más. Al inicio de la población existían los básicos, como correr o nadar que incluso los humanos no los tomaban como deportes sino solo lo realizaban por sobrevivencia. Sin embargo, al paso de los días el ser humano se dio cuenta que le servía como distracción, entretenimiento, diversión.

Poco a poca llevo el punto de llevarlo a cabo con competencia para vencer un adversario, tanto en deportes individuales como en colectivos. De esta manera se fueron inventando cada vez más deportes ce incluso competencias.

Al paso de los años hasta la actualidad existen diversos tipos, por lo cual existe la necesidad de clasificarlos.

A lo largo de la historia de la actividad física y el deporte son numerosos los autores que han elaborado una clasificación del deporte, aportando en cada una de ellas una base para la creación de la siguiente. De este modo se presenta a continuación desde la más simple y tradicional como la que divide el deporte en función de la participación o del medio donde se realizan, hasta llegar a las clasificaciones más novedosas y utilizadas en la literatura específica.

La primera clasificación que presentamos es la expuesta por Bouet (1968), este autor tras criticar las clasificaciones formales o externas, propone una clasificación más profunda en relación a lo elaborado anteriormente, ya que adopta un punto de vista más general, que denomina experiencia vivida, en referencia al tipo de vivencia que el deporte practicado proporciona al individuo, distinguiendo de este modo cinco grupo de disciplinas (véase Tabla 1).Tabla 1. Clasificación del deporte según Bouet (1968)

<b>De combate</b>		<b>Deporte de pelota o balón</b>		<b>Deporte atléticas o gimnásticos</b>		<b>Deportes en la naturaleza</b>	<b>Deportes mecánicos</b>
Con implemento	Sin implemento	<i>Colectivos</i>	<i>Individuales</i>	Atlético de medición objetiva	gimnásticos de medición objetiva	Se realizan en el medio natural, conllevando a un gran riesgo	Se caracteriza por el empleo de máquinas, que es la que emplea la energía, y el hombre la controla y la dirige
Existe contacto físico, el cuerpo como referencia.		El balón es el factor relacional del deporte		Referencia posibilidades del ser humano, gesto técnico importante			

Fuente: Tomado de Robles Rodríguez, José; Abad Robles, Manuel Tomás; Giménez Fuentes-Guerra, Francisco Javier. (2009)

En cambio Durand (1968), establece una clasificación con una orientación exclusivamente pedagógica y clasificando los deportes en cuatro grupos: individuales, de equipo, de combate y en la naturaleza.

La escuela soviética elabora a manos de Matveiev (1975) una clasificación tomando como criterio de partida el tipo de periodización del entrenamiento que es posible aplicar a cada deporte, es decir, en base al tipo de esfuerzo físico requerido. De este modo establece cinco categorías (Véase Tabla 2).

Tabla 2. Clasificación del deporte según Matveiev (1975)

<b>Deportes acíclicos</b>	<b>Deporte con predominio en la resistencia</b>	<b>Deportes de equipo</b>	<b>Deportes de combate o lucha</b>	<b>Deportes complejos y pruebas múltiples</b>
Predominan los movimientos de intensidad máxima: saltos en atletismo, velocidad, etc.	<i>Deportes de intensidad submaxima: medio fondo, natación (100 y 400m.)</i>  <i>Deportes de intensidad baja: mas de 800 m. En natación, fondo en atletismo.</i>	Deporte de alta densidad con pausas contantes de tiempo: baloncesto, futbol-sala  Deporte de alta duración con pocas interrupciones: futbol y hockey hierva	Enfrentamientos directos entre individuo: lucha, esgrima, boxeo, etc.	Esfuerzos muy diversos y amplios: pentatlón moderno, heptatlón, decatión, gimnasia deportiva.

Fuente: Tomado de Robles Rodríguez, José; Abad Robles, Manuel Tomás; Giménez Fuentes-Guerra, Francisco Javier. (2009)

Parlebás (1981), nos presenta una clasificación según los criterios de acción motriz, considerando esta como un sistema de interacción global entre el sujeto actuante, el entorno físico y el/los otro/s participante/s eventual/es. Para ello utiliza tres criterios: interacción con compañeros, interacción con adversario/s, e incertidumbre de la información procedente del medio.

Por otro lado Hernández y Blázquez (1983) tomando como base la clasificación expuesta por Parlebás (1981), proponen una nueva clasificación añadiéndole dos elementos novedosos. Uno referido a la forma de utilizar el espacio y el otro a la participación de los jugadores, con la finalidad de desarrollar el grupo correspondiente a los deportes de equipo que se juegan en un espacio estandarizado (CAI). Estos autores presentan cuatro grandes grupos:

1. Deportes psicomotrices o individuales: Aquellos deportes en los que se participa individualmente sin la presencia de compañeros ni adversario que pueden influenciar en la ejecución del gesto.
2. Deportes de oposición: Son en los que nos enfrentamos a otro oponente. Aquí se pueden diferenciar tres grupos: Judo o lucha olímpica, frontón o squash, bádminton o tenis individual.
3. Deportes de cooperación: aquellos en los que hay dos o más compañeros sin la presencia de adversarios. Aquí podemos diferenciar dos grupos:
  - a) Patinaje artístico, gimnasia rítmica por equipos o natación sincronizada.
  - b) Relevos natación o relevos atletismo.
4. Deportes de cooperación-oposición: aquellos deportes en los que un equipo de dos o más jugadores se enfrentan a otro de similares características. Aquí podemos diferenciar tres grupos:
  - a) Baloncesto o fútbol.
  - b) Frontón squash de pareja.
  - c) Bádminton de pareja o voleibol.

García Ferrando (1990) considera que en función del mayor o menor carácter utilitario que tenga el juego se pueden distinguir tres categorías

1. Deportes formales: Incluyen las prácticas profesionales y de alta competición. En éstas, el juego tiene muy poca importancia
2. Deportes informales: aquellos en los que el componente lúdico y recreativo tiene el mayor valor.
3. Deportes semiformales: aquellos que tienen carácter competitivo y organizado, pero no requieren gran dedicación en entrenamientos.

Devís y Peiró (1992: 162) nos hablan de la necesidad de cambio en las enseñanzas de los juegos deportivos, y proponen una serie de orientaciones que conecten directamente con la práctica. Lo que pretenden con esta clasificación es facilitar la enseñanza de los juegos deportivos en el marco escolar, para ello se tiene en cuenta la variedad de contextos lúdicos y el análisis estructural de los juegos, lo que llevará a agrupar los juegos según una lógica interna similar, permitiendo de este modo su enseñanza integrada. Para ello presentan una clasificación que agrupan los juegos deportivos en cinco grupos distintos (véase Tabla 3).

Tabla 3. Clasificación de los juegos deportivos según Devis y Peiro (1992)

<b>Juegos deportivos de blanco o diana</b>	<b>Juegos deportivos de campo y bate</b>	<b>Juegos deportivos de cancha compartida</b>	<b>Juegos deportivos muro o pared</b>	<b>Juegos deportivos de invasión</b>
Consiste en que el móvil alcance con precisión y menor número de intentos que el resto de los jugadores, la diana o dianas de juego (golf, bolos. Croquet, etc.)	Consiste en que el quipo lanza el móvil dentro del espacio de juego con la intención de retrasar al máximo su devolución o recogida, mientras ellos realizan ciertos desplazamientos (beisbol, cricket, etc.)	Consiste en que el móvil toque el espacio de juegos del equipo contrario sin que pueda ser devuelto (tenis, voleibol, bádminton)	Consiste en lanzar el móvil contra la pared de modo que el contrario/ os no puedan devolverlo a la misma (frontón, squash, pelota vasca)	Consiste en que cada equipo trata de alcanzar su respectiva meta con el móvil de juego tantas veces como les sea posible, sin que el otro equipo lo sobre pase. (futbol, baloncesto, waterpolo, etc.)

Fuente: Elaboración propia

La clasificación olímpica en base al proyecto de clasificación de Hecper es la siguiente:

1. *Deporte de agua o acuático*: aquellos que son realizados en medio acuoso que permita el libre movimiento del cuerpo y otro elemento, por ejemplo, todas las disciplinas de la natación, waterpolo, vela surfing, y los deportes a motor realizados dentro y fuera del agua.
2. *Deportes de rueda*: su condición es que exista una rueda que acompañe el movimiento del cuerpo, o que lo haga mover, como es el ciclismo, en sus modalidades como en ruta, pista artística y de coliseo.
3. *Deportes de aire*: deben ejecutarse en un espacio aéreo, como el paracaidismo, el cometa o parapente.
4. *Deportes atléticos*: aquellos que se realizan en tierra con el movimiento de nuestro cuerpo, por ejemplo, el alpinismo, atletismo, espeleología.
5. *Deportes de animales*: debe existir un animal para su realización sin importar el motivo o la regla del deporte, como el tiro al jabalí, equitación, carrera de caballos, colombofilia, y la pesca.
6. *Deportes de combate*: para su realización es necesario el enfrentamiento cuerpo a cuerpo con un adversario, con o sin protección, entre ellos el boxeo, artes marciales, lucha olímpica y grecorromana.
7. *Deportes de equipo y bola*: para su ejecución es necesario que exista una bola o pelota que acompañe el movimiento del cuerpo y, además, estén más de dos personas que formen un equipo, como es el baloncesto, fútbol o voleibol.
8. *Deportes de blanco (target)*: deben ejecutarse con la presencia de una diana o blanco al cual se le dispara, por ejemplo, el tiro al blanco, pistola y dardos.
9. *Deportes cortos*: se les denomino así por el breve espacio en que se desarrolla el juego, como el tenis de mesa o el squash.
10. *Deportes de stick*: su condición es que exista un palo o raqueta que mueva otro elemento con el compás del desplazamiento del cuerpo, como el hockey, polo, tenis y croquet.

11. *Deportes de tarjeta y bola*: son los que al llevarse a cabo, se anotan las cuentas como condición para un fair play como son los bolos, el golf y el tejo.
12. *Deportes para discapacitados*: en estos están incluidos todos los deportes que existen y pueden ser practicados por personas con alguna discapacidad y/o alguna deficiencia física o mental.
13. *Deportes de mesa*: aquellos que se realizan en mesa con un oponente y se caracteriza por ser un juego intelectual, como el ajedrez, damas chinas o bien el domino.
14. *Deportes mecánicos de motor*: los cuales para su ejecución es necesario que exista un medio mecánico que les permita moverse, producto del ingenio humano por el ejemplo, el automovilismo, motociclismo y rally.
15. *Deportes de alto riesgo*: todos aquellos que producen vértigo excesivo a causa de la altura, velocidad, peligro, y que representan un serio reto para los que lo practican, como puede ser el paracaidismo en bicicleta, acrobacias aéreas y bungee jumping, entre otros más.
16. *Deportes ambientales*: son los que permiten el descanso y/ o la recreación por medio de actividades en lugares tranquilos y de contacto con la naturaleza, por ejemplo, las caminatas ecológicas, camping o tour.
17. *Deportes excéntricos*: también llamados tradicionales, porque son propios del sitio donde se practica y solo tiene un valor significativo para cada cultura, como el lanzamiento de trompo, escalar arboles (USA), carreras de encostalados (Colombia).

De acuerdo a la ley 181 del 18 de enero de 1995, más conocida como “Ley del Deporte”, en el Título IV del deporte (capítulo 1), y en sus artículos 15 y 16, define y clasifica el deporte en la siguiente forma:

ARTÍCULO 15: El deporte, en general, es la específica conducta humana caracterizada por una actitud lúdica y de afán competitivo, de comprobación o desafío, expresada mediante el ejercicio corporal y mental, dentro de disciplinas y normas preestablecidas orientadas a generar valores morales, cívicos y sociales.



ARTÍCULO 16: Entre otros, las formas cómo se desarrolla el deporte son las siguientes:

- *Deporte formativo*: Es aquel que tiene como finalidad contribuir al desarrollo integral del individuo. Comprende los procesos de iniciación, fundamentación y perfeccionamiento deportivo. Tiene lugar tanto en los programas del sector educativo formal y no formal, como en los programas desescolarizados de las escuelas de formación deportiva y semejantes.
- *Deporte social comunitario*: Es el aprovechamiento del deporte con fines de esparcimiento, recreación y desarrollo físico de los habitantes de la comunidad. Procura integración, descanso y creatividad. Se realiza mediante la acción inter-institucional de la participación comunitaria para el mejoramiento de la calidad de vida.
- *Deporte universitario*: Es aquel que complementa la formación de los estudiantes de Educación Superior. Tiene lugar en los programas académicos y de bienestar universitario de las Instituciones Educativas definidas por la ley 30 de 1992. Su regulación se hará en concordancia con las normas que rigen la Educación Superior.
- *Deporte asociado*: Es el desarrollado por un conjunto de entidades de carácter privado organizadas jerárquicamente con el fin de desarrollar actividades y programas de deporte competitivo de orden municipal, departamental, nacional e internacional, que tenga como objeto de búsqueda el alto rendimiento de los deportistas afiliados a ellas.
- *Deporte competitivo*: Es el conjunto de certámenes, eventos y torneos, cuyo objetivo primordial es lograr un nivel técnico calificado. Su manejo corresponde a los organismos que conforman la estructura del deporte asociado.
- *Deporte de alto rendimiento*: Es la práctica deportiva de organización y nivel superior. Comprende procesos integrales orientados hacia el perfeccionamiento de las cualidades y condiciones físico-técnicas de deportistas, mediante el aprovechamiento de adelantos tecnológicos y científicos.

- *Deporte aficionado:* Es aquel que no admite pago e indemnización alguna, a favor de los jugadores o competidores, distintos del monto de los gastos efectivos ocasionados durante el ejercicio de la actividad deportiva correspondiente.
- *Deporte profesional:* Es el que admite como competidores a personas naturales bajo remuneración, de conformidad con las normas de la respectiva Federación Internacional.

El deporte, así como no tiene un concepto definido y único, su clasificación puede ser variada de acuerdo a la forma en como quiera clasificarse, ya sea por la motricidad ocupada, por ser individual o colectivo, por usar algún elemento como complemento o de alguna otra manera de acuerdo al autor citado, por eso es importante saber que el deporte es multifacético, que se puede dividir de diferentes maneras dependiendo de la manera en que se quiera hacerlo.

### **2.2.3 Historia del baloncesto**

Como se mencionó anteriormente existen diferentes tipos de deportes como se dijo en su clasificación. Pero en esta ocasión solo se tomara en cuenta el baloncesto, es por eso que en esta parte se hablara sobre su origen, como se fundó y su trayectoria hasta la actualidad.

La práctica más clara que podemos relacionar con el baloncesto es un juego de pelota mesoamericano; el pok-ta-pok maya, practicado aproximadamente en el año 1000 a.C., con su variante azteca que era el Taxtlí. Este juego consistía en conseguir hacer pasar una pelota (parecida a la actual de balonmano pero más viva) por un círculo de piedra que sobresalía de las paredes laterales a 7 u 8 metros de altura, el equipo que lo conseguía ganaba el partido (cosa que ocurría muy pocas veces); el balón se podía golpear con todo el cuerpo menos con manos y pies, y había diversas acciones que hacían ganar o perder puntos al equipo.

Más cercano a nosotros existe un juego tradicional vasco llamado "el caldero" que consiste en realizar un hoyo en el suelo y lanzar piedras, desde una determinada distancia y de forma parabólica, con el objetivo de introducirlas en su interior.

El baloncesto nace como una necesidad de realizar alguna actividad deportiva durante el invierno en los Estados Unidos. Al profesor de la Universidad de Springfield, Massachusetts, James Naismith le fue encargada esta misión en 1891 de ingeniar ese deporte que se pudiera jugar bajo techo, pues los inviernos en esa zona de Norteamérica prohibían la realización de actividad alguna al aire libre.

Por lo tanto el baloncesto nació en EEUU en el año 1891, inventado por James Naismith un Sacerdote Canadiense, este sacerdote viajó a Massachusetts (EEUU) como profesor de "cultura física", una vez allí observó que las bajas temperaturas no permitían practicar deportes al aire libre, así surgió el baloncesto como deporte que se podía practicar en recintos cerrados.

James Naismith nació en Ramsay, cerca de Almonte en Ontario, Canadá en 1861. Era diplomado en Medicina, psicología y teología, así como profesor de Educación Física y otras tantas asignaturas en varias escuelas de Ymca, y en la Universidad de Kansas.

Hay varias teorías de cómo Naismith inventó esta apasionante disciplina. Una de ellas indica que en su afán por cumplir con esta misión, Naismith frustró sus repetidos intentos arrugando los papeles donde apuntaba sus ideas, ideas que posteriormente lanzaba hacia un cesto de basura, hasta que llegó un momento donde se dio cuenta que sus reiteradas "equivocaciones" le darían la posibilidad de capitalizar la invención que tanto buscaba.

Otra teoría indica que recordó un antiguo juego de su infancia denominado "duck on a rock, (pato en la roca)", que consistía en intentar alcanzar un objeto colocado sobre una roca lanzándole una piedra.

Naismith analizó las actividades deportivas que se practicaban en la época, cuya característica predominante era la fuerza y/o el contacto físico, y pensó en algo que requiriese más destreza que fuerza y que no tuviese contactos físicos. Pidió al encargado del gimnasio del Colegio unas cajas de unos 50 centímetros de diámetro, pero lo único que le consiguieron fue unas cestas de melocotones, algo más abiertos por arriba que por abajo. Y a falta de algo mejor, mandó a colgarlos en las barandillas de la galería superior que rodeaba el gimnasio, que por casualidad estaban a 3,05 metros de altura (altura que se conserva en la actualidad). El balón usado fue uno de "soccer" (fútbol). Ya se tenía entonces un nuevo deporte. El tablero surgió como protección, para evitar que los seguidores situados en la galería de cuya barandilla colgaban las canastas pudiesen entorpecer la entrada del balón en la cesta, que posteriormente pasó a convertirse en un aro metálico y una red sin agujeros, para desembocar en las redes actuales.

En un principio se pensó en "Naismith-ball", cosa a la que negó el mismo profesor. Y fue el delegado de clase, Frank Mahan, quien dijo la frase histórica que generó el nombre definitivo: "tenemos un cesto y un balón, ¿por qué no le llamamos baloncesto?" (we have a basket and a ball, why not call it basket-ball?); alrededor de los años veinte adquirió definitivamente su denominación formal de basketball, sin guion en medio.

De acuerdo a los antecedentes de la historia del básquetbol, el creador del juego ideó 13 reglas que difieren bastante de las actuales, pero que en su espíritu buscaban evitar los roces físicos y favorecer la destreza con el balón. Estas reglas originales del básquetbol fueron publicadas el 15 de diciembre de 1892 en The Triangle, el periódico del Springfield College, con lo que comenzó a extenderse la práctica de este deporte. Las primeras 13 reglas echadas por Naismith son las siguientes:

1. El balón puede ser lanzado en cualquier dirección, con una o ambas manos.
2. El balón puede ser golpeado en cualquier dirección, con una o con las dos manos, pero jamás con el puño cerrado

3. Los jugadores no pueden correr con el balón en sus manos. Lo deben lanzar desde el mismo lugar en que lo han cogido. Puede concederse una cierta tolerancia a un jugador si se apodera del balón en plena carrera.
4. El balón debe ser sujetado por una sola mano o por las dos, pero ni los brazos ni el cuerpo pueden ser usados para retenerlo.
5. Se prohíbe golpear al adversario con los hombros, sujetarle, empujarle, zancadillearle; toda infracción a esta regla entraña una falta. En caso de repetición, el jugador reincidente será eliminado hasta que sea marcada una nueva canasta. Si la intención de lesionar al adversario existe, la eliminación será para todo el partido, sin que se permita su sustitución.
6. Golpear la pelota con los puños es una falta como las violaciones que figuran en las reglas tres y cuatro, y se aplicara la penalización prevista en la regla cinco.
7. Si un equipo comete tres faltas consecutivas (sin que el otro haya cometido ninguna en el mismo lapso de tiempo), un tanto será anotado a favor del equipo rival.
8. Un tanto se considera marcado cuando el balón ha sido lanzado desde el campo hacia el cesto y ha entrado, cayendo al suelo desde el mismo cesto, con tal que los defensores no toquen ni modifiquen la posición del cesto. Si el balón queda sobre el aro y los adversarios mueven el cesto, un tanto será anotado.
9. Cuando el balón sale del campo, debe ser puesto en juego en la mitad del campo por la persona que lo haya tocado. En caso de protesta o desacuerdo en este caso, el árbitro lo lanzará al aire, verticalmente, en el interior del campo de juego. El jugador tiene cinco segundos para efectuar el lanzamiento y reanudarse el juego. Si retiene el balón más tiempo, la pelota será dada al adversario. Si un equipo intenta retardar el desarrollo del juego, el árbitro castigará al infractor con una falta.
10. El juez auxiliar (umpire) juzga las acciones de los jugadores y señala las faltas. Cuando un jugador comete la tercera falta, puede ser descalificado, aplicándose la regla quinta.

11. El árbitro principal (referee) es el juez que toma las decisiones que conciernen al balón, e indica cuándo está en juego, cuándo ha salido y a quién debe serle entregado. El será el cronometrador y será quien decida si un tanto ha sido marcado y llevará el tanteo. Cumplirá las tareas generalmente acordadas a un árbitro.
12. El partido se compone de dos tiempos de quince minutos, separados por un descanso de cinco minutos.
13. El equipo que marque el mayor número de cestos es declarado vencedor. En caso de empate, el partido, de acuerdo ambos capitanes, puede ser prorrogado hasta que sea marcado un nuevo cesto.

En cuanto a los jugadores, en un principio no existió un número predeterminado, ya que se buscaba la participación de todos los alumnos de la clase de educación física. Naismith, en una carta a T.J. Browne, señalaba:

"Había dieciocho hombres en clase. Seleccioné dos capitanes y ellos eligieron campo. Cuando los equipos fueron elegidos, situé los hombres en el terreno. Había tres *fouiards* (delanteros), tres *centevs* (centrocampistas), y tres *backs* (defensas) en cada equipo. Elegí dos de los *center* para saltar; entonces lancé el balón entre ellos..." (NAISMITH, 1941: 56-57).

Sin embargo, su evolución a la forma en como la conocemos hoy tomó largo tiempo. A modo de ejemplo, la pelota anaranjada actual fue recién introducida en los años 50. El primer equipo de básquetbol de la historia: Posan en la Escuela de Trabajadores Cristianos, en Springfield, Massachussets.

El baloncesto femenino también nació pronto, pues fruto de la curiosidad, al mes de practicarse el deporte, unas profesoras de la Buckingham Grade Scho-01 fueron a enterarse de qué era "aquello" y lo practicaron en su escuela con sus alumnas. El nuevo deporte gustó en el ámbito femenino por la ausencia de contacto entre los jugadores, lo cual era más "adecuado" para las mujeres.

Básicamente existen tres vías de difusión del baloncesto alrededor del mundo: la primera y más importante fue por causas educativas (París, 1893; Checoslovaquia, 1897; Rusia, 1905; Italia y Polonia, 1907, etc.), a causa de las características de la YMCA, ya que era una institución internacional con sedes en todo el mundo, ayudado por el marcado carácter pedagógico con el que fue creado y también por su inherente aspecto lúdico; otra forma de difusión fueron las demostraciones realizadas por discípulos de Naismith (Inglaterra, 1895), que ofrecían sin caer seguramente en la cuenta de sus posibilidades como espectáculo, que muy pronto serían descubiertas; y finalmente otra forma de difusión muy distinta fue la originada por las tropas americanas que albergaban muchos jugadores. En 1893 México es el primer extranjero que descubre el baloncesto.

Alrededor de 1900, se jugaba el baloncesto en muchos lugares del país: Nashville, Brooklin, Chicago, Denver, Iowa, etc. Así, en el anuncio de la III Olimpiada, en Saint Louis (1904), los organizadores presentaban una competición de baloncesto en la que participaron 5 equipos de Estados Unidos, como la "Olimpic World's Basket Ball Championship".

El entrenador americano Anderson popularizó la defensa en zonas, que, aunque surgió algo antes de 1910 en el este de EE.UU. bajo el nombre de "estilo de posición", alcanzó su popularidad en los años veinte; en esta nueva defensa se cambia el concepto de "cada uno marca su jugador" por el de "a cada uno su lugar", desapareciendo así la improvisación. Debido a la deficiente técnica de los tiros de lejos, la defensa zonal triunfa rotundamente, y los entrenadores se afanan desde un primer momento a desarrollar la técnica ofensiva individual de los jugadores, apareciendo los primeros resultados en la búsqueda de precisión en el tiro para romper la defensa en zona y la estrategia de los equipos. Las competiciones olímpicas, que se celebran cada cuatro años, representaron la experimentación de nuevos sistemas tácticos ofensivos y defensivos, que propician la evolución trepidante del baloncesto.

El baloncesto en sus orígenes, únicamente efectivo en satisfacer las necesidades de la creciente juventud, llegó a ser uno de los principales elementos en el éxito de la extensión del trabajo de la Asociación en los primeros años del siglo XX. En 1921 alrededor de ciento noventa y siete ligas estaban compuestas de seiscientos diez equipos.

En Estados Unidos, el deporte de la canasta ya se ha convertido en un deporte de masas, creándose en 1927 el primer equipo que integra jugadores negros, ya que hasta entonces blancos y negros se enfrentaban en competiciones separadas (aunque hasta después de la Segunda Guerra Mundial la integración no será absoluta). Ese mismo año M. Saperstein (blanco de origen inglés) crea en Chicago los Harlem Globe Trotters, equipo integrado por jugadores exclusivamente negros que realizan espectáculos de baloncesto basados en malabarismos y bromas entre jugadores y público, llegando a ser una humorística máquina de promoción del baloncesto.

En 1936, en los Juegos Olímpicos de Berlín, el baloncesto obtuvo el unánime reconocimiento mundial al ser incluido como deporte oficial; ello fue posible gracias a una gran labor "de despachos" realizada por Jones (secretario de la FIBA), W. Daume (presidente del CON alemán) y H. Niebuhr (profesor de Educación Física y gran impulsador del baloncesto en Alemania). El momento culminante llegó cuando James Naismith (que pudo desplazarse a Alemania gracias a una colecta realizada en Estados Unidos incluyendo un suplemento en los billetes de entrada a los partidos de baloncesto durante una semana) hizo el saque de honor del primer partido olímpico de baloncesto y recibió la corona de laurel con la que se ciñe al frente de los "hombres famosos"; ese mismo día confesaba a Jones que la idea de que la meta alta la sacó de otro juego que ya conocía.

En 1939, tres años más tarde de ver alcanzada la fama, muere James Naismith de una hemorragia cerebral que le produjo un infarto cardíaco. Mediante una colecta se crea el Hall of Fame, donde se inscriben los personajes más célebres, y se crea un museo con los objetos que hicieron grande este deporte.



Un dato al respecto: resulta significativo que entre 1945 y 1955 los manuales deportivos dedicaran cuatro veces más espacio a explicar el ataque que la defensa. En esta etapa el reglamento evoluciona, aunque de forma desigual en Estados Unidos (NBA) que en Europa (FIBA), pero se empiezan a crear las normas evolucionadas, como reglas temporales, se reglamentan los tiempos muertos, el derecho a opción, etc.

Tras la Segunda Guerra Mundial, en Estados Unidos se fusionan las ligas profesionales existentes en la Basketball Association of America (BAA), acogiendo los viejos equipos. A partir de 1950, la integración de jugadores de raza negra en los equipos es una realidad total, siendo así el baloncesto una vía de ascenso social inédita a través de un deporte. A partir de 1954, la NBA se consolida como la primera liga profesional americana, efectuando un cambio cualitativo en su reglamento con objeto de convertir el baloncesto en un deporte espectacular que atraiga al público, conjugado todo ello con intereses comerciales.

Hoy en día después de 129 años de la aparición del baloncesto, el deporte se sigue practicando universalmente, se siguen añadiendo cambios al reglamento inicial que creo Naismith, cada año aparecen reglas modificadas por la FIBA de acuerdo a las necesidades que vaya necesitando este deporte, el cual es el que rige el desempeño del baloncesto a lo largo del mundo.

El baloncesto es practicado actualmente por hombres y mujeres, así como en diferentes edades del ser humano, existiendo desde el microbasket (niños desde los 4 años), hasta uno adaptado para personas mayores de edad, de acuerdo a sus condiciones de salud. Así mismo existen diferentes competencias en México, desde la liga profesional, hasta ligas universitarias o incluso a nivel escolar básico.

#### **2.2.4 Relación entre baloncesto y autoconcepto**

Los niños y adolescentes, e incluso adultos que juegan al baloncesto pueden obtener múltiples beneficios de esta experiencia, pero también pueden sufrir problemas que les perjudiquen, dependiendo de la manera en que lo ejecuten, el entorno con quien se rodeen, sus compañeros de juego o incluso el propio desempeño que tengan durante el juego puede ser motivo de obtener beneficios o no.

El entrenador de baloncesto no debe considerar a sus jugadores como piezas de ajedrez que puede mover a su antojo. Los jugadores jóvenes no son un juguete del entrenador. Son personas que tienen sus derechos, y el entrenador que trabaja con ellos debe empezar por conocer, aceptar y respetar tales derechos.

El baloncesto puede contribuir a desarrollar valores personales y sociales de gran importancia en el proceso formativo, como los que se presentan a continuación.

- a) **Compromiso:** Los jugadores deben acostumbrarse a aceptar y cumplir compromisos con los demás. Un jugador debe comprometerse con su equipo a entrenar unos días concretos y a jugar unos partidos los fines de semana; y este compromiso debe cumplirlo aun cuando a él, personalmente, no le apetezca. El compromiso implica que en ocasiones tendrá que renunciar a sus apetencias individuales y sacrificarse por el grupo, pensar en los demás y no sólo en él, y desarrollar la disciplina necesaria para poder cumplir con sus obligaciones.
- b) **Perseverancia:** En la vida es muy importante ser perseverante, y el baloncesto puede desarrollar este valor: ser perseverante realizando el máximo esfuerzo posible. En la vida extradeportiva también se presentan momentos adversos en los que es difícil seguir perseverando, pero los jugadores de baloncesto pueden estar preparados si este importante aspecto, la perseverancia, se ha desarrollado mediante la práctica deportiva.

- c) Trabajo en Equipo: Este ejercicio y otros del mismo tipo, enseñan la importancia de la cooperación, del trabajo en equipo. También son útiles, obviamente, los propios partidos, pues ningún jugador puede ganar él solo. Sin embargo, no por el simple hecho de jugar partidos de baloncesto ya se aprende a cooperar (de hecho hay muchos jugadores que no han aprendido a trabajar en equipo), por lo que el entrenador debe acentuar específicamente este aspecto, la cooperación, organizando la actividad deportiva de forma que los jugadores cooperen.
- d) Respeto a las Normas Sin duda, jugar en un equipo de baloncesto obliga a respetar diversas normas: fundamentalmente, normas de funcionamiento interno, normas de los ejercicios del entrenamiento y reglas del juego. Así, los jugadores se acostumbran a que no pueden hacer exactamente lo que quieren, sino que deben respetar unas normas que regulan su convivencia con los demás. Esta experiencia es un aspecto formativo muy valioso del baloncesto de competición.
- e) Respeto a los Demás: el baloncesto te enseña a respetar a otras personas, ya sean compañeros, rivales, entrenadores, directivos o árbitros. Los jugadores jóvenes deben aprender a respetar las diferencias individuales dentro de su propio equipo, aceptando y conviviendo con compañeros que, en algunos casos, pueden ser de otro estrato social, otra raza, otra religión, otra etnia, otra ciudad, otro país, etc. o tener ideas diferentes u otra forma de ser. También con compañeros que, en el propio baloncesto, según los casos, juegan mejor o peor, dominan mejor o peor unas u otras habilidades, destacan más o menos, juegan más o menos tiempo, etc.
- f) Aprender a Competir La vida plantea múltiples situaciones competitivas y las personas debemos estar preparadas para ello. El baloncesto de competición es una excelente oportunidad para aprender a competir de forma saludable y eficaz, adoptando un estilo de funcionamiento que puede ser muy valioso para su vida deportiva y extradeportiva presente y futura.

Además de los valores señalados anteriormente, el baloncesto puede contribuir a que los jugadores, adquieran recursos psicológicos que pueden

resultarles muy útiles en el propio baloncesto y en su vida en general, como lo son el desarrollo cognitivo, habilidades emocionales, percepción de control (es la base de la autoconfianza y un aspecto decisivo de la fortaleza psicológica), autoconfianza (es la confianza que los jugadores tienen en sus propios recursos para poder lograr un determinado objetivo), autoconcepto, que en esta ocasión serán en los que se pondrá énfasis para describir cómo se relacionan con el baloncesto.

El autoconcepto se refiere a la opinión que una persona tiene de sí misma. Se trata de una valoración global no específicamente relacionada con actividades concretas, sino vinculada al conjunto de datos que cada persona procesa sobre sí misma, con una mayor influencia de aquellos aspectos que cada uno considera más significativos en su vida.

En el caso de los niños y los adolescentes, el autoconcepto es un valor inestable que puede fluctuar con facilidad, a veces como consecuencia de experiencias de éxito o fracaso en parcelas que para ellos sean muy relevantes, como por ejemplo el baloncesto. De hecho, las valoraciones globales que hacen sobre sí mismos muchos jugadores dependen de estas experiencias.

Para comprender mejor la importancia del autoconcepto, conviene diferenciar tres subgrupos de jóvenes jugadores. En primer lugar, jugadores con un autoconcepto apropiado que no dependen del éxito deportivo o del éxito social relacionado con éste. En estos casos, esta situación debe intentar mantenerse fortaleciéndose, la autoconfianza de los jugadores e impidiendo que asocien el éxito deportivo a su valor como personas. Se debe estar especialmente alerta con los jugadores adolescentes (a partir de los 13 años) para los que el baloncesto adquiera una trascendencia mayor en su vida (fundamentalmente los jugadores que más destaquen y pasen a formar parte de equipos más importantes).

En estos casos, es probable que desaparezcan otras fuentes de gratificación ajenas al baloncesto, y muchos chicos no se encontrarán preparados para mantener el baloncesto en la perspectiva apropiada y controlar convenientemente el éxito y el fracaso. Estos jugadores serán especialmente

vulnerables a asociar autoconcepto con éxito/fracaso deportivo. En estas condiciones, el baloncesto será una actividad muy estresante, pudiendo perjudicar el rendimiento, la salud y el desarrollo de estos jóvenes.

En una situación parecida se encuentran los jugadores del segundo subgrupo. Su autoconcepto es apropiado a su edad, pero dependen considerablemente del éxito deportivo. Esta situación les hace muy vulnerables, pues es probable que cuando se produzcan momentos bajos en su trayectoria deportiva, aparezcan déficits de autoconcepto y que les afecten negativamente. En estos casos, se debe intentar paliar esta situación separando, claramente, el éxito deportivo de la valoración personal que el jugador pueda hacer sobre sí mismo. Con este propósito se debe actuar en dos frentes: por un lado, acentuando otros aspectos en la vida del jugador por los que también pueda valorarse; por otro lado, potenciando su percepción de control sobre las experiencias deportivas, con el propósito de fortalecer su autoconfianza y evitar percepciones de fracaso incontrolado que podrían precipitar crisis graves de autoconcepto.

En el tercer subgrupo de jugadores jóvenes, están los que tienen un autoconcepto débil. Estos chicos podrían aprovechar la experiencia del baloncesto para aliviar este problema. El baloncesto puede contribuir a fortalecer la autoconfianza de estos jóvenes y, por esta vía, su autoconcepto, aunque éste no debe vincularse al éxito deportivo, sino al esfuerzo y el control de la situación para conseguirlo. Paralelamente, es conveniente desarrollar otras vías de fortalecimiento del autoconcepto para que su dependencia del baloncesto sea cada vez menor.

La relación de los entrenadores con los deportistas jóvenes puede influir decisivamente en su autoconcepto y su autoestima. Tendrá una influencia negativa un entrenador que insulte a sus jugadores (« ¡pareces tonto!»), les menosprecie (« ¡ya estás haciendo otra vez el ridículo!»), les ridiculice ante sus compañeros (« ¡chaval, la canasta no está en el edificio de al lado!») Y les regañe sin explicarles porqué ni ofrecerles la posibilidad de rectificar en el futuro (« ¡no das una; no haces más que fallar!»), utilizando, además, frases que pueden

vincular la actuación deportiva al valor como personas (« ¡no sabes hacer nada!, ¡eres un desastre!»).

Sin embargo, tendrá una influencia positiva el entrenador que evite el comportamiento anterior y, en su lugar, aplique las siguientes estrategias:

- Definir con claridad y precisión los objetivos que los jugadores deben conseguir
- Ayudar a los jugadores para conseguir tales objetivos y confiar en ellos pacientemente
- Delimitar con claridad las conductas que conforman el rendimiento deportivo y referirse a ellas de forma específica
- Corregir a los jugadores constructivamente, señalándoles lo que hacen mal, pero dejándoles claro de que se trata y dándoles la oportunidad de rectificarlo.

De esta manera se puede percibir que la practica o el rendimiento deportivo influye en varios aspectos de la vida de los jugadores, desde la aparición de valores o bien poder conservarlos, hasta cualidades psicológicas o emocionales, como se mencionó anteriormente, el entrenador influye en dichas cualidades o bien en el desarrollo de las mismas, ya que depende del trato del entrenador hacia sus jugadores, será la forma en que cada uno de ellos se desarrolle.

El autoconcepto es la opinión que se tiene de sí mismo, y muchas veces se relacione con el rendimiento deportivo, esto algunas veces se da con más regularidad en deportistas de alto rendimiento ya que depositan esa opinión en el fracaso o éxito de su desempeño. Por esa razón es importante fomentar un buen autoconcepto desde la infancia, así como que aprenda a diferenciar que su valor como persona no depende de su desempeño deportivo, sino que al contrario es una de las esferas donde puede desenvolverse pero no lo es todo como para depender al 1000% de ello.

### **2.2.5 Diferencias en el baloncesto de acuerdo al sexo**

A pesar de que inicialmente se creó el baloncesto para las mujeres que se encontraban en el colegio donde Naismith llegó a dar clases, se le pidió que pensara en algún deporte donde se pudiera realizar en lugares por las bajas temperaturas que se tenían en invierno en Springfield, actualmente se puede decir que el baloncesto se practica o incluso el desempeño en hombres es más visto o disfrutado, por el tipo de juego que ellos realizan.

Sin embargo, se entrevistó a Ana Belén Álvaro más conocida como ABA. Para dar su opinión acerca de las diferencias entre el baloncesto masculino y el femenino desde su visión de exjugadora y entrenadora de equipos masculinos. ABA ha sido jugadora profesional, 202 veces internacional y actualmente la única entrenadora en la 1ª División Masculina. Todo esto le convierte en una persona profundamente conocedora del trabajo formativo y del baloncesto profesional.

De todos es sabido que psicológicamente la mujer es muy diferente al hombre y por esa razón, las conductas son diferentes frente a los mismos estímulos y hay que abordar las mismas situaciones con diferentes estrategias. Los hombres tienen más desarrollado el sentido de la lealtad y la justicia hacia ellos y hacia sus compañeros. Es importante poner en tela de juicio su capacidad para obtener un rendimiento positivo. Las mujeres por regla general son más reflexivas, dan más vuelta a las cosas, buscan el doble sentido a todo y cuestionan mucho las decisiones que se toman, tanto las de sus propias compañeras como las del entrenador/a. Por contra cuando el grupo femenino cree en un/a entrenador/a o en su grupo, va a muerte con él y lo da todo. Pase lo que pase se vuelve incondicional.

Llevado al baloncesto en situaciones particulares del juego se puede decir que desde la perspectiva de jugadora se puede aproximar a la respuesta de una jugadora, y ahora desde la perspectiva de entrenadora de masculino se ha constado la respuesta del jugador. Por ejemplo, se tiene una situación de partido

en la que interviene el factor motivación. Es una situación individual de prepartido en el cual uno de los jugadores/as tiene que defender al/la jugador/a rival con mayor peso ofensivo del equipo.

Masculino: Llamas al jugador que has elegido para defender y le dices después de unas directrices técnicas que si se ve capacitado para defenderlo, que si él ve que no va a poder o vemos que no funciona que pondremos a otro, que vaya a tope, que no se preocupe. Para el jugador es un duelo entre hombres y se “pica” como diciendo ¿Que no voy a poder con él? Duelo personal.

Femenino: A la jugadora que crees con mayor capacidad para defender a la jugadora rival, le tienes que facilitar todos los detalles técnicos del contrincante para que la defienda. Duelo técnico. No hay que ponerla en situación que ella vea que la estás manipulando psicológicamente para que se pique con la otra. Su pensamiento será algo como ¿Qué se cree éste/a que no me estoy dando cuenta de lo que está haciendo? Me está intentando picar.

¡Qué importante es la psicología y la gestión de los grupos para entrenar! Un punto importante que también hay que tener en cuenta en este ámbito es el tema del vestuario ya que el vestuario es el que condiciona en muchas ocasiones el triunfo o fracaso de un equipo.

Vestuario masculino: grupo formado por 12 jugadores. Vestuario femenino: grupo formado por 3 grupos de 4 jugadoras. Importante saber esta diferenciación para gestionar el grupo. No es lo mismo que un entrenador tenga una situación de conflicto con un jugador del grupo de 12 que lo tenga con una jugadora del subgrupo de 3 dentro del grupo de 12. El problema se multiplica por 3. Evidentemente esto es en general y hay excepciones. Esto es cuando hablamos del jugador o jugadora individualmente.

Otra cosa es en la situación global de dos equipos. Los hombres se intimidan más fácilmente cuando se tienen que enfrentar a un equipo que a priori es superior. Gestionan peor esa inferioridad inicial y solamente si en el transcurso del partido ven que pueden contra el equipo contrario es cuando se vendrán arriba. Para ellos será cuestión de ganar el duelo.



Cuando se trata de un equipo femenino no se sabe cómo van a salir, da igual que tengas todo preparado. Si salen bien, mueren en la pista, en ocasiones se bloquean, es un bloqueo colectivo y te sorprenden con respuestas insólitas. Son una caja de sorpresas.

Pasando a la parte más Física y Técnico-Táctica, y siempre hablando de nivel medio, no de la élite. Las grandes diferencias que existen en el plano físico entre la mujer y el hombre son las que condicionan y hacen que el juego en la pista sea diferente. La gran diferencia entre uno y otro es el ritmo. El ritmo viene condicionado por las capacidades físicas y éstas condicionan todo el juego. En el masculino los jugadores tienen capacidad de ejecutar los movimientos más rápido, con más fuerza lo que se traduce en un juego basado en el físico. Quien salta más alto a coger un rebote, quien se desplaza más rápido para defender, quien corre más veloz en el contraataque.

Las mujeres lo traducen en, quien bloquea el rebote, quien se anticipa antes en la salida para el contraataque, quien se coloca mejor en la defensa. Con esto no se quiere decir que dentro del baloncesto femenino no haya diferencias físicas o en el no haya anticipaciones. En comparación entre uno y otro ésta es la gran diferencia.

A grandes rasgos, el hombre se basa en su físico, la mujer se apoya en la técnica. Cuando pasamos al plano táctico, las jugadoras son capaces de realizar sistemas más elaborados, son más pacientes para llegar hasta el final dentro de un sistema, los jugadores en un sistema que contenga más de cuatro encadenamientos de movimientos, ya les es difícil la continuación, no tienen paciencia, enseguida ven el uno por uno, no son capaces de esperar a un bloqueo que los llevará a otra ventaja. En resumen, diría que son menos disciplinados.

¿Por qué entonces en dos equipos del mismo nivel, en el masculino por ej., después de un scouting se preparan tres maneras diferentes de defender un bloqueo directo, según quien lo juegue se defenderá de una manera u otra y en un equipo femenino no? ¿Por qué en un equipo masculino hay mucho más trabajo de carga táctica que en uno femenino? El problema reside en que en el baloncesto femenino no hay tanto nivel de exigencia como en el masculino. No se entrena de

igual forma. No está en que las chicas tienen que realizar de igual forma los fundamentos que los chicos, sino que se les tiene que exigir que lo hagan a su máximo nivel. Mismo ejercicio, misma exigencia. Se cree que las jugadoras en su gran mayoría trabajan a un 70% de su capacidad tanto física como Técnica-Táctica, y ahí reside una de las grandes diferencias entre el baloncesto masculino y femenino.

Pero en este tema, además, las soluciones no deben venir muchas veces en la propia categoría sénior, sino que los entrenadores de formación son los que han de inculcar esta exigencia del cien por cien desde el primer momento. Sólo así conseguiremos que en niveles de competición que no son profesionales o semi profesionales, el baloncesto femenino logre en un futuro equipararse al masculino.

En la entrevista con ABA, exjugadora y ahora entrenadora, se pudo rescatar que las principales diferencias entre mujeres y hombres son psicológicas al momento de jugar baloncesto, ya que la manera en cómo piensan, es la manera en cómo juegan y se desempeñan tanto entre sus compañeras de equipo, con el entrenador o incluso en lo largo del juego

**CAPITULO 3.**  
**MÉTODO.**

## **Capítulo 3. Método.**

### **3.1 Diseño de la investigación**

La investigación es de enfoque cuantitativo con un diseño cuasiexperimental de tipo transversal, y tiene un alcance correlacional.

### **3.2 Participantes**

Participaron en esta investigación un total de 120 personas de edades comprendidas entre los 15 y los 50 años. Dividida en dos grupos, el primero conformado por jugadores de baloncesto y el segundo por personas que no lo practican ambos integrados por 60 participantes de los cuales 30 fueron mujeres y 30 hombres.

Las condiciones para pertenecer al primer grupo (jugadores de baloncesto) fueron que formaran parte de alguna de las ligas locales de baloncesto y que mínimo jugaran de dos a tres veces por semana, así como que estuvieran dentro del rango de la edad contemplada. Las condiciones para el segundo grupo era que no practicaran baloncesto y contar con la edad requerida

### **3.3 Instrumento**

El Cuestionario de Autoconcepto Físico (CAF) de Goñi et al. (2006), consta de 36 ítems que se agrupan en seis dimensiones o subescalas: habilidad deportiva (con un valor alfa de .84) compuesta por los ítems 1, 6, 17, 23, 28 y 33, que expresan ideas como «No tengo cualidades para los deportes» o «Me veo torpe en las actividades deportivas»; condición física (con un valor alfa de .88), integrada por los ítems 2, 7, 11, 18, 24 y 29, que expresan ideas como: «Tengo

mucha energía física» o «Puedo correr y hacer ejercicio durante mucho tiempo sin cansarme»; atractivo físico (con un valor alfa de .87), que agrupa a los ítems 8, 12, 19, 25, 30 y 34, con expresiones como «Me cuesta tener un buen aspecto físico» o «Siento confianza en cuanto a la imagen física que transmito»; fuerza (con un valor alfa de .83), formada por los elementos 3, 9, 13, 20, 31 y 35, e ítems como «Soy capaz de realizar actividades que exigen fuerza» o «Soy fuerte»; autoconcepto físico general (con un valor alfa de .86), que integra a  $\alpha = .93$  y los índices de discriminación muestran que todos los elementos discriminan satisfactoriamente, de hecho, los coeficientes de discriminación se encuentran entre .668, para el ítem 11 («Estoy en buena forma física»), y .337, para el ítem 3 («Tengo más fuerza que la mayoría de la gente de mi edad»). Únicamente el ítem 32 («No tengo demasiadas cualidades como persona») obtiene un índice de discriminación por debajo de .2. En función de ello, para el resto de los análisis se ha eliminado de la escala. La discriminación media de la escala es .50

### **3.4 Procedimiento**

La presente investigación se realizó en Cuautla, Morelos con la participación de los jugadores de las ligas locales de baloncesto, los cuales conformaron el grupo de las personas que practican baloncesto. Para el grupo de personas que no lo practican se seleccionaron amigos, familiares o conocidos de los cuales se tenía conocimiento que no realizaban deporte.

Primero se les aplicó el instrumento cuestionario de autoconcepto físico (CAF), a las personas que practicaban baloncesto, antes de entregarles el CAF se les dio una breve explicación del porque se aplicaba dicho cuestionario y para qué sería utilizada la información, una vez accediendo se les brindó el consentimiento informado para que lo firmaran al estar de acuerdo con su cooperación. Se les pidió que contestaran con toda sinceridad. Una vez terminando se les agradeció su participación.

Cuando se obtuvo la información del grupo de practicantes de baloncesto se eligieron a los participantes del grupo de no practicantes, como se mencionó anteriormente con amigos, familiares y conocidos, solo tratando de igualar edad y nivel educativo del grupo anterior, para de esta manera los grupos fueran lo más parecido posible, y que la única diferencia fuera la práctica de baloncesto. De igual manera se les brindo la misma información antes de contestar el CAF.

CAPITULO 4.  
RESULTADOS.

## Capítulo 4. Resultados.

A continuación, se muestran los resultados obtenidos de la muestra de 120 jugadores (60 hombres y 60 mujeres) y no jugadores de baloncesto de distintas ligas en Cuautla Morelos, los cuales fueron evaluados por el cuestionario de autoconcepto físico (CAF). Se realizó un análisis inferencial con la prueba de Análisis de varianza (ANOVA) múltiple.

### 4.1 Análisis descriptivos

En la tabla 4 se muestra las puntuaciones obtenidas de los 120 participantes, divididos en los grupos que practican baloncesto y los que no practican, en el cuestionario de CAF. Donde se observa que las puntuaciones se encuentran dentro del término promedio.

Tabla 4. Datos descriptivos de CAF en los grupos que practican y no practican deporte.

	<i>Media</i>	<i>D.E</i>
<b>SI</b>	108.5333	1,178019
<b>NO</b>	100.4667	1,178019

Fuente: Elaboración propia

En la tabla 5 se muestra las puntuaciones obtenidas de los 120 participantes, divididos en grupos por sexo, en el cuestionario CAF. Donde se observa que las puntuaciones se encuentran dentro del término promedio.



Tabla 5. Datos descriptivos de CAF en los grupos hombres y mujeres.

	<i>Media</i>	<i>D.E</i>
Hombres	103.2167	1,178019
Mujeres	105.7833	1,178019

Fuente: Elaboración propia

#### 4.2 Análisis estadístico inferencial

Se puede observar que la variable sexo no tiene un efecto significativo sobre las puntuaciones obtenidas en el CAF cuando se comparan los resultados de los hombres y mujeres ( $F=2.37$ ,  $p=0.13$ ).

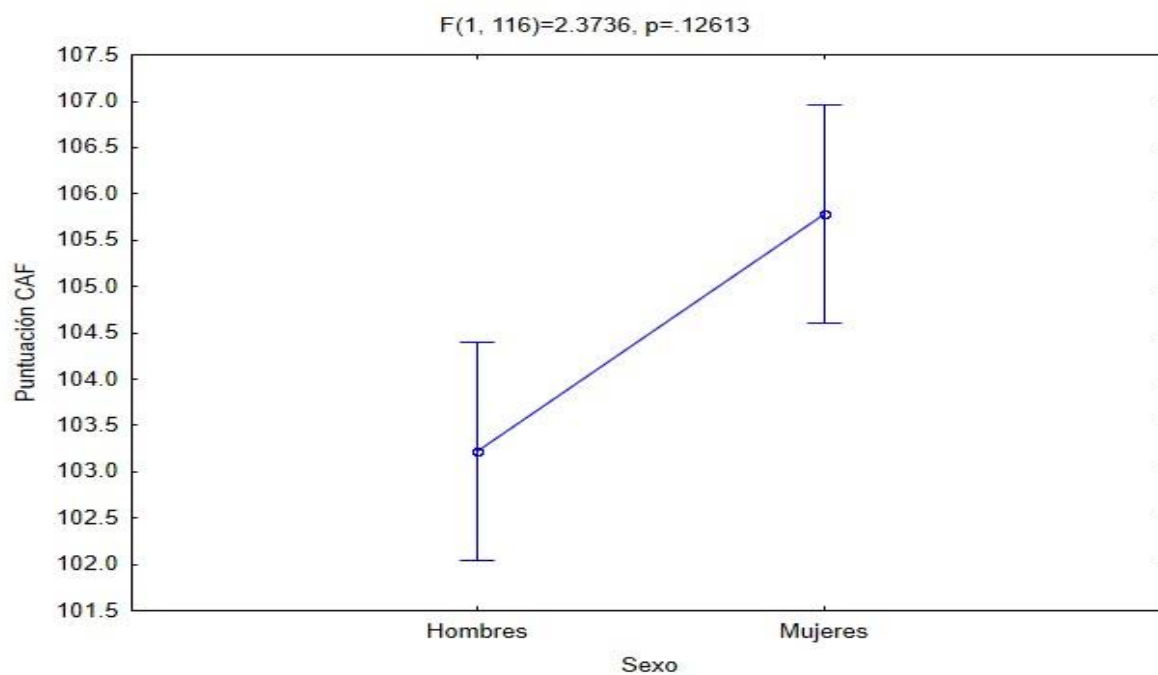


Figura 7. Puntuación CAF de hombres y mujeres  
Fuente: Elaboración propia

La práctica de baloncesto afecta significativamente la puntuación obtenida en el CAF cuando se comparan los resultados entre los que si practican baloncesto y los que no practican baloncesto ( $F=23.45$ ,  $p<0.001$ ). Es decir, sin importar el sexo la puntuación del CAF es mayor en aquellos que practican baloncesto respecto a los que no practican.

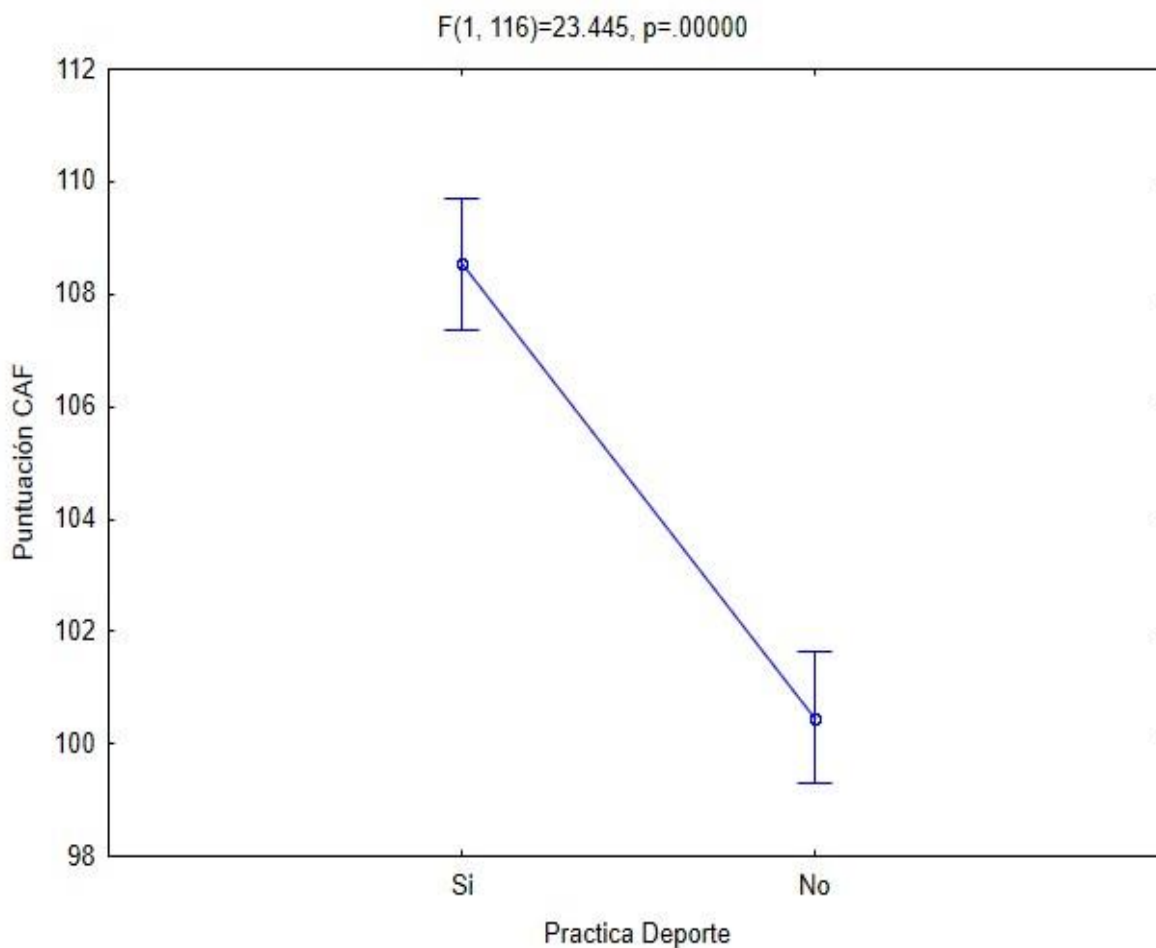


Figura 8. Puntuacion CAF de practica y no practica de baloncesto  
Fuente: Elaboración propia

No se observa un efecto significativo de interacción entre la variable sexo y la práctica de baloncesto ( $F=1.80$ ,  $p=0.18$ ) sobre el autoconcepto. Sin embargo, al realizar los análisis post hoc con Bonferroni, se observan diferencias significativas en el CAF entre las mujeres que practican baloncesto en comparación con aquellas que no practican ( $p<0.001$ ) L mismo ocurre en los hombres ya que hay

diferencias significativas entre quienes practican y n practican baloncesto ( $p=0.02$ ), Asimismo, se pueden ver diferencias significativas en el CAF entre los hombres y mujeres que no practican baloncesto ( $p=0.04$ ). Sin embargo, los hombres y mujeres que practican baloncesto muestran el mismo puntaje en el CAF ( $p=0.89$ ).

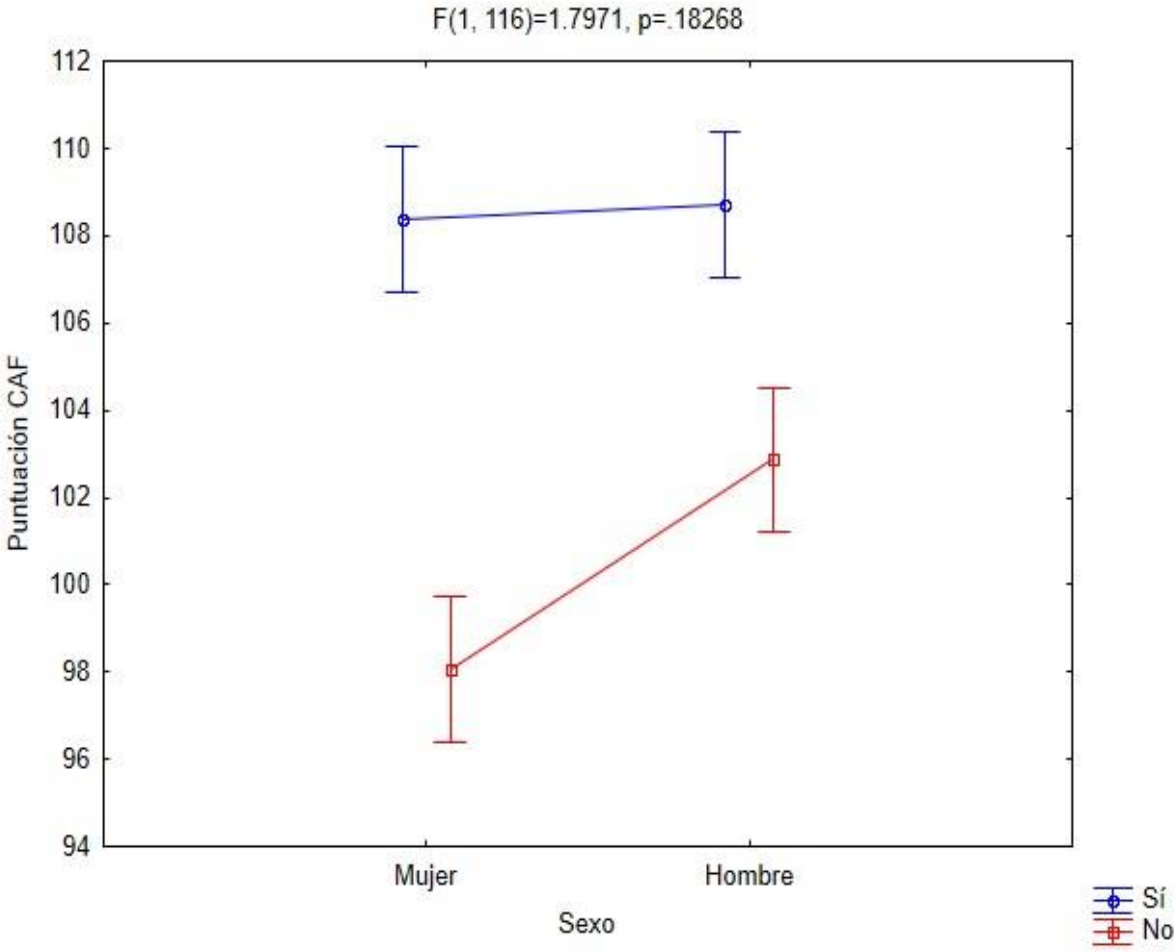


Figura 9. Puntuación CAF de hombres y mujeres que practican y no practican baloncesto  
Fuente: Elaboración propia

CAPÍTULO 5.  
DISCUSIONES.

## Capítulo 5. Discusiones.

En este estudio se analizó si existe una relación entre el sexo y la edad en las personas que practican baloncesto y las que no practican sobre el autoconcepto. Para ello se aplicó el cuestionario de autoconcepto físico (CAF) a 120 personas, cuya mitad practicaban baloncesto y la otra mitad no. Asimismo, la mitad de los participantes estaba conformada por hombres y la otra mitad por mujeres. Los datos se analizaron mediante un ANOVA múltiple.

Con base en los resultados obtenidos en este estudio, se decide rechazar la hipótesis nula y aceptar la hipótesis alterna que predecía la existencia de diferencias significativas entre las personas que practican baloncesto y las que no practican en la variable autoconcepto físico. Más allá del beneficio de la salud que conlleva el realizar algún tipo de deporte, probablemente existen otros factores en los cuales la práctica deportiva influye sobre el autoconcepto, como es la motivación personal o grupal, impulsando y dirigiendo conductas hacia fines determinados o metas, objetivos, ambiciones etc. Otra cualidad que se desarrolla es la confianza particular de sentirse seguros y confiados en sus aptitudes y habilidades de una forma más realista. Así mismo se crea una percepción tanto física, como comportamental, cognitiva y emocional que ayuda a diferenciarnos entre la multitud.

El autoconcepto es aquella cualidad de “reconocerse a sí mismo”, y la práctica de un deporte como es el baloncesto, da la oportunidad de hacerlo ante la vivencia de ejercerlo, muchas ocasiones se puede asemejar a la vida cotidiana tanto en adolescentes como en adultos.

Es de suma importancia recordar que el tema de autoconcepto físico ha tenido un interés significativo para los profesionales de la salud mental, gracias a la relevancia en la psicología clínica y emocional, ya que como se ha mencionado anteriormente el autoconcepto es una estructura cognitiva organizada que se construye a través de experiencias personales.

De acuerdo con Moreno, Cervelló, y Moreno (2008), tanto la autoestima como el autoconcepto físico se ven influenciados por la edad, género y la práctica deportiva por lo que al ejecutar algún deporte puede influenciar el autoconcepto físico, ya que el autoconcepto es el resultado de varias interacciones sociales y personales en contacto con el medio, por lo que su configuración está influenciada por los núcleos sociales que lo rodean siendo los factores de competencia percibida y condición física los más influenciados por la edad. Sin embargo, se entiende que se deberían realizar estudios más amplios en cuanto al rango de edad para poder afirmar con certeza que el autoconcepto físico está influenciado por ella, ya que esta parte únicamente se centra en estudios de la adolescencia y la juventud, y no en la edad adulta donde existen menos evidencias. El rango de edad en este estudio es más extenso, y al mismo tiempo deja de lado la especificidad del tipo de práctica deportiva, ya que la asociación del autoconcepto físico y el tipo de deporte realizado son variables que pueden relacionarse con alteraciones en el autoconcepto físico de cada persona.

En otros estudios relacionados con el autoconcepto físico como el realizado por Videra y Reigal (2013) se demuestra que este tiene un gran peso en relación con la satisfacción de la vida, ya que estas dos son realidades estrechamente vinculadas pues las personas con mayor autoconcepto valoran su vida de manera más positiva.

Respecto a la segunda hipótesis con base en los resultados obtenidos en este estudio, se decide rechazar la hipótesis alternativa y aceptar la hipótesis nula que predecía la no existencia de diferencias significativas entre hombres y mujeres en relación con la variable autoconcepto. Los datos muestran que el sexo no se relaciona positivamente con el autoconcepto de las personas.

En investigaciones previas, se menciona que la actividad física y el género se relaciona con el autoconcepto, debido a la forma en como los varones practican algún deporte, o bien la forma en como socialmente se les anima a practicarlo con mayor regularidad, logrando de esta manera darle mayor énfasis en su autoconcepto físico. En este estudio el autoconcepto no se relaciona

significativamente con el sexo de la persona, por lo que probablemente existan otros factores sociodemográficos tales como la edad. En las investigaciones pasadas, la edad de los participantes era entre niños y adolescentes, donde como se sabe el autoconcepto está en su formación y desarrollo. En este estudio la edad era variada desde los 16 años hasta los 50 años, en este caso, a pesar de que el autoconcepto se forja al paso del tiempo, en su mayoría ya está creado en la edad adulta.

Como se sabe el autoconcepto es multidimensional, ya que como lo mencionan algunos autores antes citados, se compone de diferentes áreas como es el autoconcepto emocional, social, académico, familiar. Por lo tanto, en otras investigaciones realizadas en adolescentes, las mujeres obtienen puntuaciones más bajas que los hombres en el autoconcepto general, autoconcepto emocional y autoconcepto físico, mientras que en las dimensiones escolar y familiar suelen ser las mujeres las que mejor se perciben mientras que los resultados en el autoconcepto social son contradictorios.

Por otra parte, según Infante, Guillermo y Goñi, Eider (2009) ante una cuestión de interés como el autoconcepto físico, se deben tener en cuenta como mínimo dos factores que son la práctica deportiva y el sexo, ya que los hombres obtienen puntuaciones más elevadas en relación con las mujeres, puntualizando que si bien las diferencias no son significativas en todas las escalas. Una explicación a este fenómeno es lo social ya que a los hombres se les anima a participar de manera más especial en deportes competitivos donde desarrollan más competencias que las mujeres.

Se puede resaltar que los adolescentes o incluso niños varones mantienen un autoconcepto físico mayor que las mujeres, basándose en investigaciones que incluyan la variable edad, en relación con sexo y autoconcepto físico. Pero al hacer una investigación con personas adultas, como en esta ocasión, el sexo no es una variable que cause diferencia en cuestión autoconcepto practicando o no baloncesto. Lo que deja una puerta abierta para la investigación de cómo influyen

estas 3 variables, que son edad, sexo y la ejecución de actividad deportiva en el autoconcepto físico.

Respecto a la tercera hipótesis, con base en los resultados obtenidos en el estudio presente, se decide rechazar la hipótesis alternativa y aceptar la hipótesis nula, que menciona la no existencia de una interacción significativa entre el sexo y la práctica de baloncesto sobre el autoconcepto. Los datos obtenidos muestran que no existe un efecto significativo de interacción entre el sexo en general y la práctica de baloncesto sobre el autoconcepto de la persona.

Sin embargo, al analizar por separado a hombres y mujeres es importante resaltar que en ambos se nota una diferencia significativa entre los que si practican baloncesto y los que no lo hacen. Aunque en ambos se nota esta diferencia cabe mencionar que es en las mujeres donde se nota mayor diferencia en el autoconcepto, en relación con practicar o no baloncesto.

La pregunta sería, ¿por qué esta diferencia tan marcada en las mujeres, incluso más que en los hombres? Esto se podría responder al hablar de género, ya que como se sabe, género no es lo mismo que sexo, género es una palabra que tiene que ver con lo social, en cómo se piensa que se tiene que ser como mujer o como hombre, son los parámetros o lo que se tiene que cumplir al ser mujer u hombre. Culturalmente, ser mujer, significa ser estéticamente delgada o mantener una condición adecuada, con esto se puede mencionar que el practicar baloncesto puede influenciar en verse físicamente mejor, que la mujer que no practica baloncesto.

Como lo mencionó Ana Belén Álvaro, jugadora profesional, 202 veces internacional y actualmente la única entrenadora en la 1ª División Masculina, existen diferencias en hombres y mujeres que practican baloncesto, como lo ejecutan o incluso como es que se desenvuelven psicológicamente, o en cuestión de competencia y habilidades desarrolladas por cada uno. De la misma manera en cómo hay diferencias en hombres y mujeres al practicar baloncesto, existen diferencias en el autoconcepto de cada uno, en cómo lo desarrollan o bien en cómo lo refuerzan cada uno.



## **Conclusiones.**

La influencia de la práctica deportiva altera la percepción del autoconcepto físico sin tomar en cuenta el sexo. Entre las mujeres que practican baloncesto en comparación con aquellas que no practican tienden a mantener un autoconcepto físico más positivo, lo mismo ocurre en los hombres quienes practican y no practican baloncesto, los hombres y mujeres que practican baloncesto muestran una mejor impresión de autoconcepto físico.

Las escasas investigaciones que existen en cuanto al tema concreto al deporte son muy pocos, sin embargo, se cree que especificando el deporte y un rango de edad amplio como es el caso de esta investigación se puede llegar a conocer qué deportes en particular obtienen un puntaje favorable en cuanto al autoconcepto físico.

La relación que existe en cuanto al deporte y el autoconcepto físico ofrece importantes indicadores en el campo de la psicología ya que es un tema poco estudiado en especial en el Estado de Morelos. De igual manera se pretende que este estudio abra nuevas investigaciones que consideren la edad ya que el autoconcepto físico se desarrolla a lo largo del ciclo vital, lo que podría ser un alcance de esta investigación.

## Referencias.

- Altamirano, Aguilar Dionisio, (2010, Julio 11). *La educación física en el nivel de educación secundaria. [El deporte escolar]*. Recuperado de <http://investigadoresdeeducacinfisicaenper.blogspot.com/2010/06/definicion-de-deporte.html>
- Alvaro, Ana Belem, (2012, Junio 5). *Blog fbcv [Baloncesto masculino vs Baloncesto femenino]*. Recuperado de <https://www.fbcv.es/blog/2012/06/fbcventrenadores-baloncesto-masculino-baloncesto-femenino/>
- Amar, J. Abello, R. (2021). *El niño y su Comprensión del sentido de la realidad (3º) Universidad del Norte*. Recuperado de <https://elibro.net/es/ereader/ited/69847?page=46>
- Atienza, F.L. Balasger, I. Moreno, Y. Fox, K.R. (2004). *El perfil de autopercepción física: propiedades psicométricas de la versión española y análisis de la estructura jerárquica de las autopercepciones físicas*. *Psicothema*, Vol. (16.), pp-pp 461-467. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/727/72716320.pdf>
- Betancor León, Miguel Ángel; Almeida Aguilar, Antonio S. (2009). *Orígenes históricos-educativos del baloncesto*. Vol. Núm. 5. Pp-pp 260-273. Recuperado de [https://accedacris.ulpgc.es/bitstream/10553/2390/1/0234500\\_00005\\_0018.pdf](https://accedacris.ulpgc.es/bitstream/10553/2390/1/0234500_00005_0018.pdf)
- Casalla, N. Molero, D. (2013). *Revisión teórica sobre el autoconcepto y su importancia en la adolescencia*. *Revista Electrónica de Investigación y Docencia (REID)*, Vol. (), pp-pp 43-64. Recuperado de [file:///C:/Users/ASESOR%2013/Downloads/991-Texto%20del%20art%C3%ADculo-3283-1-10-20130725%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/ASESOR%2013/Downloads/991-Texto%20del%20art%C3%ADculo-3283-1-10-20130725%20(1).pdf)

Colegio Manzanares 8º, (2016), *Clasificación deportiva*, pp-pp 03-11. Recuperado de

<http://www.colegiomanzanares.edu.co/archivos/edisoncar/CLASIFICACION%20DEPORTIVA8%C2%BA.pdf>

Esnaola Etxaniz, Igor. *Diferencias de sexo en el autoconcepto de los adolescentes*. International Journal of Developmental and Educational Psychology, Vol 2 (num. 1), pp-pp 67-75. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/3498/349832312006.pdf>

Esnaola, I. (2008). *El autoconcepto físico durante el ciclo vital*. Anales de Psicología, Vol. (24.), pp-pp 1-8. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/167/16724101.pdf>

Esnaola, I. Goñi, A. Madariaga, J.M (2008). *El autoconcepto: perspectivas de investigación*. Revista de Psicodidáctica, Vol. (13.), pp-pp 179-194. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/175/17513105.pdf>

González, J. Pérez. Pumariega, S. García, M. (1997). *Autoconcepto, autoestima y aprendizaje escolar*. Autoconcepto, autoestima y aprendizaje escolar, Vol. (9), pp-pp 271-289. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/727/72709204.pdf>

González, O. (2005). *Estructura multidimensional del autoconcepto físico*. Revista de Psicodidáctica, Vol. (10.), pp-pp 121-129. Recuperada de <https://www.redalyc.org/pdf/175/17514745011.pdf>

González. Tourón, J. (1992). *Autoconcepto y Rendimiento Escolar* [Versión Digital PDF]. (Primera edición). Lugar: Ediciones Universidad de Navarra, S.A. Pamplona.

Goñi, E. Fernández, F. (2007). *Los dominios social y personal del autoconcepto*. Revista de Psicodidáctica, Vol. (12.), pp-pp 179-194. Recuperado de <https://addi.ehu.es/bitstream/handle/10810/7098/Rev.%20Psicodidactica%2012%282%29%20-%20179-194.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

- Infante, G. Goñi, A. Villarroel, J.D (2011). *Actividad física y autoconcepto, físico y general, a lo largo de la edad adulta. Revista de Psicología del Deporte*, Vol. (20.), pp-pp 429-444. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/2351/235122167013.pdf>
- López, I. González, C. San Pedro, B. Sanpedro, J. C. (2016). *Del autoconcepto general al autoconcepto artístico. MAGISTER*, Vol. (28.), pp-pp 42-49. Recuperado de <file:///C:/Users/ASESOR%2013/Downloads/Dialnet-DelAutoconceptoGeneralAlAutoconceptoArtistico-5980053.pdf>
- Marsh, H.W. (1996) *Physical Self Description Questionnaire: stability and discriminant validity. Res Q Exerc Sport*, Vol. (63:3), pp-pp 249-264 doi: <https://doi.org/10.1080/02701367.1996.10607952>
- Moreno, J.A. Cervello, E. Moreno, R. (2008). *Importancia de la práctica físico-deportiva y del género en el autoconcepto físico de los 9 a los 23 años. International Journal of Clinical and Health Psychology*, Vol. (8.), pp-pp 171-183. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/337/33780112.pdf>
- Olivera Betrán, J., & Ticó Camí, J. (1993). *Génesis y etapas evolutivas del baloncesto como deporte contemporáneo. Tablas cronológicas (1891-1992). Apunts. Educación Física y Deportes*, Vol. 34, pp-pp 6-42. Recuperado de <https://revista-apunts.com/genesis-y-etapas-evolutivas-del-baloncesto-como-deporte-contemporaneo-tablas-cronologicas-1891-1992/>
- Robles Rodríguez, José; Abad Robles, Manuel Tomás; Giménez Fuentes-Guerra, Francisco Javier. (2009). *Concepto, características, orientaciones y clasificaciones del deporte actual. Vol. (Núm. 138)*. Recuperado de <https://www.efdeportes.com/efd138/concepto-y-clasificaciones-del-deporte-actual.htm>

Rodríguez, A. Goñi, A. Ruiz de Azua, S. (2006). *Autoconcepto físico y estilos de vida en la adolescencia*. *Psychosocial Intervention*, Vol. (15.), pp-pp 81-94.  
Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/1798/179814011006.pdf>

Ruiz de Azúa, S. Rodríguez, A. (2006). *El cuestionario de autoconcepto físico (CAF): La independencia de sus escalas*. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, Vol. (2.), pp-pp. 369-382.  
Recuperado de. <https://www.redalyc.org/pdf/3498/349832312031.pdf>

ANEXOS.

## Anexo 1 CAF (cuestionario de autoconcepto físico).

Edad: \_\_\_\_\_. Sexo \_\_\_\_\_. Escolaridad \_\_\_\_\_.

ID	Nunca	Casi nunca	A veces	Casi siempre	Siempre
1. Soy bueno/a en los deportes					
2. Tengo mucha resistencia física					
3. Tengo más fuerza que la mayoría de la gente de mi edad					
4. Físicamente me siento bien					
5. Me siento a disgusto conmigo mismo/a					
6. No tengo cualidades para los deportes					
7. Me quedo pronto sin aliento y tengo que bajar el ritmo o abandonar en los ejercicios físicos intensos					
8. Me cuesta tener un buen aspecto físico					
9. Me cuesta levantar tanto peso como los demás					
10. Me siento feliz					
11. Estoy en buena forma física					
12. Me siento contento/a con mi imagen corporal					
13. Soy capaz de realizar actividades que exigen fuerza					
14. En lo físico me siento satisfecho/a conmigo mismo/a					
15. No me gusta lo que estoy haciendo con mi vida					
16. Soy de las personas que están descontentas de cómo son físicamente					
17. Tengo más habilidad que					

la gente de mi edad practicando deportes					
18. Puedo correr y hacer ejercicio durante mucho tiempo sin cansarme					
19. Siento confianza en cuanto a la imagen física que transmito					
20. Destaco en actividades en las que se requiere fuerza física					
21. Mi cuerpo me transmite sensaciones positivas					
22. Desearía ser diferente					
23. Soy de las personas que les cuesta aprender un deporte nuevo					
24. En actividades como la de correr, tengo que tomar pronto un descanso					
25. No me gusta mi imagen corporal					
26. No me siento a gusto conmigo mismo/a en lo físico					
27. Estoy haciendo bien las cosas					
28. Practicando deportes soy una persona hábil					
29. Tengo mucha energía física					
30. Soy guapo/a					
31. Soy fuerte					
32. No tengo demasiadas cualidades como persona					
33. Me veo torpe en las actividades deportivas					
34. Me gusta mi cara y mi cuerpo					
35. No me veo en el grupo de quienes tienen mucha fuerza física					
36. Físicamente me siento peor que los demás					



## **Anexo 2 carta de consentimiento informado.**

**Título de la Tesis:** Autoconcepto físico en personas que practican baloncesto según género y edad en comparación con personas sedentarias

Investigación a cargo de Karen Rubi Correa González y Jazmin Montiel Campos, pasantes de Psicología, de la Universidad Latina Campus Cuautla y del Mtro. Jonatan Ferrer Aragón, asesor de Tesis.

**Objetivo:** Analizar si el auto concepto varía en función del género y la edad en personas que practican baloncesto

**Procedimiento:** Se le pedirá responder a algunas preguntas con honestidad para valorar su autoconcepto físico. El cuestionario durara aproximadamente 15 minutos.

**Riesgos/Beneficios:** Su participación en este estudio no implica ningún riesgo para su salud o integridad. Si durante la evaluación tiene alguna pregunta o algo lo incomoda, notifíquelo al investigador. Como beneficio está en su derecho de solicitar los resultados generales de la investigación.

**Confidencialidad:** Los datos que usted proporcione serán confidenciales y sólo para fines de investigación, académicos y de divulgación científica, de manera que no se revelará la identidad de los participantes.

**Participación Voluntaria/Retiro:** Su participación es totalmente voluntaria y está en su derecho de negarse a participar o responder a alguna pregunta sin que esto tenga alguna implicación para usted. Usted no recibirá compensación económica por participar, ni tampoco se le pedirá ningún pago por ello.

---

**Nombre y firma.**

**Si tiene alguna pregunta o comentario comuníquese con:**

Karen Rubi Correa González  
Responsable de investigación  
Tel. 735 222 02 05  
Correo: karenrc.gonzalez93@gmail.com

Jazmín Montiel Campos  
Responsable de investigación  
Tel: 735 174 05 04  
Correo: mocaja93@gmail.com

Mtro. Jonatan Ferrer Aragón  
Director de tesis  
Tel. 735 174 93 13  
Correo: Jonatan.ferrera@uaem.edu.mx