



UNIVERSIDAD
DE LA REPÚBLICA
URUGUAY



UNIVERSIDAD DE LA REPÚBLICA

Universidad de la República

Facultad de Psicología

Trabajo Final de Grado

Ensayo Académico

Participación infantil en el deporte: una mirada desde la motivación y derechos

Estudiante: Claudia Janet Lacueva Verdier

C.I: 5.071.592-2

Tutora: Prof. Asist. Mag. Sandra Tort Gómez

Revisora: Prof. Adj. Dra. Rossana Blanco

Montevideo.

Abril 2026.

“Es importante inculcar a los niños valores fundamentales, y creo que el deporte sin duda es la mejor vía para hacerlo: respeto, generosidad, confianza, compañerismo... El deporte que practiquen es secundario, da igual la procedencia social, geográfica... lo importante es que en la sociedad actual seamos capaces de transmitir eso a los más pequeños” Pepu Hernández.

UNICEF, (2011).



Agradecimientos

Quiero agradecer a mis amigos de la vida, Eli, Maxi, Jess y a mis amigas de la facultad, Lu, Mari, Day, que fueron el pilar principal para que llegara este momento.

Les agradezco de todo corazón, ¡son lo más grande que hay!

A mis padres y hermanos que estuvieron presentes.

A Álvaro, mi pareja que siempre me apoyó, acompañándome en todo momento.

A mi prima Jessica que siempre estuvo conmigo aguantándome la cabeza.

A mi psicóloga Claudia, que ella fue una persona muy importante en mi vida.

A mi tutora Sandra que me acompañó en este proceso.

Y un agradecimiento muy grande a Mi! que nunca baje los brazos, que siempre que se me cruzaba una piedra en el camino seguí y no me rendí! Me agradezco y me siento orgullosa de haber llegado hasta acá y emocionada por todo lo que me espera de acá en adelante.

¡Gracias a todos!

Índice

Agradecimientos.....	3
Índice.....	4
Resumen.....	5
Abstract.....	6
Introducción.....	7
La iniciación deportiva en el desarrollo infantil.....	9
¿Cobra importancia el aspecto emocional?.....	13
La participación de las infancias en el deporte: ¿influye en su futuro si la motivación de la práctica deportiva es intrínseca o extrínseca? ¿Qué hay en juego? ¿Se escuchan las voces de esas infancias?.....	15
La importancia de escuchar a la niñez en el deporte desde una perspectiva de derechos.....	22
Reflexiones finales.....	28
Referencias bibliográficas.....	32

Resumen

El presente ensayo académico aborda a la iniciación deportiva como una forma de desarrollo infantil, basándose en los aportes de varios autores como por ejemplo Pérez y Lavandera (2010) esta iniciación es entendida como el comienzo de las prácticas deportivas, influida por factores situacionales e históricos, donde adquieren importancia los actores sociales como lo son la familia, entrenadores e instituciones, desde esta mirada el deporte funciona como una herramienta educativa con una fuerte formación, capaz de contribuir a la construcción de los valores, normas, habilidades sociales y aprender a manejar sus emociones.

Desde la teoría ecológica del desarrollo humano de Bronfenbrenner (1987) y las aportaciones de Vigotski (1979) sobre el juego, se destaca la importancia del entorno y de las interacciones que son significativas en el desarrollo integral de las infancias. Un aspecto relevante en este ensayo académico es el estudio de la motivación intrínseca y extrínseca en el deporte infantil, así como sus efectos en la permanencia, el abandono y el bienestar emocional. Se reflexiona sobre la delgada línea que separa la motivación de la presión y sobre las consecuencias emocionales que éstas puedan generar, tales como estrés, ansiedad, desmotivación.

Por último, desde una perspectiva de derechos se destaca la importancia de escuchar las voces de esas niñas en el ámbito deportivo, creando entornos que respeten sus deseos, capacidades y tiempos de desarrollos, garantizando sus derechos al juego, a ser escuchados, a la salud, a la protección, identidad, familia, educación, participación e igualdad.

Palabras clave: iniciación deportiva; desarrollo; motivación; emociones; derechos de infancia.

Abstract

This academic essay addresses sports initiation as a form of child development, based on the contributions of several authors such as Pérez and Lavandera (2010). This initiation is understood as the beginning of sports practices, influenced by situational and historical factors, where social actors such as family, coaches and institutions become important. From this perspective, sport functions as an educational tool with strong training, capable of contributing to the construction of values, norms, social skills and learning to manage emotions.

Based on Bronfenbrenner's (1987) ecological theory of human development and Vygotsky's (1979) contributions on play, the importance of the environment and interactions, which are significant in the holistic development of children, is highlighted. A relevant aspect of this academic essay is the study of intrinsic and extrinsic motivation in children's sports, as well as their effects on participation, dropout rates, and emotional well-being. The text reflects on the fine line between motivation and pressure, and the emotional consequences these can generate, such as stress, anxiety, and demotivation.

Finally, from a rights-based perspective it highlights the importance of listening to the voices of these children in the sports arena, creating environments that respect their wishes, abilities, and developmental pace, guaranteeing their rights to play, to be heard, to health, to protection, to identity, to family, to education, to participation, and to equality.

Keywords: sports initiation; development; motivation; emotions; children's rights.

Introducción

El presente ensayo académico se encuentra enmarcado dentro de la propuesta de trabajo final de grado de la Facultad de Psicología de la Universidad de la República. Va a tratar sobre las infancias y su relación con el deporte, por lo cual me planteo las siguientes preguntas donde las iré respondiendo a lo largo de dicho trabajo: en la participación de las infancias en el deporte, ¿influye en su futuro si la motivación de la práctica deportiva es intrínseca o extrínseca? ¿Qué hay en juego? ¿El aspecto emocional cobra importancia? ¿Se escuchan las voces de esas infancias? ¿La iniciación deportiva influye en el desarrollo infantil?

Primero comenzaré hablando de que son las infancias, varios autores conceptualizan al respecto a lo largo de la historia hasta lo que es hoy en día y no hay una única definición universal sobre estas. Autores como DeMause (1974), habla de que el concepto de infancia que tenemos en la actualidad así como la actitud que tenemos hacia esta, nace en la época contemporánea, no existía hasta entrando en el siglo XVIII, antes los niños y niñas no existían, no se tomaban en cuenta como tal, confundándose entre la población y sufriendo las agresiones de los adultos, considerándola como una historia trágica.

Para el Comité de los Derechos del Niño (2005), la definición de primera infancia varía en los diferentes países y regiones, dependiendo de las tradiciones y de cómo están organizados los sistemas de enseñanzas, el Comité considera incluir a todos los niños pequeños desde su nacimiento hasta el periodo escolar, por lo tanto éste propone como definición, como el periodo comprendido desde el nacimiento hasta los 8 años de edad, los Estados Partes deberán considerar sus obligaciones hacia con los niños pequeños.

Para Janin (2021), los niños están sujetos a modelos socio-culturales que marcan de manera fuerte a su subjetividad, a la infancia la considera como el tiempo

de crecimiento, de transformaciones y de la apertura de posibilidades que tienen los niños. La representación que tienen de ellos mismos se moldea en relación con el reflejo que los otros les devuelven, por lo tanto, si un niño es mirado como un ser inferior a los demás, la imagen que se construye de sí mismo es esa y esto es algo estructurante de su ser.

El deporte está bastante integrado a nuestras vidas, hay evidencias de que no siempre es un espacio seguro para las infancias, ya que a veces sufren el mismo tipo de violencia y abusos que se pueden encontrar en el ámbito familiar, escolar o comunitario UNICEF (2011).

La iniciación deportiva constituye un momento de gran importancia en el desarrollo integral de los niños y niñas, donde según Bronfenbrenner (1987) se ve incrementado a través de su participación cada vez mayor en actividades de manera responsable, que están orientadas hacia una tarea fuera del hogar, donde los ponen en contacto con otros adultos además de sus padres (p. 301). En dicho trabajo se propone reflexionar sobre esto, el cual se desarrollará en profundidad en los siguientes apartados, así como considerando no sólo los aspectos físicos sino que también los procesos emocionales, motivacionales y sociales que se encuentran presentes.

Por último, incorporando una perspectiva de derechos, entendiendo a las niñas como sujetos de derechos, problematizando la importancia de escuchar las voces de esas infancias en el ámbito deportivo, garantizando su derecho al juego, su derecho a la participación entre otros que se detallarán más adelante.

La iniciación deportiva en el desarrollo infantil

Se toma al concepto de iniciación deportiva, según Pérez y Lavandera (2010) como el comienzo de las prácticas deportivas de los niños y niñas que se inician en la actividad deportiva. También mencionan que el comienzo de la actividad física puede ser por diferentes motivos, tales como las actividades que se realizan en los colegios denominadas como educación física, por la cual en algunas ocasiones puede incluirse la competición entre diferentes centros educativos. Por otro lado, está el deporte que se realiza de forma extraescolar donde aquí su fin es la competición y no tanto por el lado de la salud, estando organizado por distintas entidades deportivas tanto públicas como privadas. (p. 1)

Continuando con Pérez y Lavandera (2010), existen factores que influyen en ésta, tales como factores situacionales como factores históricos, dichos aspectos no solo pueden afectar a los niños y niñas sino que también pueden afectar a otras edades. Estos aspectos son parte del modelo interconductual planteado por Kantor (1967); y Ribes y Lopez (1985), que plantea los factores que afectan el aquí y ahora que lo denominaron factores situacionales, estos están compuestos por el papel de los agentes sociales tales como padres, entrenadores, compañeros, directivos, árbitros, entre otros. Por otro lado, están las condiciones biológicas del organismo, que les corresponden a los entrenadores físicos, médicos, fisioterapeutas, componiendo lo que se conoce como estado físico. En cuanto a los factores históricos, estos son los que conforman las experiencias que estos niños tienen con el deporte, aunque dichas experiencias sean escasas por tratarse de una corta edad.

La iniciación deportiva hace referencia a todas las personas que comienzan su aprendizaje en el ámbito deportivo, pero se hace hincapié principalmente en la población infantil. Muchos prefieren practicar deportes a cualquier otra actividad que puedan realizar en su tiempo libre, así como también prefieren triunfar en el deporte antes que en los estudios y esto se ve más en los niños que en las niñas (Duda, 1981) citado en Cantón (1999). Hay un papel importante en dicha práctica llamado triángulo

deportivo, constituido por los padres, entrenador y deportista. El área de la Psicología del deporte cobra también importancia ya que el psicólogo debe asesorar sobre sus responsabilidades al entrenador tanto como a los padres. Cantón (1999) plantea que enfatizando el asesoramiento a los padres y entrenadores en el deporte infantil se logran obtener objetivos tales como establecer una buena comunicación entre estos tres elementos (padres, entrenadores, deportistas), lograr una orientación educativa, así como también evitar presiones por resultados inmediatos y estrés de los deportistas. (p. 5)

Las importantes funciones que tienen los padres en la iniciación deportiva, son el favorecer la participación en el deporte, informándoles sobre las variedades posibles de practicar deportes, animándoles sin presiones y actuando como modelos de llevar una vida activa. Ayudar a sus hijos a decidir cómo practicar el deporte, eligiendo según sus preferencias y que acompañen a analizar las consecuencias de sus decisiones. Así como también ayudar en la elección del deporte teniendo en cuenta las singularidades, por eso es importante considerar las características de quien se inicia en la práctica, ya sea su condición física, por ejemplo, las características del deporte tanto si es recreativo, competitivo, individual, en equipo, entre otras opciones. Facilitarles la participación deportiva y elección de algún club, también es importante el acompañamiento en las actividades deportivas que les interesa realizar a sus hijos e hijas, ya que el apoyo familiar le genera autoconfianza para atreverse a intentar nuevos retos y desafíos, asegurándose de que practiquen deporte de manera saludable (De Knop y cols., 1994).

Para la niñez el deporte cobra un papel importante en su desarrollo, Muñoz (2020) considera al deporte no solo como una actividad recreativa sino que también como una herramienta educativa que contribuye en el niño a su formación integral, ya que tienen componentes con potencial formativo. Dichos componentes son lúdicos, donde el niño y la niña pueden aprender a comunicarse a través del juego comprendiendo la realidad de la sociedad, así como también el componente normativo donde ellos toman conciencia y se familiarizan con el respeto a las normas, un componente agonístico donde la competición con un buen enfoque y planificación se

puede considerar como parte de un aprendizaje donde se fomente el sacrificio y la superación de uno mismo. Por último está el componente simbólico, donde a través de la práctica deportiva quienes la practiquen tendrán experiencias desagradables y agradables que pueden ser extrapoladas a su vida cotidiana de manera simbólica. (p. 3)

Mediante la práctica deportiva trabajan en su conducta, en las normas, los valores y sus actitudes son importantes para la formación de su personalidad de manera solidaria y estable. Sus familias tienen un papel importante en la influencia de la personalidad de estos niños y niñas (Muñoz, 2020).

La teoría ecológica del desarrollo humano de Bronfenbrenner (1987) considera al desarrollo como el modo en que una persona percibe a su ambiente y se relaciona con él.

El desarrollo de las infancias se ve ampliado a través de su participación en actividades responsables, que son orientadas hacia un objetivo, una tarea fuera del hogar, que está en relación con otros adultos además de sus padres. Se entiende al desarrollo infantil como el producto de las interacciones complejas entre el niño y la niña y sus entornos. Estos entornos se denominan de la siguiente manera; microsistemas, como el nivel que incluye las interacciones de manera directa con su entorno cercano, como lo son su familia, sus pares, la escuela, el barrio, figuras de cuidado. El mesosistema, como el nivel de interacciones que hay entre diferentes microsistemas, como por ejemplo la relación entre la familia y la escuela, la familia y la institución deportiva. Las conexiones entre estos sistemas pueden tener un impacto en el desarrollo del individuo de manera significativa. El macrosistema, refiere a las influencias sociales y culturales más amplias que afectan a los otros sistemas, como los ideales, valores, creencias y normas de la sociedad en donde se habita. La construcción cultural de la infancia en este nivel macro, puede definir qué comportamientos se consideran aceptables o no deseables para los niños y niñas en relación a su desarrollo e iniciación deportiva (Bronfenbrenner, 1987).

Siguiendo con Vigotski (1979), habla del papel del juego en el desarrollo del niño, nos dice que definir al juego como una actividad placentera resulta inadecuada

según él por dos razones, una por existir diferentes actividades que le brindan mayores experiencias de placer en el juego, por ejemplo succionar un chupete aunque no lo sacie y por otro lado porque hay juegos en que la actividad no es por sí misma placentera, como por ejemplo juegos que únicamente producen placer si el niño o niña encuentra interesante el resultado. A menudo se describe al desarrollo del niño como el desarrollo de sus funciones intelectuales, pero que si ignoramos sus necesidades, así como también los incentivos que lo mueven a actuar, no se va a poder comprender su progreso de un estadio evolutivo a otro, ya que todo avance está relacionado con un profundo cambio respecto a los incentivos, estímulos e inclinaciones. (pp. 141-142)

Se menciona el beneficio del deporte en las infancias, el deporte es una oportunidad de desarrollo y maduración, no solo física, sino que también mental y emocional. A través del deporte los niños y niñas logran un desarrollo de las destrezas y aprendizajes de las habilidades, desarrollando su personalidad a través de la motivación para la competencia, fortaleciendo la autoestima en el respeto y la aceptación de sí mismos, de sus fortalezas y debilidades. Así como también aprender a aceptar posibilidades y límites, desarrollar las habilidades sociales, aprendiendo su rol dentro de un equipo y reconocimiento del otro ya sea como rival o compañero. Desarrollo de los procesos de percepción, evaluación, acción y decisión. Todos estos son necesarios en el proceso de formación y aprendizaje del deporte y su aplicación en las diferentes situaciones del juego y competencia. Todos estos beneficios deben ser cuidadosamente planificados y reforzados por los adultos, no son automáticamente transmitidos y todo esto es posible cuando el entorno ya sean los padres, entrenadores o maestros respeten la maduración natural, sus intereses y sus capacidades (Roffé y Fenili, 2003).

El deporte en la niñez es una herramienta de gran valor que puede complementar su educación y capacitarlos para aprender, desarrollarse y crecer de la manera correcta, hay una variedad de deportes que pueden practicar. El contacto físico y el juego son los principales medios por los cuales un niño se puede relacionar con su entorno, mediante el uso de sus manos, los pequeños pueden recoger, examinar objetos y así obtener una mejor comprensión de su entorno. A medida que estos

participan en las actividades deportivas, desarrollan naturalmente los principios claves como el trabajo en equipo, la importancia de divertirse, la amistad. Estas experiencias ayudan a las niñas a formar conexiones neuronales en el que juegan un papel importante en el desarrollo intelectual y emocional (Aponte, 2022).

¿Cobra importancia el aspecto emocional?

El deporte es un ámbito ideal en el que durante la práctica suceden situaciones que llevan a los involucrados a poner en juego sus habilidades sociales tanto como la empatía, el respeto hacia los rivales y compañeros, así como también la interacción entre ellos. Se ponen en evidencia variadas conductas que se van mostrando en las instancias de entrenamientos, convivencia, competencias. El deporte se ve como una oportunidad para educar en todos los aspectos a la persona y estos aprendizajes pueden ser reproducidos por estas en otros ámbitos a través de experiencias positivas que son proporcionadas por los entornos (Scarabini, 2024).

Continuando con esta idea Sandoval (2019), menciona que el deporte es una actividad social de gran importancia ya que fomenta la práctica de actividades y valores, satisface las necesidades lúdicas de las personas, la expresión, conocimiento y regulación de las emociones. Durante la práctica deportiva, se manifiestan una serie de emociones que requieren ser expresadas y autorreguladas adecuadamente para evitar ciertos conflictos. (p. 34)

La familia influye directamente en el desarrollo emocional de los niños y niñas, en el hogar tienen las primeras experiencias socializadoras, su familia es el agente educativo que más influye en su formación integral y según cómo son educados ya sea de manera positiva o negativa como lo es mediante la violencia, va a repercutir en su desarrollo emocional (Sandoval, 2019).

Las emociones condicionan el modo en que el individuo vive las diferentes situaciones que se atraviesan en la cotidianidad, en nuestra relación con el mundo las

experiencias están constantemente en evaluación, ya sean dolorosas o placenteras, atractivas o repulsivas, agradables o desagradables, lo que va emergiendo según la historia vital de cada individuo, en una singular manera de sentir el mundo. Somos criaturas sensibles, que reaccionamos con nuestro sentir al flujo constante de estímulos que nos llegan desde el exterior, que la vida en grupo provoca que a través de lo cultural, estas afecciones emocionales se vayan modulando de manera progresiva, respondiendo cada vez más a las necesidades de la sociedad. El deporte requiere no perder el control de las emociones en situaciones propensas al descontrol, indudablemente se trata de un proceso civilizatorio, el acto deportivo activa y acelera nuestras respuestas emocionales y al mismo tiempo exige un control de las mismas. Cuando se observan a los niños y niñas en sus inicios de la práctica deportiva, se puede ver una dificultad en este aprendizaje, ya que a ellos les resulta compleja la regulación de esas emociones, por una parte, la descarga de adrenalina que moviliza su agresividad de forma natural, por otro la necesaria acomodación y regulación de esa misma descarga. En las niñas se hace notorio este desajuste entre la excitación emocional y la obligación de las reglas de juego, ya que en ellos priman las ganas de tener protagonismo y las ansias de triunfar, lo relevante para ellos es la satisfacción de sus objetivos y deseos (Lagardera, 1999).

La competición deportiva es de gran utilidad para la estimulación personal, su deseo de superación y conseguir el reconocimiento social para consolidar su aceptación y autoestima, pero a veces en la exigente selección deportiva se ven más las frustraciones que las ganas de superación. Muchos se desaniman, pierden el estímulo e incluso pueden llegar a inhibirse ante la constante exigencia física y emocional de la competición. Esto trata de un aprendizaje para la vida social y que no siempre se generan procesos de adaptación de manera estupenda y civilizada (Lagardera, 1999).

El aspecto emocional adquiere relevancia, se cree que entre un 40% y un 90% del éxito deportivo se debe a factores mentales, variando según el tipo de deporte que se practique. La confianza, la concentración y la motivación son aspectos significativos en el rendimiento deportivo para lograr obtener los resultados deseados.

Con la administración adecuada de la motivación, las emociones y los valores que emergen del deporte, se originará un ambiente en el que se potencien los aprendizajes, rendimientos y el desarrollo integral. Por eso conocer las motivaciones es de importancia para afianzar la continuidad del entrenamiento y promover un estilo de vida saludable que a la vez obtenga una mejora de la eficacia personal tanto en la práctica deportiva como en otros ámbitos (Cugliari, 2022).

La participación de las infancias en el deporte: ¿influye en su futuro si la motivación de la práctica deportiva es intrínseca o extrínseca? ¿Qué hay en juego? ¿Se escuchan las voces de esas infancias?

La psicología del deporte estudia las conductas, reacciones y las respuestas emocionales de los deportistas al momento de la competición, donde se trabaja en aspectos tales como la motivación, concentración, control de presiones, la autoconfianza y la grupalidad. Hay un hilo tenue que divide los límites entre la presión y la motivación, por lo que para un deportista es desafiante o motivador, para otro es amenazante o estresante (Roffé, 2009).

La práctica deportiva beneficia a su salud física y emocional así como también el desarrollo de contactos sociales de gran valor, ofreciendo oportunidades para el juego, la expresión personal y en especial para aquellos que disponen de pocas oportunidades en sus vidas (UNICEF, 2006).

El deporte tiene un gran potencial para el desarrollo personal, para la mayoría de los niños y niñas el deporte no los conducirá a la popularidad y a la fortuna, pero podría brindarles un gran paso hacia la edad adulta y un cariño permanente por la actividad física, la práctica deportiva puede promover el crecimiento físico y mental de los niños, por eso es importante incluir la actividad física como parte de la cotidianidad, la exposición temprana a los deportes puede beneficiar a las niñas de

múltiples manera, principalmente en actividades que son orientadas a grupos, mejorando la interacción e integración social (Aponte, 2022).

El juego, principalmente entre las infancias se le denomina a cualquier actividad física que sea participativa y divertida, frecuentemente es un poco estructurada y no está bajo el control de los adultos. La recreación es más organizada que el juego, el deporte es todavía más estructurado y en ocasiones es competitivo. Lo más significativo es que el juego, la recreación física y el deporte son todas actividades con libertad de elección que se realizan por deseo propio (UNICEF, 2006).

Un entorno deportivo adecuado es aquel que mediante la interacción entre los diferentes referentes de manera compartida, se generan las condiciones necesarias para un desarrollo saludable, integral, adecuado, disfrutable para las infancias que practiquen el deporte, siendo un entorno en el que tenga como objetivo acompañar y facilitar dicho desarrollo, evitando obstaculizar o invadir un espacio que es propio de dichas infancias y de quienes practiquen el deporte (Cristaldo, 2024).

Además de los factores que inciden en la iniciación deportiva anteriormente mencionados en otro apartado, Pérez y Lavandera (2010) mencionan que hay algunos aspectos llamados como motivos para la práctica deportiva en edades de iniciación así como también motivos para el abandono de dicha práctica. Se señala a la diversión como motivo principal para la actividad deportiva, con frecuencia lo más relevante es la propia tarea en sí misma que suele ser divertida, hasta que deja de serlo y allí se produce el abandono de dicha práctica, Para que ésta sea divertida es necesario que se adapte a las capacidades del niño, que sea sencillo de realizar aunque esto suponga un desafío, que se ponga más interés en la actividad que en los resultados, osea que sea una actividad motivadora.

Chirivella et al. (1995) mencionan que el número de niños y niñas que se inician en la práctica deportiva es actualmente elevado, este aumento de la actividad se debe a factores sociales de manera general así como a aspectos más particulares de su promoción. Por un lado el deporte infantil ha cobrado relevancia a medida que este

segmento de la población ha ido aumentando su poder adquisitivo y sus responsables directos ya sean sus padres o educadores, han considerado dedicar mayor atención y recursos materiales para su participación. Practicar deporte en las primeras etapas de la vida puede contribuir al desarrollo social y psicológico de la persona, adquiriendo un adecuado espacio para el aprendizaje de comportamientos y actitudes en las que impliquen responsabilidad, deseo de superación y autocontrol, ayudando a conformar la motivación de logro al impulsar la realización y constancia de esfuerzos, la demora de la gratificación entre otros importantes procesos mediadores.

Existe una preocupación en aclarar cuando sería recomendable que los niños comenzaran a competir y por ende en qué momento se encontraban preparados para practicar deportes formalmente organizados, se considera que el tiempo adecuado puede establecerse en términos de ajustes entre el nivel de crecimiento, desarrollo y madurez por un lado y las demandas de la tarea por otro lado. Continuando con esta idea, una característica esencial del deporte es su estructura organizacional, la cual da la posibilidad al mantenimiento y dirección de la actividad a través de las reglas, la práctica deportiva podría eventualmente tener consecuencias negativas para los niños y niñas, la competición puede en esas edades suponer un exigente costo en términos de relaciones humanas, a causa de la excesiva importancia por la victoria, el aumento de la agresividad y el problema de que puede rechazarse su participación (Chirivella et al., 1995).

Roffé (2009) define a la motivación como el proceso de desarrollar en los deportistas la resolución y el empuje de hacer las cosas por sí mismos y por el equipo, sin intervención, refuerzo y dirección constante de los otros. (p. 2)

La motivación como proceso crea una orientación de forma activa y constante de la persona hacia ciertos objetivos y metas. La motivación en la psicología ha llegado a un nivel cualitativamente superior cuando se ha enfocado a una concepción cada vez más integral de la conducta motivada (Acosta, 2005).

Para que una persona comience y sostenga una actividad deportiva, ésta deberá de brindarle algún interés o atractivo, así como satisfacer alguna de sus necesidades. Chirivella et al. (1995) mencionan una investigación que se realizó a través de cuestionarios con el fin de elaborar una teoría específica de la motivación deportiva infantil, mencionando como conclusiones generales lo siguiente:

- Tiene un gran valor intrínseco
- En la práctica deportiva pueden estar presentes varios motivos
- El placer y la diversión aparecen como los motivos de mayor relevancia
- La necesidad de demostrar competencia
- Las diferencias en cuanto a los motivos de los deportistas y no deportistas no es mucha, aunque en los deportistas el deseo de logro es más notorio.

Algunos autores mencionados en Chirivella et al. (1995), hablan de la existencia de una jerarquización de las necesidades humanas que se destacan en el deportista tres tipos de motivos básicos como lo son: la necesidad de realizar la práctica deportiva mediante el juego por diversión, por encontrar estímulos nuevos; así como también la necesidad de afiliación relacionada con la búsqueda de reconocimiento, afiliación y aceptación social; y la necesidad de demostrar competencia y autoestima. Así como también hay otros estudios empíricos que demuestran los siguientes motivos que tienen para practicar los diversos deportes como lo son pasarla bien, aprender, mejorar su forma física, experimentar emociones y sensaciones nuevas, competir, generar amistades entre otras.

Lima (2014), menciona que la motivación es un proceso individual que es resultado de un conjunto de variables sociales, ambientales e individuales que interactúan entre sí determinando la elección de un deporte, así como también la intensidad con la que se dirige hacia esa práctica, la persistencia y el rendimiento, por ende la motivación es fruto de una variable crucial en la práctica deportiva y su

rendimiento. Por más habilidoso que el deportista sea no llegará lejos si no dispone de una dedicación de tiempo, esfuerzo y atención en la planificación y desempeño.

A través de la motivación se pueden ver a la motivación intrínseca y extrínseca, que cada una de ellas va a influir de manera diferente así como también una puede tener más peso que otra y también según el contexto y situación que cada niño y niña tengan.

Acosta (2005), señala que la motivación extrínseca es considerada de esa manera cuando el comportamiento del deportista está dirigido a conseguir una recompensa y se realiza un esfuerzo que no está claramente direccionado con la tarea en sí, si no que el premio material es una ambición. No así para la motivación intrínseca ya que ésta aparece cuando en la realización de la actividad deportiva, se vivencia la satisfacción que dicha actividad le ofrece, no requiere ni necesita de un esfuerzo externo ni de la recompensa como parte fundamental.

La motivación mencionada por Lima (2014), es una constante que se caracteriza por distintos niveles de autodeterminación, como lo son la motivación extrínseca que depende de los aspectos externos, siendo una relación de incentivos tales como recompensas, refuerzos y consecuencias. El ambiente crea una razón para el incentivo de que persista una acción deportiva, se dice que es instrumental, un instrumento como forma de llegar a otro fin. Dentro de esta motivación se puede encontrar una regulación integrada, identificada en el cual le interesa la actividad pero la realiza por beneficios externos y no por deseo, también se puede encontrar una regulación introyectada que está asociada a las expectativas de aprobación y de evitación de sentimientos de ansiedad y por último la regulación externa, en esta se realiza una actividad que no es muy interesante por el cual se busca un incentivo externo o la evitación de un castigo. Otro nivel es la motivación intrínseca, a esta la define como la satisfacción que se obtiene de la práctica, dicho autor considera que hay motivación intrínseca cuando la actividad realizada no es por alguna recompensa o refuerzo externo, se basa en las necesidades psicológicas básicas como lo es el autoestima, relacionamiento y competencia. Por ultimo nivel esta la desmotivación,

esta corresponde al nivel más bajo de la autodeterminación, corresponde a la ausencia absoluta de la motivación intrínseca y extrínseca, la falta de intencionalidad a la hora de practicar algún deporte hará que dicha actividad probablemente sea de manera desorganizada y acompañada de emociones de carácter negativo como lo son la frustración, miedos, entre otras.

Los deportistas, en este caso las niñas que practiquen algún deporte, se enfrentan a una tarea complicada y están motivados intrínsecamente, permanecen más en la tarea y tendrán más resistencia frente a las frustraciones y malos resultados que aquellos que su comportamiento se determinan por la obtención de recompensas, aunque en las situaciones desfavorables, aquellos niños y niñas que participan por motivaciones intrínsecas encuentran la satisfacción y placer en la realización de las actividades y no en sus resultados.

¿Qué hay en juego? para responder a esta interrogante, Roffe (2009) hace referencia a la presión, como forma de exigirle al otro más de lo que puede dar, menciona que cada vez son más los padres que quieren que sus hijos practiquen algún deporte, así como también proyectan en ellos un esperanzador futuro económico, donde cada vez hay más intermediarios y representantes por el cual hay mayor posibilidades de que se vayan al exterior y es más sofisticada la explotación, por ende cada vez importa menos lo que siente el niño o niña, como piensa y que quiere para su futuro. Existe un hilo muy fino que separa a la motivación de la presión.

Los niños y niñas que practican deporte al igual que los adultos, gozan de múltiples beneficios pero quienes practiquen algún deporte de competencia se pueden enfrentar a situaciones que les pueden generar estrés. Cuando un niño se enfrenta a estas situaciones presenta consecuencias negativas, como lo son la desmotivación, irritabilidad, disminución de la capacidad de pensar y concentrarse, ansiedad, depresión, alteraciones del sueño, problemas digestivos, entre otras. Esto impacta tanto en su cotidianidad como en su actividad deportiva, es importante que se generen estrategias para la reducción de los niveles de estrés y así evitar el abandono de la práctica deportiva desde la infancia, pero tiene más relevancia aún el comprender

a esas niñas para así generar estrategias de manera adecuadas a sus circunstancias y edad (Moreno et al., 2021).

Los investigadores Fredricks y Eccles (2004) citados en United we care. (2024), resaltan que en contextos deportivos los padres pueden tener algunos roles que son claves como: proveedores, modelos a seguir o interpretes. Primero, la participación de los padres como proveedores; los niños dependen de estos para las provisiones como lo son el costo del transporte, nutrición, entrenamiento, oportunidades, este es uno de los papeles importantes de los padres, el proporcionar el apoyo material a la hora de realizar la actividad deportiva, éstos son un vínculo vital para brindar apoyo emocional a estos niños. La participación de los padres como modelos a seguir; los niños aprenden a través de la observación y los comportamientos de dichos padres, es probable que a los referentes que practican de manera activa deportes influyan positivamente en la participación de los niños. Los padres pueden modular las emociones y afrontarlas, así como lo es lidiar con las ansiedades antes de arrancar la actividad, la decepción dentro del juego y los sentimientos que están relacionados con la victoria y la derrota. La participación de los padres intérpretes de experiencias; es probable que estos niños y niñas experimenten una variedad de experiencias a medida que van avanzando en la práctica deportiva, la interpretación de los padres con respecto a la creencia en la importancia de ganar o perder pueden generar en el niño un ambiente de alta o baja presión, cuando ésta es alta los niños experimentan mayor ansiedad y el disfrute se ve disminuido cuando esta presión es baja. Las creencias de los padres sobre la competencia, los valores y las expectativas de sus hijos se vinculan directamente con cómo los niños y las niñas perciben su competencia deportiva. Cuando los padres valoran el esfuerzo y la participación por encima de la victoria y derrota, es más probable que las niñas desarrollen una visión más positiva de su competencia deportiva (United we care, 2024).

Continuando con los aportes de United we care. (2024), se menciona que la participación de los padres influye en todos los aspectos de la experiencia deportiva de los niños. Los padres que brindan apoyo emocional, aliento, logros, amor incondicional, pueden mejorar sus experiencias deportivas aumentando el disfrute y su

potencial. Por lo contrario, cuando el niño percibe el comportamiento de sus padres como presión, teniendo expectativas poco realistas, criticando por su desempeño o no brindándoles amor, basándose en los resultados puede resultar en vivencias negativas en sus prácticas deportivas. La implicación de padres e hijos es decisiva para la determinación de cómo vivirá el niño su trayectoria deportiva.

Con respecto a esto me queda una última pregunta, ¿Se escuchan las voces de esas infancias? dicha interrogante la intentaré responder en el siguiente apartado.

La importancia de escuchar a la niñez en el deporte desde una perspectiva de derechos.

En este apartado comenzaré hablando sobre los derechos de la infancia en la práctica deportiva. Mediante la Observación general N° 7 se desea fomentar el reconocimiento de que los niños y niñas son portadores de todos los derechos consagrados en la Convención y que la primera infancia es un período fundamental para la realización de estos derechos. Por tratarse del periodo de mayor crecimiento y cambio de todo su ciclo vital, creando vínculos emocionales fuertes con sus padres o cuidadores referentes, de los que necesitan recibir cuidados, atención, protección, por lo tanto que se ofrezcan de una manera que sean respetuosos con sus singularidades y capacidades cada vez mayores. Los infantes establecen significantes relaciones con niños de su misma edad, así como también con otras edades, las experiencias de crecimiento y desarrollo varían de acuerdo a su naturaleza individual, condiciones de vida, organización familiar, sistemas educativos, entre otras. Respetando los intereses, vivencias y problemas bien diferenciados que enfrentan todos los niños es el punto de partida para la realización de sus derechos durante la infancia (Comité de los Derechos del niño, 2005).

Con relación a la práctica deportiva, UNICEF (2011) señala que los niños y niñas tienen derechos tales como a la salud, familia, igualdad, identidad, educación, participación, protección, al juego.

El derecho a la Salud; teniendo derechos a cuidados médicos, a desarrollar hábitos de manera saludable, a no consumir drogas y a vivir en un lugar agradable y sin contaminación, que están mencionados en la Convención sobre los Derechos del Niño, en los artículos 6, 24, 25, 26 y 33. Los beneficios de la actividad física sobre la salud son indiscutibles, es necesario prestar atención a algunos aspectos que pueden ser desfavorables en lo inmediato como en el futuro, la exigencia de pautas nutricionales extremas para lograr una determinada morfología del cuerpo es una forma de abuso físico y puede derivar en trastornos de la alimentación. Se considera también a la salud mental del joven deportista que en un grado de maduración inferior o en las etapas de transición hacia la competencia es más vulnerable a las diferentes presiones en las que puede verse sometido su rendimiento o expectativas que pueden derivar en situaciones de ansiedad y estrés o así como también en búsqueda de soluciones ilegales o que causen daño para lograr mejoras en su desempeño.

El derecho a la familia; obteniendo el derecho a tener una familia que nos quiera, que nos acompañe, a no ser separados de ella si no es necesario para nuestro bienestar y a que el Estado la apoye para conseguirlo, mencionados en la Convención sobre los Derechos del Niño en los artículos 4, 5, 9, 10, 16, 18, 20 y 21. La familia juega un papel crucial en las influencias positivas en la vida de los niños y niñas, sin embargo en el juego y el deporte hay casos en los que ejercen una desmedida presión para lograr que sus hijos se destaquen, que en ocasiones se generan abusos y comportamientos violentos hacia ellos, proyectando negativamente algún tipo de esperanzas de éxito social o de frustración social y personal, en este caso la Convención manifiesta que se deben proteger los intereses del niño priorizando las decisiones que resulten en su bienestar y desarrollo.

El derecho a la igualdad; teniendo derecho a no ser tratados de manera diferente por causas de nuestra cultura, origen, religión, idioma, orientación sexual, capacidades físicas psíquicas, sexo, mencionados en los artículos 2, 4 y 30 de la

Convención sobre los Derechos del Niño. En la práctica deportiva, lo menos deseable es que las características que representan al deportista como ser humano, sea causa de exclusión, de trato discriminatorio, una limitación al acceso de los beneficios que la práctica deportiva y el juego tienen. A diario muchos niños y niñas se enfrentan a la exclusión.

El derecho a la identidad; el derecho a ser inscritos al nacer, a un nombre y a una nacionalidad, a conocer a nuestros padres y a ser cuidados por ellos, mencionado en la Convención en los artículos 7 y 8. Existen en la práctica deportiva aspectos en los que la edad condiciona, como por ejemplo en qué categoría se compite, cargas de entrenamientos adecuadas, nivel de participación. En el momento de registrar un nacimiento tiene otras variables tales como: dónde se ha realizado, quién lo ha realizado que junto con las características del deportista se constituye el nivel básico de representación, el quién soy.

El derecho a la educación; derecho a una educación gratuita, que nos convierta en ciudadanos comprometidos con el cumplimiento de los derechos humanos, mencionado en los artículos 27, 28 y 29 de la Convención sobre los derechos del Niño. La educación como derecho transformador, tiene la capacidad de transformar a las personas, de cambiar situaciones injustas a justas, le concede a los seres humanos la posibilidad de alcanzar el inmenso nivel de desarrollo de sus capacidades.

El derecho a la participación; el derecho de expresar nuestras opiniones ya que estas serán tenidas en cuenta por las familias, educadores y autoridades, así como también a recibir información de forma adecuada de temas que nos afecten, mencionado en la Convención en los artículos 12, 13, 14, 15 y 17. Al mismo tiempo que el juego se conforma y se vuelve un deporte, las posibilidades de decisión e incluso de opinar se van desplazando del niño hacia su entorno, sometiéndose por momentos al decir del entrenador, padres, referentes, quedando la participación en el plano físico y no se afianza como derecho.

El derecho a la protección; teniendo derecho a ser protegidos contra cualquier actividad que ponga en riesgo la salud, educación o desarrollo. Los niños y niñas tienen derecho al cuidado y educación de forma especial para el disfrute de la vida plena, teniendo derechos a ser protegidos contra los malos tratos, humillaciones, secuestros y abusos así como también vivir en paz, mencionado en los artículos 19, 22, 23, 32, 34, 35, 36, 38, 39 de la Convención de los Derechos del Niño. El deporte está bastante integrado a nuestras vidas, hay evidencias de que no siempre es un espacio seguro para las infancias, ya que a veces sufren el mismo tipo de violencia y abusos que se pueden encontrar en el ámbito familiar, escolar o comunitario. Cuando se encuentran será necesario y de manera urgente desarrollar políticas y procedimientos necesarios para su prevención, informar sobre ellas y responder de forma adecuada.

El derecho al juego; derecho a la disposición de tiempo, espacios para el juego y el desarrollo, a compañeros, mencionado en el artículo 31 de la Convención. El niño cuando juega permanece activo, proporcionando la estimulación que necesita para su desarrollo y aprendizaje. El infante mediante el juego observa, pregunta y responde, elige y amplía su imaginación y creatividad. Mediante el juego y el deporte aprenden a pensar de manera crítica empleando criterios para la solución de problemas, el juego promueve la amistad, solidaridad, enseñando autodisciplina y respeto.

Continuando con el derecho al juego, que en este apartado es uno de los puntos más significativos, Brooker y Woodhead (2013) hablan de que el juego es tanto una actividad como también un derecho universal de todos los niños y niñas, pero que no siempre se pueden asegurar y amparar, el juego es importante para éstos sean cuales fueren las circunstancias en las que vivan. También mencionan que a pesar de las características centrales de éste como respecto a la salud, bienestar y desarrollo de las niñeces raramente los gobiernos tienen en cuenta de manera seria esto, ya sea por desatención, omitiendo la obligación de protección de los espacios y oportunidades para el juego, o por acciones deliberadas. En el mundo son muchos los niños que no logran realizar plenamente su derecho al juego, por el cual ha ocasionado inquietudes

en el Comité sobre los Derechos del niño de las Naciones Unidas que llevaron a elaborar una Observación general que se encuentra en el artículo 31 de la Convención de las Naciones Unidas sobre los Derechos del niño, con el fin de brindarles a los gobiernos instrucciones sobre cómo cumplir con sus obligaciones para con las infancias.

Otro de los puntos más significativos de dicho apartado es el derecho del niño a ser escuchado, el Comité de los Derechos del niño (2009) en el artículo 12 de la Convención sobre los Derechos del Niño acuerda lo siguiente:

1) “ Los Estados partes garantizarán al niño que esté en condiciones de formarse un juicio propio el derecho de expresar su opinión libremente en todos los asuntos que afectan al niño, teniéndose debidamente en cuenta las opiniones del niño, en función de la edad y madurez del niño.” (p. 5)

2) “Con tal fin, se dará en particular al niño oportunidad de ser escuchado, en todo procedimiento judicial o administrativo que afecte al niño, ya sea directamente o por medio de un representante o de un órgano apropiado, en consonancia con las normas de procedimiento de la ley nacional.” (p. 5)

Lansdown (2005), menciona que respetar el derecho de los niños al ser escuchados requiere de una cierta organización, creando un espacio adecuado para que reciban la atención necesaria cuando quieran expresar sus puntos de vista, para ello hace falta tener disponibilidad de tiempo, que se esté dispuesto a escuchar y haya un entorno en el cual el niño y niña se sientan cómodos y seguros. El derecho a ser escuchados tiene que ver con las acciones y decisiones que afectan la vida de dichos niños, como lo son en la familia, escuela, comunidad, salud y no basta con solo reconocer sus derechos de ser escuchados, también es importante que se tome en serio lo que tienen para decir, de poco servirá que se escuchen si no se van a tomar en cuenta sus opiniones, en esto se insiste en el artículo 12 de la Convención. Esto no significa que se deba de tener en cuenta cualquier cosa que el pequeño diga, si no que se debe prestar una debida atención al punto de vista de ellos al tomar decisiones que lo afecten.

Culminando con este apartado me pareció de interés destacar algunas frases de deportistas como forma de dar un cierre al trabajo, estas son:

“Dar el salto al deporte profesional no es una decisión sencilla. Hay mucha responsabilidad, exigencia, presión. La mejor forma de afrontarlo es haber tenido una buena etapa formativa, rodeada de personas que te ayuden, que te quieran y que piensen en lo mejor para ti ” Pedro Delgado, ciclista. UNICEF, (2011).

“Lo más importante es conocerse a uno mismo y quererse como uno es. Todos tenemos capacidades y discapacidades. Lo importante es conocer tus capacidades para desarrollarlas al máximo para sentirte realizado. Es la forma de ser feliz y de que los demás te vean así ” Xavi Torres, natación. UNICEF, (2011).

“Hombres y mujeres somos distintos, para mí no hay ninguna duda, pero tenemos los mismos derechos y deberíamos tener las mismas oportunidades ” Mayte Martínez, atletismo. UNICEF, (2011).

Reflexiones finales

El recorrido realizado en dicho ensayo académico, me permitió pensar a la iniciación deportiva en las infancias desde una mirada más integral, más allá de su asociación al rendimiento, a las competencias o a los resultados. A partir de los diferentes aportes teóricos mencionados, he llegado a comprender que el deporte en esta etapa de la vida se puede constituir como un espacio que cobra profundamente un significado para el desarrollo emocional, social y subjetivo de estos niños y niñas que practican deportes, en donde se ponen en juego sus deseos, expectativas, frustraciones y su relacionamiento con los otros.

Este proceso me llevó a cuestionar prácticas que son de forma naturalizadas y que muchas veces sin intención terminan priorizando las demandas de los adultos por sobre las necesidades e intereses de las infancias, así como la presión por competir, ganar o destacarse puede apartarlos del disfrute y del juego, transformando una experiencia que debería de ser placentera en una experiencia de exigencias y frustraciones. Por eso, el estudio sobre la motivación intrínseca y extrínseca resultó de importancia para poder comprender cómo el significado que cada niño o niña le atribuye a la práctica deportiva, incidiendo de una manera directa en su bienestar, permanencia y vínculo futuro con dicha actividad.

Poder abordar el aspecto emocional me permitió ver no sólo que el deporte es una actividad física, sino que también la intensidad de emociones que las infancias están aprendiendo a reconocer y gestionar como lo son la alegría, el enojo y miedo que aparecen en el juego y la competencia requiriendo de la presencia de los adultos para acompañar estos procesos de una manera más sensible, contenida, de escucha, evitando disminuir sus emociones.

Estos aportes tomaron un gran significado al poder relacionarlo con una experiencia vivida en mi recorrido como estudiante de la Facultad de Psicología, en

donde tuve la oportunidad de cursar una práctica de formación integral relacionada con las infancias, donde trabajé en una escuela de contexto vulnerable con un grupo de compañeros, donde realizamos talleres que tenían que ver con el relacionamiento y convivencia con los otros, donde se les permitió expresar sus emociones. En la cual surgieron varias preguntas como: ¿qué vamos a hacer acá? acompañar, escuchar y sobre todo disfrutar. En este espacio, el deporte aparece en el discurso de muchos niños y niñas como una posible salvación, con la esperanza de acceder a un futuro mejor, dejando notar sus frustraciones y deseos. Escuchar esas voces me permitió visibilizar cómo en determinados contextos, el deporte no es vivido únicamente como un espacio de juego y disfrute, sino también como una promesa de un mejor futuro.

Si bien el deporte puede ser una herramienta valiosa de inclusión y fortalecimiento subjetivo, esta experiencia me llevó a interrogar de forma crítica el riesgo de que se convierta en una única alternativa posible, cargada de expectativas que muchas veces supera a las posibilidades reales que tienen estas niñeces. Cuando el deporte es pensado como una posibilidad para mejorar y salir adelante, el disfrute, el deseo propio y el derecho al juego pueden correr riesgo de quedar apartados frente a la exigencia de rendimiento, de destaque o de cumplimiento de proyectos que no son propios.

Desde esta mirada, incorporar una perspectiva de derechos resulta de importancia para repensar a la participación de las infancias en el deporte, reconocer a niños y niñas como sujetos de derechos implica garantizar no solo el acceso a la práctica deportiva, si no que también a ser escuchados, a participar en las decisiones que los afecten y a desarrollarse en entornos seguros y respetuosos. Escuchar sus voces requiere habilitar espacios donde puedan expresar lo que sienten, lo que desean y cómo viven sus experiencias deportivas.

Este ensayo académico nos invita a pensar a la iniciación deportiva como un proceso que debe priorizar el bienestar integral de las infancias, especialmente aquellas que viven en contextos de mayor vulnerabilidad. El desafío no está en formar futuros profesionales y campeones ni en ofrecer el deporte como una forma de

salvación, sino que sea en construir espacios deportivos que fortalezcan subjetividades, ampliando horizontes, respetando las singularidades de cada niño y niña permitiéndoles jugar, disfrutar y proyectarse sin que su futuro quede reducido en una única posibilidad de progreso y que estén acompañados.

A partir de lo trabajado en esta problemática pienso que la psicología tendría un papel relevante a la hora de poder dar visibilidad a estas situaciones, promoviendo mejores condiciones que garanticen el bienestar de estas infancias. El rol del psicólogo implica intervenir en las dinámicas relacionales que sostienen las prácticas deportivas, brindando intercambios entre el llamado triángulo deportivo (familias, entrenadores, deportistas), acompañando a las familias en relación a sus expectativas, trabajando con los entrenadores para promover ambientes respetuosos y sobre todo garantizar la escucha de las infancias generando espacios donde puedan expresarse, colaborando en los lugares que habitan tanto en las escuelas como en los clubes deportivos. El psicólogo puede trabajar a nivel grupal con los niños, mediante talleres como en el caso de la práctica de integral que realice, donde se llevaron a cabo varios de estos que tenían como objetivo identificar sus emociones, el relacionamiento con sus pares, creación de espacios de reflexión, habilitar la capacidad de proyectarse e imaginarse a sí mismos en su futuro, entre otros.

En dichos talleres se podrían incluir a los entrenadores y familias donde se puedan ofrecer juegos y charlas en el cual puedan participar de forma activa, generando en los niños y niñas confianza, motivación, interés, ayudando así en su bienestar y formación integral. También por otro lado se podría intervenir en las escuelas e instituciones deportivas que dichas niñas habitan, llevando estas planificaciones de talleres, charlas y juegos donde puedan ser más productivos y así promover el fortalecimiento de las relaciones interpersonales e institucionales. Para mí, el juego es un espacio de gran valor donde allí los niños pueden expresar sus emociones, sus deseos, sus miedos y su manera de entender el mundo, esto me hace pensar también en nuestro rol como adultos y en especial en quienes trabajan en las infancias (psicólogos), que no basta con acompañar si no que tenemos la responsabilidad de ser garantes de que el derecho al juego sea respetado y promovido.

Defender el juego como un valor en sí mismo y como una vía para escuchar y comprender a los niños, no solo fortalece sus derechos sino que también lleva a una sociedad que sea más empática y equitativa.

Viendo todo lo expuesto en dicho trabajo, me quede con ganas de seguir hablando sobre esta temática, entonces pienso que a futuro estaría dentro de las expectativas realizar un proyecto de intervención para abordar estas realidades.

Referencias bibliográficas

- Acosta, M. E. S. (2005). *Psicología del entrenamiento y la competencia deportiva*. Editorial Deportes.
- Aponte Guerrero, C. (2022). *Desarrollo del deporte en niños de preescolar*. [Trabajo de grado, Facultad de ciencias sociales, Universidad nacional de Tumbes]
- Asamblea General de las Naciones Unidas. (1989). Convención sobre los derechos del niño [PDF].
<https://www.ohchr.org/es/instruments-mechanisms/instruments/convention-rights-child>
- Brooker, L., & Woodhead, M. (Eds.). (2013). *El derecho al juego*. Open University.
- Bronfenbrenner, U. (1987). *La ecología del desarrollo humano*. Ediciones Paidós. España
- Cantón, E. (1999). Psicología de la iniciación deportiva. *Liberaba*, 5, 37-45
- Chirivella, E. C., Mayor, L., & Pallarés, J. (1995). Factores motivacionales y afectivos en la iniciación deportiva. *Revista de psicología general y aplicada: Revista de la Federación Española de Asociaciones de Psicología*, 48(1), 59-75.
- Comité de los Derechos del Niño (2005). *Observación General n.º 7. Realización de los Derechos del niño en la Primera Infancia*.
- Comité de los Derechos del Niño (2009). *Observación General n.º 12. El derecho del niño a ser escuchado*.

Cristaldo Samudio, E. (2024). *¿Privación del disfrute en la infancia por un futuro incierto?: iniciación deportiva y fútbol infantil*. [Tesis de grado, Facultad de Psicología, Universidad de la República Uruguay]

Cugliari, F. A. (2022). *Claves para el entrenamiento mental del deportista* [Manual]. <https://info-biblioteca.mincyt.gob.ve/wp-content/uploads/2025/07/claves-para-el-entrenamiento-mental-del-deportista-francisco-a-cugliari.pdf>

De knop, P. y Cols. (1994). *Youth-friendly sports clubs*. Bruselas: VubPress.

DeMause, LL. (1974). *Historia de la infancia*. Madrid: Alianza, 1982. (Interesante compilación de varios trabajos sobre las prácticas de crianza y las ideas sobre la infancia en distintos momentos históricos).

Janin, M. (2021). La subjetividad infantil en contextos socio-culturales. *Revista de Psicología y Cultura*, 9(2), 2-15.

Kantor, J. R. (1967). *Psicología interconductual*. México: Trillas.

Lagardera Otero, F. (1999). La lógica deportiva y las emociones. Sus implicaciones en la enseñanza. *Apunts. Educació Física i Esports*, 1999, vol. 56, p. 99-106. <http://hdl.handle.net/10459.1/65402>

Lansdown, G. (2005). *¿Me haces caso? El derecho de los niños pequeños a participar en las decisiones que los afectan*. Fundación Bernard van Leer.

https://www.observatoriodelainfancia.es/oia/esp/documentos_ficha.aspx?id=1930

Lima, V. (2014). *Habilidades psicológicas que influyen en el rendimiento deportivo*. [Tesis de grado, Facultad de Psicología, Universidad de la República Uruguay]

Moreno Gómez, C. A., Silva, C., & González Alcántara, K. E. (2021). Estrés percibido en niños deportistas: Análisis de grupos focales. *Interdisciplinaria*, 38(3), 7-23.

Muñoz Fernández, M. (2020) *Estudio sobre el triangulo deportivo en el club balonmano estepa*. [Tesis de grado, Facultad de ciencias de la educación, Universidad de Sevilla]

Pérez Córdoba, E y Llamas Lavandera, R (2010) *Aplicación de los conocimientos psicológicos a la iniciación deportiva*. Papeles del psicólogo, 31(3), 269-280

Ribes, E. y López, F. (1985). *Teoría de la conducta: Un análisis de campo y paramétrico*. México: Trillas.

Roffé, M., Giscafne, N. y Fenili, A. (2003). *Mi hijo el campeón. Las presiones de los padres y el entorno*. Buenos Aires: Lugar. 3ª edición.

Roffé, M. (2009). *La motivación y las presiones de los padres*.

<https://studylib.es/doc/5889654/la-motivación-y-las-presiones-de-los-padres>

Sandoval Salinas, O. A. (2019). *El deporte como liberador de emociones en educación primaria*.

Scarabini, B. (2024). *Aportes para la comprensión integral del fenómeno deportivo: análisis crítico de la competencia en niños, niñas y adolescentes* [Tesis de grado, Universidad de la República Uruguay]

UNICEF, (2006). *Deporte para el desarrollo y la paz: hacia el cumplimiento de los objetivos de desarrollo del milenio*, UNICEF

UNICEF, (2011). *Derechos de la infancia en el deporte: Orientaciones para la formación y el entrenamiento de jóvenes deportistas*. Madrid: UNICEF España.

United We Care. (2024). *Participación de los padres en el rendimiento deportivo de los niños: 7 beneficios sorprendentes*. United We Care.

<https://www.unitedwecare.com/es/participacion-de-los-padres-en-el-rendimiento-deportivo-de-los-ninos-7-beneficios-sorprendentes>

Vygotski, L. (1979). *El desarrollo de los procesos psicológicos superiores*. Barcelona: Crítica