

**UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN**

**ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA**



**CAUSAS DEL ABANDONO DE LA PRÁCTICA DEPORTIVA EN  
ESTUDIANTES DEL VII CICLO DE LA INSTITUCIÓN  
EDUCATIVA SECUNDARIA COMERCIAL N°45 DE LA CIUDAD  
DE PUNO 2017**

**TESIS**

**PRESENTADA POR:**

**FRANZ JONATHAN LIMACHI VELAZCO**

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE:**

**LICENCIADO EN EDUCACIÓN FÍSICA**

**PROMOCIÓN: 2017 II**

**PUNO - PERÚ**

**2018**

**UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ALTIPLANO**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN**  
**ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA**

**CAUSAS DEL ABANDONO DE LA PRÁCTICA DEPORTIVA EN ESTUDIANTES DEL VII CICLO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA COMERCIAL N° 45 DE LA CIUDAD DE PUNO 2017**

**FRANZ JONATHAN LIMACHI VELAZCO**

**TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADO EN EDUCACIÓN FÍSICA, CON MENCIÓN EN LA ESPECIALIDAD DE CIENCIAS SOCIALES**



**APROBADA POR EL SIGUIENTE JURADO:**

**PRESIDENTE**

:

-----  
 Dr. Alcides Flores Paredes

**PRIMER MIEMBRO**

:

-----  
 Dr. Angel Anibal Mamani Ramos

**SEGUNDO MIEMBRO**

:

-----  
 Dr. Porfirio Layme Cutipa

**DIRECTOR / ASESOR**

:

-----  
 Dr. Efraín Humberto Yupanqui Pino

**Área:** Deporte y Recreación

**Tema:** Abandono de la práctica deportiva

**Fecha de sustentación:** 28 / Dic / 2018

**Dedicatoria:**

Con mucho cariño a mis padres Zoila y Mario y a mi hermana Deysi y a mi novia Yulitza quienes me guiaron en el proceso de mi formación y contribuyeron a la culminación de este proyecto de tesis.

A un gran docente y amigo Dr. Angel Anibal y a todos mis amigos con los que compartí grandes aventuras.

Franz Jonathan Limachi Velazco

## AGRADECIMIENTOS:

A mi mamá Zoila, por siempre haberme cuidado y brindado todo su amor día tras día, por haberme apoyado en mis decisiones, por haberme formado como una buena persona y ayudado a concluir la carrera que tanto amo.

A mi papá Mario, por haberme brindado todo su apoyo, darme sabios consejos y enseñarme que todos deben hacer lo que les gusta en esta vida y por tal razón yo escogí la profesión de docente.

A mi Hermana Deysi, por estar siempre cuando la necesito y no abandonarme, por ayudarme a concluir la carrera y estar siempre presente en los pasos importantes que di.

A mi novia Yulitza, por el empuje y las ganas que siempre me da para hacer todas las cosas bien y por haberme ayudado en la sustentación y presentación de este proyecto, sin ti hubiera demorado un par de años más en hacer todo esto.

A mi gran Amigo, el Dr. Angel Anibal Mamani Ramos, por brindarme su amistad, por haber compartido sus conocimientos y de su tiempo, que es lo más valioso.

A los docentes que me enseñaron muchas cosas valiosas durante los cinco años en mi preparación profesional en la Universidad Nacional del Altiplano – Puno.

A mis amigos, por todas las aventuras vividas, por su amistad y su grata compañía.

Al director, docentes, auxiliares y personal administrativo de la institución Educativa Secundaria “Comercial N°45” de la ciudad de Puno, por abrirme las puertas de la institución y brindarme todas las facilidades para la ejecución de mi proyecto.

## ÍNDICE GENERAL

|   |    |
|---|----|
| DEDICATORIA   |    |
| AGRADECIMIENTOS                                       |    |
| ÍNDICE DE TABLAS                                      |    |
| ÍNDICE DE ACRÓNIMOS                                   |    |
| RESUMEN .....   | 9  |
| ABSTRACT.....   | 10 |
| <br>  |    |
| <b>I. INTRODUCCIÓN</b>                                |    |
| 1.1 Planteamiento del problema de investigación ..... | 11 |
| 1.2. Formulación del problema .....                   | 13 |
| 1.2.1. Problema General .....                         | 13 |
| 1.2.2. Problemas Específicos.....                     | 13 |
| 1.3. Hipótesis de la investigación .....              | 14 |
| 1.3.1. Hipótesis general .....                        | 14 |
| 1.3.2. Hipótesis específicas .....                    | 15 |
| 1.4. Justificación del estudio .....                  | 15 |
| 1.5. Objetivos de la investigación .....              | 18 |
| 1.5.1. Objetivo general .....                         | 18 |
| 1.5.2. Objetivos específicos.....                     | 18 |
| <br>  |    |
| <b>II. REVISIÓN DE LITERATURA</b>                     |    |
| Antecedentes .....                                    | 19 |
| 2.1.Marco teórico .....                               | 20 |
| 2.1.1.Abandono deportivo .....                        | 20 |
| 2.1.2.Bajo rendimiento: .....                         | 20 |

|  |    |
|--|----|
| 2.1.3.Falta de diversión .....                   | 22 |
| 2.1.4.Escasa habilidad .....                     | 22 |
| 2.1.5.Influencia de otros .....                  | 24 |
| 2.1.6.Baja forma/interés .....                   | 25 |
| 2.1.7.Escasa atmósfera de equipo.....            | 27 |
| 2.1.8.Importancia de la práctica deportiva ..... | 28 |
| 2.2.Marco conceptual.....                        | 29 |
| <br>   |    |
| <b>III. MATERIALES Y MÉTODOS</b>                 |    |
| 3.1. Ubicación geográfica del estudio.....       | 31 |
| 3.2. Periodo de duración del estudio.....        | 31 |
| 3.3. procedencia del material utilizado .....    | 32 |
| 3.4. Población y muestra del estudio .....       | 32 |
| 3.5. Diseño estadístico .....                    | 33 |
| 3.6. Procedimiento .....                         | 34 |
| 3.7. Variable.....                               | 34 |
| 3.8. análisis de los resultados.....             | 34 |
| <br>   |    |
| IV. RESULTADOS Y DISCUSIÓN .....                 | 35 |
| V. CONCLUSIONES .....                            | 42 |
| VI. RECOMENDACIONES .....                        | 43 |
| VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....            | 45 |
| ANEXOS .....                                     | 60 |

**ÍNDICE DE TABLAS**

|  |    |
|--|----|
| <b>Tabla 1.</b> Población de estudio-análisis.....               | 33 |
| <b>Tabla 2.</b> Bajo rendimiento.....                            | 35 |
| <b>Tabla 3.</b> Falta de diversión.....                          | 36 |
| <b>Tabla 4.</b> Escasa habilidad.....                            | 37 |
| <b>Tabla 5.</b> Influencia de otros.....                         | 38 |
| <b>Tabla 6.</b> Baja forma/interés.....                          | 39 |
| <b>Tabla 7.</b> Escasa atmósfera de Equipo.....                  | 40 |
| <b>Tabla 8.</b> Porcentaje total de la escala de valoración..... | 41 |

## ÍNDICE DE ACRÓNIMOS

|          |  |
|----------|--|
| AF       | Actividad Física   |
| IES      | Institución Educativa Secundaria   |
| IESCN°45 | Institución Educativa Secundaria Comercial N°45                                  |
| CCAPDA   | Cuestionario de las Causas del Abandono de la Práctica Deportiva en Adolescentes |

## RESUMEN

La investigación tiene como objetivo determinar las principales causas del abandono de la actividad deportiva por parte de los estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Secundaria Comercial N°45 de la ciudad de Puno 2017. La investigación es de corte no experimental transeccional descriptivo, la selección de la muestra fue polietápica, compuesta por 117 alumnos que abandonaron la actividad deportiva totalmente. El instrumento que se aplicó fue el Cuestionario de Causas de Abandono de la Práctica Deportiva elaborado por Gould, feltz, Horn y Weiss (1982). El tratamiento estadístico se dio vía análisis descriptivo. Las conclusiones dieron como resultados: que el 38,5% de los estudiantes manifiesta al bajo rendimiento como causa poco importante, el 48,7% de los estudiantes manifiesta la falta de diversión como una causa algo importante, el 41,0% de los estudiantes, manifiesta la escasa habilidad como una causa poco importante, El 46,2% de los estudiantes, manifiesta la influencia de otros como una causa poco importante, el 59,8% de los estudiantes, manifiesta la Baja forma/interés como una causa algo importante, el 25,6% de los estudiantes, manifiesta la escasa atmósfera de equipo como una causa algo importante y el 65,0% de los estudiantes, manifiesta las causas del cuestionario, como causas algo importantes.

**Palabras Clave:** Abandono deportivo, adolescentes, causas y educación secundaria.

### ABSTRACT

The research aims to determine the main causes of the abandonment of sports activity by the students of the seventh cycle of the Commercial Secondary Educational Institution No. 45 of the city of Puno 2017. The research is non-experimental transectional descriptive, the The selection of the sample was multi-stage, composed of 117 students who left the sport completely. The instrument that was applied was the Questionnaire of Causes of Abandonment of Sport Practice elaborated by Gould, feltz, Horn and Weiss (1982). The statistical treatment was given via descriptive analysis. The conclusions gave as results: that 38.5% of the students declare the low performance as a little important cause, 48.7% of the students show the lack of fun as a cause something important, 41.0% of the students, manifests the low ability as an unimportant cause, 46.2% of the students, manifests the influence of others as an unimportant cause, 59.8% of the students, manifests the low form / interest as a cause Something important, 25.6% of the students, manifests the poor atmosphere of the team as a significant cause and 65.0% of the students, manifests the causes of the questionnaire, as something important causes.

**Keywords:** Abandonment of sports, adolescents, causes and secondary education.

## I. INTRODUCCIÓN

La presente investigación titulada Causas del abandono de la práctica deportiva en estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Secundaria Comercial N°45 de la ciudad de Puno, se buscó determinar las principales causas por las cuales los adolescentes terminan su compromiso con la actividad deportiva, siendo este un gran problema a nivel mundial en países desarrollados y en los que están en vías de serlo, siendo este uno de los problemas sociales que más aquejan los países a nivel mundial, presentando la falta de tiempo, los problemas con el entrenador, la falta de habilidad entre otros como las posibles causas del abandono de la práctica deportiva.

El presente trabajo de investigación se estructura de la siguiente manera:

En el capítulo I; se desarrolla la introducción y se da a conocer la problemática investigada en el presente trabajo.

En el capítulo II; se presenta la revisión de la literatura considerando los antecedentes, el marco teórico y conceptual.

En el capítulo III; se da a conocer la metodología, el diseño, tipo y método de investigación, la población de estudio, la técnica empleada y los instrumentos utilizados, también se muestran los resultados y discusión mediante tablas, las conclusiones, las recomendaciones, las referencias bibliográficas y anexos correspondientes.

### 1.1 Planteamiento del problema de investigación

Hoy día el abandono deportivo es un serio problema (Gonçalves, Figueiredo y Silva, 2007), que viene repercutiéndose principalmente en la etapa de la adolescencia (Evans, 2008; Macarro, Romero y Torres 2010; Nuviala y Nuviala, 2005), representando una de las mayores preocupaciones de salud pública en los países desarrollados como en aquellos

que están en vías de desarrollo (Guthold, Ono, Strong, Chatterji y Morabia, 2008; Huang, Ball y Franks, 2007).

Se ha correlacionado en los últimos años una baja práctica de actividad deportiva y física debido al avance de la tecnología, a pesar de que ha sido fundamental para el desarrollo de los países, ello no está exento, sin embargo, de problemas para la sociedad como el sedentarismo, paradójicamente, debido a las comodidades que nos ha brindado (García-Sandoval y Caracuel, 2007; Myer, Prakash, Froelicher, Partington, Atwood y 2002; Mora, Duda, Atienza, Mayo, Redberg, Whiteman, Flaws, Sharrett, Ruiz y García, 2003; Metter, Talbot, Schrage, Conwit y Skeletal, 2002). Este problema se agudiza principalmente en niños y adolescentes, que en las dos últimas décadas han sufrido un deterioro progresivo de su salud atribuido en gran medida a un estilo de vida sedentario (Huang, Ball y Franks, 2007; Jolliffe y Janssen, 2006).

Numerosas investigaciones demuestran que una adecuada práctica de actividad deportiva, nos pone en contacto con el mundo exterior, con el mundo del espacio físico y de los objetos, proporcionándonos la oportunidad de establecer relaciones sociales y contribuye al bienestar y calidad de vida en nuestra sociedad (Pollock, Dimmick, Kendrick y Linnerud, 1975; Bouchard, Shephard, Stephens, Sutton, y McPherson, 1990; Gaspar de Matos, Simoes, Fonseca, Reis, Canha, 1998; Gaspar de Matos y Sardinha, 1999 y Macarro, 2008).

A su vez, la actividad deportiva se relaciona con otros hábitos saludables, tales como hábitos de higiene corporal, alimentación equilibrada y descensos en el consumo de tabaco y alcohol (Casimiro, 2001; Castillo y Balaguer, 2001).

Es importante promocionar la deportiva en etapas tempranas (Torre, 2008), ya que debemos tener en cuenta que los niveles de actividad física y deportiva en edad escolar están relacionados con su posterior práctica en la etapa adulta (Tammelin, Näyhä, Hillas y Järvelin, 2003; Vanreusel, Renson, Beunen, Claessens, Lefevre, Lysens, Vanden y Eynde, 1997).

Conocer las causas del abandono de la práctica deportivo es también fundamental en el marketing dentro de los centros deportivos, ya que ayudará a mejorar la eficiencia y eficacia de estas, así como conseguir la fidelidad de los usuarios (Martínez y Martínez, 2009; Teva, 2012; Nuviala, Grao, Pérez y Nuviala, 2012).

Bajo esta premisa, es importante conocer las causas del abandono de la práctica de la actividad deportiva, ya que ayudará a padres, docentes, entrenadores, y empresas deportivas a que adolescentes tengan una vida saludable.

## **1.2. Formulación del problema**

### **1.2.1. Problema General**

¿Cuál es la principal causa de abandono de la práctica deportiva en los estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Secundaria Comercial N° 45 de la ciudad de Puno?

### **1.2.2. Problemas Específicos**

- ¿Cómo se presenta el bajo rendimiento en las causas de abandono de la práctica deportiva en los estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Secundaria Comercial N° 45 de la ciudad de Puno?
- ¿Cómo se presenta la falta de diversión en las causas de abandono de la práctica deportiva en los estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Secundaria Comercial N° 45 de la ciudad de Puno?

- ¿Cómo se presenta la escasa habilidad en las causas de abandono de la práctica deportiva en los estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Secundaria Comercial N° 45 de la ciudad de Puno?
- ¿Cómo se presenta la influencia de otros en las causas de abandono de la práctica deportiva en los estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Secundaria Comercial N° 45 de la ciudad de Puno?
- ¿Cómo se presenta la baja forma/interés en las causas de abandono de la práctica deportiva en los estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Secundaria Comercial N° 45 de la ciudad de Puno?
- ¿Cómo se presenta la escasa atmósfera de equipo en las causas de abandono de la práctica deportiva en los estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Secundaria Comercial N° 45 de la ciudad de Puno?
- ¿Cómo se presenta las causas presentadas de abandono de la práctica deportiva en los estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Secundaria Comercial N° 45 de la ciudad de Puno?

### **1.3. Hipótesis de la investigación**

#### **1.3.1. Hipótesis general**

La falta de diversión es la principal causa de abandono de la práctica deportiva por parte de los estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Comercial N° 45 Puno.

### 1.3.2. Hipótesis específicas

- La falta de diversión es una causa muy importante de abandono de la práctica deportiva por parte de los estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Comercial N° 45 Puno.
- La escasa habilidad es una causa poco importante de abandono de la práctica deportiva por parte de los estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Comercial N° 45 Puno.
- La influencia de otros es una causa algo importante de abandono de la práctica deportiva por parte de los estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Comercial N° 45 Puno.
- La baja forma/interés es una causa nada importante de abandono de la práctica deportiva por parte de los estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Comercial N° 45 Puno.
- La escasa atmósfera es una causa algo importante de abandono de la práctica deportiva por parte de los estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Comercial N° 45 Puno.
- Las causas presentadas son muy importantes de abandono de la práctica deportiva por parte de los estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Comercial N° 45 Puno.

### 1.4. Justificación del estudio

Resulta necesario al abordar el fenómeno del abandono deportivo y los distintos aspectos relacionados con el mismo, debemos comenzar definiendo de forma precisa dicho concepto. El abandono deportivo es un fenómeno que encontramos en numerosas ocasiones en las diferentes modalidades y especialidades deportivas. Tal ha sido su

importancia que se ha constituido como uno de los principales temas de estudio en el ámbito de la psicología de la actividad física y del deporte, justificándose así el gran número de investigaciones que comienzan a emerger al respecto a partir de la segunda mitad de la década de los 70 (Salguero, González, Tuero, y Márquez, 2003)

Como profesionales de Educación física debemos preocuparnos por los hábitos que toman los jóvenes y ver si estos son o no apropiados y si les proporcionará beneficios esperados para su desarrollo. Centrándonos en una educación deportiva de ellos, es importante promocionar la práctica deportiva. Para Roberts (1992) es importante poner énfasis en los hábitos que adquieren desde la infancia, ya que es más probable que los sujetos que comprendan y asimilen la importancia de la práctica deportiva, y practiquen deporte por diversión y satisfacción desde pequeños, trasladen esos sentimientos a su vida adolescente y adulta.

Según indican Weinberg y Gould (1996), estudios realizados en 1978 manifiestan que entre los trece y los dieciocho años de edad el 80 % de los jóvenes ha abandonado la práctica deportiva. Otros estudios más recientes tasan el abandono en torno al 35 % en la edad juvenil, lo que quiere decir que, de cada diez niños implicados, entre tres y cuatro abandonan al alcanzar entre los catorce y quince años. La adolescencia, tal y como señalan Tercedor (2001), se caracteriza por ser una etapa complicada para los jóvenes y delicada para sus hábitos. Es un período crucial en cuanto a la adquisición de hábitos y estilos de vida. Por tanto, este abandono deportivo que se da en plena adolescencia debe de ser motivo de estudio para los profesionales del ámbito. Uno de los motivos por los que se produce este cambio en dicha etapa, podría ser los cambios que experimentan los adolescentes en su desarrollo físico, mental, emocional y social. Para Luke (1991) dice que en la adolescencia, los sujetos se caracterizan por la gran influencia que el entorno ejerce sobre ellos, de manera que es importante que estén rodeados de modelos sociales

con hábitos saludables adecuados. Es necesario que se incluya la práctica de actividad física como rutina. Resulta interesante conocer los motivos de abandono y no práctica de estos adolescentes con el fin de intentar reconvertir estos elementos en inductores, facilitadores y fortalecedores de práctica de actividad físico-deportiva para la adquisición de un estilo de vida activo y su conservación a lo largo del ciclo vital (Moreno, 2005).

Lucke (1991), confirman la gran influencia que tienen las clases de Educación Física sobre la práctica deportiva, estableciendo una relación entre las experiencias vividas en estas clases con la práctica deportiva en actividades extraescolares. Las experiencias positivas en el área fomentarán la práctica fuera del horario escolar y generarán interés en los alumnos por el deporte. Sobre motivos de abandono deportivo, son muchos los estudios que evidencian que la falta de tiempo aducida por los estudios y el aburrimiento o pereza por la actividad constituyen los elementos de deserción más destacables en estos chicos y chicas (Petlichkoff, 1996).

En un estudio realizado por Arribas y Arruza (2004) se destacaron como principales causas de abandono de práctica de actividad deportiva en estos adolescentes, el aburrimiento y el desarme del equipo de pertenencia. Por tanto, resulta relevante seguir investigando en los motivos por los que no se practica o se abandona la actividad deportiva sobre todo en la etapa de la adolescencia, ya que vemos que en estas edades se definen la continuidad en la práctica deportiva, como se ha visto parcialmente en algunos estudios.

## 1.5. Objetivos de la investigación

### 1.5.1. Objetivo general

El objetivo general que persiguió la investigación fue: determinar las causas del abandono de la práctica deportiva en estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Secundaria Comercial N° 45 de la ciudad de Puno.

### 1.5.2. Objetivos específicos

- Describir el bajo rendimiento como causa del abandono de la práctica deportiva en estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Secundaria Comercial N° 45 de la ciudad de Puno.
- Describir la falta de diversión como causa del abandono de la práctica deportiva en estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Secundaria Comercial N° 45 de la ciudad de Puno.
- Describir la escasa habilidad como causa del abandono de la práctica deportiva en estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Secundaria Comercial N° 45 de la ciudad de Puno.
- Describir la influencia de otros como causa del abandono de la práctica deportiva en estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Secundaria Comercial N° 45 de la ciudad de Puno.
- Describir la baja forma/interés como causa del abandono de la práctica deportiva en estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Secundaria Comercial N° 45 de la ciudad de Puno.
- Describir la escasa atmósfera de equipo como causa del abandono de la práctica deportiva en estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Secundaria Comercial N° 45 de la ciudad de Puno.

## II. REVISIÓN DE LITERATURA

### 2.1. Antecedentes

Teva, Pérez, Grao, Tamayo, Nuviala y Nuviala (2014) en España, con el objetivo de conocer las causas por las que los usuarios abandonan los centros deportivos y homogeneizarlas en segmentos es de gran aplicación práctica; estudiaron a 642 personas que abandonaron un centro deportivo; finalizando en que los motivos económicos fueron la principal causa de abandono.

Biasizzo y Brusa (2002) en Argentina, con el objetivo de conocer las principales causas de abandono en la adolescencia. Se realizó una encuesta a 365 Alumnos de una Institución Educativa Secundaria, de 14 a 17 años de edad, practicantes y no practicantes de Actividad deportiva, teniendo como resultado que la mayor parte abandonó la práctica deportiva por debido a las presiones psicológicas.

Molinero, Salguero, Álvarez y Márquez, (2009) en España con el objetivo de analizar las razones para el abandono en 309 jóvenes practicantes de diferentes deportes en edades entre 14 y 18 años. Teniendo al finalizar como las razones más importantes tener otras cosas que hacer, las malas relaciones con el entrenador y la falta de espíritu de equipo.

Enoksen (2011) en Noruega, con el objetivo de conocer y analizar las causas del abandono de la práctica deportiva, realizó un estudio con 300 practicantes de atletismo encontrando a las frecuentes lesiones, el estancamiento del rendimiento, las demandas educacionales, y la falta de motivación fueron como las razones más señaladas por los deportistas.

Viquez y Araya (2007) En Costa Rica, con el objetivo de determinar las posibles causas que permiten explicar el abandono de la práctica deportiva de la natación, en ex nadadores costarricenses. 51 ex nadadores, 17 hombres y mujeres. Se les aplicó el Cuestionario de Causas de Abandono de la Práctica Deportiva, donde se obtuvo como principales causas las percepciones de escasa habilidad y de bajo rendimiento.

## **2.2.Marco teórico**

### **2.2.1. Abandono deportivo**

El abandono deportivo es aquella situación en la cual los sujetos han finalizado su compromiso explícito con una especialidad deportiva específica (Cervelló, 1996).

El abandono deportivo es un fenómeno que se puede dar en diferentes modalidades y especialidades deportivas (Salguero, González, Tuero, y Márquez, 2003).

En el Congreso Argentino de Pediatría, Actividad Física y Deportes, en 1999, describió y analizó el Abandono de la práctica Deportiva, definiéndolo como el fenómeno biológico producido por factores físicos, psicológicos y sociales, debido a una inadecuada estimulación en los distintos aspectos de la actividad deportiva.

### **2.2.2. Bajo rendimiento:**

La excesiva presión por parte de los entrenadores y otros adultos cercanos a ellos, comportamiento directivo, falta de reconocimiento al esfuerzo y progreso, por parte de padres y entrenadores, disminuye el compromiso deportivo y puede conducir al abandono de la práctica deportiva (García Calvo, Leo, Martín y Sánchez, 2008).

Los entrenadores cumplen un importante papel, para Cohn (1990), Roberts y Treasure (1995), éstos tienen un papel decisivo en la trayectoria de los atletas y, por lo tanto, son responsables por la alienación demostrada por los atletas.

De la misma forma, Macarro (2008) afirma que el papel del entrenador es esencial para favorecer tanto la continuidad de la práctica como para conducir al abandono, de ahí la necesidad de un asesoramiento psicológico al técnico.

Para Moreno (2003) en trabajos realizados ha demostrado que la agresividad del entrenador o la falta de éxito, repercute en el joven deportista.

El entrenador es un elemento muy condicionante, o más bien, su manera de focalizar la actividad, será la que determinará una mayor o menor predisposición de los adolescentes en la realización de actividades deportivas (Conroy y Coatsworth, 2006; Gallimore y Tharp, 2004; Mageau y Vallerand, 2003).

Conductas inapropiadas por parte del entrenador como disminuir el apoyo social y el feedback positivo, e incrementar un feedback orientado al castigo, conducen a consecuencias desadaptativas (Balaguer, Duda, Atienza, Mayo, Ruiz y García, 2002; Bartholomew, Ntoumanis y Thøgersen-Ntoumani, 2010; Smith Fry, Ethington y Li, 2005) como puede ser el cese de la práctica deportiva (Cervelló, Escartí y Guzman, 2007; Sarrazin, Vallerand, Guillet, Pelletier y Cury, 2002).

En cuanto al reconocimiento, Guillén (2003) señala que, para algunas personas, pertenecer a un equipo y ser aceptado por el grupo y por el entrenador, representa algo importante en sus vidas, esto ayuda en la autoestima del deportista, la falta de esta haría que el rendimiento del deportista sea bajo y esto lo lleve a abandonar.

### **2.2.3. Falta de diversión**

Moreno (2003), afirma que la mayoría de los adolescentes abandonan la práctica de la actividad deportiva, debido principalmente a la falta de diversión.

De esta manera se entiende que la falta o pérdida de motivación es también uno de los motivos que mayor peso tiene en la literatura, junto con la falta de tiempo y las lesiones (Cantallops, Ponseti, Vidal, Antoni y Palou, 2012).

En otro caso, el abandono por descontento o falta de diversión, caracteriza al atleta que no satisface sus necesidades con la actividad, y decide dejar de implicarse, dando lugar a otra actividad no deportiva (Durand, 1987).

Csikszentmihalyi (1990) y Guillén (2003) explican que cada persona necesita de cierta cantidad de estimulación o excitación, esto es, si hay poca estimulación la persona va en búsqueda de más; por el contrario, si la estimulación es excesiva, ésta se suspende.

Por ello, según Csikszentmihalyi (1990), explica la importancia de que los entrenadores conozcan bien a sus atletas, ya que algunos preferirán un nivel más alto de estimulación y, en otros casos, más bajo. Para este autor, los niveles de estimulación muy elevados pueden provocar estrés, causando sensación de cansancio, y provocando el cese de la actividad deportiva, por tanto lo ideal sería conseguir un nivel óptimo de estimulación en los atletas, que provoque un estado de equilibrio, sentimiento de que todo está yendo bien y la situación se encuentra controlada.

### **2.2.4. Escasa habilidad**

Uno de los motivos que hace que el joven deportista abandone la práctica del deporte es porque debe cumplir con las obligaciones familiares, profesionales o escolares

(generalmente, por falta de tiempo suficiente para compaginar todos los quehaceres), o simplemente porque otras actividades alternativas son temporalmente más atractivas (Jiménez, Cervelló y García Calvo 2006).

De la misma forma, Ruiz y García (2002), debido a sus estudios, afirman que a medida que se va avanzando en los niveles educativos el abandono que se produce es mayor por la cantidad de actividades diferentes al deporte que se deben realizar. Esto se da debido a que se acerca el cambio de estudios obligatorios a opcionales, al mundo laboral o al familiar, entre otros.

De esta forma, Cruz (1987) afirma que una de las variables fundamentales para continuar practicando la actividad deportiva o abandonarlo, es la percepción de habilidad que tiene uno mismo en un deporte concreto, además de sus éxitos y fracasos diarios.

Además, el sentirse útil, competente y exitoso, se ve como lo más relevante en el contexto deportivo en los adolescentes, debido a que en este ambiente, el atleta muestra sus capacidades, habilidades y destrezas, debido a que será visto por hinchas, padres y entrenadores que van a evaluar su rendimiento, en este sentido, lo que a la mayoría de adolescentes les importa, es la victoria (White, 1995). La falta de habilidad será un factor determinante en el abandono de la actividad deportiva en los adolescentes, quienes "están envueltos en un clima motivacional con fuertes claves de orientación egocéntricas" (Roberts, 1984).

### 2.2.5. Influencia de otros

Algunos significativos, que influyen dentro de la práctica deportiva en los adolescentes, son aquellas personas que sirven de un gran apoyo, es decir, los padres, familiares, amigos y entrenadores (Carlin, 2015).

Diversos estudios demuestran una estrecha relación entre las percepciones de los adolescentes sobre el interés de los padres hacia el deporte y los niveles de participación deportiva de los hijos (Brustad, 1996; Jowett y Timson-Katchis, 2005).

Los padres cumplen un rol de influencia fundamental en la práctica deportiva, de modo que la influencia que proporcionan al deportista acerca de su actuación personal, influye en la estructuración del clima motivacional que el deportista percibe (Gould, Lauer, Rolo, Jannes y Pennisi, 2008).

Un problema que llega a desencadenar el abandono de la práctica de actividad deportiva por parte de los jóvenes es la dura competencia que sufren hoy este tipo de actividades con otras actividades extraescolares de índole más académica (informática, idiomas, música...), en la mayoría de los casos pagadas por los padres, que consideran que estas actividades tienen una mayor funcionalidad para sus hijos (Torres, 2005).

De esta forma entendemos que son los padres los que, entre otros agentes sociales, pasan más tiempo con sus hijos y gozan de mayor influencia y cercanía, de tal modo que son un agente importante en la creación de un clima positivo de práctica deportiva (Nuviala, Ruiz y García, 2003). El pensamiento de los beneficios de la actividad física se expande en gran medida sobre los padres, de tal forma que el 94% de los padres consideran

conveniente que sus hijos participen en actividades deportivas extraescolares (Guerrero, 2000).

Los compañeros de equipo y amigos son un factor influyente dentro de la actividad deportiva, pues como se ha tratado, a menor edad, la influencia de la familia es más fuerte, pero en la adolescencia empieza a decaer cobrando terreno el grupo de amigos hasta llegar a invalidar casi por completo la influencia familiar; el grupo de amigos puede llegar a influir tanto en forma negativa como positiva (Weinberg y Gould, 1996).

Dentro de la práctica deportiva de las mujeres en la etapa de la adolescencia, los factores que influyen en el abandono son: los cambios en la personalidad y de los hábitos de vida durante esta etapa, también influye la opinión de la mayoría, la pérdida de fuerza del tutelaje de los padres y el fortalecimiento de la pandilla de amigas como grupo de referencia (García 1997).

#### **2.2.6. Baja forma/interés**

Existen algunos componentes de la demanda deportiva para niños y adolescentes que según Malina (1988), deben ser respetados y que se relacionan con los aspectos físicos, motores, perceptuales, sociales, emocionales, e intelectuales que pueden o no estar presentes, dependiendo de la fase de desarrollo del joven. Este desequilibrio presentado entre la demanda competitiva y los recursos personales podría conllevar consecuencias físicas (lesiones y dolores), psicológicas (problemas de orden emocional, alto índice de ansiedad, bajos niveles de motivación), figuraron entre las razones expuestas para el abandono deportivo (Boixadós, Valiente, Mimbrero, Torregrosa y Cruz, 1998).

Para Silva (1990) las excesivas cargas de entrenamiento (estrés del entrenamiento) a las que se someten los deportistas tienen como consecuencia la aparición de respuestas negativas a nivel psicofisiológico. La interacción de estas respuestas psicofisiológicas tiene, a corto plazo, un efecto negativo sobre el rendimiento en los entrenamientos, ante lo cual habitualmente los entrenadores incrementan los estímulos de entrenamiento, lo que trae como consecuencia, a medio y largo plazo, la aparición del sobreentrenamiento, lo cual puede llevar al abandono de la actividad deportiva.

El reconocimiento y la motivación extrínseca son también muy importantes en la práctica deportiva, y de esta forma los refuerzos positivos o negativos de personas que están directamente involucradas en el contexto deportivo, de manera que los refuerzos pueden ser tangibles como trofeos, medallas, becas de estudio o intangibles, como los elogios y el reconocimiento público (Weinberg, 1984).

En algunos casos, el abandono se puede dar debido a causas incontrolables, por ejemplo, cuando un deportista es excluido del equipo, cuando carece de medios económicos para continuar su actividad, cuando no cuenta con un club o equipo apropiado a su nivel, o cuando sufre una lesión seria que le obliga a abandonar. En estos casos, el deportista se ve forzado a dejar su práctica, aunque no estuviera predispuesto a hacerlo (Cervelló, 2002; Gould, 1987; Petlichkoff, 1992).

Hay reportes en los cuales se indica que la mayor incidencia de lesiones durante la práctica de actividades deportivas se presenta durante la etapa de la adolescencia y en muchos casos, lesiones graves que traen como consecuencia el abandono definitivo de la práctica deportiva (Carr, 2003).

Las lesiones pueden darse por diferentes motivos, entre los cuales tenemos:

**Factores hormonales:** menarquía tardía, la menarquía hipoestrogénica- hipotalámica, las alteraciones ovulatorias y los niveles de testosterona bajos son factores que alteran la osificación adecuada y pueden por ello predisponer a fracturas por estrés (Stanitski, 2003).

**Técnica deportiva:** la ejecución inadecuada de la técnica específica para cada deporte produce estrés exagerado, lesiones por uso excesivo o, incluso, lesiones agudas (Stanitski, 2003).

**Factores humanos:** presión de los padres, los entrenadores y la sociedad puede llevar a demandas físicas no razonables, producir una sobrecarga para el deportista e incrementar el riesgo de lesionarse. Son también importantes los compañeros de equipo, los oponentes y el árbitro (Bahr y Reeser, 2003).

### 2.2.7. Escasa atmósfera de equipo

El buen clima dentro del equipo será importante para obtener buenos resultados, así como para el buen desenvolvimiento de los deportistas individualmente, es importante que el entrenador propicie esta armonía, ya que en muchas ocasiones este es un gran motivo por los cuales deportistas abandonan sus equipos y luego abandonan la práctica deportiva por completo (Fraser-Thomas y Côté, 2009).

Roberts (1992) propuso un modelo motivacional en el que la variable respuesta (en este caso el abandono deportivo) era el resultado de la interacción de variables tales como la orientación del sujeto hacia el dominio de la tarea (metas de maestría), la demostración de mayor capacidad que la de los sujetos con los cuales compite (metas competitivas), la

percepción del clima motivacional (competitivo o de maestría) y la percepción de la capacidad (alta-baja).

Los compañeros de equipo son un factor influyente dentro de la actividad deportiva, pues es en la adolescencia en la práctica deportiva, donde los compañeros de equipo pueden llegar a influir tanto en forma negativa como positiva, dependerá mucho del clima motivacional en el que se encuentre el equipo (Weinberg y Gould, 1996).

### **2.2.8. Importancia de la práctica deportiva**

La práctica del deporte y la actividad física, (AF) es fundamental para el desarrollo físico y psicológico del ser humano, ya que puede reducir un buen número de problemas de salud (cardiovasculares, sobrepeso, etc.) y psicosociales (comunidades delincuentes, personas mayores, etc.), que en el transcurso del tiempo acarrea como consecuencias grandes gastos para los distintos gobiernos (García-Sandoval y Caracuel, 2007).

Se ha demostrado también que la práctica de esta aumenta la autoestima, creando un efecto positivo en el bienestar del sujeto practicante; por el contrario, el sedentarismo ha sido asociado con estados depresivos y problemas de salud (Sonstroem y Potts, 1996; Varo, Martínez y Martínez-González, 2003).

Edmunds, Ntoumanis y Duda (2007) señalan incluso que los sujetos con mayor adherencia a la práctica deportiva revelan una mayor satisfacción de la necesidad psicológica de relacionarse con los demás.

Por tanto, resulta evidente que la actividad física influye de manera positiva sobre las tres dimensiones de la salud (física, psicológica y social) establecidas por la Organización

Mundial de la Salud (1986), contribuyendo a la mejora de la calidad de vida de las personas.

No obstante, al considerar la práctica deportiva como un factor preventivo, e incluso terapéutico, es preciso analizar el tipo y cantidad recomendable para cada persona. Por tanto, se hace necesario programar adecuadamente el ejercicio físico para la salud, reconociendo sus valores educativos, sociales y sanitarios, aprendiendo cómo adoptar un estilo de vida sano y manteniendo un compromiso con la vida activa (Casimiro, 2001).

### 2.3.Marco conceptual

**Diversión:** Es cualquier actividad que estimule, incentive o de otra manera genere una condición de entretenimiento placentera al momento de realizar, dichas actividades sirven para entretener a los espectadores o a la misma persona que está reproduciendo la acción (Luke, 1991).

**Habilidad:** Es un sistema complejo de operaciones necesarias para la regulación de la actividad. Formar una habilidad para lograr un dominio de un sistema complejo de actividades psíquicas y prácticas, que son necesarias para la regulación conveniente de la actividad y de los hábitos que posee el sujeto (Patricksson, 1988).

**Influencia:** Es la capacidad otorgada para ejercer determinado control sobre alguien o algo. La influencia de la sociedad puede contribuir al desarrollo de la inteligencia, la afectividad, la asertividad, el comportamiento y, en sentido general, la formación de la personalidad, en el deporte puede contribuir al abandono o al compromiso de este (García 1997).

**Motivación:** Ya sea escolar o deportivo, se basa en aquellas cosas que impulsan a un individuo a llevar a cabo ciertas acciones y a mantener firme su conducta hasta lograr cumplir todos los objetivos planteados. La motivación, además, está asociada a la voluntad y al interés. En otras palabras, puede definirse como la voluntad que estimula a hacer un esfuerzo con el propósito de alcanzar ciertas metas. (González y Campos, 2010).

**Atmósfera:** Es el clima dentro del equipo, las emociones y el compañerismo que será importante en la obtención de los resultados, así como para el buen desenvolvimiento de los deportistas (Fraser-Thomas y Côté, 2009).

**Entrenadores:** Profesionales encargados de que los deportistas logren adaptarse a los ejercicios y a la metodología del día a día en los entrenamientos, también se encargan de que consigan los mejores puestos en las competiciones deportivas (Moreno, 2003).

**Deporte:** Lo define como diversión liberal, espontánea, desinteresada, expresión del espíritu y del cuerpo, generalmente en forma de lucha, por medio de ejercicios físicos más o menos sometidos a reglas. En esta definición aparecen los conceptos de ejercicio físico, lucha y reglas como características del deporte (Carlin, 2015).

**Adolescencia:** Es el periodo de la vida en el cual el individuo adquiere la capacidad de reproducirse, transita de los patrones psicológicos de la niñez a la adultez y consolida su independencia (OMS, 1986).

**Entrenamiento:** Este es un proceso sistemático dirigido al perfeccionamiento deportivo. Que pretende desarrollar optima mente la capacidad y disposición de juego y rendimiento de todos los jugadores y del equipo, teniendo en cuenta conocimientos teóricos experiencia, practica y todos los condicionamientos personales, materiales y sociales (Marcos,1994).

### III. MATERIALES Y MÉTODOS

#### 3.1. Ubicación geográfica del estudio

La Institución Educativa Secundaria Comercial N°45 se encuentra ubicada en el departamento de Puno, en la provincia de Puno y en el distrito del mismo nombre, en el Jr. Carabaya 154, Puno 21001.

#### 3.2. Periodo de duración del estudio

| Actividad   | Trimestres |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
|   | E          | F | M | A | M | J | J | A | S | O | N | D |
| Revisión de artículos y proyectos                       |            |   |   | x |   |   |   |   |   |   |   |   |
| Redacción del proyecto de investigación                 |            |   |   | x |   |   |   |   |   |   |   |   |
| Revisión del proyecto                                   |            |   |   |   | x |   |   |   |   |   |   |   |
| Presentación del proyecto                               |            |   |   |   | x |   |   |   |   |   |   |   |
| Aprobación del proyecto                                 |            |   |   |   |   | x |   |   |   |   |   |   |
| Aprobación de instrumentos                              |            |   |   |   |   |   |   | x |   |   |   |   |
| Presentación de solicitud para el permiso de ejecución. |            |   |   |   |   |   |   | x |   |   |   |   |
| Presentación en la institución                          |            |   |   |   |   |   |   | x |   |   |   |   |
| Primera encuesta a la población                         |            |   |   |   |   |   |   |   | x |   |   |   |
| Selección de la muestra                                 |            |   |   |   |   |   |   |   | x |   |   |   |
| Encuesta a la muestra                                   |            |   |   |   |   |   |   |   |   | x |   |   |
| Redacción del informe final                             |            |   |   |   |   |   |   |   |   | x | x |   |
| Presentación de resultados y sustentación               |            |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   | x |

### **3.3. Procedencia del material utilizado**

- Laptop.
- hojas de papel bond.
- Lapiceros.
- Impresora.

### **3.4. Población y muestra del estudio**

La población estuvo conformada por estudiantes (varones y mujeres), del VII ciclo de Educación Básica regular en la Institución Educativa Secundaria “Comercial N° 45” de la ciudad de Puno.

La selección de la muestra fue polietápica, donde participaron 117 alumnos, que abandonaron la actividad deportiva de forma total.

**Tabla 1****Población de estudio-análisis**

| Grado        | Sección | Número de<br>alumnos | Alumnos<br>encuestados | %           |
|--------------|---------|----------------------|------------------------|-------------|
| <b>3°</b>    | A       | 29                   | 15                     | 51,7        |
|              | B       | 28                   | 07                     | 25,0        |
|              | C       | 28                   | 06                     | 21,4        |
|              | D       | 28                   | 07                     | 25,0        |
|              | E       | 29                   | 00                     | 0           |
|              | F       | 28                   | 04                     | 14,2        |
| <b>4°</b>    | A       | 28                   | 22                     | 78,5        |
|              | B       | 28                   | 05                     | 17,8        |
|              | C       | 27                   | 04                     | 14,8        |
|              | D       | 28                   | 04                     | 14,2        |
|              | E       | 28                   | 04                     | 14,2        |
|              | F       | 28                   | 05                     | 17,8        |
| <b>5°</b>    | A       | 28                   | 11                     | 39,2        |
|              | B       | 28                   | 05                     | 17,8        |
|              | C       | 28                   | 04                     | 14,2        |
|              | D       | 27                   | 05                     | 18,5        |
|              | E       | 28                   | 05                     | 17,8        |
|              | F       | 29                   | 04                     | 13,7        |
| <b>Total</b> |         | <b>505</b>           | <b>117</b>             | <b>22.7</b> |

**3.5. Diseño estadístico**

La investigación fue de corte no experimental transeccional descriptivo (Hernández, Fernández y Baptista, 2014), donde se da a conocer las causas del abandono de la práctica deportiva por parte de los adolescentes.

### 3.6. Procedimiento

El instrumento que se aplicó fue el Cuestionario de Causas de Abandono de la Práctica Deportiva elaborado por Gould, Feltz, Horn y Weiss (1982). La validación para la contextualización del instrumento se dio mediante juicio de experto. El Dr. Angel Anibal Mamani Ramos, experto especialista en investigación y profesional de educación física. En este proceso se sugirió eliminar un ítem y agregar tres. Luego el instrumento fue aplicado a través de un ensayo piloto, donde se comprobó su funcionabilidad, y fue ese el instrumento que se aplicó a los sujetos en estudio.

### 3.7. Variable

Abandono de la práctica deportiva

### 3.8. análisis de los resultados

El resultado de la consistencia interna (Alpha de Cronbach) realizado en el estudio es de ,755, siendo estadísticamente significativa.

Para el análisis de datos se tomó en cuenta el análisis porcentual, apoyado en el Software Estadístico SPSS 23.

#### Estadísticas de fiabilidad

| Alfa de Cronbach | N de elementos |
|------------------|----------------|
| ,755             | 30             |

## IV. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

### 4.1. Bajo rendimiento

De acuerdo a la tabla 4.1., el 38,5% de los estudiantes de la Institución Educativa Secundaria (IES) Comercial N°45 manifiesta al bajo rendimiento como causa poco importante del abandono deportivo, el 35,5% algo importante, 14,5% nada importante, 10,3% importante y el 0,9% muy importante.

**Tabla 2**

#### Bajo rendimiento

|                 | Frecuencia | Porcentaje   |
|-----------------|------------|--------------|
| Nada importante | 17         | 14,5         |
| Poco importante | 45         | 38,5         |
| Algo Importante | 42         | 35,9         |
| Importante      | 12         | 10,3         |
| Muy importante  | 1          | 0,9          |
| <b>Total</b>    | <b>117</b> | <b>100.0</b> |

**Fuente:** resultados del CCAPDA aplicado a estudiantes de la IES-C45 de Puno, noviembre 2018.

Según los resultados en el bajo rendimiento, la presión por parte de los entrenadores y otros adultos cercanos a ellos, comportamiento directivo, falta de reconocimiento al esfuerzo y progreso, disminuye levemente la autoestima del deportista, el compromiso deportivo y el abandono de la práctica deportiva (García Calvo, Leo, Martín y Sánchez, 2008; Guillén, 2003).

#### 4.2. Falta de diversión

De acuerdo a la tabla 4.2., el 48,7% de los estudiantes de la IES Comercial N°45, manifiesta la falta de diversión como una causa algo importante del abandono deportivo, el 19,7% importante, 7,7% nada importante 14,5%, importante y el 4,3 muy importante.

**Tabla 3**

#### Falta de diversión

|                 | <b>Frecuencia</b> | <b>Porcentaje</b> |
|-----------------|-------------------|-------------------|
| Nada importante | 9                 | 7,7               |
| Poco importante | 23                | 19,7              |
| Algo Importante | 57                | 48,7              |
| Importante      | 23                | 19,7              |
| Muy importante  | 5                 | 4,3               |
| <b>Total</b>    | <b>117</b>        | <b>100,0</b>      |

**Fuente:** resultados del CCAPDA aplicado a estudiantes de la IES-C45 de Puno, noviembre 2018.

Según los resultados en la falta de diversión, de motivación y la poca estimulación o excitación por parte de profesores y entrenadores, disminuye moderadamente el compromiso de la práctica deportiva por parte de los adolescentes (Cantallops, Ponseti, Vidal, Antoni y Palou, 2012; Csikszentmihalyi, 1990; Guillén, 2003 y Moreno, 2003).

### 4.3. Escasa habilidad

De acuerdo a la tabla 4.3., el 41,0% de los estudiantes de la IES Comercial N°45, manifiesta la escasa habilidad como una causa poco importante, 40,2% algo importante, 12,2% importante y el 6,8 nada importante.

**Tabla 4**  
**Escasa habilidad**

|                 | <b>Frecuencia</b> | <b>Porcentaje</b> |
|-----------------|-------------------|-------------------|
| Nada importante | 8                 | 6,8               |
| Poco importante | 48                | 41,0              |
| Algo Importante | 47                | 40,2              |
| Importante      | 14                | 12,0              |
| <b>Total</b>    | <b>117</b>        | <b>100,0</b>      |

**Fuente:** resultados del CCAPDA aplicado a estudiantes de la IES-C45 de Puno, noviembre 2018.

Según los resultados en la escasa habilidad, la falta de tiempo para cumplir las obligaciones familiares, escolares, la cantidad de actividades diferentes al deporte que se deben realizar y la percepción de habilidad que tiene uno mismo en un deporte concreto, disminuye de manera leve el compromiso de la práctica deportiva (Cruz, 1987; Ruiz y García, 2002).

#### 4.4. Influencia de otros

De acuerdo a la tabla 4.4., El 46,2% de los estudiantes de la IES Comercial N°45, manifiesta la influencia de otros como una causa poco importante, 34,2% algo importante, 12,0% nada importante, 6,8%, importante y el 0,9 muy importante.

**Tabla 5**  
**Influencia de otros**

|                 | <b>Frecuencia</b> | <b>Porcentaje</b> |
|-----------------|-------------------|-------------------|
| Nada importante | 14                | 12,0              |
| Poco importante | 54                | 46,2              |
| Algo Importante | 40                | 34,2              |
| Importante      | 8                 | 6,8               |
| Muy importante  | 1                 | ,9                |
| <b>Total</b>    | <b>117</b>        | <b>100,0</b>      |

**Fuente:** resultados del CCAPDA aplicado a estudiantes de la IES-C45 de Puno, noviembre 2018.

Según los resultados en la influencia de otros, es decir, los padres, familiares, amigos y entrenadores, los cambios en la personalidad y de los hábitos de vida durante esta etapa, disminuye de manera leve el compromiso de la práctica deportiva (Carlin, 2015; Garcia 1997).

#### 4.5. Baja forma interés

De acuerdo a la tabla 4.4., el 59,8% de los estudiantes de la IES Comercial N°45, manifiesta la Baja forma/interés como una causa algo importante, 31,6% poco importante, 4,3% nada importante y 4,3% importante.

**Tabla 6**  
**Baja forma/interés**

|                 | <b>Frecuencia</b> | <b>Porcentaje</b> |
|-----------------|-------------------|-------------------|
| Nada importante | 5                 | 4,3               |
| Poco importante | 37                | 31,6              |
| Algo Importante | 70                | 59,8              |
| Importante      | 5                 | 4,3               |
| <b>Total</b>    | <b>117</b>        | <b>100,0</b>      |

**Fuente:** resultados del CCAPDA aplicado a estudiantes de la IES-C45 de Puno, noviembre 2018.

Según los resultados de baja forma/interés, las lesiones y dolores, las excesivas cargas de entrenamiento, la falta de reconocimiento y motivación extrínseca que forma los refuerzos positivos o negativos disminuye de manera moderada el compromiso de la práctica deportiva por parte de los adolescentes (Boixadós, Valiente, Mimbrero, Torregrosa y Cruz ,1998; Silva, 1990; Weinberg, 1984).

#### 4.6. Escasa atmósfera de equipo

De acuerdo a la tabla 4.6., el 25,6% de los estudiantes de la IES Comercial N°45, manifiesta la escasa atmósfera de equipo como una causa algo importante, 24,8% importante, 19,7% muy importante, 18,8%, poco importante y el 11,1 nada importante.

**Tabla 7**  
**Escasa atmósfera de equipo**

|                 | <b>Frecuencia</b> | <b>Porcentaje</b> |
|-----------------|-------------------|-------------------|
| Nada importante | 13                | 11,1              |
| Poco importante | 22                | 18,8              |
| Algo Importante | 30                | 25,6              |
| Importante      | 29                | 24,8              |
| Muy importante  | 23                | 19,7              |
| <b>Total</b>    | <b>117</b>        | <b>100,0</b>      |

**Fuente:** resultados del CCAPDA aplicado a estudiantes de la IES-C45 de Puno, noviembre 2018.

Según los resultados de escasa atmósfera de equipo, El mal clima motivacional del equipo que trae como consecuencia los malos resultados y la mala influencia de los compañeros de equipo, disminuye de manera moderada y hasta grave el compromiso hacia la práctica deportiva por parte de los adolescentes (Fraser-Thomas y Côté, 2009; Weinberg y Gould, 1996).

#### 4.7. Porcentaje total de la escala de valoración

De acuerdo a la tabla 4.7., el 65,0% de los estudiantes de la IES Comercial N°45, manifiesta las causas del cuestionario, como causas algo importantes, 30,8% poco importante, 1,7% nada importante, 1,7%, importante y el 0,9 muy importantes.

**Tabla 8**  
**Porcentaje total de la escala de valoración**

|                 | <b>Frecuencia</b> | <b>Porcentaje</b> |
|-----------------|-------------------|-------------------|
| Nada importante | 2                 | 1,7               |
| Poco importante | 36                | 30,8              |
| Algo Importante | 76                | 65,0              |
| Importante      | 2                 | 1,7               |
| Muy importante  | 1                 | ,9                |
| <b>Total</b>    | <b>117</b>        | <b>100,0</b>      |

**Fuente:** resultados del CCAPDA aplicado a estudiantes de la IES-C45 de Puno, noviembre 2018.

Según los resultados del porcentaje total de la escala de valoración de las causas de abandono de la práctica deportiva en adolescentes, el bajo rendimiento, la falta de diversión, la escasa habilidad, la influencia de otros, la baja forma/interés y la escasa atmósfera de equipo, disminuyen de manera moderada el compromiso de la práctica deportiva por parte de los adolescentes (Gould, Feltz, Horn y Weiss, 1982).

## V. CONCLUSIONES

**Primera:** El bajo rendimiento con 38,5%, se presenta como causa poco importante en el abandono de la práctica deportiva.

**Segunda:** La falta de diversión con 48,7%, se presenta como causa algo importante en el abandono de la práctica deportiva.

**Tercera:** La escasa habilidad con 41,0%, se presenta como causa poco importante en el abandono de la práctica deportiva.

**Cuarta:** La influencia de otros con 46,2%, se presenta como causa poco importante en el abandono de la práctica deportiva.

**Quinta:** La baja forma/interés con 59,8%, se presenta como causa algo importante en el abandono de la práctica deportiva.

**Sexta:** La escasa atmósfera de equipo con el 25,6%, se presenta como causa algo importante en el abandono de la práctica deportiva.

**Séptima:** Las causas presentadas con 65,0%, son algo importantes dentro del abandono de la práctica deportiva.

## VI. RECOMENDACIONES

**Primera:** A los padres de familia, reconocer la entrega y el esfuerzo por parte de los jóvenes deportistas, para que no abandonen la actividad de la práctica deportiva.

**Segunda:** A los padres de familia y entrenadores, motivar en todo momento a los deportistas, para que estos puedan satisfacer sus necesidades con la actividad deportiva.

**Tercera:** A los adolescentes, no dejar de practicar la actividad deportiva, ya que ayudará a que tengan una vida saludable.

**Cuarta:** A las ligas deportivas, gerencias deportivas regionales y municipales, padres de familia; se debe masificar la práctica deportiva, desde edades tempranas, bajo la supervisión de profesores y/o entrenadores calificados.

**Quinta:** A los padres de familia y entrenadores, mantener una buena interacción con los deportistas y evitar el sobreentrenamiento, para prevenir el abandono deportivo.

**Sexta:** A los profesores o entrenadores, es necesario propiciar un buen clima deportivo dentro del equipo, ya que esto ayudará a bajar en gran medida las tasas de abandono de la práctica deportiva por parte de los adolescentes.

**Séptima:** A los padres de familia, docentes y deportistas, tomar en consideración las causas presentadas para evitar la disminución de la práctica deportiva en los adolescentes.

## VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Adams, T. y Brynteson, P. (1992). A comparison of attitudes and exercise habits of alumni from colleges with varying degrees of physical education activity programs. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 63 (2), 147-152.
- Arribas, S. y Arruza, A. (2004). El abandono de la práctica de la actividad física y el deporte en jóvenes escolares de Guipúzcoa. En J. Díaz (Coord.), III Congreso Nacional de Deporte en edad escolar (pp. 365- 380). Dos Hermanas (Sevilla): Patronato Municipal de Deportes del Excmo. Ayuntamiento de Dos Hermanas.
- Bahr R, Reeser J. (2003). Injuries among world-class professional beach volleyball players. The Federation Internationale de Volleyball beach volleyball injury study. *Am J Sports Med.* 31, 119-125.
- Bakker, F. C.; Whiting, H. T. y Van der Brug, H. (1993). Psicología del deporte. Conceptos y aplicaciones. Madrid: Consejo Superior de Deportes y Morata, S. L.
- Balaguer, I. (1994). *Entrenamiento psicológico en el deporte*. Valencia: Albatros Educación.
- Balaguer, I., Duda, J. L., Atienza, F. L., y Mayo, C. (2002). Situational and dispositional goals as predictors of perceptions of individual and team improvement, satisfaction and coach ratings among elite female handball teams. *Psychology of Sport and Exercise*, 3, 293-308.
- Balaguer, I., Pastor, Y., y Moreno, Y. (1999). Algunas características de los estilos de vida de los adolescentes de la Comunidad Valenciana. *Revista Valenciana d'Estudis Autonòmics*, 26, 33-56.

- Bartholomew, K., Ntoumanis, N., y Thogersen-Ntoumani, C. (2010). The controlling interpersonal style in a coaching context: Development and initial validation of a psychometric scale. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 32, 193-216.
- Bianchi, S., y Brinnitzer, E. (2000). Mujeres adolescentes y actividad física. Relación entre motivación para la práctica de la actividad física extraescolar y agentes socializadores. *Revista Digital*, 26. Recuperado de: <http://www.efdeportes.com/efd26/adoles1.htm>
- Biasizzo, C. y Brusa, M. (2002). *Deserción deportiva en la adolescencia* (Tesis de Licenciatura). Universidad Abierta Interamericana Sede Rosario. Argentina.
- Boixados, M., Valiente, L., Mimbbrero, J., Torregrosa, M. y Cruz, J. (1998). Papel de los agentes de socialización en deportistas en edad escolar. *Revista de Psicología del Deporte*, 7(2), 295-310.
- Bouchard, C.; Shephard, R.; Stephens, T.; Sutton, J., y McPherson, B. (1990). *Exercise Fitness and Health*. Champaign: Human Kinetics.
- Brustad, R.(1996). Parental and peer influence on children's psychological development through sport. En F. L. Smoll y R. E. Smith (Eds.), *Children and youth in Sport - A Biopsychosocial Perspective* (pp. 112-155). Washington: Brown & Benchmark.
- Cantalops, J., Ponseti, F.J., Vidal, J., Antoni, P., y Palou, P. (2012). Adolescencia, sedentarismo y sobrepeso: análisis en función de variables sociopersonales de los padres y del tipo de deporte practicado por los hijos. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 21, 5-8.
- Carlin, M. (2015). El abandono de la práctica deportiva, motivación y estados de ánimo en deportistas. España: Wanceulen.
- Carr K. (2003). Musculoskeletal injuries in young athletes. *Clin Fam Pract.* 5, Pag 385-415.

- Casimiro, A. J. (2001). Efectos fisiológicos del ejercicio físico. En Actas del II Congreso Internacional de Educación Física y Diversidad (pp. 185- 199). Murcia: Consejería de Educación y Universidades.
- Castillo, I; Balaguer, I. (2001). Dimensiones de los motivos de práctica deportiva de los adolescentes valencianos escolarizados. *Apunts: Educación Física y Deportes*, 63, 22-29.
- Cecchini, J. A., Méndez, A., y Contreras, O. R. (2005). Motivos de abandono de la práctica del deporte juvenil. Cuenca, España: Ediciones de la Universidad de Castilla-La Mancha, 1ª Ed.
- Cervelló, E. M. (1996). La motivación y el abandono deportivo desde la perspectiva de las metas de logro (Tesis Doctoral). Universidad de Valencia.
- Cervelló, E. M. (2002). Abandono deportivo: Propuestas para favorecer la adherencia a la práctica deportiva. En J. Dosil (Ed.), *Psicología y rendimiento deportivo* (pp. 175-187). Ourense, España: GERSAM.
- Cervelló, E. M., Escarti, A., y Guzmán, J. F. (2007). Youth sport dropout from the achievement goal theory. *Psicothema*, 19, 65-71.
- Cervelló, M. (1995). La Motivación y el abandono deportivo desde la perspectiva de las metas de logro. Tesis Doctoral, Universidad de Valencia.
- Chillón, P. (2005). Efectos de un programa de intervención de educación física para la salud en adolescentes de 3º ESO. (Tesis doctoral). Universidad de Granada, España.
- Claessens, A., y Lefevre, J. (1998). Morphological and performance characteristics as drop-out indicators in female gymnasts. *Journal of Sports Medicine & Physical fitness*, 38(4), 305-309.

- Cohn, P. J. (1990). An exploratory study on sources of stress and athlete burnout in youth golf. *The Sport Psychologist*, 4(2), 95-106.
- Conroy, D. E., y Coatsworth, J. D. (2006). Coach training as a strategy for promoting youth social development. *The Sport Psychologist*, 20, 128- 144.
- Cruz, J. (1987). Aportaciones a la iniciación deportiva. Apunts: *Educación Física y Deportes*, 9, 10-18.
- Csikszentmihalyi, M. (1990). Flow: The psychology of optimal experience. New York: Harper & Row.
- D'Amours, Y. (1988). Activité physique: santé et maladie. Bibliothèque Nationale du Québec. Québec: Ed Québec/Amerique.
- Edmunds, J., Ntoumanis, N. & Duda, J. L. (2007). Adherence and wellbeing in overweight and obese patients referred to an exercise on prescription scheme: A self-determination theory perspective. *Psychology of Sport and Exercise*, 8, 722-740.
- Enoksen, E. (2011). Drop-out rate and drop-out reasons among promising Norwegian track and field athletes: A 25 year study. *Scandinavian Sport Studies Forum* , 2 , 19-43.
- Evans, K. (2008). Dropping out and hanging out: girls and organised sports participation. *Australasian Parks and Leisure*, 11(2), 44-48.
- Ewin, M. E. y Seefeldt, V. (1989). Participation and attrition patterns in American agency-sponsored and interscholastic sports: An executive summary. North Palm Beach, FL: Sporting Goods Manufactures's Association.
- Fan, L.; Gu, M.; Wang, H.; Yu, X.; Lu, M.y Wang, X. M. (2000). A nationwide survey on students' physical activities after school. *Sport Science*, 20 (2), 7-11.

- Fraser-Thomas, J., Côté, J. y Deakin, J. (2008). Understanding dropout and prolonged engagement in adolescent competitive sport. *Psychology of Sport and Exercise, 9*, 645-662.
- Fraser-Thomas, J., y Côté, J. (2009). Understanding adolescents' positive and negative developmental experiences in sport. *The Sport Psychologist, 23*, 3-23.
- Gallimore, R., y Tharp, R. (2004). What a coach can teach a teacher, 1975- 2004: Reflections and reanalysis of John Wooden's teaching practices. *The Sport Psychologist, 18*, 119-137.
- García Calvo, T., Leo, F. M., Martín, E., y Sánchez Miguel, P. A. (2008). El compromiso deportivo y su relación con factores disposicionales y situacionales de la motivación. *Revista Internacional de Ciencias del Deporte, 4*(12), 45-58.
- García M. (1997). Actitudes y comportamientos de la mujer granadina ante la práctica física de tiempo libre. Tesis Doctoral. Universidad de Granada.
- García Montes, M.E. (1998). *Actitudes y comportamientos de la mujer granadina ante la práctica física de tiempo libre* (Tesis Doctoral). Universidad de Granada.
- García-Sandoval, J. R., y Caracuel, J. C.(2007). La motivación hacia la práctica deportiva en adolescentes mexicanos: inicio, mantenimiento y abandono. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte, 2*(1), 41-60.
- Gaspar de Matos, M. y Sardinha, L. (1999). Estilos de vida activos e qualidade de vida. En L. Sardinha, M. Gaspar de Matos y I. Loureiro (Eds.), *Promocao da saúde. Modelos e práticas de intervencao nos âmbitos da actividade física, nutricao e tabagismo* (pp. 162-181). Lisboa: Facultad de Motricidad Humana.
- Gaspar de Matos, M.; Simoes, C.; Fonseca, S.; Reis, C. y Canha, L. (1998). *A saúde dos adolescentes portugueses*. Lisboa: Facultad de Motricidad Humana.

- Gonçalves, C., Figueiredo, A. y Silva, J. (2007) *Multidimensional analysis of dropout in youth basketball: 2-Year follow-up among Portuguese initiates. Children and exercise XXIV*. London: Routledge, 2004. p. 190-195.
- González, M., y Campos, A. (2010). La intervención didáctica del docente del deporte escolar, según su formación inicial. *Revista de Psicodidáctica*, 15(1), 101-120.
- Gould, D., Feltz, D., Horn, T. S., y Weiss, M. R. (1982). Reasons for attrition in competitive youth swimming. *International Journal of Sport Psychology*, 16, 124-140
- Gould, D. (1987). "Understanding attrition in children's sport". En D. Gould, y M. R. Weiss (Eds.), *Advances in pediatric sport sciences*. (pp. 61-86) Champaign, IL: Human Kinetics.
- Gould, D., Lauer, L., Rolo, C., Jannes, C. y Pennisi, N. (2008). The role of parents in tennis success: Focus group interviews with tennis coaches. *The Sport Psychologist*, 22, 18-37.
- Guerrero, A. (2000). Evolución del deporte en edad escolar en España, antecedentes, situación actual. En VV.AA. (2000) *I Congreso Nacional de deporte en edad escolar*, 21-62. Dos Hermanas Sevilla. Excmo. Ayuntamiento de Dos Hermanas.
- Guillén, F. (2003). *Psicopedagogía de la actividad física y el deporte*. Colombia: Kinesis.
- Guthold, R., Ono, T., Strong, K., Chatterji, S., y Morabia, A. (2008). Worldwide variability in physical inactivity: a 51-country survey. *American Journal of Preventive Medicine*, 34(6), 486-494.
- Guthold, R., Ono, T.; Strong, K.L.; Chatterji, S. & Morabia, A. (2008) "World wide variability in physical inactivity: A 51-country survey" *American Journal of Preventive Medicine*, 11(2), p. 44-48.

- Huang, T., Ball, G., y Franks, P. (2007). Metabolic syndrome in youth: current issues and challenges. *Applied Physiology, Nutrition and Metabolism*, 32(1), 13-22.
- Jiménez, M., Martínez P., Miró, E. & Sánchez, I. (2008). Bienestar psicológico y hábitos saludables. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 8(1), 185-202.
- Jiménez, R., Cervelló, E., y García Calvo, T. (2006). El Abandono Deportivo. En E. J. Garcés de los Fayos, A. Olmedilla y P. Vera (Ed.), *Psicología y Deporte* (pp. 52-61). Murcia, España: Diego Marín.
- Jolliffe, C., y Janssen, I. (2006). Vascular risks and management of obesity in children and adolescents. *Vascular Health and Risk Management*, 2(2), 171-187.
- Jowett, S., y Timson-Katchis, M. (2005). Social Networks in Sport: Parental Influence on the Coach Athlete Relationship. *Sport Psychologist*, 19(3), 267-287.
- Kerr, R.; Côté, J.; Hay, J. y Côté-Laurence, P. (1998). Changing attitudes and expectations in a university setting: a case study. *Physical Educator*, 55 (3), 160-168.
- Larson, B.V., y Steinman, R.B. (2009). Driving NFL fan satisfaction and return intentions with concession service quality. *Services Marketing Quarterly*, 30(4), 418-428.
- Llopis, D. y Llopis, R. (1999). Motivación y práctica deportiva. En G. Nieto E. J. Garcés de los Fayos (Eds.), *Psicología de la actividad física y el deporte*. Tomo I (pp. 127-134). Murcia: Sociedad Murciana de Psicología de la Actividad Física y el Deporte.
- Luke, M. (1991). Attitudes of young children toward physical education. *Canadian children*, 16 (2), 33-45.

- Macarro, J, Romero, C., y Torres, J. (2010). Motivos de abandono de la práctica de actividad físico-deportiva en los estudiantes de Bachillerato de la provincia de Granada. *Revista de Educación*, 353, 495-519.
- Macarro, J. (2008). Actitudes y motivaciones hacia la práctica de actividad físico deportiva y el área de educación física, del alumnado de la provincia de Granada al finalizar la E.S.O (Tesis doctoral). Universidad de Granada.
- Macarro, J., Romero, C., y Torres, G. (2010). Motivos de abandono de la práctica de actividad físico-deportiva en los estudiantes de Bachillerato de la provincia de Granada. *Revista de educación*, 353, 311-312.
- Macías, V., y Moya, M. (2002) Género y deporte. La influencia de variables psicosociales sobre la práctica deportiva de jóvenes de ambos sexos. *Revista de psicología social aplicada*, 17(2), 129-148.
- Mageau, G. A., y Vallerand, R. J. (2003). The coach–athlete relationship: A motivational model. *Journal of Sports Sciences*, 21, 881–954.
- Malina, R. (1988). Physical anthropology. En T. G. Lohman, A. F. Roche. Y R. Martorell (Eds.), *Anthropometric standardization reference manual* (pp. 99-102). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Mañas, M.A., Giménez, G., Muyor, J.M., Martínez-Tur, V., y Moliner, C.P. (2008). Tangibles as predictors of customer satisfaction in Sports services. *Psicothema*, 20(2), 243-248.
- Marcos, J. F. (1994): *Ejercicio físico, forma física y salud*. Madrid: Eurobook.
- Martens R. *Sport Competition Anxiety Test*. USA. Champaing IL: Human Kinetics. 1977.

- Martínez, J., y Martínez, L. (2008). La medición de la calidad percibida en servicios deportivos; un enfoque en primera persona. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*, 8(31), 244-255.
- Martínez, J.A. y Martínez, L. (2009) “A customer management model in sports services; a system dynamics approach”, *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*, 8(36), p. 431-453.
- Medbery, R. y Gould, D. (1998). Kids tell us what about swimming. Recuperado 31 abril, 2006, from <http://www.usaswimming.org/usasweb/DesktopDefault.aspx>.
- Metter EJ, Talbot LA, Schragger M, Conwit R. Skeletal (2002). Muscle strength as a predictor of all-cause mortality in healthy men. *J Gerontol A Biol Sci Med Sci* 359-65.
- Michaelson, G. (2006). Industry explores ways to keep more youth involved in sports. *Street & Smith's Sportsbusiness Journal*, 9(16), 22-23.
- Molinero, O., Salguero, A., Álvarez, E. y Márquez, S. (2009). Reasons for dropout in youth soccer: A comparison with other team sports. *Motricidad: European Journal of Human Movement*, 22 , 21-30.
- Mora S, Redberg RF, Cui Y, Whiteman MK, Flaws JA, Sharrett AR, et al (2003). Ability of exercise testing to predict cardiovascular and all-cause death in asymptomatic women: a 20-year follow-up of the lipid research clinics prevalence study. *JAMA*; 290:1600-7.
- Moreno, D. (2003). Aportación Psicológica al Rendimiento Deportivo en Edades Tempranas. Extraído el 25 de abril, 2008 de <http://www.deporte.ugr.es/alumnos/Mduvige/punto%202%20talentos.htm>.

- Moreno, J. A., Cervelló, E., y 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*, 8, 171-183.
- Moreno, J. A.; Rodríguez, P. L. y Gutiérrez, M. (1997). Intereses y actitudes hacia la Educación Física. Premio Nacional de Artículos sobre la Actividad Física y Deportiva, 2ª edición. Barcelona: C.O.P.L.E.F.C.
- Myers J, Prakash M, Froelicher V, Do D, Partington S, Atwood JE (2002). Exercise capacity and mortality among men referred for exercise testing. *N Engl J Med*; 346:793-801.
- Nieto, G. y J. Garcés de los Fayos, E. Psicología de la Actividad Física y el Deporte, Tomo I (pp. 203-213). Murcia: Sociedad Murciana de Psicología de la Actividad Física y el Deporte.
- Nuviala, A. Ruiz, F. García M. (2003). Tiempo libre, ocio y actividad física en los adolescentes. La influencia de los padres. *Retos, Nuevas Tendencias en Educación Física y Recreación*. 6: 13-20.
- Nuviala, A., y Nuviala, R. (2005). Abandono y continuidad de la práctica deportiva escolar organizada desde la perspectiva de los técnicos de una comarca aragonesa. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*, 5(19), 295-307.
- Organización Mundial de la Salud (1986). Carta de Ottawa (Canadá). Primera Conferencia internacional de promoción de la salud. Ontario: OMS.
- Palau, P., Ponseti, X., Gili, M., Borrás, P., y Vidal, J. (2005). Motivos para el inicio, mantenimiento y abandono de la práctica deportiva de los preadolescentes de la isla de Mallorca. *Apunts. Educación Física y Deportes*, 81, 5-11.

- Patricksson, G. (1988). Theoretical and empirical analyses of drop-outs from youth sports in Sweden. *Scandinavian Journal of Sports Sciences*, 10, 29-37.
- Petlichkoff, L. M. (1992). "Youth sport participation and withdrawal: Is it simply a matter of fun?" *Pediatric Exercise Science*, 4, 105-110.
- Petlichkoff, L. M. (1996). The drop-out dilemma in youth sports. En O. Bar-Or (Ed.), *the child and adolescent athlete*. (pp. 418-430). Cambridge, MA: Blackwell Scientific Publications, Inc.
- Piéron, M., Ruiz, F., García, M., y Díaz, A. (2008). Practical analysis on physical sports activities of OSE and OSPE students from the province of Almeria, Granada and Murcia, in Spain, according to a composition index of participation. *Fitness and Performance Journal*, 7, 52-58.
- Pollock, M. L.; Dimmick, J.; Miller, H. S.; Kendrick, Z. y Linnerud, A. C. (1975). Effects of mode of training on cardiovascular function and body composition of middle-aged men. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 7 (2), 139-145.
- Riewald, S.T. (2003). Strategies to prevent dropout from youth athletics. *New Studies in Athletics*, 18(3), 21-26.
- Roberts G.C. Achievement motivation in children's sport. En: *Advances in motivation and achievement*. USA. Editado por J.G.Nicholls. Greenwich CT: JAI Press. 1984. Vol. 3: 251-281.
- Roberts G.C. Motivation in sports and exercise: Conceptual constraints and conceptual convergence. En: *Motivation in Sports and Exercise*. USA. Editado por G.C.Roberts. Champaign IL: Human Kinetics, 1992. pp: 3-30.
- Roberts, G. C. y Treasure, D. C. (1995b). Motivational determinants of achievement of children in sport. *Revista de Psicología del Deporte*, 7(8), 123-134.

- Ruiz, J., y García, M. (2002). El abandono y la ausencia de práctica de actividad físico-deportiva de tiempo libre del alumnado de la universidad de Almería. Un estudio longitudinal. *efdeportes.com*, 8(47), 1-2. Recuperado de: <http://www.efdeportes.com>. Accesada el 25 de agosto del 2003.
- Salguero, A., González-Boto, R., Tuero, C. y Márquez, S. (2003). Identification of 223 dropout reasons in young competitive swimmers. *Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*, 224 Physical Fitness.
- Salguero, A., Tuero, C., y Márquez, S. (2003). Adaptación española del cuestionario de causas de abandono en la práctica deportiva: validación y diferencias de género en jóvenes nadadores. *Efdeportes.com*, 8(56), 1-1. Recuperado de: <http://www.efdeportes.com/efd56/aband.htm>
- Sarrazin, P., Vallerand, R., Guillet, E., Pelletier, L., y Cury, F. (2002). Motivation and dropout in female handballers: A 21-month prospective study. *European Journal of Social Psychology*, 32, 395-418.
- Segura, J.; Cebriá, J.; Casas, O.; Corbellá, S.; Crusat, M.; Escanilla, A.; Grau, G. y Sanromá, M. (1999). Hábitos de actividad física en estudiantes universitarios.
- Silva, J.M. (1990). An analysis of the training stress syndrome in competitive athletics. *Journal of Applied Sport Psychology*, 2, 5-20.
- Skard, O., y Vaglum, P. (1989). The influence of psychosocial and sport factors on dropout from boys' soccer: A prospective study. *Scandinavian Journal of Sports Sciences*, 11(2), 65-72.
- Smith, S. L., Fry, M. D., Ethington, C. A., y Li, Y. (2005). The effect of female athletes' perceptions of their coaches' behaviours on their perceptions of motivational climate. *Journal of Applied Sport Psychology*, 17, 170-177.

- Sonstroem, R., y Potts, S. (1996). Life adjustment correlates of physical selfconcepts. *Medicine and Science in Sports and Exercise*. 28(5), 619-625.
- Stanitski C. Overuse injuries in the skeletally immature athlete. *Orthopaed Sports Med*. 2003; 10: 703-711.
- Sthephens, T.; Jacobs, D. R. y White, C. C. (1985). A descriptive epidemiology of leisure-time Physical Activity. *Public health reports*, 100 (2), 147-158.
- Stratton, R. K. (1999). Coaching youth sports: Continuing to participate or dropping out. Recuperado el 05 abril, 2007, desde <http://academic.emporia.edu/ermlerka/ethics/week13.htm>.
- Stuntz, C. P. y Weiss, M. R. (2009). Achievement goal orientations and motivational outcomes in youth sport: The role of social orientations. *Psychology of Sport and Exercise*, 10, 255-262.
- Tammelin, T., Näyhä, S., Hillas, A., y Järvelin, M. (2003). Adolescent participation in sports and adult physical activity. *American Journal of Preventive Medicine*, 24, 22 – 28.
- Telford, A. (1998). Physical education teacher's dyadic interactions with high and low motor skilled students in secondary school. Microform Publications. Oregón: Universidad de Oregón.
- Tercedor, P. (2001). Actividad física, condición física y salud. Sevilla: Wanceulen.
- Teva, M., Pérez, R., Grao, A, Tamayo, J., Nuviala, R. y Nuviala, A. (2014). Abandono de usuarios en un centro deportivo español: segmentación. *Artigos Originais*, 20(2), p. 619-635
- Torre, E. (1998). La actividad físico-deportiva extraescolar y su interrelación con el área de Educación Física en el alumnado de enseñanzas medias. Tesis Doctoral. Granada: Universidad deGranada.

- Torres, J. (2005). Motivación y socialización en el deporte escolar. Nuevas perspectivas en la sociedad postmoderna. I Congreso Nacional de Deporte en edad escolar (pp. 112-147). Valencia: Fundación Deportiva Municipal.
- Tuero, C. y Salguero, A. (2001). El técnico deportivo y los deportes individuales: I. Su rol en la iniciación deportiva: Natación, saltos y waterpolo. *Revista de la Asociación Española de Técnicos de Natación*, 23, 20-25.
- Valderas, C., Ribelles, M., y Ordóñez, J. (2002). Estudio de la actividad física en alumnos de 3º y 4º curso de E.S.O. en la población de Puerto Real (Cádiz). *Revista de Ciencias de la Educación*, 18, 64-76.
- Vanreusel, B., Renson, R., Beunen, G., Claessens, A., Lefevre, J., Lysens, L., y Vanden Eynde, B. (1997). A longitudinal study of youth sport participation and adherence to sport in Adulthood. *International Review for the Sociology of Sport*, 32 (4), 373 – 387.
- Varo, J., Martínez, J., y Martínez-González, M. (2003). Beneficios de la actividad física y riesgos del sedentarismo. *Medicina Clínica*, 121(17), 665-672.
- Viquez, F. y Araya, G. (2007). Determinación de factores relacionados con el abandono de la práctica deportiva en ex nadadores costarricenses. *MHSalud*, 4(2).
- Weinberg, R. S. (1984). The relationship between extrinsic rewards and intrinsic motivation in sport. En J. M. Silva y R. S. Weinberg (Eds.), *Psychological Foundations of Sport Psychology* (pp. 177-187). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Weinberg, R. S. y Gould, D. (2001). *Fundamentos da psicologia do esporte e do exercício*. Porto Alegre: Artmed.
- Weinberg, R., y Gould, D. (1996). *Fundamentos de Psicología del Deporte y el Ejercicio Físico*. España: Editorial Ariel, S. A.

White, S. A. (1995). The perceived purposes of sport among male and female intercollegiate and recreational sport participants. *International Journal of Sport Psychology*, 26, 490-502.

# ANEXOS

**Matriz de consistencia**

**Título del proyecto:** Causas del abandono de la práctica deportiva en estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Secundaria “Comercial N° 45” de la ciudad de Puno 2017.

| PROBLEMA  | OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN   | HIPÓTESIS   | VARIABLE                                 | DISEÑO Y TÉCNICAS  | INDICADORES   |
|---|---|---|--|--|---|
| <p><b>Problema general:</b><br/>¿Cuál es la principal causa de abandono de la práctica deportiva en los estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Secundaria Comercial N° 45 de la ciudad de Puno?</p> <p><b>Problemas específicos:</b><br/>-¿Cómo se presenta el bajo rendimiento en las causas de abandono de la práctica deportiva en los estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Secundaria Comercial N° 45 de la ciudad de Puno?</p> | <p><b>Objetivo general:</b><br/>El objetivo general que persiguió la investigación fue: determinar las causas del abandono de la práctica deportiva en estudiantes del VII ciclo de la institución educativa secundaria Comercial N° 45 de la ciudad de Puno.</p> <p><b>Objetivos específicos:</b><br/>-Describir el bajo rendimiento como causa del abandono de la práctica deportiva en estudiantes del VII ciclo de la institución educativa secundaria Comercial N° 45 de la ciudad de Puno.<br/>-Describir la falta de diversión como causa del abandono de la</p> | <p><b>Hipótesis General:</b><br/>La falta de diversión es la principal causa de abandono de la práctica deportiva por parte de los estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Comercial N° 45 Puno.</p> <p><b>Hipótesis específicas:</b><br/>-La falta de diversión es una causa muy importante de abandono de la práctica deportiva por parte de los estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Comercial N° 45 Puno.<br/>-La escasa habilidad es una causa poco importante de</p> | <p>Abandono de la práctica deportiva</p> | <p><b>Tipo:</b><br/>Básica</p> <p><b>Diseño:</b><br/>Descriptivo simple</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block; margin: 10px 0;">M - O</div> <p><b>Instrumento:</b><br/>Encuesta</p> | <p>1. No me gusta la presión.<br/>2. No me gustaba el entrenador.<br/>3. No obtenía suficiente reconocimiento.<br/>4. No era apreciado.<br/>5. No era popular.<br/>6. No me divertía lo suficiente.<br/>7. Quería practicar otro deporte.<br/>8. Era aburrido.<br/>9. No era lo bastante excitante.</p> |

|   |  |  |   |  |
|---|--|--|---|--|
| <p>-¿Cómo se presenta la falta de diversión en las causas de abandono de la práctica deportiva en los estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Secundaria Comercial N° 45 de la ciudad de Puno?</p> <p>-¿Cómo se presenta la escasa habilidad en las causas de abandono de la práctica deportiva en los estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Secundaria Comercial N° 45 de la ciudad de Puno?</p> <p>-¿Cómo se presenta la influencia de otros en las causas de abandono de la práctica deportiva en los estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Secundaria Comercial N° 45 de la ciudad de Puno?</p> | <p>práctica deportiva en estudiantes del VII ciclo de la institución educativa secundaria Comercial N° 45 de la ciudad de Puno.</p> <p>-Describir la escasa habilidad como causa del abandono de la práctica deportiva en estudiantes del VII ciclo de la institución educativa secundaria Comercial N° 45 de la ciudad de Puno.</p> <p>-Describir la influencia de otros como causa del abandono de la práctica deportiva en estudiantes del VII ciclo de la institución educativa secundaria Comercial N° 45 de la ciudad de Puno.</p> | <p>abandono de la práctica deportiva por parte de los estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Comercial N° 45 Puno.</p> <p>-La influencia de otros es una causa algo importante de abandono de la práctica deportiva por parte de los estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Comercial N° 45 Puno.</p> <p>-La baja forma/interés es una causa nada importante de abandono de la práctica deportiva por parte de los estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Comercial N° 45 Puno.</p> | <p><b>ESCALA:</b></p> <p><b>1</b><br/>NADA IMPORTANTE</p> <p><b>2</b><br/>POCO IMPORTANTE</p> <p><b>3</b><br/>ALGO IMPORTANTE</p> <p><b>4</b><br/>IMPORTANTE</p> <p><b>5</b><br/>MUY IMPORTANTE</p> | <p>10. Tenía otras cosas que hacer.</p> <p>11. No era tan bueno como quería.</p> <p>12. No me gustaba competir.</p> <p>13. No ganaba lo suficiente.</p> <p>14. No me sentía bastante importante.</p> <p>15. No me gustaba estar en el equipo.</p> <p>16. No hacía nuevos amigos.</p> <p>17. Mis padres y amigos ya no querían que compitiera.</p> <p>18. No viajaba bastante.</p> <p>19. No me gustaban las recompensas.</p> <p>20. El médico me aconsejo abandonar.</p> |
|---|--|--|---|--|

|   |   |  |  |   |
|---|---|--|--|---|
| <p>-¿Cómo se presenta la baja forma/interés en las causas de abandono de la práctica deportiva en los estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Secundaria Comercial N° 45 de la ciudad de Puno?</p> <p>-¿Cómo se presenta la escasa atmósfera de equipo en las causas de abandono de la práctica deportiva en los estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Secundaria Comercial N° 45 de la ciudad de Puno?</p> <p>-¿Cómo se presenta las causas presentadas de abandono de la práctica deportiva en los estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Secundaria Comercial N° 45 de la ciudad de Puno?</p> | <p>de la práctica deportiva en estudiantes del VII ciclo de la institución educativa secundaria Comercial N° 45 de la ciudad de Puno.</p> | <p>Institución Educativa Comercial N° 45 Puno.<br/>-Las causas presentadas son muy importantes de abandono de la práctica deportiva por parte de los estudiantes del VII ciclo de la Institución Educativa Comercial N° 45 Puno.</p> |  | <p>21. Por muerte o enfermedad crónica de un familiar cercano.<br/>22. El entrenamiento era muy duro.<br/>23. Mis habilidades no mejoraban.<br/>24. No estaba lo bastante en forma.<br/>25. No podía estar con mis amigos.<br/>26. No recibía bastantes recompensas.<br/>27. No competía lo bastante.<br/>28. Lesiones que me impidieron entrenar.<br/>29. No había trabajo en equipo.<br/>30. No había espíritu de equipo.</p> |
|---|---|--|--|---|

**CUESTIONARIO DE CAUSAS DE ABANDONO EN LA PRÁCTICA DEPORTIVA PARA ADOLESCENTES**

Universidad Nacional del Altiplano Puno

Facultad de Ciencias de la Educación

Escuela Profesional de Educación Física

|         |
|---------|
| CÓDIGO: |
|---------|

Datos personales

|  |                         |                |      |             |
|--|-------------------------|----------------|------|-------------|
| <b>Institución Educativa Secundaria</b>                    |                         |                |      |             |
| <b>Condición de la institución educativa donde estudia</b> | Pública ( ) Privada ( ) |                |      |             |
| <b>Grado</b>   |                         | <b>Sección</b> |      |             |
| <b>Fecha de nacimiento</b>                                 | Día:                    | Mes:           | Año: | <b>Edad</b> |
| <b>Sexo</b>  | Varón ( ) Mujer ( )     |                |      |             |
| <b>Fecha de aplicación</b>                                 | Día:                    | Mes:           | Año: |             |

Este cuestionario busca conocer las causas por las cuales abandonaste la práctica deportiva. Para lo cual, se presentan 31 ítems para que los leas atentamente y las respondas con sinceridad según sea el grado de importancia.

Para responder encierra dentro de un círculo al lado de cada ítem el número que más se acerque a tu valoración. La escala va del 1 al 5. Si fue MUY IMPORTANTE encierra el 5 y si no fue NADA IMPORTANTE encierra con un círculo el número 1. Las opiniones dudosas las contestas empleando el 2, 3 o el 4, según se acerque más al motivo por el que abandonaste la práctica deportiva.

No hay respuestas correctas ni incorrectas, no se trata de un examen. Recuerda que todo lo que expreses en este cuestionario será tratado de forma privada y confidencial, de ahí que te ruego que respondas con sinceridad.

|                 |                 |                 |            |                |
|-----------------|-----------------|-----------------|------------|----------------|
| 1               | 2               | 3               | 4          | 5              |
| NADA IMPORTANTE | POCO IMPORTANTE | ALGO IMPORTANTE | IMPORTANTE | MUY IMPORTANTE |

| CAUSAS DE ABANDONO                       | PUNTUACIONES |   |   |   |   |
|--|--------------|---|---|---|---|
| 1. No me gusta la presión.               | 1            | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 2. No me gustaba el entrenador.          | 1            | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 3. No obtenía suficiente reconocimiento. | 1            | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 4. No era apreciado.                     | 1            | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 5. No era popular.                       | 1            | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6. No me divertía lo suficiente.         | 1            | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 7. Quería practicar otro deporte.        | 1            | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 8. Era aburrido.                         | 1            | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 9. No era lo bastante excitante.         | 1            | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 10. Tenía otras cosas que hacer.         | 1            | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 11. No era tan bueno como quería.        | 1            | 2 | 3 | 4 | 5 |

**Tomado de:** Gould, Feltz, horn y Weiss (1982).

**Modificado por:** Franz Jonathan Limachi Velazco

|                            |                            |                        |                   |                           |
|----------------------------|----------------------------|------------------------|-------------------|---------------------------|
| <b>1</b>                   | <b>2</b>                   | <b>3</b>               | <b>4</b>          | <b>5</b>                  |
| <b>NADA<br/>IMPORTANTE</b> | <b>POCO<br/>IMPORTANTE</b> | <b>ALGO IMPORTANTE</b> | <b>IMPORTANTE</b> | <b>MUY<br/>IMPORTANTE</b> |

| CAUSAS DE ABANDONO  | PUNTUACIONES |   |   |   |   |
|---|--------------|---|---|---|---|
| 12. No me gustaba competir.                                 | 1            | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 13. No ganaba lo suficiente.                                | 1            | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 14. No me sentía bastante importante.                       | 1            | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 15. No me gustaba estar en el equipo.                       | 1            | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 16. No hacía nuevos amigos.                                 | 1            | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 17. Mis padres y amigos ya no querían que compitiera.       | 1            | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 18. No viajaba bastante.                                    | 1            | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 19. No me gustaban las recompensas.                         | 1            | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 20. El médico me aconsejó abandonar.                        | 1            | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 21. Por muerte o enfermedad crónica de un familiar cercano. | 1            | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 22. El entrenamiento era muy duro.                          | 1            | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 23. Mis habilidades no mejoraban.                           | 1            | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 24. No estaba lo bastante en forma.                         | 1            | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 25. No podía estar con mis amigos.                          | 1            | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 26. No recibía bastantes recompensas.                       | 1            | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 27. No competía lo bastante.                                | 1            | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 28. Lesiones que me impidieron entrenar.                    | 1            | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 29. No había trabajo en equipo.                             | 1            | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 30. No había espíritu de equipo.                            | 1            | 2 | 3 | 4 | 5 |

Tomado de: Gould, Feltz, horn y Weiss (1982).

Modificado por: Franz Jonathan Limachi Velazco

**“Año del diálogo y la reconciliación nacional”**

**Sr. Prof. David Vargas Yzaguirre**  
**Director de la “Institución Educativa Secundaria “Comercial N° 45”**

**SOLICITO:** Ejecución de Proyecto de Tesis

Yo, Franz Jonathan Limachi Velazco, identificado con DNI. N° 74059816 con domicilio legal en el Jr. 9 de Diciembre N° 226 de esta ciudad, Estudiante de la Escuela Profesional de Educación Física de la Universidad Nacional del Altiplano. Me dirijo a usted y expongo:

Que, mediante el presente tengo el agrado de dirigirme a usted, para enviarle un cordial saludo, así mismo solicito a usted, permita realizar la Ejecución de mi Proyecto de Tesis “Causas del abandono de la práctica deportiva en estudiantes del séptimo ciclo”, de muestra polietápica, en la institución que usted dignamente dirige.

**POR TANTO:**

Solicito a usted señor Director, ordenar a quien corresponda atender mi pedido por ser legal.

**Puno, 20 de Noviembre de 2018**



-----  
Franz Jonathan Limachi Velazco  
DNI: 74059816



2018 11-20

### Evidencias fotográficas



Franz Jonathan Limachi Velazco - I.E.S Comercial N° 45 Puno



Encuesta a los estudiantes de la I.E.S Comercial N° 45 de la ciudad de Puno



Llenado de la Encuesta por parte de los alumnos de la I.E.S. Comercial N° 45 Puno



Indicaciones referidas al cuestionario