

TITULO: “INDICACIONES METODOLÓGICAS VINCULADAS A LAS DIFERENCIAS DE GÉNERO EN LA COHESIÓN GRUPAL Y LA COMUNICACIÓN ORAL EN LAS CLASES DE EDUCACIÓN FÍSICA.”

AUTORA: M. Sc. ONIX EDELMA PESTANA MERCADER.

CORREO: onix.pestana@umcc.cu

RESUMEN

Se propone elaborar un conjunto de indicaciones metodológicas vinculadas a las diferencias de género manifiestas en la cohesión grupal y la comunicación oral con adolescentes en las clases de Educación Física.

Para dar cumplimiento al objetivo de investigación fue escogida una muestra compuesta por 60 alumnos, 30 de ambos sexos que cursan la enseñanza general en las Escuelas Secundarias Básicas “José L. Dubrocq” y “Generación del Centenario” de la provincia y municipio Matanzas, con edades comprendidas entre los 12 y 14 años; se contó además con 4 profesores de la especialidad, lo cual eleva la muestra investigada a 64 sujetos. Fueron seleccionados los métodos teóricos analítico – sintético, inductivo – deductivo y el histórico – lógico, así como los métodos del nivel empírico, de la observación y la encuesta. El procesamiento estadístico fue llevado a cabo en programa computarizado Excel, sobre plataforma de Windows, obteniéndose la sumatoria y los valores porcentuales; así como la Tabla de significación de Folgueira para la obtención de los porcentos de significación.

Los resultados alcanzados en la presente investigación permiten aceptar la hipótesis de trabajo; ya que una vez determinadas las diferencias manifiestas en ambos género en los aspectos psicosociales antes mencionados se pudieron cumplir los objetivos propuestos, pudiendo determinarse que el sexo femenino utiliza un mayor volumen de palabras para comunicarse siendo esta más amplia y variada en el contenido de sus mensajes, el sexo masculino manifiesta en la práctica mejor cohesión, sus mensajes son más directos y la eficiencia en las acciones técnico-tácticas.

INTRODUCCION

Finales del siglo pasado y comienzo de este, se ha desarrollado notablemente la investigación vinculada a la diferencia de género del ser humano – a partir del año 2000 se llevan a cabo trabajos multidisciplinarios conjuntos en numerosos países del mundo - y han sido publicados diversos artículos y libros científicos que apuntan hacia las características, en ocasiones diametralmente opuestas, que matizan las acciones, las percepciones y el sentir del hombre y la mujer, lo cual explica que se manifiesten en numerosos aspectos de forma totalmente distinta. Esta amplia producción científica sobre la temática no ha tenido una repercusión similar en el campo de la actividad física.

Es conocido que los profesores de Educación Física de experiencia que laboran con adolescentes de ambos sexos pueden obtener buenos resultados con los mismos. Pero también es una realidad que en numerosas ocasiones, estos mismos especialistas hacen referencia a las dificultades de trabajar con muchachas, por el reto que ello representa. Si en este caso se incorpora al frente del grupo un profesor joven y de poca experiencia, va a requerir de toda su habilidad y conocimientos para enfrentar la prueba y salir airoso, especialmente porque en los años de formación de la carrera como Licenciado en Cultura Física, hasta el curso académico pasado – 2005 – 2006, no recibió la información necesaria que le permita comprender las causas de las diferencias de género desde el punto de vista psicológico y psicosocial, que se traducen en conductas totalmente distintas entre grupos femeninos y masculinos y es por ello que tampoco posee conocimientos teórico - prácticos que pueda aplicar en la labor diaria, los cuales le sirvan de pauta al enfrentar las incidencias diarias del trabajo con sus alumnos.

La investigación aborda dos aspectos psicosociales y una disciplina en alumnos de octavo grado, con el fin de brindarles a los profesores de esta especialidad, indicaciones concretas a tener en cuenta en el trabajo cotidiano con los miembros de sus grupos, partiendo del **problema de investigación** siguiente: *¿Cómo apoyar el trabajo de los profesores de Educación Física ante las diferencias de género manifiestas en la cohesión grupal y la comunicación oral con adolescentes en las clases de Educación Física?*

Como fundamentación del problema señalado se pueden destacar tres argumentos:

En primer lugar se selecciona la cohesión grupal dentro de los aspectos esenciales de índole psicosocial, por ser un requerimiento básico para el buen desenvolvimiento de las acciones en los deportes colectivos, en especial el voleibol, programa este que se imparte en 8vo y 9no grados de la enseñanza secundaria; ya que, sin la unidad entre los miembros del grupo y el apoyo eficiente de unos a otros en función del éxito de cada acción en las clases y el deporte participativo, sin un reaccionar como un bloque monolítico en la defensa del balón y en las acciones de ataque en este deporte, no se pueden obtener resultados significativos.

En segundo lugar, se trabaja la comunicación oral por constituir una unidad dialéctica con la cohesión grupal, por lo que una no existe sin la otra. Sobre la base de la comunicación de todo tipo se desarrolla la cohesión y al propio tiempo, a mayor perfeccionamiento de dicha cohesión, la comunicación se hará cada vez más eficiente e inmiscuirá en la misma a todos los miembros del grupo.

Por último, la esencia de este trabajo se justifica porque, a partir de la caracterización de ambos aspectos en grupos de edades semejantes – la adolescencia, pero en diferentes sexos - se podrán constatar en la práctica diferencias típicas de actuación y a partir de este conocimiento, se podrán elaborar indicaciones concretas de carácter metodológico, que en manos de los profesores, facilitarán una mejor comprensión por su parte de la conducta de sus educandos conduciendo a un trato más adecuado, individual y colectivo; así como a una labor en general más eficiente vinculada por parte del profesor a las manifestaciones en la práctica de los aspectos psicosociales precisados, todo lo cual no se encuentra explicado en los actuales programas de Educación Física.

Se declara como **objeto de estudio** el proceso de atención psicopedagógica a las diferencias de género con adolescentes en las clases de Educación Física y se traza como **objetivo general** elaborar indicaciones metodológicas atendiendo a las diferencias de género vinculadas a la cohesión grupal y la comunicación oral con adolescentes en las clases de Educación Física.

En consecuencia con lo anteriormente planteado, se fija como **campo de acción** las indicaciones metodológicas derivadas de las diferencias de género en la cohesión grupal y la comunicación oral con adolescentes en las clases de Educación Física.

Se pretende demostrar la siguiente **hipótesis**: Si se determinan las diferencias de género manifiestas en la cohesión grupal y la comunicación oral con adolescentes en las clases de Educación Física, se podrán elaborar indicaciones metodológicas concretas para el mejoramiento de la atención psicopedagógica por parte de los profesores de esta asignatura, donde la **variable independiente** corresponde a la determinación de las diferencias de género manifiestas en la cohesión grupal y la comunicación oral con adolescentes en las clases de Educación Física, la **variable dependiente** a la elaboración de indicaciones metodológicas concretas para el mejoramiento de los aspectos antes mencionados por parte de los profesores de esta especialidad y como **variables de control** se encuentran los años de experiencia de los profesores, nivel académico, tiempo trabajando con el grupo, horario de clases de Educación Física, así como el sexo y edad de los alumnos.

De todo ello se derivan como **objetivos específicos** los que a continuación se exponen:

1. Determinar el nivel de expresión de la cohesión grupal de los sujetos estudiados atendiendo a las diferencias de género en la clase de Educación Física.
2. Caracterizar las diferencias de género en el nivel de expresión de la comunicación oral en la clase de Educación Física de los grupos investigados.
3. Elaborar un conjunto de indicaciones metodológicas dirigidas a los profesores de Educación Física que trabajan con adolescentes que tengan en cuenta las diferencias de género manifestadas por los mismos en las esferas de cohesión grupal y comunicación oral.
4. Constatar la pertinencia de las indicaciones metodológicas elaboradas.

Dichas orientaciones, no solo constituirán recursos útiles para los profesores de Educación Física de 8vo grado, sino que, a juicio de la autora, dicha utilidad puede ser extensiva a aquellos que laboren en otros niveles de enseñanza y ello constituye el **aporte práctico** del trabajo.

El **aporte teórico** radica en la constatación de las diferencias de género, manifestadas en los aspectos psicosociales señalados en una de las esferas de la actividad del ser humano – su participación en las clases de Educación Física - específicamente en la etapa de la adolescencia, dado que los resultados investigativos sobre esta interesante temática provienen de estudios en sujetos de ambos sexos y de variadas edades, donde no se especifican sus manifestaciones en un campo concreto de actividad.

La **novedad científica** se expresa en la creación de las mencionadas indicaciones metodológicas para un mejor trabajo del profesor de Educación Física, partiendo de la constatación de dichas diferencias típicas de actuación de los adolescentes de ambos género, ya que no se posee referencia alguna de que se halla realizado este tipo de estudio anteriormente.

Para cumplir con los objetivos de la investigación fueron seleccionados, los métodos teóricos, tales como el analítico – sintético, el inductivo – deductivo y el histórico – lógico, así como los métodos del nivel empírico de la observación, la encuesta y el criterio de especialistas, procesándose los datos obtenidos desde el punto de vista matemático y estadístico.

DESARROLLO

Los hombres y las mujeres perciben la realidad y reaccionan ante la misma de forma totalmente diferente, atendiendo a las características funcionales de su cerebro y a las manifestaciones psicológicas que se desprenden de ello. El conocer estas diferencias y su connotación en el trabajo con adolescentes constituye un paso importante para los profesores de Educación Física que persigan el perfeccionamiento constante de su labor y el alcance de mejores resultados con sus alumnos, ya que le permiten

comprender de forma más clara las actitudes que adoptan los mismos en la práctica cotidiana y así mismo, seleccionar de manera eficiente tareas específicas y formas de trato para con los mismos que contribuyan a una mejor atención a las diferencias individuales.

Para poder comprender la necesidad de adoptar como profesores una actitud consecuente ante las notables diferencias de carácter psicológico que tipifican al sexo femenino y masculino en el proceso de aprendizaje y perfeccionamiento motriz, así como en las clases de Educación Física, es conveniente partir del criterio esencial que señalan Bárbara y Allan Pease (2003), el cual, no por rotundo es menos cierto: *“Los hombres y las mujeres son distintos. Ni mejores ni peores, sino diferentes. Una de las pocas cosas que tienen en común es que ambos pertenecen a la misma especie, pero viven en mundos diferentes, con diferentes valores que corresponden a normas divergentes.”*¹. Esta realidad la sustentan a través del análisis histórico del desarrollo del ser humano.

Teniendo en cuenta los métodos seleccionados para dar cumplimiento a los objetivos trazados en la presente investigación, fueron obtenidos cuantiosos datos que a continuación se exponen y analizan.

1-) Resultados obtenidos de la aplicación de la observación de cohesión grupal:

Se inicia este análisis por la categoría *disciplina*, dentro de dicha observación, que es uno de los aspectos representativos de la cohesión grupal.

En la práctica se observa que en la mayoría de los ítems pertenecientes a esta categoría, de connotación negativa, la muestra femenina presenta comportamientos desfavorables, siendo sus valores porcentuales (en seis de los nueve contemplados), peores que los alcanzados por la muestra masculina, destacándose sobre todo el conversar cuando el profesor habla; aunque sí cumplen con las orientaciones recibidas.

También se destaca que los varones en ningún caso detenían las acciones o trabajaban a un ritmo menos intenso cuando el profesor no les miraba, ni discutían con los compañeros, mientras que varias de las alumnas (entre el 7 y el 13 % de éstas), cometían estos hechos.

Los varones, por su parte, hacen gestos de burla o irritación a las espaldas del profesor, cuando éste no les observa, realizan actos de irritación o intolerancia con otros compañeros, el 10 % no cumplen con las orientaciones recibidas y son más impuntuales que las alumnas al llegar a clase.

En sentido general la muestra femenina presentó mayores deficiencias en la categoría Disciplina, en comparación con los discípulos estudiados. Ninguno

de los ítems investigados presenta significación estadística, teniendo en cuenta la magnitud de la muestra.

La crítica a la actuación de otro u otros colegas se presenta muy poco en ambos grupos investigados y esto es un factor positivo que se presenta, dada la edad de los participantes en el trabajo.

Se destaca el grupo femenino en una autovaloración adecuada, tanto ante las acciones exitosas como las desacertadas, ya que logran el mayor valor porcentual, con cifras cercanas a la significación estadística, así como la tendencia de los varones (en un valor superior al 30% de la muestra) a alardear de sus éxitos individuales ante las acciones exitosas, aspecto éste que no se confronta en el sexo femenino.

Con relación a la propia *eficiencia en la ejecución* de las acciones individuales de carácter técnico - táctico, elemento de una buena cohesión grupal, los varones son mucho mejores que sus compañeras, posiblemente por su mejor coordinación óculo - manual y óculo - pedal, ya que las clases observadas correspondía a aquellas en donde se impartían los elementos del Voleibol, atendiendo al programa de Educación Física de la Escuela Secundaria Básica, ya que próximo al 60% de los alumnos fueron evaluados de "Bien".

Las acciones colectivas también fueron mejor evaluadas en la muestra masculina. Entre el 20 y el 25 % de las niñas se valoran como "Mal" en ambos aspectos.

Haciendo un resumen de los datos obtenidos en la observación a la cohesión grupal se puede afirmar que en esta muestra:

- Los varones son mejores en disciplina, comunicación y la eficiencia de las acciones individuales y colectivas.
- Las alumnas son mejores en autovaloración.

Ello permite afirmar que *el grupo masculino manifiesta en la práctica mejor cohesión* que sus compañeras de grado escolar dentro de las actividades de la clase de Educación Física, lo que constata las investigaciones que en sentido general se han llevado a cabo internacionalmente en los últimos años.

2) Resultados obtenidos de la aplicación de la observación comunicación oral:

Como se recuerda, la comunicación oral comprendió para su estudio de cinco categorías, las cuales serán analizadas también por separado, como en el caso anterior, atendiendo a los ítems que comprendieron. Cuando se analizan los resultados obtenidos en la categoría *volumen de la comunicación*, producto de la observación en las clases de esta esfera de la diferencia de géneros, se observa que son las chicas las que más conversan en clase con otra compañera, así como también, son las que más se comunican con el profesor durante el transcurso de la actividad docente.

Ya en el marco teórico de este trabajo se destacó la necesidad de comunicación verbal, gestual y con otros sonidos que poseen las mujeres en comparación con los hombres y su mayor área del centro del habla.

Para los profesores – no solo de Educación Física – la costumbre mayoritariamente femenina de conversar casi de forma constante, les influencia negativamente en ocasiones para el desempeño de su labor, pues les dificulta su concentración. En realidad, aquellos profesionales que trabajen con grupos femeninos o mixtos deberán brindar tan buenas actividades docentes, que atraigan la atención de las jóvenes a las acciones, evitando así que se distraigan tanto con conversaciones en clase, pero tomar estas manifestaciones comunicativas como faltas graves a la disciplina es un error, debido a la altísima necesidad de este género de comunicarse.

En relación con el *contenido del mensaje* las adolescentes superan a sus camaradas por un amplio margen y aunque los valores porcentuales que se encuentran no son muy elevados, las palabras de aliento, las críticas a la ejecución de otros, los comentarios ajenos a la clase, pero sobre todo las aclaraciones y comentarios de las propias acciones que realizan en la clase, matizan el contenido de los mensajes de las muchachas, a diferencia de los varones de su misma edad.

Se plantea, por otra parte, que las mujeres son mucho más expresivas que los hombres, sobre todo porque apoyan sus palabras con variados gestos y mímica facial. En este sentido el *apoyo gestual* del grupo femenino de la muestra apoyando sus expresiones, se destaca notablemente en comparación con sus compañeros de igual grado escolar, con valores de 81% en las niñas, altamente significativos desde el punto de vista estadístico coincidiendo – en este grupo de sujetos – con los criterios de la bibliografía consultada sobre la temática.

El grupo masculino supera al femenino en cuanto a mirar para otra parte cuando hablan con un compañero o profesor, también con alta significación estadística, lo cual no se justifica y es considerado de pésima educación. (Ver Gráfico 8). Sin duda este último aspecto también puede ser modificado favorablemente con la influencia de la familia, la escuela y demás elementos sociales.

También en las manifestaciones comunicativas que impliquen *apoyo afectivo* el grupo femenino se destaca muy por encima de sus compañeros de grado. Como se observa en el Gráfico 9, casi la totalidad de las muchachas manifiestan muy marcadamente su alegría o tristezas, no sienten temor o pena al mostrar lo que experimentan afectivamente, se expresan con mayor frecuencia – a través de gestos o de palabras – cuando son felicitadas o estimuladas por una buena ejecución por parte del profesor y se observa la exteriorización de sus vivencias afectivas positivas muy por encima de los varones en clase, muchas de las cuales son altamente significativas desde el punto de vista estadístico. Las manifestaciones de cariño entre las alumnas

son también significativas y muy superiores a las que se observan en el sexo contrario.

Los varones del grupo alcanzan valores notablemente inferiores en la esfera del apoyo afectivo con gestos y palabras en la comunicación. Independientemente de las formas de crianza culturalmente influenciadas de nuestro país, las cuales hacen que la mayoría de los adolescentes consideren una debilidad mostrar sus sentimientos ante los demás, exteriorizar ampliamente sus penas o alegrías a través de gestos y palabras, por lo que bloquean conscientemente la posibilidad de ser tan expresivos como sus compañeras de semejante edad, es un rasgo característico del género, que ya viene condicionado potencialmente producto de la masculinización funcional del cerebro del hombre y los datos que se alcanzan con esta muestra no han hecho más que reafirmar dicha aseveración.

En la categoría *forma del mensaje* las alumnas dan muchas vueltas a sus palabras para llegar al hilo central de lo que desean comunicar por lo que son notablemente indirectas, alcanzando un valor significativo en este ítem; los varones responden a las preguntas formuladas por el profesor en clase con una menor cantidad de palabras que las chicas, en ocasiones son demasiado breves en el momento de convertir en palabras sus criterios expresados verbalmente. Esto hace que organizar una discusión sobre una temática o problemática del grupo va a ser algo rápido de llevar a cabo con los varones, que se van a expresar mucho menos y de una forma más concisa y directa, el profesor sabrá rápidamente la esencia de sus criterios, mientras que con el grupo femenino la discusión será mucho más larga, pues todas las alumnas pueden tener bastante que expresar y además no irán directo al grano, sino que se irán por las ramas y será en ocasiones complejo comprender las verdaderas intenciones de sus mensajes o el eje central de sus opiniones.

Haciendo un resumen de la observación llevada a cabo en las clases de Educación Física a los adolescentes de ambos sexos se puede constatar entre lo más representativo lo siguiente:

Las alumnas:

- Presentan mayor volumen de comunicación (de connotación negativa, pues afecta el desarrollo de la clase) y es más amplio y variado el contenido de sus mensajes.
- Exteriorizan mucho más su alegría o disgusto con palabras y gestos, apoyando su comunicación oral con contacto físico y mirando a los ojos de su interlocutor cuando hablan.
- Manifiestan mayormente su cariño por sus compañeras, siendo indirectas en el mensaje comunicativo y emitiendo los mismos con mayor cantidad de palabras.

Los varones:

- Casi nunca acompañan su comunicación oral con contacto físico.
- No exteriorizan tanto su satisfacción o disgusto en la clase.
- Son en general desde el punto de vista afectivo menos expresivos.
- Son directos en su expresión oral, utilizan menor cantidad de palabras en sus mensajes, hablan mucho menos y no miran frecuentemente a los ojos de su interlocutor cuando expresan un criterio.

En sentido general se puede afirmar que en la muestra estudiada, a pesar de las connotaciones negativas que puede ocasionar la necesidad de expresar sus pensamientos y vivencias de los sujetos del grupo femenino, *son las alumnas las que presentan mejor desarrollo en la esfera de la comunicación oral*, lo que constata en gran medida las investigaciones llevadas a cabo por psicólogos a nivel mundial, dirigidas a precisar las diferencias de género del ser humano.

III. CONCLUSIONES

3.1. Conclusiones:

Después de haber concluido el análisis de los resultados de esta investigación, se arriban a las siguientes conclusiones:

1. Se comprueba la hipótesis de trabajo, ya que la determinación de las diferencias específicas de género constatadas en la cohesión grupal y la comunicación oral en adolescentes durante las clases de Educación Física, permitió elaborar indicaciones metodológicas concretas para el mejoramiento de la atención psicopedagógica por parte de los profesores de esta asignatura.
2. Las adolescentes estudiadas presentan una mejor autovaloración de sus posibilidades y logros durante las acciones de la clase.
3. Los varones de la muestra alcanzan mejores resultados en las categorías disciplina, comunicación en clase – por interrumpir menos con ello – y en la eficiencia en sus acciones.
4. En sentido general el grupo masculino investigado manifiesta en la práctica mejor cohesión que sus compañeras de grado escolar, coincidiendo esta afirmación con los planteamientos de la bibliografía publicada internacionalmente sobre las diferencias psicológicas entre el hombre y la mujer.
5. Las alumnas presentan mayor volumen de comunicación (de connotación negativa, pues afecta el desarrollo de la clase) y es más amplio y variado el contenido de sus mensajes.
6. Las adolescentes exteriorizan mucho más su alegría o disgusto con palabras y gestos, miran directamente al interlocutor cuando hablan y

manifiestan mayormente su cariño por sus compañeras que sus varones del grado.

7. Los mensajes comunicativos de los varones se caracterizan por ser directos y por la utilización de poca cantidad de palabras, mientras que las alumnas son indirectas en sus mensajes comunicativos y emiten los mismos con una mayor extensión.
8. Las adolescentes acompañan más frecuentemente su comunicación oral con contacto físico durante la clase, lo que reafirma lo aseverado en la bibliografía consultada, en comparación con los miembros del grupo masculino.
9. Las adolescentes exteriorizan ampliamente su satisfacción o disgusto y son mucho más expresivas desde el punto de vista afectivo en su comunicación oral.
10. En sentido general los sujetos de la muestra femenina presentan mayor desarrollo de la comunicación oral, lo que coincide con las investigaciones generales de diferencias de género consultadas.
11. En la gran mayoría de las categorías investigadas dentro de la cohesión grupal y la comunicación oral, los profesores encuestados mantienen una opinión que difiere de las conductas reales de los adolescentes, constatadas a través de la observación.
12. Los especialistas consultados corroboraron la pertinencia de las indicaciones metodológicas elaboradas para una atención psicopedagógica más eficiente a los adolescentes de ambos sexos vinculadas a las diferencias en ambos parámetros estudiados.

BIBLIOGRAFIA

1. ANÓNIMO (2005): *Aptitud física, Revista Digital Wanadoo.es*: Disponible en: <http://html.rincondelvago.com>.
2. ANÓNIMO (2005): *Concepto de Educación Física, Evolución y Desarrollo* Revista Digital Zahosim, Disponible en: <http://zahosim.iespana.es>.
3. ANÓNIMO. (2005): *Educación Física. Secundaria Canarias*, Revista Digital RCanaria.com, Disponible en: <http://www.educa.rcanaria.es>.
4. ANÓNIMO. (2005): *Fuerza. Revista Digital Personalesciudad.com*, Disponible en: <http://personales.ciudad.com>.
- 5- AUTORES, C. D. (1981): " *Pedagogía.*" La Habana, Pueblo y Educación 438p.p. 16.
- 6- AUTORES, C. D. (1981): " *Programa y Orientación metodológica de Educación Física de Octavo grado.* " Ciudad Habana, Editorial Deportes, 63 p.p. 42.
- 7- AUTORES, C. D. (1992): " *Temas de Psicología social.* " Conferencias para la carrera de Psicología de la Universidad de La Habana, Editorial Pueblo Y Educación, Ciudad Habana.

- 8- BELLO DÁVILA Z, C. F. J. C. (2003): " *Psicología social.*" La Habana, Editorial Félix Varela, 157p.p. 9.
- 9- BELLO DÁVILA Z, C. F. J. C. (2003): " *Psicología general.*" La Habana, Editorial Félix Varela, 187p.p. 17.
- 10- BORROTO, E. Y. C. (1992): " *Voleibol I.*" Ciudad de la Habana, Editorial Pueblo y Educación, 163 p.p. 9.
- 11- CABEZAS, M. M. (2005): *Beneficios psicológicos de la actividad física y el deporte.* Revista digital EFDeportes.com, Disponible en: <http://efdeportes.com>.
- 12- FRÖHNER, G. (2003): *ESFUERZO FÍSICO Y ENTRENAMIENTO EN NIÑOS Y JÓVENES.*, Revista Digital Paidotribo.com, Disponible en: <http://www.paidotribo.com>.
- 13- GARCÍA, L. D. (2003): " *Psicología del desarrollo. " Adolescencia y juventud. Selección de lecturas.* La Habana, Editorial Félix Varela, 489p.p.7.
- 14- GORBUNOV, G. D. (1988): " *Psicopedagogía del deporte.*" Ciudad Habana, Editorial pueblo y educación, 230p.
- 15- Hernández, M. A. (2002): *Concepto de Psicología del deporte.* Lecturas Educación Física y Deportes, Disponible en: <http://www.efdeportes.com>.
- 16- González, C. L. G. (2001): *Una Aproximación práctica a la Psicología del deporte,* Lecturas Educación Física y Deportes, Disponible en: <http://www.efdeportes.com>.
- 17- López, A. J. (2004): *Experiencia cubana en la formación de especialistas de psicología del deporte en la República del Salvador,* Disponible en: <http://www.efdeportes.com>.
- 18- MANUEL, R. R. (2005): " *Adaptación del organismo al ejercicio físico.* " Revista Digital Saludalia.com, 2000. Disponible en: http://www.saludalia.com/Saludalia/web_saludalia/vivir_sano/doc/ejercicio/doc/adaptacion_organismo_ef2.htm.
- 19- MARISCOTTI, A. R. (2005): *La valorización de la Educación Física en el Sistema Educativo,* Revista Digital EFDeportes.com, Disponible en: <http://www.efdeportes.com/efd38/valoref.htm>.
- 20- MATOS, O. C. (2005): *Aspectos esenciales para la preparación física general de los deportistas,* Revista Digital EFDeportes.com, 2000. [. Disponible en: <http://efdeportes.com/efd28/Aspect.html>.
- 21- MOLNAR, G. (2005): *¿Qué significa Condición Física?* Revista Digital Grupo huellas. com. Disponible en: http://www.grupohuellas.com/preparacion_fisica_condicion-fis.htm.
- 22- MORENO, R. P. (2003): " *Comunicación y sociedad.* " Selección de lecturas. La Habana, Editorial Félix Varela, 185p.p. 5.
- 23- PALACIOS N., S. L. (2005): *Beneficios de la actividad física sobre la salud.* Revista Digital Saludalia.com, 2000. Disponible en: http://www.saludalia.com/docs/Salud/web_saludalia/vivir_sano/doc/ejercicio/doc/doc_beneficios_actividad_fisica.htm.
- 24- PARRA, R. (2005): *Actividad física.* Revista Digital Monografías.com, Disponible en: <http://www.monografias.com/trabajos11/acfis/acfis.shtml#benef>.
- 25- PETROVSKI, A. V. (1986): " *Psicología general: Manual didáctico para los Institutos de Pedagogía.*" Moscú, Editorial Progreso, 422p. p. 216.
- 26- PETROVSKI, A. V. (1988): " *Psicología pedagógica y de las edades.*" La Habana, Editorial Pueblo y Educación, Sa. 416p. p.5.

- 27-**Ruiz Aguilera, A. (1989): " Metodología de la Educación Física. " Tomo- I. Ciudad de La Habana, Editorial Deportes, 210 p. p.89.
- 28-** SAÍNZ DE LA TORRE, N. *La llave del éxito. Preparación psicológica para el triunfo deportivo.* Puebla, Editorial Serna, BUAP, 2003.181p.
- 29-** SAÍNZ DE LA TORRE, N. (2003): " *Psicología de la Educación Física y el deporte.*" Material docente de la Maestría en Ciencias y Juegos Deportivos, 146 p.p. 13.
- 30-** SÁNCHEZ ACOSTA M., G. G. M. (2004): " *Psicología general y del desarrollo.*" Ciudad de La Habana, Editorial Deportes.
- 31-** SMIRNOV A. A. , L. A. N., RUBINSTEINS. L, TIEPLOV B. M. (1960): " *Psicología* ". S. A. México, D. F., Editorial Grijalbo, 571p. p. 73.
- 32-** TEJERA, A. (2005): *La resistencia en la infancia y pubertad,* Revista Digital Monografías. com. Disponible en:
<http://www.monografias.com/trabajos11/resistinf/resistinf.shtml>.