

**INFLUENCIA DEL PORRISMO EN LOS HÁBITOS DE ESTUDIO DE LOS
ADOLESCENTES PERTENECIENTES AL GRUPO CHEERS XTREME DE
ARMENIA QUINDÍO**

CARLOS ALBERTO TORRES GRANJA

2018

**INFLUENCIA DEL PORRISMO EN LOS HÁBITOS DE ESTUDIO DE LOS
ADOLESCENTES PERTENECIENTES AL GRUPO CHEERS XTREME DE
ARMENIA QUINDÍO**

**Trabajo para Optar al Título de
Magister en Educación y Desarrollo Humano**

CARLOS ALBERTO TORRES GRANJA

Maestrante

JHON FREDY ORREGO NOREÑA

Tutor

**MAESTRÍA EN EDUCACIÓN Y DESARROLLO HUMANO
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES Y HUMANAS
CENTRO DE ESTUDIOS AVANZADOS EN NIÑEZ Y JUVENTUD
CONVENIO UNIVERSIDAD DE MANIZALES - CINDE**

2018

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

En la actualidad, la educación en Colombia se ha convertido en una prioridad para la sociedad ya que a través de ella se ha percibido una opción para mejorar la prosperidad económica y social del país. En este sentido, la educación como actividad inherente al desarrollo de la sociedad y del ser humano se contempla como una herramienta que permite desplegar potencialidades, capacidades, construir calidad de vida y transformar realidades sociales.

En una resumida descripción de lo que sucede en Colombia, se menciona un informe publicado por la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico (OCDE, 2016) en donde se menciona que entre 64 naciones, Colombia es uno de los diez países con mayor número de estudiantes que presentan bajo rendimiento académico sobre todo en Matemáticas, Lenguaje y Ciencia. El informe revela que son aproximadamente cuatro millones de estudiantes con edad promedio de 15 años quienes están afectados por esta situación. Ante este contexto, el Ministerio de Educación Nacional (MEN) expresó que...

...respecto a los bajos resultados del país en los exámenes de ese año, la política se ha centrado en el mejoramiento de la calidad y equidad educativa, para lo cual se han emprendido y diseñado diversos programas y acciones como: Jornada Única, distribución de textos de alta calidad en colegios oficiales, las becas a docentes del magisterio, el fortalecimiento del Programa Todos a Aprender y la puesta en marcha del programa Ser Pilo Paga, entre otros (2013).

Con el ánimo de aportar a dicha situación, desde las instituciones educativas se convoca a los padres de familia y/o cuidadores para brindarles información sobre el comportamiento y el avance o resultado de los estudiantes, sin embargo, esta estrategia no ha sido tan efectiva porque los padres de familia y/o acudientes no llegan en la totalidad debido a múltiples circunstancias como lo es la desintegración familiar, cuidadores que se les dificulta o no se motivan a asistir a las instituciones educativas, trayendo como consecuencia la desinformación y poca colaboración en el proceso educativo. Así pues, la

falta de acompañamiento de los padres o de alguien que coopere en la orientación de la formación escolar es uno de los puntos clave, también como lo es la violencia intrafamiliar, falta de estrategias por parte de los docentes para motivar al aprendizaje a los estudiantes, bajos recursos económicos para comprar implementos o materiales que se requieren para la realización de algunos talleres en la institución, estos factores hacen que se presente el bajo rendimiento académico.

Otra opción, entre las estrategias que se utilizan desde las instituciones educativas para contribuir al rendimiento académico de los estudiantes, ha sido buscar apoyo en el área de la salud, remitiendo a los estudiantes a valoraciones e intervenciones con especialistas para que determinen desde este campo las situaciones por las cuales se puede originar el bajo rendimiento trayendo como consecuencia en muchos casos que terminan emitiéndose diagnósticos que finalmente rotula a los estudiantes en su contexto y/o recetándoles medicamentos que generalmente terminan afectando de una u otra manera la salud mental e interacción social.

En general, se observa entonces una preocupación por la búsqueda de estrategias y acciones que disminuyan las afectaciones que genera el bajo rendimiento académico en el proceso formativo, la búsqueda de generar espacios en donde exista para el estudiante un cercano acompañamiento que le permita asimilar, interiorizar y practicar hábitos de estudio adecuados que posteriormente se verán reflejados en los resultados académicos; un aprendizaje significativo utilizando estrategias que le faciliten su proceso formativo. Por consiguiente, los hábitos de estudio cobran gran importancia ya que ellos contribuyen en gran parte al éxito académico y la verdadera incorporación del conocimiento que posteriormente facilitará la aplicación de los aprendizajes al contexto en el que se desenvuelve cada persona en las diferentes etapas de su desarrollo vital.

En el país, la educación a través del tiempo viene teniendo grandes y diversas transformaciones con la vinculación de programas como todos a aprender, ser pilo paga entre otras; y estrategias como la jornada única, con las que se ha evidenciado la importancia que estas tienen en el aporte al bienestar y desarrollo económico y social de la nación; se tiene como objetivo ubicar al país como uno de los más educados de Latinoamérica; por esta razón, se ha visto la necesidad de la inversión económica para lograr un avance significativo que brinde una educación de calidad y no excluyente donde todos estén en igual de condiciones

para recibir conocimientos que alimenten la necesidad de aprender y brindar una educación para la vida. Como citan en el periódico el tiempo el 7 de diciembre de 2016, la especialista en educación de la división de educación del Banco Interamericano de Desarrollo (BID) María Soledad Bos, con relación a los avances de la educación en Colombia

...se ha logrado alargar el periodo de tiempo que los niños, niñas y adolescentes colombianos van a las instituciones educativas, y se ha garantizado que más niños y niñas ingresen al sistema desde edades más tempranas y continúen hasta la educación superior, en particular, entre los más desfavorecidos; también, se han introducido mecanismos de aseguramiento de la calidad y se han hecho esfuerzos para mejorar la profesión docente.

Es preocupante también observar que hoy en día existen muchos niños, niñas y adolescentes estudiantes que carecen de la motivación por el estudio, muchas de estas causas se dan no solo dentro de las instituciones educativas sino también por el contexto familiar o social. Bien lo indica Juan Carlos Bernal (2017), Director de Proyectos de la Fundación Dividendo por Colombia, quien nombra algunos factores de deserción como lo es el embarazo adolescente, el trabajo a temprana edad y la falta de conductas que se conciben a través de la realización de actividades culturales o deportivas que contribuyen con la incorporación de saberes a su estructura cognitiva que ofrece la educación formal. La descripción anterior da cuenta de la necesidad de implementar otro tipo de estrategias que armonicen con el proceso educativo y que permitan desde allí aportar en la formación de los estudiantes y que contribuyan en la disminución del bajo rendimiento académico y/o la deserción escolar. Dichas acciones deben caracterizarse para este caso, en el desarrollo de los hábitos de estudio a través de actividades lúdicas como lo es el arte, el deporte, entre otros, que sean del gusto y provecho de los jóvenes, que se caractericen por ser participativas y no impuestas para de esta manera contar con que se parte de la motivación y del interés.

A continuación se mencionan algunos beneficios en los cuales existe coincidencia entre los autores revisados: en manifestar que la práctica del deporte conlleva a lo siguiente:

1. Facilita y permite la inclusión del niño y/o adolescente a la sociedad.
2. Establece pautas que le enseñan al niño y/o adolescente a seguir normas.
3. Genera herramientas al niño y/o adolescente que le permiten fortalecer sus habilidades sociales.

4. Disminuye la impulsividad.
5. Permite crear concepciones vivenciales de la cooperación y el trabajo en equipo.
6. Estimula La coordinación.
7. Estimula la motricidad.
8. Aumenta el crecimiento.
9. Potencia la creación y regularización de hábitos adecuados.
10. Estimula la higiene y la salud física y mental.
11. Genera el reconocimiento de la aceptación de responsabilidades.

En este sentido, al observar que entre los deportes, el porrismo es una disciplina relativamente nueva en el país pero que así mismo se ha evidenciado su fortalecimiento al verse un incremento entre los jóvenes que lo practican, los resultados deportivos que se han logrado a nivel regional, nacional e internacional y que en las instituciones educativas se ha generado un espacio para que los niños, niñas y adolescentes participen representando sus colegios hay que sacarle mayor provecho a este espacio que se ha ganado el deporte en la malla curricular y concebir las habilidades y competencias que se desarrollan a través de la práctica del porrismo como una gran posibilidad de influencia en los hábitos de estudio que finalmente se reflejan en el rendimiento académico.

Con relación a lo anteriormente dicho, vale la pena destacar que los adolescentes porristas del Club Cheers xtreme de la ciudad de Armenia Quindío se han destacado por tener una gran exigencia desde la escuela de porrismo a nivel deportivo y académico, aspectos que generan en ellos disciplina y constancia en las diferentes actividades que realizan.

El porrismo es reconocido mundialmente como un deporte que conjuga como ya se ha dicho diversas habilidades y capacidades físicas por parte quienes lo practican. Es un deporte que permite ser practicado por personas de todas las edades, de todas las clases sociales y demás; ya que este deporte no discrimina sexo, edad, raza, inclinación religiosa, entre muchos otros aspectos que hacen diferentes a los integrantes de la sociedad.

De manera general, se puede expresar que el porrismo en los aspectos que mencionan los deportistas es que es un deporte que promueve compañerismo, honestidad, disciplina, constancia, perseverancia, buenas relaciones interpersonales, entre otras características que generan hábitos en los deportistas para ser aplicados en los diferentes contextos en donde ellos se desarrollan. Al observar a los deportistas que practican el porrismo, además de las

habilidades y competencias que ellos presentan, sumado a las exigencias que hace el club de porrismo con relación al rendimiento académico surge la siguiente pregunta: ¿Cuál es la influencia del porrismo en los hábitos de estudio de los adolescentes pertenecientes al grupo Cheers Xtreme de Armenia Quindío, 2018?

JUSTIFICACIÓN

La presente investigación se realiza con el fin de demostrar que efectos tiene el deporte sobre los hábitos de estudio, la pertinencia de la siguiente es que se cuenta con los deportistas del club para poder llevar a cabo la investigación, así poder dar la importancia que tiene esta práctica y tratar de combatir un problema muy común en la adolescencia que es el bajo rendimiento académico, la falta de motivación por aprender, evitar la medicación en los jóvenes viendo el deporte como alternativa. Hay distintas investigaciones que hacen referencia al deporte como una forma de mediar distintas problemáticas sociales, físicas, mentales y espirituales, lo novedoso de este estudio, es que se investigara con una disciplina deportiva diferente a lo convencional como el porrismo, el cual viene tomando fuerza no solo en el país también en diferentes partes del mundo y se está relacionado con los hábitos de estudio.

Los hábitos de estudio según Vinent (2006, p. 1) se definen como *“la continua repetición de un acto, que hace posible lograr resultados positivos en el aprendizaje y donde intervienen factores como el interés y la motivación interna del estudiante que aprende y que se manifiestan por el hecho, en primer lugar, de que los estudiantes hagan mal uso de ellos, y en segundo lugar, que carezcan de los mismos”*. Un componente relevante en definiciones como la que se acabó de mencionar es que se sustentan en el enfoque cognitivo, que se interesa en los procesos de percepción, interpretación, almacenamiento y evocación de la información. En este sentido los seres humanos son considerados como entes activos capaces de intervenir en su formación, siendo el aprendizaje un proceso activo que comprende el uso de estrategias que facilitan la incorporación de experiencias que se transforman en nuevas categorías y concepciones organizadas que amplían el conocimiento en una persona. Por lo anterior, se puede mencionar entonces que los hábitos de estudio que utiliza un estudiante en su proceso formativo son una buena fuente de información predictor del éxito académico.

A inicios de la etapa de primaria los estudiantes logran adquirir algunos hábitos de estudio, muchos de ellos de manera informal y progresiva ya que generalmente no se enseñan

directamente sino hasta más o menos el último ciclo de la etapa escolar. Al iniciar la etapa de secundaria, los estudiantes vivencian mayor exigencia escolar, lo que genera mayor esfuerzo de parte de ellos a comparación de la etapa anterior; por ejemplo, cursan un número mayor de asignaturas, los exámenes son más exigentes y se aplican con mayor frecuencia, entre otros.

Lo anterior, evidencia la importancia del uso de hábitos de estudio apropiados que faciliten el proceso de formación de los estudiantes lo cual como se ha mencionado impactaría en el rendimiento académico; y que más que utilizar estrategias lúdicas, en este caso el porrismo que podría generar un espacio que permita suscitar motivación y participación en los estudiantes que contribuyan a fortalecer dichos hábitos a través de una práctica constante y disciplinada que pueden de igual manera ser utilizados como estrategia en el ámbito educativo como lo es crear un plan de entrenamiento y/o de estudio, tomar descansos, realizar preguntas, aprender de los errores, practicar bajo condiciones de presión (exámenes y/o competencias deportivas), seguir lo que les apasiona, entre otros. Sustentado en lo anterior, es novedosa la realización del presente estudio ya que no se evidenciaron investigaciones en donde evidencien el porrismo como una estrategia que influye en los hábitos de estudio y que se reflejen en el rendimiento académico. Es útil y viable la investigación ya que se trabaja con una población que hace parte de una escuela privada donde se facilitará la obtención de la información mediante la aplicación del cuestionario HEMA, lo que permitirá cumplir con el objetivo propuesto en el presente estudio y se podrá determinar la influencia que tiene el porrismo en los hábitos de estudio, siendo este un gran aporte de conocimiento para la concepción que se tiene en el campo educativo y deportivo, especialmente del porrismo.

La viabilidad de realización del presente estudio se sustenta en el fácil acceso al recurso humano y material contando también con el consentimiento del propietario de la escuela de porrismo quien resalta y valora la información que se pueda obtener ya que son datos que le permitirán desde su escuela aportar al desarrollo integral de sus deportistas, y que además serviría de base para que otras escuelas de porrismo, las instituciones educativas y padres de familia y/o acudientes puedan ser conocedoras de aspectos quizás relevantes que benefician principalmente a los jóvenes deportistas, a sus familias y sociedad en general. Los resultados obtenidos podrían fomentar una nueva propuesta que no solo podrían manejarse

desde situaciones que a veces se tornan complejas o difíciles de lograr como se mencionó anteriormente (reuniones de padres, remisiones al sector salud, entre otras) las cuales serían apropiadas para ser tenidas en cuenta por las mismas instituciones que es el lugar donde junto a las escuelas deportivas pasan la mayor parte de tiempo los jóvenes deportistas.

El impacto esperado es reducir al máximo el índice de bajo rendimiento académico en los jóvenes de la ciudad de Armenia, inicialmente donde aparte de ellos los beneficiados serán sus familiares de forma directa por qué tendrán más opciones diferentes a la medicación para aportar en el proceso educativo de los niños, niñas y adolescentes que se relacione con alguna problemática de atención o concentración de forma indirecta los docentes los cuales pueden usar esta investigación para contribuir a mejorar los hábitos de estudio a sus estudiantes.

ANTECEDENTES

Los hábitos de estudio son un aspecto relevante para determinar el éxito académico, y se hace indispensable determinar estrategias o acciones que con base a múltiples investigaciones realizadas en el tema facilitan gracias a sus resultados identificar aspectos relevantes que permiten trascender en la identificación de dichas estrategias o acciones que proporcionan a las instituciones educativas, a la familia y a los propios estudiantes la realización de prácticas que conllevan al objetivo propuesto en la presente investigación. A continuación, se mencionan estudios internacionales y nacionales que aportan significativamente al logro de dicho objetivo, resaltándose que a nivel regional no se encontró información al respecto:

Internacionales

El estudio realizado por Sánchez-Alcaraz y Andreo (2015) en Murcia (España) el cual tituló “*Influencia de la práctica de actividad física extraescolar en el rendimiento académico de jóvenes escolares*” tenía por objetivo evaluar la influencia del nivel de actividad física extraescolar en el rendimiento académico en jóvenes escolares, analizando las diferentes asignaturas del currículo escolar y el género de los alumnos.

La muestra de la investigación estuvo compuesta de 148 alumnos (65 hombres adolescentes y 83 mujeres adolescentes), ($M = 10.77$.; $D.T. = .68$), que realizaban una media de 2.12 ± 1.65 horas de práctica física extraescolar a la semana. Para evaluar la actividad física de los estudiantes se utilizó el Test Corto de Actividad Física Crece Plus, la Escala de Actividad Física Comparativa y el Cuestionario de Actividad Física PACE. El rendimiento académico se evaluó a través de las calificaciones correspondientes a las notas finales del curso académico 2013-2014. Los resultados de este estudio concluyeron que los escolares presentan unos niveles medios de práctica semanal de actividad física, siendo superiores estos

valores en los hombres adolescentes frente a las mujeres adolescentes; y que estos niveles influyen en el rendimiento académico de los estudiantes.

Los resultados obtenidos en la presente investigación generan un gran aporte a la investigación principal ya que se evidencia la importancia de la actividad física en el rendimiento académico, por esta razón llama la atención el preguntarse si el porrismo influye en el mismo a través del fortalecimiento y organización principalmente de los hábitos de estudio. Entonces se revela que los hábitos de estudio cumplen un papel importante para determinar el éxito escolar.

En México se realizó un estudio que llevó por nombre “***Relación entre hábitos de estudio y rendimiento académico en estudiantes de primero básico***” realizado por Argentina (2013) en el Instituto Básico de Educación por Cooperativa en el cual se tenía por objetivo evaluar los hábitos de estudio de los alumnos del primero básico que asistían a dicho instituto. Se evaluaron a 80 estudiantes a través de la prueba psicométrica adaptada para Guatemala Iteca que evalúa el nivel de prácticas de hábitos de estudio entre los valores alto, medio y bajo. Los resultados fueron procesados y analizados por la significación y fiabilidad de medias independientes y en muestras normales y método compuesto de proporciones de las boletas aplicadas.

El estudio demostró objetivamente que la práctica de buenos hábitos de estudio influye en el rendimiento académico, de los buenos hábitos de estudio depende el éxito que se obtengan durante el recorrido estudiantil hasta la vida profesional. Estos resultados pueden considerarse como un gran aporte que sustenta la relación que existe entre hábitos de estudio y rendimiento académico, permitiendo inferir que si se logran adecuados hábitos de estudio en los participantes objeto de estudio muy probablemente lograrán el éxito académico a través de un rendimiento óptimo en las diferentes asignaturas que cursan del plan de estudio, es por esta razón que la investigación principal cobra importancia tratando de establecer la relación que tenga el porrismo como una estrategia que pueda influir en los hábitos de estudio.

Freire (2012) nombró su trabajo investigativo “***Los hábitos de estudio y su incidencia en el rendimiento académico de los estudiantes del Centro de Educación Básica***

Federación Deportiva de Cotopaxi, cantón la Maná, periodo lectivo 2011-2012". El presente trabajo asumió que los índices de reprobación se explican por dos factores; primero "por la falta de aplicación de técnicas de estudios por parte de los profesores", y segundo "por los inadecuados hábitos de estudio de los estudiantes". Con relación a este último, el trabajo plantea la investigación GG de los hábitos de estudio de alumnos en las diferentes áreas del conocimiento. Los resultados obtenidos manifiestan la existencia de la influencia directa del uso de los hábitos de estudio en el desempeño académico, pues permiten demostrar que la existencia del uso adecuado de hábitos de estudio incide de manera positiva en el rendimiento académico, contrario sucede al no hacer uso adecuado de ellos. Junto con el anterior antecedente se revela la gran importancia de crear estrategias que fortalezcan el uso adecuado en los estudiantes de los hábitos de estudio como una gran opción de mejora del rendimiento académico.

Cuadrado, Cañete, Díaz y Gómez (2011) realizaron el estudio: "*Efecto de la práctica deportiva reglada en el rendimiento académico en alumnos de E.S.O. de la provincia de Granada*". El objetivo de este estudio fue comprobar el efecto que tiene la práctica deportiva sobre el rendimiento académico de los estudiantes. Se halló que los alumnos que realizaban actividad física reglada obtuvieron mejores notas que aquellos que no realizaban ninguna actividad física reglada.

El estudio parte de la hipótesis de que la práctica deportiva reglada favorece el incremento del rendimiento académico de los alumnos que la realizan con regularidad. Finalmente los resultados obtenidos corroboran que los alumnos que realizan actividad física reglada obtienen mejores calificaciones en las diferentes asignaturas que cursan en el instituto. El resultado obtenido permite analizar que la práctica deportiva reglada es una variable que hay que tener en cuenta ya que su realización, además de reportar beneficios sobre la salud, favorece la mejora del rendimiento académico en el alumnado. Este hallazgo genera mayor inquietud y fortalece la investigación principal en la búsqueda de describir la relación entre el porrismo y los hábitos de estudio con miras a beneficiar a los jóvenes, padres de familia y/o cuidadores en el conocimiento de una nueva estrategia que favorezca el buen desempeño académico.

Kovacs, Gil del Real, Gestoso, López, Mufraggi y Palou (2008) realizaron la investigación “*Relación entre hábitos de vida y calificaciones escolares en adolescentes*”. El objetivo del estudio fue determinar la relación del tiempo viendo televisión, el tabaquismo y el consumo de alcohol con las calificaciones escolares de adolescentes de Mallorca, España. Se registraron datos sobre la práctica de deportes, el consumo de alcohol y tabaco, el tiempo que pasan ante el televisor y el número de asignaturas suspendidas en el último curso entre 7.361 escolares de 13 a 15 años de edad. El nivel socioeconómico de la familia se determinó a partir de los datos proporcionados por los padres de los adolescentes.

Mediante un análisis multivariante se identificaron las variables asociadas al hecho de presentar un mayor riesgo de suspender los estudios. Las variables que se revelaron como positivamente asociadas a un buen rendimiento académico fueron: practicar deportes a nivel competitivo; practicar deportes más de 2 veces por semana, y ser mujer.

En conclusión, entre los adolescentes, fumar, beber alcohol, tener más años, ser varón, ver televisión más de 2 h al día y proceder de un nivel socioeconómico más bajo están estrechamente asociados al fracaso escolar. Practicar deporte más de 2 veces por semana está asociado a un mejor rendimiento académico.

La presente investigación permite identificar que los hábitos de vida de una persona se relacionan con sus calificaciones escolares, así que podría ser una gran viabilidad investigativa la identificación del porrismo como deporte que exige disciplina, constancia, dedicación, orden, entre otros aspectos requeridos para su práctica como un deporte que además que aporta como hábito de vida saludable al ámbito escolar influenciando así mismo en hábitos de estudio adecuados para la obtención de buenas calificaciones.

Castillo y Sáenz-López (2007), titularon su estudio realizado en España “*Hábitos relacionados con la práctica de actividad física de las alumnas de la Universidad de Huelva a través de historias de vida*”. Allí destacan la práctica de actividad física como uno de los hábitos saludables más recomendados por numerosos expertos. Sin embargo, la población activa no llega al 40% y además el comienzo de los estudios universitarios coincide, en muchos casos, con el inicio del sedentarismo. Por su parte, la mujer sigue teniendo niveles de práctica deportiva inferiores al hombre. Con estos precedentes, se pretendió conocer y analizar los hábitos de práctica deportiva y relacionarlos con los estilos de vida de las alumnas

de la Universidad de Huelva. Para obtener datos de esta población, se diseñaron y aplicaron unas entrevistas en forma de historias de vida a cuatro alumnas con diferentes perfiles, para profundizar información acerca de sus hábitos de práctica de actividad física.

Entre los resultados obtenidos podemos destacar que las alumnas que practican actividad física tienen mejor autopercepción de su salud, organizan mejor su tiempo libre, y tienen mejores hábitos de alimentación. En cuanto a la forma de práctica, prefieren realizar actividad física no reglada, y acompañadas principalmente de los amigos. También reconocen la influencia de la familia. El abandono de la práctica de actividad física coincide con la entrada en la Universidad, justificándose en el poco tiempo que los estudios universitarios permiten para realizar sus prácticas deportivas. Por otro lado, la razón más importante por la que realizan actividad física es “por hacer ejercicio”.

El aporte para la investigación principal radica en destacar la importancia de la actividad física en los aspectos de salud, manejo del tiempo libre, y hábitos de alimentación. Características indispensables para que una persona, en este caso las adolescentes puedan rendir deportiva y académicamente. Considerándose el porrismo como una actividad que requiere además de componentes físicos también cognitivos que podrían influenciar en diferentes ámbitos de desenvolvimiento de una persona, entre ellos en el académico.

OBJETIVOS

General

Determinar la influencia del porrismo en los hábitos de Estudio de los adolescentes pertenecientes al grupo de porrismo Cheers Xtreme de Armenia Quindío, 2018.

Específicos

Describir las características socio-deportivas de los jóvenes estudiantes que hacen parte de la escuela de porrismo Cheers Xtreme.

Describir aspectos actitudinales y motivacionales a través del cuestionario hábitos de estudio y motivación para el aprendizaje (H.E.M.A.) en los porristas que actualmente cursan sus estudios.

Describir la relación de la práctica del porrismo con los hábitos de estudio utilizados por los porristas adolescentes.

MARCO TEORICO

Educación

Como se sustenta en la Ley General de Educación (Ley 115 de 1994) en el Artículo primero, el objeto de la ley es la educación como *“un proceso de formación permanente, personal, cultural, y social que se fundamenta en una concepción integral de la persona humana, de su dignidad, de sus derechos, y de sus deberes”*. Entonces se evidencia que la educación se ha convertido en una herramienta fundamental que influye en gran medida en el avance y progreso de las personas y la sociedad en general buscando fortalecer la cultura, el espíritu y los valores, mejorar los niveles de bienestar social y de crecimiento económico; nivelar las desigualdades económicas y sociales; propiciar la movilidad social de las personas; facilitar el acceso a mejorar los niveles de empleo; elevar las condiciones culturales de la población; ampliar las oportunidades de los jóvenes; vigorizar los valores cívicos y laicos que fortalecen las relaciones de las sociedades; permitir el avance democrático y el fortalecimiento del Estado de derecho; impulsar la ciencia, la tecnología y la innovación.

En concordancia con lo que dice la ley 115 se puede afirmar que la educación es un proceso continuo que se presenta dentro y fuera de las aulas de clase, es decir la educación no solo son las áreas o asignaturas, también es todo tipo de estímulo externo que recibe e interioriza el ser humano con el fin de usarlo para su diario vivir y/o preservar su vida. Así, Para el MEN (2003, p. 7) la educación es *“un factor primordial estratégico, prioritario, y económico de cualquier conglomerado humano. Así mismo es un derecho universal, un deber del estado y de la sociedad, y un instrumento esencial en la construcción de sociedades autónomas justas y democráticas”*.

En Colombia la educación es un derecho para el ser humano ya que por medio de ella se adoptan herramientas para conformar y conservar la sociedad; así mismo, a través de la educación se transmiten valores como: la responsabilidad, el respeto por sí mismo y por el otro, por la diferencia.

Peters (2011) define la educación como *“algo propio e inherente al hombre, debido a su necesidad constante de desarrollarse como ser humano”*. De ello, se puede inferir que la educación siempre se concibe en todo momento de la vida, cada experiencia por la cual cruza el ser humano es educación la cual hace que el hombre cambie algunas conductas y/o formas de percibir su entorno.

Al momento de hablar de educación debemos ver más allá de una definición o de algo que se concibe en un momento determinado, la educación trasciende a lo que es nuestro diario vivir desde que el niño está en el vientre de la madre, cada estímulo externo, cada emoción que tenga la madre son sensaciones que de una forma u otra están ya formando al niño para el mundo exterior.

Apoyando la siguiente idea se encuentra a Aristóteles quien dice que *“la educación nunca termina, pues es un proceso de perfeccionamiento y por tanto ese proceso nunca termina. La educación dura tanto como dura la vida de la persona”*.

En concordancia con lo anterior es pertinente pensar que todos vivimos un proceso de educación distinto ya que cada ser humano cruza por distintas experiencias o las perciben de diferente forma, cada experiencia educa porque es un estímulo significativo que queda grabado en su cerebro para saber que hacer o como pensar frente a una situación similar desde sus experiencias vividas por eso es válido afirmar que la educación es el medio por el cual se preserva la vida humana, ya que por medio de ella se desarrollaron mejores formas de comunicarse y así poder transmitir de mejor manera la información.

Hábitos de estudio

Basados en lo que menciona Vinent (2006) con relación a los hábitos de estudio, se puede abstraer que son conductas que se generan a través de pautas de comportamiento de tipo académico que si se emplean de manera adecuada ayudan a que se facilite el aprendizaje. Textualmente define los hábitos de estudio como:

La continua repetición de un acto, que hace posible lograr resultados positivos en el aprendizaje y donde intervienen factores como el interés y la motivación interna del estudiante que aprende y que se manifiestan por el hecho, en primer lugar, de que los estudiantes hagan mal uso de ellos, y en segundo lugar, que carezcan de los mismos (vol. 3 p. 1).

Cabe resaltar que muchas de las teorías que definen los hábitos de estudio se centran en un enfoque de carácter cognitivo, en donde la intención es explicar la manera en que un ser humano guarda, asimila e interpreta la información que recibe siendo éste capaz de intervenir en su propio proceso de formación, cómo tiene autonomía en la elección del tema de su interés y cómo puede aplicar estrategias desde sus experiencias para no solo retener la información, si no también apropiarse de ella.

Respaldando lo anterior encontramos a Wrenn (2003) quien expresa:

Los hábitos de estudio constituyen la disposición adquirida por el ejercicio constante de los individuos para aplicar acciones que le permiten leer, tomar apuntes, concentrarse, distribuir el tiempo y trabajar de manera efectiva (p.1.).

Para hacer un buen uso de los hábitos de estudio se debe tener disposición para recibir la información mediante el repaso, la toma de apuntes, participación activa en la clase en donde cada estudiante realiza un ritual o forma de procesar y repasar la información convirtiéndolo finalmente en un ejercicio constante y repetitivo que termina convirtiéndose en un hábito.

Según García- Huidobro (2000) *“Es la repetición del acto de estudiar realizado bajo condiciones ambientales de espacio, tiempo y características iguales. El hábito de estudio es el primer paso para activar y desarrollar la capacidad de aprender en los alumnos”*.

En concordancia con el concepto anterior se podría asumir que hábitos de estudios son una serie de rituales o actos previos para la presentación de un examen o repaso.

El concepto hábito según Correa (2003), es definido como una forma adquirida de actuar que se presentan automáticamente. El individuo que adquiere un hábito actúa sin necesidad de darse cuenta, de ahí que se ha dicho que no son otra cosa que un reflejo firmemente establecido. Entonces, se puede decir que a medida que una persona realiza el ejercicio de tomar apuntes, repasar, entre otras, se apropiará poco a poco de estas actividades convirtiéndolas en parte de su rutina diaria, lo cual si se da un uso apropiado tendrá buenos resultados a nivel cognitivo y social ya que estos hábitos al volverse cotidianos se utilizaran en cualquier contexto ya que los hábitos de estudio se construyen mediante la disciplina, constancia y perseverancia las cuales ayudan a que el individuo se convierta en una persona organizada a nivel físico y mental. Respaldando lo anterior se encuentra a Rondón (1991)

quien define los hábitos de estudio en la revista de investigación scientia como una serie de conductas que un estudiante repite constantemente ante el acto de estudiar.

Deporte

El deporte en la actualidad se analiza desde múltiples puntos de vista en el ámbito cultural y científico convirtiéndose en un tema de interés en la sociología, la filosofía, la biomecánica, la educación, la historia, entre otras. Hay gran coincidencia al manifestar que el deporte crea conductas en el ser humano las cuales facilitan la integración e interacción con diversas personas y generan diferentes experiencias las cuales contribuyen al desarrollo de la personalidad del individuo. Afirmando lo anterior se encontró a García Ferrando (1990):

El deporte abarca las distintas manifestaciones en diversos órdenes de nuestra sociedad, de manera que en los últimos años se habla de la industria deportiva como grupo diferenciado que ofrece actividades de distracción, entretenimiento, espectáculo, educación, pasatiempo y, en general, bienes y servicios relacionados con el ocio y la actividad física, competitiva y recreativa (p. 1).

Se puede inferir que el deporte es un fenómeno que atraviesa al ser humano en el aspecto emocional, social, educativo, entre otros. Al hablar de deporte se habla de un fenómeno muy complejo de definir, ya que entre más se indaga acerca de él, más información se encuentra. En una búsqueda por definir al deporte se toma como referencia a Paredes (2002) quien expresa que el término deporte es una de las palabras más polémicas, además de ser uno de los términos más fascinantes y complejos para muchos estudiosos.

El deporte en general se ha visto tornado en cambios en donde sus primeras concepciones estaban más relacionadas con la recreación, como una especie de pasatiempo en el cual se realiza ejercicios de forma voluntaria al aire libre, con el tiempo tuvo una nueva concepción diferente en la cual es vinculada con la actividad física vista como un juego de carácter amistoso o competitivo donde ya se habla que impacta en múltiples aspectos al ser humano creándose unas reglas de juego mediante la diversión impactando aspectos sociales y mentales. Según José María Cagigal (1985):

Deporte es aquella competición organizada que va desde el gran espectáculo hasta la competición de nivel modesto; también es cada tipo de actividad física realizada con el deseo de compararse, de superar a otros o a sí mismos, o realizada en general con aspectos de expresión, lúdicos, gratificadores, a pesar del esfuerzo (p. 1).

Con lo anterior es válido afirmar que por medio de la práctica deportiva el ser humano en gran medida aporta al desarrollo de su personalidad ya que esta influencia y estimula en el individuo su deseo de superación formándolo a nivel deportivo y a nivel personal brindándole valores, experiencias, disciplina, entre otros aspectos que son relevantes en la vida cotidiana.

En la tabla presentada a continuación se resumen aspectos específicos de las diferentes definiciones que los autores presentan del deporte.

Tabla 1. Resumen de las diferentes concepciones que los autores presentan del deporte.

CONCEBIDO COMO		CONSIDERACIÓN
DEPORTE	Juego	Todos los deportes nacen como juegos con carácter.
	situación motriz	Implican ejercicio físico y motricidad más compleja.
	Competición	Superar una marca o rival.
	Reglas	Reglas codificadas y estandarizadas.
	Institucionalización	Está regido por instituciones oficiales (federaciones, clubes, etc.)

El concepto de deporte se ha dividido en múltiples tipologías. Se explica cada una de ellas a continuación:

Deporte escolar. Se caracteriza por ser una actividad deportiva que se practica al interior de las instituciones educativas o en representación de ellas. En primera instancia sería en las clases de Educación Física y en segunda medida incluye lo que son juegos Intercolegiados. Respecto a lo anterior, Gómez y García (1993), citados por Blázquez (1999) afirman que el deporte escolar es toda actividad físico-deportiva realizada por niños/as y jóvenes en edad escolar, dentro y fuera del centro escolar, incluso la desarrollada en el ámbito

de los clubes o de otras entidades públicas o privadas, considerando, por tanto, deporte escolar como sinónimo de deporte en edad escolar.

Deporte para todos. Según Sánchez Bañuelos, (2000) este hace referencia a que el deporte debe ser de tipo incluyente. Según Cagigal (1979) por la misma línea del autor anterior expresa que este tipo de deporte busca la satisfacción de la necesidad humana en una mirada lúdico-competitiva pero que a la vez tiene en cuenta los valores humanos y sociales del deporte (la salud, el esparcimiento, la socialización, el descanso, entre otros).

Deporte recreativo. Autores como Blázquez (1999) definen el deporte recreativo como aquella práctica que se realiza por placer y diversión, sin existir intenciones de competencia o superar a un adversario, el objetivo de este tipo de deporte es disfrutar y divertirse.

Deporte competitivo. Es toda práctica deportiva en donde se busca superar o vencer a un rival. Para Blázquez (1999) en este tipo de deporte lo importante es conseguir grandes e importantes resultados, muchas veces sin importar el medio, lo cual conlleva un gran sacrificio por parte de los participantes y un entrenamiento sistemático para lograr los fines deseados.

Deporte educativo. Según Blázquez (1999) en este tipo de deporte importa es que la persona que realiza la actividad sea vista como un ser humano que se va a educar en valores. De esta manera, se puede decir que el deporte educativo fomenta el desarrollo de las diferentes capacidades cognitivas, afectivas, sociales, motrices y psicomotrices de quien realiza la actividad. Habitualmente, este tipo de deporte se fomenta cuando los participantes son niños y niñas.

Deporte de iniciación o iniciación deportiva. Hernández y Cols. (2001) definen la iniciación deportiva como el proceso de enseñanza-aprendizaje que es seguido por un individuo para la adquisición de la capacidad de ejecución práctica y conocimiento de un deporte. Este conocimiento abarca desde que el individuo toma la decisión de empezar con un deporte en especial.

Deporte adaptado. Hace referencia a toda actividad deportiva donde se hace necesario modificar o ajustar el reglamento para que al ser practicado por personas con algún tipo de discapacidad ya sea esta física o cognitiva, no incumpla las normas. Esta concepción viene estando muy relacionada con el deporte para todos y deporte educativo ya que aquí se

debe hacer inclusión y al mismo tiempo educar al resto de personas sobre el derecho al respeto y a la práctica deportiva.

Clasificación del Deporte

A continuación, se realiza una clasificación deportiva según Bouet (1968).

Tabla 2. Clasificación del deporte según Bouet (1968).

Deporte	Característica	Descripción
Deporte de combate	Con implementos	Existe contacto físico y el cuerpo es usado como referencia.
	Sin implementos	
Deportes de balón	Colectivos	El balón constituye el factor principal.
	Individuales	
Deportes atléticos o gimnásticos	Atléticos de medición objetiva	Referencia a las posibilidades del ser humano, gesto técnico importante.
	Gimnásticos de medición subjetiva	
Deportes en la naturaleza	Al aire libre	La referencia común es que se realiza en el medio natural y conllevan a un gran riesgo.
Deportes mecánicos	Maquinas	Se caracterizan por el empleo de máquinas que es la que genera energía y esfuerzo, el hombre la controla.

De la tabla anterior podemos inferir que el deporte se clasifica en 5 componentes, deportes de combate, en este deporte el contacto físico es primordial, dicho contacto se puede hacer con implementos o sin implementos, después siguen los deportes de balón lo cuales en su gran mayoría entran en los convencionales futbol, baloncesto, voleibol etc. En este deporte el balón es el elemento primordial para ejecutarlo, también se clasifican en deportes atléticos o gimnásticos los cuales se dividen de carate objetivo y subjetivo es decir se enfoca desde parte gestual y también técnica, por otro lado hay una clasificación de deportes al aire libre los cuales se clasifican según la estación es decir hay juegos de invierno otros de verano y un factor importante es que son de alto riesgo o extremos, y por ultimo están los deportes

mecánicos, como su nombre lo dice en este deporte es fundamental como herramienta las maquinas que generan energía y un esfuerzo que el hombre puede controlar, aunque el deporte tenga diferentes clasificaciones lo que tienen en común es que en todos se compete y se tiene un objetivo el cual es ganar.

Porrismo o Chearleading

El porrismo se define como un estilo de vida donde “los porristas” son considerados los embajadores de esta filosofía la cual se presenta a través del arte y el deporte. El arte como forma de expresión y el deporte como medio de acción (Martínez 2003). Lo anterior expone una integración entre actividades artísticas y deportivas, siendo un aspecto llamativo en una presentación o rutina de competencia.

El término porrismo es una derivación del concepto de animar “Cheer o cheerleading”. Se puede entonces tomar el significado de animación como deporte según la RAE (2011) como el conjunto de acciones destinadas a impulsar la participación de las personas en una determinada actividad, y especialmente en el desarrollo sociocultural del grupo de que forman parte.

La asociación de porristas de México (ANP, 2013) define el porrismo como unas rutinas que son mezcla original de bailes, haciendo énfasis en efectos visuales, levantamientos, extensiones, pirámides, movimientos de fuerza, precisión, transiciones de figuras y secuencias que integran distintos cambios de altura los cuales fueron creados para contagiar de entusiasmo a los espectadores presentes durante las exhibiciones. Sumado a lo anterior, cabe resaltar que el porrismo como una actividad artístico-deportiva integra diferentes elementos técnico-tácticos y múltiples grados de dificultad de la acrobacia, la gimnasia y la danza de manera organizada dentro de una coreografía.

Componentes del porrismo.

(a) Acrobacia: No existe una definición exacta sobre el concepto, la mayoría de ellas dejan un vacío conceptual obligando a complementarse con diferentes autores. Para empezar, se hace necesario resaltar el concepto de acróbata donde se afirma que el acróbata es toda aquella persona que da saltos, tiene habilidades sobre el trapecio, la cuerda floja o ejecuta

cualquier otro ejercicio gimnástico en los espacios públicos. (Real Academia De La Lengua Española, 2001).

Manzaneda (2008), define la acrobacia como “*ejercicios gimnásticos o de habilidad que realiza una acróbata*”; dicha afirmación integra movimientos y destrezas motoras como los saltos, el equilibrio, los giros, lanzamientos, entre otros. Tales movimientos se pueden realizar tanto en el piso como en altura explícita dependiendo del nivel técnico del porrista, cuya altura máxima de ejecución es de dos personas y media (2.5 personas), excluyendo los lanzamientos que no superan los seis metros de altura.

(b) Gimnasia: La gimnasia es un deporte en el que se ejecutan secuencias de ejercicios físicos que requieren fuerza, flexibilidad y agilidad. Dichas secuencias se conforman de elementos técnicos propios del porrismo que parten desde rollos básicos hasta los saltos mortales con giros y sus respectivos movimientos de enlace.

En diversos textos, libros y artículos, logran dar una aproximación y un conocimiento sobre la gimnasia de suelo, el siguiente aporte da una aproximación a grandes rasgos de gimnasia que de manera general se relacionan con aquella realizada en porrismo. Dentro de todas las modalidades empleadas en lo que a la gimnasia respecta, los ejercicios de suelo son uno de los derivados de la categoría de “Gimnasia artística”, ya que dentro de este programa es que se puede encontrar dicha categoría.

Los ejercicios realizados en suelo son compartidos tanto en los varones, como en la categoría femenina, claro que también difieren en ciertos aspectos, como, por ejemplo: En la serie de ejercicios de suelo en mujeres, se usa una coreografía que debe ir adecuada al compás de la música, mientras que en la misma modalidad, pero en varones, éstos no usan música de fondo. En lo otro que pueden diferenciarse, es que las mujeres pueden usar algún “objeto de dificultad” mientras que los hombres deben valerse sólo de ellos para alcanzar un buen puntaje. El concepto se hace importante en cuanto a que clarifica el desprendimiento del concepto de gimnasia de piso al de gimnasia artística. Cabe resaltar que lo anterior alude hacia la competencia de la gimnasia artística.

(c) Danza: En el porrismo, Peralta (1999) afirma que uno de los elementos inherentes en el porrismo es la danza o los pasos de baile los cuales deben ser cortos, precisos, naturales y en el tiempo musical. Hoy en día, con la evolución del porrismo podemos encontrar dentro de una presentación danzas con inclusión del jazz, hip-hop, entre otros, que contribuyen a

mejorar el aspecto general de la rutina, aumentándole el show y decorando el esquema de competencia.

En esta modalidad existe una ejecución rítmica de cada uno de los movimientos empleados en una danza Cheer o en una coreografía de presentación. Cada uno de estos movimientos, gestos, y desplazamientos deben ser manejados en un momento estratégico, de tal manera que se deslumbre la espontaneidad y perfección en la ejecución en un tiempo determinado.

Incidencia del deporte en los hábitos de estudio

En la actualidad el deporte es visto por los jóvenes como un estilo de vida en el cual se adoptan nuevos hábitos que intervienen en su desenvolvimiento social y psicológico, el deporte ya no solo es visto como el medio por el cual se busca superar marcas personales o un rival, puede ser visto como un medio por el cual se pueden prevenir múltiples enfermedades en los sistemas, muscular, cardiaco, óseo y nervioso, al mismo tiempo trayendo beneficios en cada uno de esos sistemas como en el caso del sistema neuronal. Respaldo lo anterior se encuentra Cintra (2011, p.17) quien expresa:

No existen límites de edad para los beneficios del ejercicio, y entre esos se pueden mencionar el incremento del tono y la masa muscular, y por tanto la fuerza; la mejoría de las condiciones hemodinámicas y de la mecánica ventilatoria y su eficiencia; la disminución de la tensión arterial; la prevención de la arteriosclerosis, la hiperlipidemia y la osteoporosis; la ayuda en el control de la diabetes; así como la mejoría en la flexibilidad, el equilibrio y la movilidad articular.

Por medio del deporte aparte de lograr esos beneficios, también el ser humano puede llegar mejorar los niveles de interacción social como afirma José Alfonso Martín, decano de la facultad de educación física de la Universidad Pedagógica expreso en el periódico el tiempo el 20 de abril del 2015.

La práctica deportiva encierra, en su esencia, el juego en todas sus manifestaciones como un medio inmejorable de interacción con los demás, logrando niveles de

integración que casi ninguna otra actividad puede alcanzar, con todo lo que ello implica en la construcción del individuo como ser social.

El deporte aparte de ayudar al cuidado y mejoramiento de la salud, también aporta múltiples herramientas a la educación del ser humano y más si es practicado desde edades tempranas, ya que a través de él se infundan valores y habilidades de manera sana y divertida.

Respaldando lo anterior se encuentra a la psicóloga infantil Annie de Acevedo quien en una entrevista en el periódico el tiempo el 20 de abril del 2015 afirma que el deporte en el niño “activa todas las funciones cerebrales que son indispensables para su desarrollo cognitivo general”, y también “les enseña una serie de habilidades y conocimientos que les serán de gran ayuda durante toda su vida.

Lo anterior hace referencia a que por medio del deporte también se puede educar a los niños no solo a nivel motriz, también por medio de la disciplina que se rige en cada deporte, los jóvenes no solo aplican esa disciplina a la práctica, también a su diario vivir, como por ejemplo al momento de prepararse académicamente, ya que al comenzar alguna disciplina deportiva lo primero que se enseña la fundamentación tanto técnica como las normas de la misma, estas normas al ser practicadas de forma repetitiva dentro y fuera de las prácticas deportivas y con una secuencia de tiempo se convierten en hábitos, los cuales de forma intencional se van permeando en la vida diaria de cada practicante o deportista. A través del deporte se pueden enseñar todas las asignaturas como matemáticas, español, inglés, entre otras de una forma divertida por lo cual el aprendizaje puede ser más significativo.

Es de gran importancia señalar que los hábitos de estudio han estado vinculados a un sinnúmero de factores o variables de tipo psicológico, cultural, socioeconómico y también a nivel institucional, el ser humano en su época escolar está en constante actividad neuro-cognitiva, la cual ejerce un rol muy importante en el desempeño académico, en todas las asignaturas.

La Ley del Deporte establece que la Educación Física y el Deporte forman gran parte de la educación integral del ser humano, por lo tanto, como parte primordial del sistema educativo, debe estar vigilada para hacer cumplir las normas que se le establecieron como lo afirma la ley 181 del 18 de enero 1995:

En la educación extraescolar son utilizados el tiempo libre, la recreación y el deporte como instrumentos fundamentales para la formación integral de la niñez y de los jóvenes y para la transformación del mundo juvenil con el propósito de que éste incorpore sus ideas,

valores y su propio dinamismo interno al proceso de desarrollo de la Nación. Esta educación complementa la educación brindada por la familia y la escuela y se realiza por medio de organizaciones, asociaciones o movimientos para la niñez o de la juventud e instituciones sin ánimo de lucro que tengan como objetivo prestar este servicio a las nuevas generaciones. Se convierten en hábitos los cuales de intencional se van permeando en la vida diaria de cada practicante o deportista, a través de la disciplina, generación de hábitos adecuados y estimulación física y psíquica.

METODOLOGÍA

Tipo de estudio y diseño

Basados en los aportes de Hernández, Fernández y Baptista (2003) se sustenta metodológicamente la presente investigación de la siguiente manera:

El presente estudio se aborda desde un enfoque cuantitativo en donde se utilizan datos con el objetivo de responder a una pregunta de investigación y se recopilan datos numéricos y estadísticos para apoyar o refutar hipótesis previamente sostenidas. El método de la siguiente investigación es descriptivo ya que se observará la relación del porrismo con los hábitos de estudio sin intervenir de ninguna manera, este estudio es transversal, ya que se hizo la recopilación de la información en un solo momento, con un alcance correlacional, ya que se busca identificar la influencia de una variable en otra, en este caso el porrismo en los hábitos de estudio. Su diseño es no experimental ya que no existe manipulación de las variables, se analizan en su estado natural.

Análisis de la información

Para establecer la influencia de la práctica del porrismo en los hábitos de estudio se utilizó una prueba de independencia entre las variables Hábitos de estudio y La práctica del Porrismo “La prueba de ji-cuadrado”.

El estadístico ji-cuadrado (o chi cuadrado) permite someter a prueba las hipótesis referidas a distribuciones de frecuencias. En términos generales, esta prueba contrasta frecuencias observadas con las frecuencias esperadas de acuerdo con la hipótesis nula. El programa con el cual se procesó la información fue el SPSS versión 20.

Población

47 adolescentes porristas del grupo Cheers Xtreme de la ciudad de Armenia, Quindío que están estudiando actualmente y que lleven más de 6 meses practicando porrismo con el club es decir que cumplan con los criterios de inclusión

Muestra

La muestra con la cual se realizó la presente investigación constó de 47 adolescentes porristas entre los 12 y 17 años de edad (15 hombres y 32 mujeres) que cumplieron con los criterios de inclusión.

Criterios de inclusión

- El o la adolescente debe practicar el porrismo no menos a 6 meses
- Ser parte del grupo Cheers Xtreme
- Estar cursando estudios de educación formal
- Tanto el adolescente como su cuidador firmen el consentimiento informado.

Técnicas e Instrumentos

Ficha deportiva

La ficha deportiva está diseñada para ser diligenciada por los entrenadores, para los deportistas de cada una de las categorías del grupo de porrismo Cheers Xtreme. A través de la ficha se busca hacer un seguimiento del deportista en relacionado a su situación física, psicológica, social, familiar y académica. Para el presente estudio la ficha permitió hacer la selección de la muestra con aquellos adolescentes que cumplieran con los criterios de inclusión, además permitió realizar una caracterización de la población objeto de estudio lo cual genera información descriptiva de los adolescentes que practican el deporte siendo más concisos para la generalización de los resultados obtenidos.

Cuestionario Hábitos de Estudio y Motivación para el Aprendizaje (H.E.M.A.)

Es un cuestionario diseñado en México por Oñate (2001) para ser aplicado a partir de los 12 años de edad. Permite dar un diagnóstico de posibles problemas en cuanto al rendimiento y las actitudes frente al estudio. Además de permitir la valoración general de las actitudes y motivaciones a la hora de enfrentarse al estudio, permite obtener conclusiones detalladas de cada uno de los siguientes aspectos:

- **Factores ambientales:** Son aquellos factores externos al estudio, que constituyen el hábitat en el que éste se desarrolla y que pueden influir negativa o positivamente en el rendimiento y la obtención de resultados.
- **Salud física y emocional:** Son las características propias del individuo derivadas de su trayectoria bio-psico-social, y que pueden influir notablemente en las actitudes y motivaciones frente al estudio.
- **Aspectos sobre el método de estudio:** Son el conjunto de rituales y procedimientos que se establecen en torno al estudio y que determinan en gran medida la capacidad de concentración, aprendizaje y memoria.
- **Organización de los planes y horarios:** La organización es el conjunto de acciones encaminadas a distribuir el contenido del estudio y la carga de trabajo, atendiendo a los factores personales y temporales.
- **Realización de exámenes:** Este apartado se refiere a las técnicas y hábitos adquiridos en cuanto a la realización de exámenes, es decir, en cuanto a la capacidad para demostrar con éxito los resultados del aprendizaje.
- **Búsqueda de información:** Son las habilidades y hábitos adquiridos en lo relacionado con la obtención de información y el análisis de la documentación al alcance del estudiante.
- **Comunicación académica, escrita y oral:** Son las actitudes verbales y escritas que se poseen a la hora de transmitir correctamente lo que se ha aprendido y relacionarse dentro del ámbito académico al que se enfrenta el estudiante aspectos a tener en cuenta para realizar un trabajo.

- Acerca de la motivación para aprender: La motivación son el conjunto de causas, deseos o elementos que impulsan y orientan la conducta de una persona, en este caso, hacia el estudio.

El cuestionario consta de 100 ítems que se responden en un tiempo de aproximadamente 40 minutos y puede ser aplicado a personas a partir de los 12 años de edad. La interpretación final se efectúa por los conceptos citados anteriormente y por el total global del cuestionario.

Procedimiento

Primer momento: Se identifica la población objeto de estudio.

Segundo momento: A través de las fichas deportivas se seleccionan los y las adolescentes que cumplen los criterios de inclusión.

Tercer momento: Se aplica el cuestionario Hábitos de Estudio y Motivación para el Aprendizaje (H.E.M.A.).

Cuarto momento: Se realiza el análisis estadístico de la información obtenida por medio del instrumento utilizado a través del programa estadístico SPSS.

RESULTADOS

A continuación, se hace una descripción general sociodemográfica de los adolescentes objeto de estudios, de los aspectos actitudinales y motivacionales que presentan frente al estudio, y finalmente a través de la estadística se establece la influencia de la práctica del porrismo en los hábitos de estudio:

Características Socioeconómicas

Tabla 1. Características de los participantes según la edad

EDAD	NÚMERO DE PERSONAS	PORCENTAJE
12-13	18	38.29%
14-15	17	36.17%
16-17	12	25.53%
Total	47	100%

En la tabla 1 se evidencia que, de los adolescentes participantes, el 38.29% tenían edades comprendidas entre los 12 y 13 años; el 36.17 % entre los 14 y 15 años de edad, y el 25.53% de los participantes presentaban edades entre los 16 y 17 años de edad.

Tabla 2. Características de los participantes según el estrato socio económico

ESTRATO SOCIOECONÓMICO	NÚMERO DE PERSONAS	PORCENTAJE
1	9	19.14%
2	14	29.78%
3	20	42.55%
4	4	8.51%
5	0	0%
6	0	0%
Total	47	100%

Con relación al estrato socioeconómico, en la tabla 2 se puede observar que un 19.14 %, de la población habitan en sectores con estrato socioeconómico 1, el 29.78% de ellos pertenecen al estrato socioeconómico 2. La gran mayoría de los adolescentes pertenecen al estrato socioeconómico 3 correspondiente al 42.55% y tan sólo el 8.51% de los participantes residen en lugares con estrato socioeconómico 4. Ninguno de los participantes manifestó pertenecer a estratos socioeconómicos 4 o 5.

Tabla 3. Características de los participantes según el género

GENERO	NÚMERO DE PERSONAS	PORCENTAJE
Masculino	15	31.89%
Femenino	32	69.02%
Total	47	100%

Con relación al género, 15 de los participantes, es decir el 31.89% de los participantes se reconocieron del género masculino, y del femenino el 69.02%, hallándose más mujeres que hombres en la práctica del porrismo en los participantes objeto de estudio.

Tabla 4. Características de los participantes según la categoría de competencia

CATEGORÍA	NÚMERO DE PERSONAS	PORCENTAJE
2	13	27.65%
3	15	31.91%
4	19	40.42%
Total	47	100%

La tabla 4 describe según la categoría de competencia que el 27.65% de los adolescentes refieren que la categoría de competencia en la que se encuentra en la escuela de porrismo es la 2. El 31.91% expresó que se encuentran en la categoría 3, y en su mayoría el 40.42% se encuentra en la categoría 4. Se resalta que el incremento en la categoría se relaciona con el nivel de habilidades y destrezas que posea el deportista, en este caso siendo 1 la más baja y 4 la más alta.

Tabla 5. Características de los participantes según el tiempo de participación en la escuela de porrismo

TIEMPO DE PARTICIPACIÓN	NÚMERO DE PERSONAS	PORCENTAJE
De 6 meses a 1 año	9	19.14%
De 2 a 3 años	21	44.68%
De 4 a 5 años	17	36.17%
Total	47	100%

El 19.14% del grupo de deportistas hacen parte del club de porrismo Cheers Xtreme con una antigüedad entre 6 y 12 meses, el 44.68% entre 2 y 3 años y finalmente entre 4 y 5 años el 36.17%, siendo el de mayor porcentaje entre 2 y 3 años.

Tabla 6. Características de los participantes según el nivel de participación regional, nacional o internacional

NIVEL DE PARTICIPACIÓN	NÚMERO DE PERSONAS	PORCENTAJE
Regional	19	40.42%
Nacional	20	42.55%
Internacional	8	17.02%
Total	47	100%

En la tabla 6 se describe que el 40,42% de los participantes han presenciado torneos a nivel regional, a nivel nacional el 42.55%, y con menos porcentaje el 17.02% a nivel internacional.

Tabla 7. Características de los participantes según el tipo de institución educativa a la que asiste

TIPO DE INSTITUCIÓN	NÚMERO DE PERSONAS	PORCENTAJE
Publica	34	72.34%
Privada	13	27.65%
Total	47	100%

De la tabla 7 se puede deducir que el 72.34% de los participantes realizan sus estudios en instituciones educativas de carácter público. Contrario sucede con el 27.65% que asisten a instituciones educativas privadas.

Tabla 8. Características de los participantes según el nivel educativo que cursa

NIVEL EDUCATIVO	NÚMERO DE PERSONAS	PORCENTAJE
Bachiller	37	78.72%
Universitario	10	21.28%
Total	47	100%

Con relación al nivel educativo, la mayoría de los adolescentes en un 78.72% cursa estudios en el bachillerato. En cambio, el 21.28% de los participantes cursan estudios universitarios.

Aspectos Actitudinales y Motivacionales

Como resultado de la aplicación del Cuestionario Hábitos de Estudio y Motivación para el Aprendizaje (H.E.M.A.) el cual tiene como objetivo diagnosticar posibles problemas en cuanto al rendimiento y las actitudes frente al estudio. A continuación, se mencionan los resultados obtenidos:

Tabla 9. Resultados generales obtenidos de la aplicación del Cuestionario Hábitos de Estudio y Motivación para el Aprendizaje (H.E.M.A.)

DIMENSIONES	NÚMERO DE PERSONAS	PORCENTAJE
Factores ambientales	4	8.5%
Salud física y emocional	8	17.02%
Aspectos sobre el método de estudio	5	10.63%
Organización de los planes y horarios	9	19.14%
Realización de exámenes	9	19.14%
Búsqueda de información	7	14.89%
Comunicación académica, escrita y oral	5	10.63%
TOTAL	47	100%

Los resultados generales obtenidos demuestran que las dimensiones mayormente presentadas por los participantes fueron “organización de los planes y horarios” y “realización de exámenes” con un 19.14%. Entonces, los adolescentes deportistas constantemente realizan acciones encaminadas a distribuir el contenido del estudio y la carga de trabajo, atendiendo así mismo a los factores personales y temporales y también utilizan técnicas y hábitos adquiridos en cuanto a la realización de exámenes, es decir, en cuanto a la

capacidad para demostrar con éxito los resultados del aprendizaje. Contrario sucedió en las dimensiones Factores ambientales con un 8.5% en donde son pocos los deportistas que fijan su atención en factores externos al estudio que constituyen el hábitat en el que éste se desarrolla.

Establecer la Influencia de la Práctica del Porrismo en los Hábitos de Estudio

Para cumplir con el objetivo propuesto en la presente investigación, básicamente se siguieron los siguientes pasos:

1. Las hipótesis que se sometieron a prueba fueron:
Ho: los hábitos de estudio y la práctica del porrismo son independientes.
H1: los hábitos de estudio dependen de la práctica del porrismo.
2. Se calcularon las frecuencias esperadas (frecuencias que deberían darse si las variables fueran independientes.)
3. Se calculó el estadístico de prueba χ^2 (ji-cuadrado)
4. Se comparó el χ^2 (ji-cuadrado) calculado (resultando mayor=3,99) con el tabulado con (2-1)(2-1) grados de libertad y el nivel de significancia de 0.05 el cual es: 3.84.
5. Se concluyó con 3. Y 4. Que los hábitos de estudio y la práctica del porrismo no son independientes.

A continuación, se presentan en la tabla 10 las frecuencias observadas (con negro) habiendo hecho un análisis dentro de los ítems de la encuesta y las frecuencias observadas **(En negrilla)**

Tabla 10. Frecuencias obtenidas de los porristas que presentan y no presentan buenos hábitos de estudio.

	PORRISMO		TOTAL
	Practica adecuada	Practica inadecuada	
Con buenos hábitos de estudio	30 (27,5531915)	7 (9.44680851)	37
Sin buenos hábitos de Estudio	5 (7,44680851)	5 (2,55319149)	10
Total	35	12	47

χ^2 calculado= 3,99983912 y $\chi^2(1)= 3,84$; como el calculado es mayor que el tabulado, se rechaza la H_0 y se concluye que existe relación entre los hábitos de estudio y la práctica de porrismo.

Es decir, de los 47 participantes el 63.8% realizan una práctica adecuada de porrismo y tienen buenos hábitos de estudio, el 14.8% no realizan una práctica adecuada de porrismo, pero tienen buenos hábitos de estudio, el 10.63% practican de manera adecuada el porrismo, pero no tienen buenos hábitos de estudio y el 10.63% restante ni practican de manera adecuada el porrismo y no tienen buenos hábitos de estudio, Lo cual infiere que hay una relación entre los hábitos de estudio y la práctica de porrismo.

CONCLUSIONES

Con base a la información recolectada a través de la aplicación de la ficha técnica del deportista de la Escuela de Porrismo Cheers Xtreme se obtuvo (porcentajes representativos) que el 38.29% comprenden edades entre los 12 y 13 años de edad, el 42.55% de los adolescentes pertenecen al estrato socioeconómico 3, el 69.02% de los deportistas corresponden al género femenino, con relación a la categoría de pertenencia al grupo de porrismo el 40.42% participan en la categoría 4, según la antigüedad de participación en la escuela deportismo el 44.68% de ellos participan en el club entre hace 2 y 3 años, El 42.55% han asistido a nivel nacional en competencias de porrismo, el 72.34% de los participantes realizan sus estudios en instituciones educativas de carácter público en donde el 78.72% cursa estudios en el bachillerato.

Referente a la información obtenida en la aplicación del cuestionario (H.E.M.A) en cada uno de los aspectos actitudinales y motivacionales que mide el instrumento, en un 8.5% de los participantes se evidenció que influye significativamente en sus prácticas académicas en el entorno que los rodea en el momento de realizar tareas o actividades de estudio (Factores ambientales), en el 17.02% influye el estado emocional y físico en el que se encuentren al momento de estudiar (Salud física y emocional), el 10.63% concordó en la importancia que le otorgan a los rituales y procedimientos que se establecen en torno al estudio los cuales determinan en ellos en gran medida la capacidad de concentración, aprendizaje y memoria (Aspectos sobre sus métodos de estudio), el 19.14% de los adolescentes deportistas distribuye el contenido del estudio y la carga de trabajo atendiendo a los factores personales y temporales que deba atender (La organización y planes de estudio), el 19.14% usa técnicas y hábitos que solamente los prepara para la presentación de exámenes (Realización de exámenes), el 14.89% presentan habilidades y hábitos adquiridos en lo relacionado con la obtención de información que les facilita abordar los diferentes temas de estudio (Búsqueda de la información), el 10.63% presentan actitudes verbales y escritas que les facilita transmitir

correctamente lo que se ha aprendido y plasmarlos de manera escrita o expresarlo verbalmente (Comunicación académica, escrita y oral).

Con base al método estadístico de prueba ji-cuadrado utilizado para el tratamiento de los datos con el objetivo de describir la relación del porrismo con los hábitos de Estudio utilizados por los adolescentes deportistas se encontró que de los 47 adolescentes el 63.86% presentan constancia en la práctica del porrismo en la escuela Cheers Xtreme y adecuados hábitos de estudio, el 14.89% también son constantes en la práctica del porrismo y presentaron adecuados hábitos de estudio. El 10.63% de los adolescentes son constantes en las prácticas deportivas del porrismo, pero no tienen adecuados hábitos de estudio y el 10.63% de ellos no son constantes en la práctica del porrismo y tampoco presentaron adecuados hábitos de estudio. Los anteriores datos describen una relación cercana entre los hábitos de estudio y la práctica de porrismo.

Se concluye que existe influencia de la práctica del porrismo en los hábitos de estudio lo cual quiere decir que de los 47 participantes el 63.8% realizan una práctica adecuada de porrismo y tienen buenos hábitos de estudio, el 14.8% no realizan una práctica adecuada de porrismo, pero tienen buenos hábitos de estudio, el 10.63% practican de manera adecuada el porrismo, pero no tienen buenos hábitos de estudio y el 10.63% restante ni practican de manera adecuada el porrismo y no tienen buenos hábitos de estudio, Lo cual infiere que hay una relación entre los hábitos de estudio y la práctica de porrismo.

RECOMENDACIONES

Tomando como referencia los resultados obtenidos, se hace necesario el desarrollo de otras investigaciones que conlleven a identificar otros beneficios que generan la práctica del porrismo debido a que como se evidenció en los antecedentes hay una exigua cantidad de investigaciones realizadas para esta disciplina deportiva lo cual genera poco conocimiento sobre los beneficios que conlleva el porrismo siendo un deporte relativamente joven en Colombia y que ha ido creciendo poco a poco en el número de personas que lo practican.

Es necesario investigar si la influencia del porrismo en los hábitos de estudio en adolescentes pertenecientes a estrato socioeconómico alto o bajo influye de la misma manera que sucedió en adolescentes pertenecientes al estrato socioeconómico medio, ya que con los resultados obtenidos se abre una posibilidad de demostrar la necesidad que el porrismo sea tenido en cuenta o este inmerso en la clase de educación física de la misma manera que generalmente ocurre con el fútbol y el baloncesto.

Es importante realizar estudios de corte longitudinal que contribuyan a demostrar como la práctica del porrismo genera beneficios como los obtenidos en el presente estudio que se adquieren a lo largo del tiempo de manera simultánea a su práctica que finalmente aportan en el desarrollo biopsicosocial del ser humano.

REFERENCIAS

- Argentina (2013). Relación entre hábitos de estudio y rendimiento académico en estudiantes de primero básico (Estudio realizado en el Instituto Básico de Educación por Cooperativa, San Francisco La Unión, Quetzaltenango). Universidad Rafael Landívar. Disponible en <http://biblio3.url.edu.gt/Tesario/2013/05/24/Gomez-Aura.pdf>
- ANP (2013). Asociación nacional de porrismo <https://porrasuninter.wordpress.com/2013/06/27/nacional-anp-2013/>
- Bernal (2017). Fundación Dividendo por Colombia factores de deserción. Disponible en: <http://www.eltiempo.com/archivo/documento/CMS-16483261>
- Blázquez (1999). Análisis de la idea de deporte educativo. Disponible en: <file:///C:/Users/Usuario/Downloads/DialnetAnalisisDeLaIdeaDeDeporteEducativo-4512295.pdf>
- Bouet (1968). Concepto o clasificaciones del deporte actual. Disponible en: <http://www.efdeportes.com/efd138/concepto-y-clasificaciones-del-deporte-actual.htm>
- Cagigal (1985). Aporías iniciales para un concepto del deporte. Disponible en: <http://www.filosofia.org/hem/dep/caf/a59p007.htm>
- Castillo & Sáenz-López (2007), Hábitos relacionados con la práctica de actividad física de las alumnas de la Universidad de Huelva a través de historias de vida. Universidad de Huelva, España. Disponible en <https://www.ugr.es/~recfpro/rev112ART7.pdf>
- Cuadrado, Cañete, Díaz & Gómez (2011). Efecto de la práctica deportiva reglada en el rendimiento académico en alumnos de E.S.O. de la provincia de granada. España. Disponible en <https://francuadrado.files.wordpress.com/2011/03/trabajo-final-innovacic3b3n.doc>
- Freire (2012). Los hábitos de estudio y su incidencia en el rendimiento académico de los estudiantes del Centro de Educación Básica Federación Deportiva de Cotopaxi,

- cantón la Maná, periodo lectivo 2011-2012. Universidad Técnica de Cotopaxi. Disponible en <http://repositorio.utc.edu.ec/bitstream/27000/1540/1/T-UTC-2112.pdf>
- García Ferrando (1990). Marco social de la práctica deportiva en España definición universal del deporte. Disponible en https://www.uv.es/ramcv/2014/108_viii.xii_dr_garcia.pdf
- Hernández y Cols. (2001). Factores que intervienen en la iniciación deportiva disponible en: <http://www.magixwebsite.com/mppo20/50/DAA/DAAB0120DEE311E493105B113E2B2DAE.pdf>
- Hernández Sampieri R., Fernández Collado C., Baptista Lucio P. (2003). Metodología de la Investigación. Tercera Edición. México: McGraw Hill.
- Killy Gutierrez Guzman /2016). Colombia tiene que mejorar el rendimiento académico. Disponible en: http://www.elmundo.com/portal/vida/educacion/colombia_tiene_que_mejorar_el_rendimiento_academico.php#.WwanzzYtDIV
- Kovacs, Gil del Real, Gestoso, López, Mufraggi & Palou (2008). Relación entre hábitos de vida y calificaciones escolares en adolescentes. Departamento Científico. Fundación Kovacs. Palma de Mallorca. España. Disponible en <http://www.apunts.org/es/relacion-entre-habitos-vida-calificaciones/articulo/13130818/>
- Ley 115 de 8 de febrero de (1994). Ley general de educación disponible en: https://www.mineduacion.gov.co/1621/articles-85906_archivo_pdf.pdf
- Ley 1295 de 6 de abril de (2009). Modelo atención integral primera infancia. Disponible en: https://www.mineduacion.gov.co/1621/articles-187668_archivo_pdf_ley_1295_2009.pdf
- Ministerio de Educación Nacional. (2016). *Revisión de políticas nacionales de educación. La educación en Colombia*. Colombia
- Murcia y Jaramillo (2005). Imaginarios del joven colombiano ante la clase de educación física. Disponible en: <file:///c:/users/usuario/downloads/dialnet-imaginariosdeljovencolombianoantelaclasedeeducacio-4657589.pdf>
- Ocde (2016). Colombia en el top 10 de los países con más bajo rendimiento. Periódico el espectador disponible en:

- <http://www.elespectador.com/noticias/educacion/colombia-el-top-10-de-paises-bajo-rendimiento-escolar-s-articulo-615700>
- Oñate, C. (2001). *Los Hábitos de Estudio y la Motivación para el Aprendizaje*. [En línea]. Recuperado de: <http://www.ice.upm.es/wps/cog/tutoria-final/2.1.pdf>
- Peralta (1999) *Revistas Gimnásticas Porras y Porrismo*. Editor: Colombia: Kinesis 1999- ISBN: 9589401317.
- RAE (2011). *Diccionario real academia Española*. Disponible en: <http://www.rae.es/publicaciones/obras-academicas/diccionarios-de-la-real-academia-espanola>
- Sánchez-Alcaraz & Andreo (2015). *Influencia de la práctica de actividad física extraescolar en el rendimiento académico de jóvenes escolares*. Universidad de Murcia. Revista digital de Educación Física. ISSN: 1989-8304. Disponible en http://emasf.webcindario.com/Influencia_de_la_practica_de_actividad_fisica_extraescolar_en_el_rendimiento_de_escolares.pdf
- Sánchez Bañuelos (2000). *El concepto de iniciación deportiva en la actualidad*. Disponible en: <http://www.redalyc.org/html/3457/345732280003/>
- Suarez de la paz (2010), *definición de educación por diferentes autores (Aristóteles, Coppermann, Durkheim, Kant)*. Disponible en: http://mariasdlp.blogspot.com/2010/11/definicion-de-educacion-por-diferentes_24.html
- Vinent, R (2006). *Introducción a la metodología del estudio*. Barcelona. Editorial Mitre. disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=51237>
- Wrenn (2003). *Inventario de hábitos de estudio de Hilbert Wrenn* disponible en: <https://es.scribd.com/document/326316961/inventario-de-habitos-de-estudio-de-hilbert-wrenn>

ANEXOS

Anexo. 1

FICHA TÉCNICA DE DEPORTISTA

Nombre(s): _____

Apellido paterno: _____

Apellido materno: _____

Fecha de nac: día: ____ mes: ____ año: ____ edad: _____

Lugar de nacimiento: _____

Estrato socio-económico: _____

Domicilio actual: _____

Número de teléfono: _____ Municipio: _____

Correo electrónico _____

Género: _____ Peso: ____ kg. Estatura: _____

Miembros de la familia con quien vive:

NOMBRE	APELLIDO	EDAD	PARENTESCO

Datos deportivos:

Categoría: _____

Años en la categoría: _____

Pruebas realizadas _____

Mejor resultado deportivo: _____

Marca: _____

Lugar (posición competencia): _____

Fecha:

día _____ mes _____ año _____ evento: _____ categoría _____

Eventos en que ha participado: _____

Lugares obtenidos: _____

Nivel de participación competitiva: Municipal: _____ Estatal: _____ Nacional mundial: _____

Nombre del entrenador: _____

Datos escolares:

Institucion en la que estudia o representa: _____

Nivel escolar: _____ Grado: _____ Promedio: _____

Anexo 2.

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo _____ mayor de edad,
identificado con C.C _____ de
_____ y cómo representante del adolescente

_____ identificado (a) con T.I _____

certificamos que hemos sido informados acerca de la naturaleza y propósito de la investigación sobre aspectos educativos relacionados con los hábitos de estudio llevada a cabo por el Licenciado en Educación Física y Deportes Carlos Alberto Torres Granja. Se nos ha informado asimismo, el carácter voluntario de la participación del adolescente. En común acuerdo autorizamos a que se apliquen los instrumentos necesarios para llevar a cabo dicha investigación.

Para constancia de lo anterior, se firma a los _____ días del mes de

_____ de 2017.

Firma del deportista

Firma del acudiente

Carlos Alberto Torres G.

Investigador

Anexo 3.

CUESTIONARIO SOBRE HÁBITOS DE ESTUDIO Y MOTIVACIÓN PARA EL APRENDIZAJE (H.E.M.A.)



1. Ficha de datos bibliográficos:

Género: Femenino ___ Masculino: ___

Numero de hermanos: _____

Composición familiar: _____

Estrato socioeconómico _____

Colegio: Privado ___ Publico _____

Edad: _____

Categoría de competencia _____

Tiempo de practicar el porrismo continuamente _____

Grado o semestre académico: _____

2. Fecha de aplicación: _____

3. Instrucciones.

Cuestionario elaborado para documentar los hábitos de estudio en los adolescentes pertenecientes al grupo de porrismo Cheers Xtreme. Con el fin de conocer dicha información le solicitamos contestar las siguientes preguntas y seleccionar la respuesta que más se acerque a su opinión (Marque con una X).

REACTIVO	SI	NO
¿Realiza ejercicios que mejoren la flexibilidad de los saltos asignados para la rutina?		
¿Realiza ejercicios que ayuden a mejorar en duplas?		
¿Retroalimentas las danzas aprendidas en los entrenos?		
¿Practica educativos para el desarrollo de la gimnasia?		
¿Planifica que ejercicios realizar para mejorar los lanzamientos?		
¿Realiza coreografía de cheer (porrismo) siguiendo un argumento?		
¿Realiza coreografía de cheer a través de , el estilo individual y la improvisación?.		
¿Tienes un lugar permanente de estudio?		
¿Puedes eliminar fácilmente los ruidos molestos?		
¿Es tu lugar de estudio suficientemente amplio?		
¿Consigues la oxigenación, temperatura y humedad adecuadas, cuando estudias?		
¿Utilizas la luz diurna preferentemente?		
¿Cuándo utilizas luz artificial, se compensa la localizada y el fondo?		

¿Tu mesa es espaciosa?		
¿Puedes apoyar con facilidad los antebrazos?		
¿La superficie es de color brillante u opaco?		
¿La silla es cómoda y con respaldo?		
¿Haces ejercicio diariamente?		
¿Cambias de actividad cuando te sientes cansado?		
¿Puedes dedicarte a un estudio prolongado sin sentir molestias en los ojos?		
¿Duermes generalmente ocho horas diarias?		
¿Tus hábitos alimenticios son variados y adecuado para estudiar?		
Haces uso del alcohol y/o tabaco?		
¿Tienes en cuenta tus problemas afectivos en el rendimiento académico?		
¿Tienes interés en los estudios universitarios?		
Un estrés fuerte y prolongado, ¿perjudica tu retención al repasar?		
¿Sabes salir de la frustración que te produce el no conseguir estudiar lo programado?		
¿Haces una exploración general de textos antes de concentrarte a estudiar?		
¿Comienzas con una lectura rápida de todo lo que tienes que estudiar cada vez?		
¿Puedes comprender con claridad el contenido de lo que estudias?		
¿Distingues los puntos fundamentales y lo principal en cada tema?		
¿Haces esquemas clasificadores de repaso de cada unidad de contenido?		
¿Sintetizas o resumes los puntos importantes en orden a facilitarte los repasos?		
¿Destacas de alguna manera el contenido principal en lo que estudias?		
¿Llevas los apuntes al día y los completas si es preciso?		
¿Buscas los sitios donde oyes bien y tienes buena visibilidad?		

¿Dispones del material necesario complementario para estudiar?		
¿Acostumbras a tener un horario más o menos habitual de estudio?		
¿Te centras fácilmente en el estudio?		
¿Consigues resultados satisfactorios cuando te pones a estudiar?		
¿Piensas en las prioridades, en tu estudio y trabajos, en el tiempo que dedicas a estudiar?		
¿Distribuyes generalmente tu tiempo de estudio a lo largo de la semana?		
¿Te concentras con facilidad después de un corto período de adaptación?		
Antes de terminar tu estudio, ¿aprovechas el corto período de más rendimiento?		
¿Acostumbras a hacer pequeños descansos, cada vez más frecuentes, cuando aumenta el tiempo de tu dedicación?		
¿Te pones a estudiar con intención consciente de aprovechar el tiempo?		
¿Te mantienes al menos algún tiempo estudiando, aunque de momento no te concentres?		
¿Evitas estudiar, utilizando el sueño de la noche anterior a un examen?		
¿Lees detenidamente las instrucciones?		
¿Distribuyes el tiempo que tienes entre las preguntas que tienes que contestar?		
¿Comienzas por las cuestiones más sencillas o que ya sabes?		
¿Distingues con claridad la palabra o palabras que te indican lo que realmente se te pide?		
¿Hay un esquema preciso que facilite el desarrollo y te permita no dejarlo incompleto?		
¿Escribes con claridad?		
¿Tienes buena ortografía?		

Dejas márgenes, títulos, apartados, etc.?		
¿Re lees el ejercicio antes de entregarlo?		
¿Sabes rellenar fichas bibliográficas?		
¿Manejas los ficheros tradicionales con facilidad?		
¿Tienes un fichero personal ampliable?		
¿Acostumbras a sacar fichas de contenidos, frases o referencias?		
¿Conoces la clasificación decimal universal aplicada a la documentación?		
¿Conoces las bibliotecas generales y su manejo?		
¿Tienes localizada alguna fuente de información de tu línea de estudio?		
¿Sabes dónde consultar revistas?		
¿Tienes conocimiento de las principales librerías y editoriales?		
¿Conoces los sistemas bibliográficos informatizados?		
¿Tienes claras las diferencias entre los distintos tipos de redacción científica?		
¿Conoces la estructura general de un trabajo científico?		
¿Podrías expresar con facilidad lo escrito con anterioridad?		
¿Sabes argumentar para defender tus aportaciones?		
¿Sabes criticar y discutir los trabajos de otros?		
¿Te sería fácil trabajar en equipo?		
¿Tienes acceso directo a un mecanografiado sencillo?		
¿Puedes utilizar mínimamente otro idioma?		
¿Sabes establecer contacto con personas de interés para tus trabajos?		
Te expresas con claridad y precisión al comunicar algo?		
¿Consideras tu estudio como algo realmente personal?		
¿Tienes confianza en tu capacidad de aprender?		
¿Consideras que lo que estudias está en relación con tus intereses?		
¿Tratas de comprender lo que estudias aunque te resulte difícil entenderlo o aceptarlo?		

¿Procuras participar activamente en las propuestas de los profesores y compañeros?		
¿Consideras tú tiempo de aprendizaje como digno de ser vivido con intensidad?		
¿Llevas a cabo las propuestas de los profesores con el fin de facilitar la comunicación con ellos?		
¿Tratas de reflexionar sobre la forma en que aprendes?		
¿Has pensado en cómo poder rentabilizar tu tiempo de aprender?		
¿Consideras fundamental el contar con otros para conseguir tus objetivos de aprendizaje?		
¿Tiendes a trabajar personalmente para profundizar en la comprensión de los contenidos?		
¿Percibes que el estudio es un medio para recrear el saber y divulgarlo?		
¿Consideras las preguntas en clase y la realización de trabajos como medios para impulsarte a estudiar?		
¿Piensas que la asistencia a clase es muy importante para orientarte en tu proceso de estudio?		
¿Las bajas puntuaciones te hacen reaccionar para estudiar más y mejor?		
¿Consideras al profesor como alguien de quien puedes servirte para aprender?		
¿Intentas utilizar todos los servicios que están a tu disposición dentro y fuera del colegio?		
Tratas de solucionar tus problemas de estudio y aprendizaje en general?		
¿Consideras que cualquier actividad mientras estudias puede influir en tu rendimiento?		
¿Tratas de relacionarte con personas y ambientes de semejantes intereses en cuanto a tus estudios?		

¿Te interesan los temas culturales aunque estén aparentemente alejados de los que tienes que estudiar?		
A pesar de los muchos alumnos, ¿tratas de relacionarte con los profesores en clase y fuera de ella?		
¿Tratas, además de estudiar lo explicado, de tener una actitud creativa y crítica?		
¿Procuras hablar con otros compañeros de cursos superiores sobre las asignaturas?		
¿Tratas de relacionarte con profesionales de las áreas a las que piensas dedicarte en el futuro?		
¿Visitas las exposiciones industriales o bien de otro tipo, que tengan relación con tus estudios?		
¿Tratas de leer revistas y publicaciones en torno a los temas que te ocupan en la actualidad?		
¿Has buscado información de universidades del exterior respecto a los estudios en los que te has interesado?		
¿Conoces los planes de estudio de universidades que tengan estudios semejantes a los temas que te interese?		
¿Tratas de relacionarte con otros estudiantes que cursan estudios en colegios del extranjero?		

Muchas gracias por tu participación.