

Cita: Maestre, M., Garcés de los Fayos, E.J., Ortín, F.J., e Hidalgo, M.D. (2018). El Perfil del Entrenador Excelente en Fútbol Base. Un Estudio mediante Grupos Focales. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 18(3), 112-128

El Perfil del Entrenador Excelente en Fútbol Base. Un Estudio mediante Grupos Focales

The Profile of the Excellent Trainer in Grassroot Football. A Estudy by Focus Groups

O perfil do Excelente Treinador em Base. Um Estudo por Grupos de Foco

Maestre, M.,¹ Garcés de los Fayos, E.J.,¹ Ortín, F.J.,¹ e Hidalgo, M.D.¹

¹*Universidad de Murcia*

RESUMEN

El deporte supone una magnífica herramienta para el desarrollo de hábitos saludables, y la adquisición de valores; aportando distintos beneficios físicos y psicológicos. Es sabido el papel predominante que tiene el entrenador respecto a la calidad de la experiencia deportiva de los jóvenes deportistas. El objetivo de este trabajo es configurar un perfil del entrenador excelente en fútbol base, determinar qué ámbitos lo conforman y cuál es el peso de cada uno de estos ámbitos en este perfil profesional. Para ello, se utilizó la técnica de recolección de datos de grupos focales, creándose cuatro grupos focales: entrenadores de fútbol base (n=9); futbolistas de categoría infantil, cadete y juvenil (n=12); padres/madres de futbolistas base (n=8); y psicólogos del deporte (n=3). Los resultados indican que el perfil del entrenador excelente podría estar definido por tres dimensiones: disciplinar, metodológico y personal, con una posible preferencia hacia la dimensión personal; incluyendo entre sus competencias equilibrio emocional, valores, capacidad de liderazgo y motivación eficiente, entre otras; además de una formación continua sobre el fútbol y una adecuada organización y planificación del proceso enseñanza-aprendizaje. En conclusión, estos resultados parecen no coincidir con el diseño, desarrollo y evaluación de los contenidos dedicados a la formación de entrenadores. Por tanto, una aplicación práctica de este estudio es que se debería revisar el currículum de los entrenadores para incluir contenidos relacionados con la dimensión personal del entrenador.

Palabras clave: psicología, deporte, fútbol base, educación de entrenadores.

ABSTRACT

Sport is a great tool for the development of healthy habits and the acquisition of values; providing different physical and psychological benefits. It is known the predominant role that the coach has regarding the quality of the sports experience of young athletes. The objective of this work is to configure a profile of the excellent coach in grassroots football, determine which areas are part of it and what is the weight of each of these areas in this professional profile. To do this, we used the data collection technique of focus groups, creating four focus groups: grassroots coaches (n = 9); footballers in the children, cadet and youth category footballers (n = 12); parents of base players (n = 8); and sports psychologists (n = 3). The results indicate that the profile of the excellent trainer could be defined by three dimensions: disciplinary, methodological and personal, with a possible preference towards the personal dimension; including among its competences emotional balance, values, leadership capacity and efficient motivation, among others; In addition to continuous training on football and proper organization and planning of the teaching-learning process. In conclusion, these results do not seem to coincide with the design, development and evaluation of the

El Perfil del Entrenador Excelente en Fútbol Base. Un Estudio mediante Grupos Focales

contents dedicated to the training of coaches. Therefore, a practical application of this study is that the curriculum of the coaches should be revised to include content related to the personal dimension of the coach.

Keywords: psychology, sport, grassroots football, coaching education.

RESUMO

O esporte é uma ótima ferramenta para o desenvolvimento de hábitos saudáveis e a aquisição de valores; proporcionando diferentes benefícios físicos e psicológicos. Sabe-se o papel predominante que o treinador possui em relação à qualidade da experiência esportiva de jovens atletas. O objetivo deste trabalho é configurar um perfil do excelente técnico do futebol de base, determinar quais áreas fazem parte dele e qual o peso de cada uma dessas áreas nesse perfil profissional. Para isso, utilizamos a técnica de coleta de dados dos grupos focais, criando quatro grupos focais: treinadores de base (n = 9); jogadores de futebol da categoria crianças, cadetes e juvenis (n = 12); pais de jogadores de base (n = 8); e psicólogos esportivos (n = 3). Os resultados indicam que o perfil do excelente formador pode ser definido por três dimensões: disciplinar, metodológica e pessoal, com uma possível preferência para a dimensão pessoal; incluindo entre suas competências equilíbrio emocional, valores, capacidade de liderança e motivação eficiente, entre outros; Além de treinamento contínuo sobre futebol e organização e planejamento adequado do processo de ensino-aprendizagem. Em conclusão, estes resultados não parecem coincidir com a concepção, desenvolvimento e avaliação dos conteúdos dedicados à formação de treinadores. Portanto, uma aplicação prática deste estudo é que o currículo dos treinadores deve ser revisado para incluir conteúdo relacionado à dimensão pessoal do coach.

Palavras-chave: psicologia, esporte, futebol de base, educação de treinadores.

INTRODUCCIÓN

El deporte supone una magnífica herramienta para el desarrollo de hábitos saludables y disciplinarios (Guillén, 2010). A través de esta actividad, los jóvenes adquieren hábitos para desenvolverse en la práctica deportiva y alcanzan las responsabilidades necesarias para los contextos personal y social, aprendiendo a comprometerse y responsabilizarse (Ortín, 2009).

El mantenimiento de un estilo de vida saludable es más probable en la edad adulta si dichos hábitos se establecen durante la infancia, ya que los niños que realizan actividad física regular tienen más probabilidad de convertirse en adultos activos (Tuero del Prado y Márquez, 2006). En este sentido, Vázquez (2001) menciona la relevancia que ha alcanzado el paradigma deporte-salud y cómo distintos países europeos, incluido España, integraron en el currículum educativo las prácticas deportivas como instrumentos para la adquisición de hábitos de ejercicio físico que perduren una vez terminado el período escolar.

La práctica físico-deportiva es un medio de influencias socializadoras que juega un papel importante en la formación de características personales de los jóvenes (Smoll y Smith, 2009). Según Castillo, Balaguer y García-Merita (2007), las personas que practican algún tipo de actividad física, además de obtener beneficios físicos y psicológicos (Balaguer y García-Merita, 1994; Guillén, Castro y Guillén, 1997; WHO, 2003), poseen conductas más saludables (menor consumo de tabaco y alcohol; alimentación equilibrada, respeto al horario de comidas) que las personas inactivas físicamente (Balaguer y Castillo, 2002; WHO, 2003).

La actividad físico-deportiva puede tener una influencia, directa o indirecta, sobre la salud en un doble sentido, es decir, por todo lo que puede prevenir y por todo lo que puede aportar, como por ejemplo la estabilización del peso corporal (Cantón, 2001); la reducción del riesgo de padecer enfermedades coronarias y osteoporosis (Balaguer y Castillo, 2002); el desarrollo de cualidades físicas como la coordinación y las habilidades motrices (Peris, 2003),

el fortalecimiento del sistema inmune o la prevención de la obesidad (Buceta, 2015).

A través de la práctica de la actividad física y del deporte se realiza una gran labor en la promoción y transmisión de valores (Kavussanu y Boardley, 2009; Navarro, Gamito, Valiente, Domínguez y Correa, 2018). Una práctica deportiva bien organizada desarrolla valores sociales destacados (Ruiz, Ponce, Sanz, y Valdemoros, 2015) tales como: ser una persona honesta, respetar las normas, ser respetuoso con los demás, tolerante, solidario, generoso, trabajar en equipo, asumir responsabilidades, cumplir con los compromisos, ser exigente con uno mismo, ser perseverante y ser luchador en la adversidad. (Buceta, 2015; Escartí, Buelga, Gutiérrez y Pascual, 2009; Lamonedá y Huertas, 2017; Sánchez-Oliva, Leo, Sánchez-Miguel, Gómez y García-Calvo, 2011).

Por otro lado, encontramos en el contexto del fútbol y en el desarrollo del papel del entrenador algunas peculiaridades. El contexto del fútbol es ideal para educar en valores, ya que es una actividad lúdica y generadora de oportunidades para tal fin, debido a la cantidad de conflictos que deben resolverse en el transcurso de la misma (Durán, 2006). Tiene una gran repercusión social, mediática y económica. Sin embargo, sus dimensiones son, a la vez, su ventaja e inconveniente para educar en valores, ya que existe el riesgo de confundir un modelo educativo con un modelo profesionalizado en categorías inferiores (Estrada, 2014). El tipo y la calidad de valores que los jóvenes adquieran va a depender de los agentes de socialización del entorno deportivo en que se desenvuelven, siendo principalmente la figura del entrenador la que más repercusión tendrá, jugando un papel primordial en el desarrollo y formación de los jóvenes como personas y como deportistas (Duda y Balaguer, 2007; Gutiérrez, Carratalá, Guzmán y Pablos, 2010).

No obstante, cada vez son más los autores que afirman que la mera práctica físico-deportiva por sí sola no implica la transmisión de valores en términos

El Perfil del Entrenador Excelente en Fútbol Base. Un Estudio mediante Grupos Focales

positivos (Carranza y Mora, 2003; Gutiérrez, 2004). No podemos ignorar que cada día son más frecuentes las prácticas deportivas que se olvidan de estos valores y resaltan la vanidad personal, intolerancia, alineaciones ilegales, empleo de drogas para mejorar el rendimiento y conductas agresivas (Shields y Bredemeier, 1995). Son numerosas las investigaciones que demuestran la excesiva importancia que se le otorga a la competición (Durán, 2013; González, Cechinni, Fernández-Río y Méndez-Jimenez, 2008), ya no solo en un contexto de deporte federado, sino también en el ámbito escolar, transmitiendo valores que se alejan de los pretendidos en la educación. Además, el entrenador, en muchas ocasiones, no se comporta como un verdadero educador deportivo, revelando frecuentemente conductas de agresividad con los árbitros, los adversarios e incluso para con sus jugadores (Pinheira, Camerino y Sequeira, 2014).

Por tanto, el desarrollo de los valores a través de la participación deportiva no es tan sencillo como parece. Para ello, se debe establecer un valor educativo positivo a cualquier tipo de actividad deportiva, tanto individual como colectiva. Una gran parte de este proceso depende del clima y las estrategias seguidas por el entrenador. Los profesionales que organizan y administran el deporte base deben saber manejar la gestión del mismo hacia la orientación adecuada (Buceta, 2015). La labor del entrenador de jóvenes deportistas solo se puede plantear desde una perspectiva de actuación educativa y lúdica, haciendo necesario añadir variables psicoeducativas a su formación (Pastor, Batista y Elá, 2017). Por todo ello, como señalan Smoll y Smith (2009) resulta de gran relevancia centrar la atención en la calidad deportiva que experimentan los jóvenes deportistas.

La calidad deportiva se define como la adecuada formación de los responsables deportivos, la forma de dirigir, los objetivos de trabajo, la actitud pedagógica del entrenador, etc. Son elementos que determinan que el funcionamiento de la práctica deportiva sea adecuada o perjudicial. Las personas y/o profesionales que están al cargo de los jóvenes deportistas cuando éstos practican una actividad deportiva deben demostrar la suficiente formación o

estar asesorados convenientemente. Además, los objetivos planteados se deben ajustar a las características madurativas de los deportistas para que se pueda considerar que se está practicando un deporte de calidad (Peris, 2003).

Los niños se formarán como personas y como deportistas a través del deporte pero, el tipo de formación que adquieran va a depender de la calidad del proceso de formación y competencia de los entrenadores que diariamente dirigen sus prácticas deportivas (Mesquita, Farias, Rosado, Pereira y Moreno, 2008). Es innegable la importancia que adquiere la figura del entrenador en la formación de los jóvenes deportistas en edad escolar, influyendo significativamente la actitud mostrada con los jóvenes jugadores. Diversos estudios (Cantú-Berrueto, Castillo, López-Walle, Tristán y Balaguer, 2016) demuestran que las creencias, valores y conductas del entrenador tienen un importante efecto en la participación de las actividades deportivas y en la motivación hacia el deporte, especialmente en la infancia y la adolescencia (Balaguer, Castillo, Duda y Tomás, 2009).

Lapiente (2012) a través de una investigación en entornos deportivos excelentes, encontró que la forma en que el entrenador disponía la situación de entrenamientos era una de las variables más importantes para darse un desarrollo deportivo de calidad en los jóvenes deportistas. La filosofía de entrenamiento, los valores del entrenador y su motivación intrínseca en relación a su trabajo, eran factores determinantes en la mejor disposición del entorno deportivo de excelencia.

Por tanto, si uno de los principales factores de los que depende la formación deseada de los jóvenes deportistas es el comportamiento del entrenador, su relación con los jugadores y la forma de comunicarse con ellos, entre otros, la formación de los entrenadores es un factor fundamental para asegurar ciertas garantías de comportamientos adecuados frente a sus deportistas (Goldhaber, 2010; Gómez-Espejo, Aroca, Robles-Palazón y Olmedilla, 2017; Manrique, Gea y Álvaro, 2013).

La influencia que ejerce el entrenador como líder del grupo deportivo es un aspecto relevante (Peiró, 1991): su estilo de dirección, su conducta de apoyo social y refuerzo, la forma de instruir y la información y feedback que proporciona a los deportistas serán determinantes en el rendimiento general del deportista. En todo grupo humano debe existir una persona de referencia que establezca las metas comunes, que indique el camino y los métodos que deben realizarse, que marque los roles correspondientes a cada uno de los integrantes del grupo, que active emocionalmente a los deportistas para que cumplan con las metas prefijadas y elimine los posibles problemas que puedan surgir (Mendelshon, 2014). La figura que debe llevar a cabo todas estas funciones es el entrenador. El papel del entrenador es esencial, ya que tiene la responsabilidad de proporcionar a los jugadores una guía competente sobre las distintas técnicas y estrategias deportivas, pero también de crear situaciones psicológicas (aprendizaje de valores, adquisición de habilidades, conductas saludables, etc.) mediante las cuales los jóvenes puedan descubrir los beneficios positivos de su participación deportiva.

Estas funciones dan lugar al concepto de liderazgo que debe realizar el entrenador en el grupo de entrenamiento. En el fútbol, igual que en otras modalidades deportivas, la capacidad de liderazgo del entrenador es de vital importancia para alcanzar los objetivos establecidos dentro del equipo (Costa y Samulski, 2006). Autores como Liukkonen y Salminen (1996) destacaron la relevancia de un adecuado estilo de liderazgo de los entrenadores deportivos para el mantenimiento de un adecuado clima entre deportistas y entrenador, indicando la importancia de la evaluación de este constructo en el ámbito deportivo.

Entre los enfoques teóricos desde los que se ha abordado este constructo, destaca de forma específica en el ámbito de la psicología del deporte, el modelo Multidimensional de Chelladurai (1990). El supuesto básico de este modelo supone que el rendimiento y satisfacción de los deportistas depende del grado de coherencia entre el liderazgo del entrenador con el

liderazgo preferido por los jugadores y la conducta de liderazgo requerida ante una situación concreta (Leo, Sánchez, Sánchez, Amado y García, 2013). Así, el grado de satisfacción de los deportistas depende del tipo de mensajes emitidos por el líder (Rosado, Palma, Mesquita y Moreno, 2007). Dentro de éstos, destaca que la expresión de conducta de feedback positivo, apoyo social, entrenamiento, instrucción y conducta democrática por parte del líder genera mayores niveles de satisfacción y compromiso, mayor confianza y respeto de los deportistas para con su entrenador.

Numerosos autores han escrito sobre este entrenador idóneo, pero no existe en la actualidad un consenso ni se ha llegado a concretar un perfil profesional del entrenador excelente en la sociedad del siglo XXI.

En este trabajo de investigación se pretende configurar un perfil del entrenador excelente en fútbol base, determinar qué ámbitos lo conforman y cuál es el peso de cada uno de estos ámbitos en este perfil profesional.

MATERIAL Y MÉTODOS

Participantes

Participaron un total de 32 personas divididas en cuatro grupos focales: entrenadores de fútbol, futbolistas base, familias de futbolistas base y psicólogos del deporte. Creamos estos cuatro grupos focales por la importancia del modelo del triángulo deportivo (Smoll, 1991) en el deporte de iniciación, donde se encuentran interrelacionadas las tres figuras más relevantes en esta etapa: el deportista, el entrenador y las familias. Entrenadores y padres son responsables, en gran medida, de las consecuencias que sobre el desarrollo psicológico y físico tendrá la práctica deportiva de sus hijos. Además, añadimos el grupo de psicólogos del deporte como un grupo de expertos para afianzar la información obtenida.

El grupo focal de entrenadores fue considerado un grupo de expertos y estuvo compuesto por una muestra de 9 entrenadores: 3 entrenadores de categoría infantil, 3 entrenadores de categoría cadete y 3 entrenadores de categoría juvenil. La media de

El Perfil del Entrenador Excelente en Fútbol Base. Un Estudio mediante Grupos Focales

edades de los 9 entrenadores al inicio del estudio fue de 37,55 años (DT = 8,15) y una media de 11,77 años (DT = 5,35) de experiencia como entrenadores de fútbol.

El grupo focal de futbolistas base estuvo formado por una muestra de 12 futbolistas de 14 a 18 años: 4 futbolistas de categoría infantil (segundo año), 4 futbolistas de categoría cadete (2 de primer año y 2 de segundo año) y 4 futbolistas de categoría juvenil. La media de edades de los 12 futbolistas al inicio del estudio fue de 15,58 años (DT = 1,38) y una media de 9,58 años (DT = 1,71) practicando deporte.

El grupo focal de familias de futbolistas lo constituyeron padres y madres cuyos hijos practicaban fútbol en las categorías mencionadas, sin corresponder a la familia de los hijos del grupo anterior. La muestra fue de 8 personas: 4 padres y 4 madres. De las 8 personas, 2 tienen hijos jugando en categoría infantil, 2 en categoría cadete y 4 en categoría juvenil. La media de edades de las 8 personas al inicio del estudio fue de 46,63 años (DT = 2,78).

El grupo focal de psicólogos del deporte fue considerado un grupo de expertos y estuvo formado por una muestra de 3 psicólogos del deporte (sexo: masculino) con experiencia profesional (deporte base, formación a entrenadores y orientación psicoeducativa a padres) y académica. La media de edades de los 3 psicólogos al inicio del estudio fue de 48,33 años (DT = 3,14) y una media de 18,33 años (DT = 5,32) de experiencia como psicólogos del deporte.

El sexo de todos los entrenadores y de todos los futbolistas base fue el masculino.

Instrumentos

Para el desarrollo de los guiones de las sesiones de los grupos focales se llevó a cabo una revisión y análisis de la literatura científica relacionada con el perfil del entrenador excelente. A través de esta búsqueda bibliográfica se crearon tres dimensiones previamente a la creación de los grupos focales. Las tres dimensiones que englobaría el perfil del entrenador excelente son:

- Dimensión Disciplinar: dominio de los conocimientos teórico - prácticos de la profesión.
- Dimensión Metodológica: técnicas y estrategias utilizadas por los entrenadores para el proceso de enseñanza-aprendizaje.
- Dimensión Personal: características de la personalidad del entrenador.

Finalizada esta fase, se consideró necesario contrastar y debatir la información obtenida construyendo grupos focales formados por profesionales cuya experiencia personal pudiera afianzar que el perfil del entrenador excelente engloba las tres dimensiones comentadas.

Para las reuniones de los grupos focales se utilizaron las siguientes preguntas:

Tabla 1.
Preguntas de Debate para los Grupos Focales

Grupo Focales		
Expertos: Entrenadores y Psicólogos	Futbolistas Base	Padres y Madres de Futbolistas Base
<ol style="list-style-type: none"> 1. ¿Qué características se consideran básicas o imprescindibles para una persona que entrena deportistas de fútbol base? 2. ¿Qué características son comunes a aquellos entrenadores que destacan por su labor profesional y que son bien valorados por toda la comunidad deportiva? 3. De las características propuestas, seleccionar las cinco que se consideren de mayor importancia en un entrenador excelente. 4. Categorización de las características en función de la dimensión disciplinar, metodológica y personal. 5. Priorización de las tres dimensiones propuestas. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. ¿Qué características debe tener un entrenador para considerarlo excelente? 2. Señala las 3 características que consideres más importantes para ser un buen entrenador. 3. Categorización de las características en función de la dimensión disciplinar, metodológica y personal. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. ¿Qué características se consideran básicas o imprescindibles para una persona que entrena deportistas de fútbol base? 2. Señala las 3 características de los mejores entrenadores que han tenido vuestros hijos. 3. De todas las características aportadas, destaca las que consideres más relevantes para una buena labor profesional de un entrenador. 4. Categorización de las características en función de la dimensión disciplinar, pedagógica y personal.

Procedimiento

Tras definir la muestra de cada grupo focal, se procedió al desarrollo de una reunión con cada uno de los grupos focales por separado. Las reuniones con los grupos focales se realizaron al final de la temporada 2016. La duración de la reunión de entrenadores fue de 2 horas, la de futbolistas base fue de 45 minutos, la de padres y madres de futbolistas base 1 hora y la de psicólogos del deporte tuvo una duración de 1 hora y 30 minutos. Estas reuniones no pudieron ser grabadas en audio ni en vídeo porque los participantes no dieron su consentimiento, pero cada participante escribió sus respuestas en un documento elaborado para ello.

Para la realización de las reuniones con cada uno de los grupos focales, se diseñó una presentación power point donde se les presentó el objetivo de la reunión: debatir acerca del perfil del entrenador excelente. A cada participante se le entregó un documento donde especificaron datos sociodemográficos y respondieron preguntas acerca

de qué características disciplinares, metodológicas y de personalidad debe definir el perfil del entrenador excelente.

Para el desarrollo del debate acerca de dicho perfil se utilizaron una serie de preguntas abiertas (Tabla 1) donde cada grupo tenía que responder llegando a un acuerdo con el resto de participantes del grupo focal. Estas reuniones se pudieron transcribir porque escribieron las respuestas en el documento mencionado anteriormente, quedando recogida toda la información. El grupo focal de futbolistas base se dividió en dos para minimizar las grandes diferencias que existen entre categoría infantil y categoría juvenil. De tal forma que se realizaron dos reuniones con 6 participantes cada una: a la primera reunión asistieron 4 jugadores de categoría infantil de segundo año junto con 2 jugadores de categoría cadete de primer año y, a la segunda reunión asistieron 2 jugadores de categoría cadete de segundo año junto con 4 jugadores de categoría juvenil. De estos doce futbolistas base, once

El Perfil del Entrenador Excelente en Fútbol Base. Un Estudio mediante Grupos Focales

tenían una edad inferior a los 18 años, por lo que se solicitó el permiso de la participación en el estudio a los padres de los mismos, firmando un consentimiento informado.

Análisis estadístico

Las respuestas escritas en el documento por parte de los grupos focales fueron transcritas a un fichero de texto. A partir de los textos escritos, y para cada grupo por separado, se procedió a la categorización del discurso escrito identificando las características manifestadas por los participantes, mediante un análisis del contenido. Además, se realizó análisis de frecuencias de las características propuestas por los participantes.

RESULTADOS

En el grupo focal de entrenadores expusieron que para la labor del entrenador de fútbol base centrado en la formación:

- No se pueden considerar unos requisitos mínimos y otros que otorgan la excepcionalidad profesional,
- Todas las dimensiones son determinantes para una buena labor del entrenador.
- La base sobre la que comenzar a construir el perfil profesional del entrenador debería ser el dominio de conocimientos, la gestión de grupo y la empatía.

Aparte de estas tres características fundamentales, los entrenadores ordenaron de mayor a menor importancia otras características que consideraron relevantes para definir dicho perfil (Tabla 2). Las características más votadas fueron, por orden, las siguientes: dominio de conocimientos, gestión de grupo, empatía, actualización de conocimientos y equilibrio emocional.

Tabla 2

Respuestas del grupo focal de entrenadores puntuadas de mayor a menor importancia

CARACTERÍSTICAS	Participantes									Nº Selec.	Resultados		
	1	2	3	4	5	6	7	8	9		1º	2º	3º
Valores Positivos	1		1	4	4	3	4	4		7	2	0	1
Ser un Líder	2		3	2	2		1	3	2	7	1	4	2
Actualización		1	4	1	1	1	2	1	1	9	6	1	1
Conocimientos													
Equilibrio Emocional	4	2	2	3	5	5		2	5	8	0	3	1
Saber Transmitir	5	3		5		2	3	5	3	7	0	1	3
Objetivos Claros		4			3				4	3	0	0	1
Habilidades Sociales			5							1	0	0	0
Optimista		5				5	5			3	0	0	0

* Puntuación: 1: elegida en primer lugar; 5: elegida en último lugar.

Además, los entrenadores manifestaron que las tres dimensiones (disciplinar, metodológica y personal) son indispensables. No se puede desarrollar una labor de entrenador de calidad sin que exista un equilibrio entre las tres dimensiones. Sin embargo, hubo un debate en el que los entrenadores con más años de experiencia expusieron que en el fútbol base centrado en la formación, la dimensión prioritaria sería

la personal. Ya que, aunque se domine la dimensión disciplinar y la metodológica, no se podría realizar una labor de calidad sin una adecuada dimensión personal. Asimismo, realizaron una categorización de cada característica seleccionada en cada una de las dimensiones mencionadas (Tabla 3), donde se puede observar que en la dimensión personal hay un mayor número de características.

Tabla 3

Categorización de las características seleccionadas en el grupo focal de entrenadores

PERSONAL	DISCIPLINAR	METODOLÓGICA
Empatía	Dominio Conocimientos	Gestión Grupo
Equilibrio Emocional	Actualización Conocimientos	Líder
Valores Positivos	Objetivos Claros	
Capacidad de Comunicación		
Habilidades Sociales		
Optimista		

En el grupo focal de futbolistas base, cada futbolista anotó cinco características necesarias para que un entrenador fuera considerado excelente y se ordenaron de mayor a menor importancia (Tabla 4).

Las características más votadas fueron por orden, las siguientes: exigente con templanza, animar ante el error, dominio de conocimiento, competitivo y líder.

Tabla 4

Respuestas del grupo focal de futbolistas base puntuadas de mayor a menor importancia

CARACTERÍSTICAS	Participantes												Total	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12		
Confianza	1				3									2
Ánimo ante el error	2			2	1	2								4
Corregir para aprender	3			1										2
Exigente pero con templanza		1	1	3		1						1		5
Trato cordial con el equipo		2												1
Sacar lo mejor de cada jugador			2		2									2
Carácter			3											1
Dominio de conocimientos						3	2			2	2			4
Competitivo							1	1	3		1			4
Empatía							3		1			2		3
Sincero								2						1
Tomar decisiones sin influencias								3		1				2
Líder									2		3	3		3
Fiel a un estilo										3				1

Además, realizaron una categorización de cada característica seleccionada en cada de las dimensiones mencionadas (Tabla 5), donde se puede

observar que en la dimensión personal hay un mayor número de características.

El Perfil del Entrenador Excelente en Fútbol Base. Un Estudio mediante Grupos Focales

Tabla 5

Categorización de las características seleccionadas en el grupo focal de futbolistas base

PERSONAL	DISCIPLINAR	METODOLÓGICA
Confianza	Dominio de conocimientos	Animar ante el error
Exigente con templanza		Corregir para aprender
Trato cordial		Sacar lo mejor del jugador
Carácter		
Competitivo		
Empatía		
Sincero		
Tomar decisiones sin influencias		
Líder		
Fiel a un estilo		

En el grupo focal de familias de futbolistas base, cada padre/madre anotó cinco características necesarias para que un entrenador fuera considerado excelente y se ordenaron de mayor a menor importancia (Tabla 6).

Las características más votadas, por orden, fueron las siguientes: saber transmitir los conocimientos, dar confianza, empatía, trabajador y justo en relación entrenamientos-minutos jugados.

Tabla 6

Respuestas del grupo focal de familias de futbolistas base puntuadas de mayor a menor importancia

CARACTERÍSTICAS	Participantes								Total
	1	2	3	4	5	6	7	8	
Saber transmitir conocimientos	1			4	2	1	3		5
Dialogar con jugadores y padres	2	2						2	3
Dar confianza	3	3	3	2				4	5
Empatía		1	2		1		5		4
Trabajador (sacrificio y esfuerzo)		4		5		3		3	4
Respeto	5	5		3					3
Dominio de conocimientos			1	1			1		3
Justo en entrenamientos y partidos			4		5	2		5	4
Aumentar autoestima					3	5			2
Disciplina					4		4	1	3
Entrenamientos dinámicos			5			4			2
Corregir errores (enseñar)							2		1
Explicaciones de fácil comprensión	4								1

Además, realizaron una categorización de cada característica seleccionada en cada de las

dimensiones mencionadas (Tabla 7), donde se puede observar que en la dimensión personal hay un mayor número de características.

Tabla 7

Categorización de las características seleccionadas en el grupo focal de familias de futbolistas base

PERSONAL	DISCIPLINAR	METODOLÓGICA
Saber transmitir (habilidades de comunicación)	Dominio de conocimientos acerca del fútbol	Aumentar autoestima (animar ante errores)
Dialogar con jugadores y padres		Entrenamientos dinámicos y divertidos
Dar confianza		Corregir errores para enseñar
Empatía		Explicaciones sencillas
Trabajador		Disciplinado
Respeto		
Ser justo en entrenamientos y partidos		

Los psicólogos del deporte, tras un largo debate, concluyeron que para la labor del entrenador de fútbol base centrado en la formación, todas las dimensiones mencionadas son determinantes. Únicamente precisaron que la base sobre la que comenzar a construir el perfil profesional del entrenador fuera el conocimiento técnico-táctico, el liderazgo y la empatía.

Aparte de estas tres características fundamentales, los psicólogos del deporte ordenaron de mayor a menor importancia otras características que consideraron relevantes para definir dicho perfil (Tabla 8). Las características más votadas, por orden, fueron las siguientes: conocimiento técnico-táctico, liderazgo, empatía, comunicación y motivación eficiente.

Tabla 8

Respuestas del grupo focal de psicólogos del deporte puntuadas de mayor a menor importancia

CARACTERÍSTICAS	PARTICIPANTES			RESULTADOS			
	1	2	3	Nº SELEC	1º	2º	3º
Motivación Eficiente	1	4	5	3	1	0	0
Comunicación	2		1	2	1	1	0
Flexibilidad	3	3	3	3	0	0	3
Sinceridad	4	2		2	0	1	0
Gestión Grupo	5	5	4	3	0	0	0
Capacidad Organizativa		1		1	1	0	0
Habilidades personales			2	1	0	1	0

El grupo focal de psicólogos del deporte manifestó que, de las tres dimensiones, la prioritaria sería la personal. Seguidamente, tras un debate acerca de la priorización de las otras dos dimensiones (metodológica y disciplinar), llegaron a la conclusión de que existía un equilibrio entre estas dos dimensiones.

Asimismo, realizaron una categorización de cada característica seleccionada en cada de las dimensiones mencionadas (Tabla 9), donde se puede observar que en la dimensión personal hay un mayor número de características.

El Perfil del Entrenador Excelente en Fútbol Base. Un Estudio mediante Grupos Focales

Tabla 9

Categorización de las características seleccionadas en el grupo focal de psicólogos del deporte

PERSONAL	DISCIPLINAR	METODOLÓGICA
Sinceridad	Gestión de Grupo	Flexibilidad
Empatía	Conocimiento técnico-táctico	Capacidad organizativa
Motivación Eficiente		
Liderazgo		
Comunicación		
Habilidades Personales		
Habilidades Sociales		

Por lo tanto, tras la armonización de la información obtenida, tanto en la literatura científica como en los grupos focales, se puede deducir que el perfil del entrenador excelente podría estar definido

por las tres dimensiones comentadas (disciplinar, metodológica y personal) y con los siguientes componentes de cada dimensión:

Tabla 10

Configuración de dimensiones y componentes del perfil del entrenador excelente

DIMENSIONES	COMPONENTES
PERSONAL	Empatía Equilibrio Emocional Valores Liderazgo Motivación Eficiente Respeto Sinceridad Optimista Habilidades de Comunicación Habilidades Sociales
METODOLÓGICO	Gestión de Grupo Animar ante el error Corregir para aprender/enseñar Entrenamientos Dinámicos Flexibilidad Capacidad de Organización
DISCIPLINAR	Dominio de conocimientos Actualización de conocimientos Objetivos Definidos

DISCUSIÓN

La técnica de recolección de datos de *grupos focales* fue utilizada en este estudio por la posibilidad que proporciona para abordar exhaustivamente un tema de discusión y para desarrollar posteriormente los ítems de un posible cuestionario (Abad, Olea, Ponsoda y García, 2011; Martínez Reyes, 2012). Una metodología similar encontramos en trabajos de García (2015) donde realiza tres grupos focales (docentes, alumnos de primaria y padres/madres de alumnos) y construye un instrumento con los datos obtenidos, con el objetivo de definir el perfil del docente excelente. Siguiendo con esta línea, nuestro objetivo es definir el perfil del entrenador excelente en fútbol, a través de la creación de cuatro grupos focales.

La obtención de los resultados proporcionados con dicha metodología parecen verificar que el perfil del entrenador excelente está configurado por tres dimensiones: disciplinar, metodológico y personal, puesto que las tres dimensiones aparecen definidas. Parece innegable que el entrenador, para alcanzar la excelencia, requiere una variabilidad de características y conductas muy amplia, así como el control de todas ellas y su continuo desarrollo.

En la misma línea que nuestro estudio, distintos trabajos (Alejo, 2014; Moreno y Del Villar, 2004) afianzan la idea de que los entrenadores de éxito en el mundo del fútbol destacan por una alta gestión humana y del grupo, de los entrenamientos y la competición. Es decir, no debemos entender al entrenador únicamente como un académico de su deporte. El entrenador debe dominar gran cantidad de campos de actuación y, en la actualidad se le exigen habilidades para la dirección del jugador o el equipo que van más allá de los aspectos técnicos y estratégicos del juego.

Así, para que un entrenador sea considerado excelente, parece que debe incluir en sus competencias determinadas características de la personalidad, como el equilibrio emocional, valores, liderazgo y motivación eficiente, entre otras; además de una formación continua sobre el fútbol y una adecuada organización y planificación del proceso enseñanza-

aprendizaje. En línea con estos resultados nos encontramos con trabajos como el de Alejo (2014) y Pastor, Batista y Elá (2017).

Por otro lado, los cuatro grupos focales incidieron en mayor medida en las características de la dimensión personal. Por lo tanto, podría existir una preferencia de la dimensión personal definida como la más importante para que un entrenador de fútbol base sea considerado excelente. El entrenador considerado excelente debería generar relaciones de confianza, realizar una escucha empática, comunicar de forma positiva, ser empático y respetuoso (Alejo, 2014).

El entrenador de base debe destacar más sus características como educador que su especialización técnica (Pastor et al., 2017). Esto supone que el entrenador base debe superar el modelo tradicional de desarrollo profesional y pasar de un enfoque parcial, en el que la técnica recibe una atención preferente, a una concepción global e integradora, en la que se incluyen todos los factores (Pérez, 2002; Pino, Vegas y Moreno, 2001): fundamentos deportivos, desarrollo coordinativo, transmisión de hábitos, valores y actitudes, demostrando que es más importante la formación del jugador que la progresión de su profesión.

Estos resultados parecen no coincidir con el diseño, desarrollo y evaluación de los contenidos dedicados a la formación de entrenadores. El currículum de los entrenadores reside en los aspectos técnicos de cada especialidad, así como los didácticos y metodológicos, pero no incide en todos aquellos contenidos relacionados con la dimensión personal del entrenador, siendo además las características más complicadas de adquirir (Real Decreto 320/2000, de 3 de marzo, títulos de Técnico Deportivo y Técnico Deportivo superior en las especialidades de Fútbol y Fútbol Sala).

Por lo tanto, los entrenadores que se centran en la formación de deportistas en edad infantil y juvenil deberían asignar mayor relevancia a los componentes que definen la dimensión personal. Los deportistas en estas edades todavía no han alcanzado la madurez y pueden presentar una personalidad poco estructurada, de tal forma que el comportamiento de

El Perfil del Entrenador Excelente en Fútbol Base. Un Estudio mediante Grupos Focales

sus entrenadores es un modelo de conducta que ellos pueden adquirir. Por ello es tan importante que los entrenadores sepan transmitir valores y hábitos de vida saludables a sus jugadores. No obstante, este estudio presenta algunas limitaciones en la muestra, donde solo se ha elegido el sexo masculino, y en la metodología, donde no se ha utilizado un programa informático. Por todo ello, hay que seguir realizando investigaciones en esta línea para poder concluir definitivamente estos resultados.

CONCLUSIONES

Aunque en el anterior apartado se han destacado las ideas más importantes sobre el tema abordado, como conclusiones podemos señalar lo siguiente:

- El perfil del entrenador excelente parece estar configurado por las tres dimensiones comentadas: disciplinar, metodológico y personal, puesto que las tres dimensiones aparecen definidas en los resultados de los cuatro grupos focales.
- Las características más votadas por cada grupo focal fueron:
 - Entrenadores: dominio de conocimientos, gestión de grupo, empatía, actualización de conocimientos y equilibrio emocional.
 - Futbolistas base: exigente, ánimo ante el error, dominio de conocimientos, competitivo y liderazgo.
 - Familias de futbolistas base: transmisión de conocimientos, confianza, empatía, trabajador y justo.
 - Psicólogos del Deporte: dominio de conocimientos, liderazgo, empatía, habilidades de comunicación y motivación eficiente.
- No debemos entender al entrenador únicamente como un académico de su deporte. El entrenador debe dominar gran cantidad de campos de actuación y, en la actualidad se le exigen habilidades para la dirección del jugador o el equipo que van más allá de los aspectos técnicos y estratégicos del juego.

- Podría existir una preferencia de la dimensión personal definida como la más importante para que un entrenador sea considerado excelente, ya que los cuatro grupos focales incidieron en mayor medida en las características de la dimensión personal (entre las más votadas se encuentran la empatía, las habilidades sociales, las habilidades de comunicación y el liderazgo).
- Estos resultados parecen no coincidir con el diseño, desarrollo y evaluación de los contenidos dedicados a la formación de entrenadores. El currículum de los entrenadores no incide en aquellos contenidos relacionados con la dimensión personal del entrenador.
- Un nuevo estudio para el futuro podría ser comparar estos resultados con el perfil de la entrenadora excelente.

REFERENCIAS

1. Abad, F. J., Olea, J., Ponsoda, V., y García, C. (2011). *Medición en ciencias sociales y de la salud*. Madrid: Síntesis.
2. Balaguer, I., y Castillo, I. (2002). Actividad física, ejercicio físico y deporte en la adolescencia temprana. En I. Balaguer (Ed.), *Estilos de vida en la adolescencia* (pp. 37-64). Valencia: Promolibro.
3. Balaguer, I., y García-Merita, M. (1994). Ejercicio físico y bienestar psicológico. *Anuari de Psicologia*, 1, 3-26.
4. Balaguer, I., Castillo, I., Duda, J. L., y Tomás, I. (2009). Análisis de las propiedades psicométricas de la versión española del Cuestionario de Clima en el Deporte. *Revista de Psicología del Deporte*, 18, 73-83.
5. Buceta, J.M. (2015). *Mi hijo es el mejor, y además es mi hijo*. Madrid: DYKINSON.
6. Cantón, E. (2001). Deporte, salud, bienestar y calidad de vida. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 1(1), 27-38.

Maestre, M., Garcés de los Fayos, E.J., Ortín, F.J., e Hidalgo, M.D.

7. Cantú-Berrueto, A., Castillo, I., López-Walle, J., Tristán, J., y Balaguer, I. (2016). Estilo interpersonal del entrenador, necesidades psicológicas básicas y motivación: un estudio en futbolistas universitarios mexicanos. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 11(2), 263-270.
8. Carranza, M., y Mora, J. M. (2003). *Educación física y valores: educando en un mundo complejo*. Barcelona: Graó.
9. Castillo, I., Balaguer, I., y García-Merita, M. (2007). Efecto de la práctica de actividad física y de la participación deportiva sobre el estilo de vida saludable en la adolescencia en función del género. *Revista de Psicología del Deporte*, 16(2), 201-210.
10. Chelladurai, P. (1990). Leadership in sports. A review. *International Journal of Sport Psychology*, 21, 328-354.
11. Costa, I. T., y Samulski, D. M. (2006). El perfil de liderazgo de entrenadores de fútbol del campeonato brasileño serie A /2005. *Revista Brasileña de Educación Física y Deporte*, 20(3), 175-184.
12. Duda, J. L., y Balaguer, I. (2007). Coach-created motivacional climate. En S. Jowet y D. Lavallee (Eds.), *Social Psychology in Sport* (pp. 117-130). Champaign, IL: Human Kinetics.
13. Durán, J. (2006). *Fundamentos sociológicos del deporte. Curso Nivel I: Instructor de Fútbol Base*. Madrid: RFEF-Escuela Nacional.
14. Durán, J. (2013). Ética de la competición deportiva: valores y contravalores del deporte competitivo. *Materiales para la historia*, 11, 89-115. Recuperado de: https://www.upo.es/revistas/index.php/materiales_historia_deporte/index
15. Escartí, A., Buelga, F., Gutiérrez, M., y Pascual, C. (2009). El desarrollo positivo a través de la actividad física y el deporte: el programa de responsabilidad personal y social. *Revista de Psicología General y Aplicada*, 62(1-2), 45-52.
16. Estrada, M. (2014). Valores en Fútbol Amateur. En M. Roffé y S. Rivera (Coords.), *Entrenamiento Mental en el Fútbol Moderno*, (pp. 33-49). Argentina y Colombia: Futbol Del Libro.
17. García, M. A. (2015). *El Perfil del Docente Excelente: Un estudio en los centros públicos de educación infantil y primaria de la región de Murcia*. (Tesis doctoral). Departamento de Personalidad, Evaluación y Tratamiento Psicológico. Facultad de Psicología. Universidad de Murcia.
18. García-Naveira, A. (2014). Formación a Entrenadores de Cantera: Experiencias en el Club Atlético de Madrid. En M. Roffé y S. Rivera (Coords.), *Entrenamiento Mental en el Fútbol Moderno*, (pp. 50-70). Argentina y Colombia: Futbol Del Libro.
19. Goldhaber, D. (2010). Licensure Tests: Their Use and Value for Increasing Teacher Quality. En Kennedy, M. (Ed.), *Teacher Assessment and the Quest for Teacher Quality: A Handbook* (pp. 133-147). San Francisco: Jossey-Bass
20. Gómez-Espejo, V., Aroca, B., Robles-Palazón, F. J., y Olmedilla, A. (2017). Formación integral en la cantera del Real Murcia C.F.: Tutorías psicológicas. *Revista de Psicología Aplicada al Deporte y al Ejercicio Físico*, 2(2), 1-11.
21. González, C., Cechinni, J.A., Fernández-Río, J., y Méndez-Jiménez, A. (2008). Posibilidades del modelo comprensivo y del aprendizaje cooperativo para la enseñanza deportiva en el contexto educativo. *Aula abierta*, 36(1 y 2), 27-38.
22. Guillén, F., Castro, J.J., y Guillén, M.A. (1997). Calidad de vida, salud y ejercicio físico: Una aproximación al tema desde una perspectiva psicosocial. *Revista de Psicología del Deporte*, 12, 91-107.
23. Guillén, N. (2010). Intervención psicológica con padres: una alternativa en la búsqueda de logros deportivos. *Pensamiento Psicológico*, 8(15), 125-134.
24. Gutiérrez, M. (2004). El valor del deporte en la educación integral del ser humano. *Revista de Educación*, 335, 105-126.
25. Gutiérrez, M., Carratalá, V., Guzman, J. F., y Pablos, C. (2010). Objetivos y manifestaciones de

El Perfil del Entrenador Excelente en Fútbol Base. Un Estudio mediante Grupos Focales

- valores sociales y personales en el deporte juvenil según deportistas, padres, entrenadores y gestores. *Apunts: Educación física y deportes*, 101, 57-65.
26. Kavussanu, M., y Boardley, I. D. (2009). The Prosocial and Antisocial Behavior in Sport Scale. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 31, 97-117.
27. Lamonedá, J., y Huertas, F. J. (2017). Efectos de un programa de juego limpio aplicado a jóvenes futbolistas federados para la mejora de la deportividad con sus oponentes. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 12(1), 107-119.
28. Lapuente Álvarez, I. (2012). Modelo de desarrollo deportivo de entrenadores expertos en entornos socio-deportivos excelentes. *AGON International Journal of Sport Sciences*, 2(2), 85-97.
29. Leo, F., Sánchez, P., Sanchez, D., Amado, D., y García, T. (2013). El liderazgo y el clima motivacional del entrenador como antecedentes de la cohesión y el rol percibido en futbolistas semiprofesionales. *Revista de Psicología del Deporte*, 22(2), 361-370.
30. Liukkonen, J., y Salminen, S. (1996). Coach-athlete relationship and coaching behavior in training sessions. *International Journal of Sport Psychology*, 27, 59-67.
31. Manrique, J. C., Gea, J. M., y Álvaro, M. (2013). Perfil y expectativas del técnico de deporte escolar en el municipio de Segovia (España). *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 13 (50), 367-387. Recuperado de: <http://cdeporte.rediris.es/revista/revista50/artperfil383.pdf>
32. Martínez Reyes, N. (2012). Reseña metodológica sobre los grupos focales. *Diálogos*, 9, 47-53.
33. Mendelsohn, D. (2014). Entrenar es un proceso de aprendizaje: el entrenador como pedagogo. En M. Roffé y S. Rivera (Coords.), *Entrenamiento Mental en el Fútbol Moderno*, (pp. 84-99). Argentina y Colombia: Futbol Del Libro.
34. Mesquita, I., Farias, C., Rosado, A., Pereira, F., y Moreno, M.P. (2008). La presentación de las tareas en función de la formación académica de los entrenadores de fútbol. *Revista motricidad. European Journal of Human Movement*, 20, 128-143.
35. Moreno, M. P., y Del Villar, F. (2004). *El Entrenador Deportivo: Manual práctico para su desarrollo y formación*. Barcelona: INDE
36. Navarro, J. I., Gamito, J. M., Valiente, M., Domínguez, J.A., y Correa, A. (2018). Formación en valores desde el Área de Psicología del Deporte del Sevilla F.C. S.A.D. *Revista de Psicología Aplicada al Deporte y al Ejercicio Físico*, 3(1), 1-8.
37. Ortín Montero, F. J. (2009). *Los padres y el deporte de sus hijos*. Madrid: Pirámide.
38. Pastor, J., Batista, F., y Elá, J. (2017). *El Espejo del Deportista. Refleja tus habilidades para disfrutar entrenando*. Santa Cruz de Tenerife: Creativa 7.
39. Peiró, J. M. (1991). *Psicología de la Organización*. Madrid. Universidad Nacional de Educación a Distancia (UNED).
40. Pérez, M. C. (2002). Caracterización del entrenador de alto rendimiento deportivo. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 2(1), 15-37
41. Peris del Campo, D. (2003). *Los padres son importantes... para que sus hijos hagan deporte*. Castellón: Fundación Club Deportivo Castellón.
42. Pinheira, V., Camerino, O., y Sequeira, P. (2014). El fair play en la iniciación deportiva, un estudio con entrenadores de fútbol. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 25, 32-35.
43. Pino, J., Vegas, G., y Moreno, M. I. (2001). La formación conceptual del deportista en los deportes de equipo en la fase de iniciación. *Lecturas: Educación física y Deportes*, 41. Consultado en <http://www.efdeportes.com/efd41/inic.htm>
44. Rosado, A., Palma, N., Mesquita, I., y Moreno, M. (2007). Percepción de los jugadores de fútbol, de distinto nivel, sobre sus entrenadores. *Revista de Psicología del Deporte*, 16(2), 151-165.

45. Ruiz, J. V., Ponce, A., Sanz, E., y Valdemoros, M. A. (2015). La educación en valores desde el deporte: investigación sobre la aplicación de un programa integral en deportes de equipo. *Retos*, 28, 270-276.
46. Sánchez-Oliva, D., Leo, F. M., Sánchez-Miguel, P. A., Gómez, F. R., y García-Calvo, T. (2011). Teoría de autodeterminación y comportamientos prosociales en jóvenes jugadores de fútbol. *Apuntes: Educación física y deportes*, 108(1), 32-38.
47. Shields, D., y Bredemeier, B. (1995). *Character development and physical activity*. Champaign: Human Kinetics.
48. Smoll, F. L. (1991). Relaciones padre-entrenador: Mejorar la calidad de la experiencia deportiva. En J. M. William (ed.), *Psicología aplicada al deporte*, Madrid: Biblioteca Nueva
49. Smoll, F. L., y Smith, R. E. (2009). *Claves para ser un entrenador excelente*. Zaragoza: Inde.
50. Tuero del Prado, C., y Márquez, R. (2006). Beneficios psicológicos de la actividad física. En E.J., Garcés, A., Olmedilla y P. Jara (Eds.), *Psicología y Deporte* (pp. 447-460). Murcia: Diego Marín
51. Vázquez, B. (2001). Deporte y educación. En B. Vázquez (Coord.), *Bases educativas de la actividad física y el deporte* (pp. 333-355). Madrid: Síntesis.
52. World Health Organization. (2003). *Information sheets: Physical activity*. World Health Organization. Recuperado de: http://www.who.int/dietphysicalactivity/media/en/gsf_pa.pdf.