



UNIVERSIDAD JUÁREZ AUTÓNOMA DE TABASCO

DIVISIÓN ACADÉMICA DE EDUCACIÓN Y ARTES

JÓVENES, EDUCACIÓN Y CULTURA DEPORTIVA
Una aproximación diagnóstica al deporte de la Universidad
Juárez Autónoma de Tabasco (UJAT).

TRABAJO RECEPCIONAL BAJO LA MODALIDAD DE
TESIS

QUE PARA OBTENER EL GRADO DE
MAESTRO EN DOCENCIA

PRESENTA:
GERARDO IRÁN SÁNCHEZ MALDONADO

DIRECTORA DE TESIS
DRA. FLOR DE LIZ PÉREZ MORALES

VILLAHERMOSA, TABASCO; Octubre de 2017



UNIVERSIDAD JUÁREZ
AUTÓNOMA DE TABASCO

"ESTUDIO EN LA DUDA. ACCIÓN EN LA FE"



DIVISIÓN ACADÉMICA DE EDUCACIÓN Y ARTES
DIRECCIÓN

REF: DAEA/901/17

Villahermosa, Tabasco; 24 de Octubre de 2017

LIC. MARIBEL VALENCIA THOMPSON
JEFE DEL DEPARTAMENTO DE CERTIFICACIÓN
Y TITULACIÓN DE SERVICIOS ESCOLARES
PRESENTE

De conformidad con lo establecido en el Artículo 66, inciso b) del Reglamento de Estudios de Posgrado de la UJAT, me permito comunicar a Usted, que la **Dra. Flor de Liz Pérez Morales**, asesoró y supervisó el trabajo de Tesis denominado **"JOVENES, EDUCACIÓN Y CULTURA DEPORTIVA, Una aproximación diagnostica al deporte de la Universidad Juárez autónoma de Tabasco (UJAT)."**, elaborado por la **C. GERARDO IRÁN SÁNCHEZ MALDONADO**, egresado de la Maestría en Docencia. Los miembros del Jurado de Examen Profesional, integrado por las profesoras: Dra. Jannet Rodríguez Ruiz, Mtra. Diana del Carmen Madrigal Castellanos, Dra. Flor de Liz Pérez Morales, Mtra. Martha Libny Xicoténcatl Valencia y Dra. Rosaura Castillo Guzmán, la revisaron y señalaron las notificaciones que había que hacerle a dicho trabajo y que el interesado ya ha llevado a efecto. Por lo tanto, puede imprimirse.

A T E N T A M E N T E

DRA. VERÓNICA GARCÍA MARTÍNEZ
DIRECTORA



DIRECCIÓN
DIVISIÓN ACADÉMICA
EDUCACIÓN Y ARTES

C.c.p. Archivo.
D'VGM'D'JRR'M'MLXV'mcg*

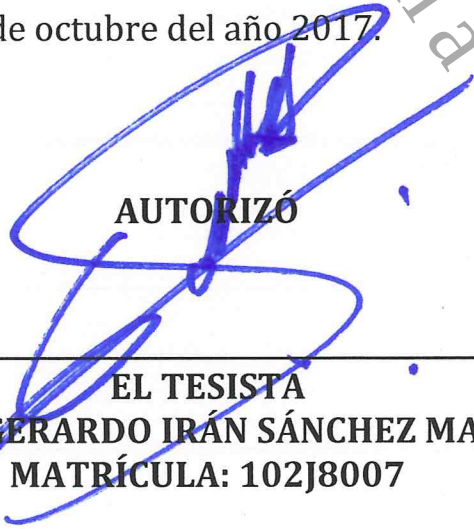
CARTA AUTORIZACIÓN

El que suscribe, autorizo por medio del presente escrito a la Universidad Juárez Autónoma de Tabasco para que utilice tanto física como digitalmente la Tesis de Grado denominada **"JOVENES, EDUCACION Y CULTURA DEPORTIVA, una aproximación diagnóstica al deporte de la Universidad Juárez Autónoma de Tabasco (UJAT)"**, de la cual soy autor y titular de los Derechos de Autor.

La finalidad del uso por parte de la Universidad Juárez Autónoma de Tabasco de la Tesis antes mencionada, será única y exclusivamente para difusión, educación y sin fines de lucro; autorización que se hace de manera enunciativa más no limitativa para subirla a la Red Abierta de Bibliotecas Digitales (RABID) y a cualquier otra red académica con las que la Universidad tenga relación institucional.

Por lo antes manifestado, libero a la Universidad Juárez Autónoma de Tabasco de cualquier reclamación legal que pudiera ejercer respecto al uso y manipulación de la tesina mencionada y para los fines estipulados en éste documento.

Se firma la presente autorización en la ciudad de Villahermosa, Tabasco; a los cuatro días del mes de octubre del año 2017.


AUTORIZÓ

EL TESISISTA

LICENCIADO GERARDO IRÁN SÁNCHEZ MALDONADO
MATRÍCULA: 102J8007

INDICE

INTRODUCCIÓN	1
CAPÍTULO I DEPORTE, EDUCACIÓN Y CULTURA. EXPLICACIONES Y APROXIMACIONES AL TEMA	6
1.1. La memoria del deporte	8
1.1.1. El deporte en la perspectiva histórica de la educación en mundo	8
1.1.2. El deporte en México	11
1.2. El deporte y la educación: un breve acercamiento	13
1.3. Anclajes para comprender la problemática	17
CAPÍTULO II CULTURA DEPORTIVA. LA PRÁCTICA EN LA EDUCACIÓN UNIVERSITARIA	29
2.1. Sobre la relación Educación-deporte	31
2.2. Deporte, cultura física y la salud	37
2.3. Sobre la relación familia, sociedad y deporte	38
2.4. Implicaciones del deporte en la sociedad	41
2.5. Sobre la formación deportiva	43
2.6. El rendimiento académico	45
CAPÍTULO III FASE METODOLÓGICA	52
3.1. Naturaleza y rasgos del estudio	54
3.1.1. Universo, muestra, población	56
3.2. Diseño de los instrumentos para obtener el corpus de información	59
3.2.1. Diseño de categorías para la exploración de documentos institucionales	60
3.2.2. Instrumento utilizado con los alumnos	61
CAPÍTULO IV ANÁLISIS SITUACIONAL DE LA ACTIVIDAD DEPORTIVA	65
4.1 Dimensión Institucional: Estructura y lógica institucional universitaria	66
4.1.1. Política institucional	66
4.1.2. Data poblacional	67
4.1.3. Revisión de la memoria documental: orígenes del Centro de Fomento al Deporte (CEFODE)	70
4.1.4. Política de la instancia deportiva. La tarea institucional del CEFODE	71
4.1.5. Ofrecimiento de la práctica	73
4.1.6. Infraestructura	85
4.2 Dimensión de la práctica deportiva en los alumnos	86

4.2.1	Categoría 1: Referencia institucional	86
4.2.2	Categoría 2: Significación de Cultura deportiva	90
4.2.3	Categoría 3: Valoración de la formación deportiva	92
4.2.4	Categoría 4: Sujeto y práctica deportiva	95
4.3	De lo político a la práctica deportiva institucional	99
CONCLUSIONES		105
Áreas de oportunidad		108
REFERENCIAS		111

Índice de tablas

Tabla 1.	Dimensiones diagnósticas.....	53
Tabla 2.	Matrícula escolar de la DAEA.....	57
Tabla 3.	Universo de estudio	57
Tabla 4.	Fórmula empleada para el estudio.....	58
Tabla 5.	Tamaño de la muestra estimada	58
Tabla 6.	Distribución de la muestra.....	59
Tabla 7.	Categorías de búsqueda en los documentos	60
Tabla 8.	Cuestionario para los alumnos universitarios	61
Tabla 9.	Categorías exploradas.....	62
Tabla 10.	Clasificación y ordenamiento de las preguntas por categorías	63
Tabla 11.	Mapa de ordenamiento e interpretación de la información.	64
Tabla 12.	Divisiones Académicas que conforman la estructura académica-administrativa.....	68

Índice de gráficos

Gráfica 1	87
Gráfica 2	88
Gráfica 3	89
Gráfica 4	90
Gráfica 5	91

Gráfica 6	93
Gráfica 7	94
Gráfica 8	96
Gráfica 9	97
Gráfica 10	98

Índice de ilustraciones

Ilustración 1	87
Ilustración 2	88
Ilustración 3	89
Ilustración 4	90
Ilustración 5	91
Ilustración 6	92
Ilustración 7	94
Ilustración 8	95
Ilustración 9	97
Ilustración 10	98

Universidad Juárez Autónoma de Tabasco.

INTRODUCCIÓN

La escuela como institución formadora no es el único lugar donde los jóvenes se educan, por lo que tampoco puede ser la única responsable de su formación. La responsabilidad educativa inicial recae fundamentalmente en la familia, considerada como el núcleo básico de la sociedad, y de ahí otras esferas inciden en la transformación del alumno.

La sociedad ha aceptado que la escuela actúe como ente coordinador de la educación de los jóvenes. Esta coordinación debiera realizarse en estrecha colaboración con la familia, que es la última responsable. En cualquier caso, escuela y familia es un binomio que se ajustan a las normas que la sociedad, de una forma democrática, ha establecido y que constituyen la base del modelo educativo. En este proceso formativo, no debieran darse interferencias que distorsionen los objetivos educativos que se han enunciado en el referido modelo, ya que todos los participantes deben actuar como un colectivo.

La educación está regulada en la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos, cuyo Capítulo I, del título I, se refiere a las garantías individuales, y en su artículo 3º., establece lo siguiente:

“Art. 3: Todo individuo tiene derecho a recibir educación. El Estado-Federación, Estados, Distrito Federal y Municipios-, impartirá educación preescolar, primaria y secundaria. La educación preescolar, primaria y la secundaria conforman la educación básica obligatoria. La educación que imparta el Estado tenderá a desarrollar armónicamente todas las facultades del ser humano y fomentará en él, a la vez, el amor a la Patria y la conciencia de la solidaridad internacional, en la independencia y en la justicia”. (Gobierno de la República Mexicana, 1919).

De este mandato emana la Ley General de Cultura Física y Deporte, así como una serie de objetivos, normas y procedimientos que han servido y servirán en el futuro para conformar las leyes que regulen el Sistema Educativo en todo el ámbito de aplicación. En estas leyes y normas, se establecen los diferentes niveles educativos y el currículo escolar. Dentro de este currículo se identifica el apartado

de hacer deporte en los niveles educativos a través de la materia de Educación Física.

En noviembre de 2003, la Asamblea General de las Naciones Unidas (2003) adoptó la resolución No. 58/5, titulada *El deporte como medio para fomentar la Educación, la Salud, el Desarrollo y la Paz*, en la cual se reconoció el poder del deporte para contribuir al desarrollo humano y saludable de la infancia y la juventud, y proclamó el año 2005 como el Año Internacional del Deporte y la Educación Física.

El potencial del deporte para transmitir mensajes con eficiencia e influenciar el comportamiento, está siendo cada vez más reconocido. Las Naciones Unidas están decididas a incluir el deporte en sus programas educativos y políticas. Algunos gobiernos han dado el primer paso para introducir el deporte en sus políticas de desarrollo y ayuda externa.

El potencial del deporte se divide en cuatro áreas fundamentales: educación, salud, desarrollo y paz, al igual que la contribución potencial del deporte al logro de los planes de desarrollo mundial tales como los Objetivos de Desarrollo del Milenio (ODM).

De allí que el presente trabajo de investigación perfila el abordaje de la participación de los estudiantes universitarios en las actividades deportivas ofertadas por el Centro de Fomento al Deporte (CEFODE) de la Universidad Juárez Autónoma de Tabasco (UJAT), centrando el interés en los estudiantes de la División Académica de Educación y Artes (DAEA) de los programas educativos: Licenciatura en Ciencias de la Educación, Desarrollo Cultural, Comunicación e Idiomas y Técnico Superior Universitario en Enseñanza del Inglés y Música, con el objetivo de identificar aquéllos factores que inciden para que se involucren en estas actividades ofertadas por el CEFODE, y el por qué no asisten, sobretodo porque el deporte es parte importante en la formación integral del estudiante universitario.

Lo anterior debido a que el deporte y la educación proporcionan igualmente beneficios psicológicos como la disminución de la depresión y el mejoramiento de la concentración, por tanto, tiene un impacto positivo en la educación del estudiante. La educación usualmente mejora la habilidad del alumno para aprender, aumenta su concentración, su asistencia a clase y su rendimiento en general. Los jóvenes aprenden mejor cuando se divierten y están activos. Por ello en las escuelas, es un componente integral de una educación de alta calidad. Se busca destacar los beneficios que se obtienen al ejercitar el cuerpo.

De ahí la importancia de dar a conocer un estudio que presente un acercamiento a la relación de una institución universitaria como la UJAT y la actividad física que implica el deporte. Es de esta manera como se presenta una investigación que en su estructura contiene los temas que lo hacen relevante.

En el capítulo 1 llamado *Deporte, educación y cultura. Explicaciones y aproximaciones al tema* se brinda una contextualización general del deporte, su importancia y desarrollo dentro del ámbito educativo. Tomando en cuenta que a lo largo del desarrollo de las civilizaciones antiguas el deporte ha estado presente de alguna manera, y ha mantenido una continuidad en la historia, en la cual ha avanzado en importancia y popularidad hasta nuestros días. Por lo cual es relevante entender su avance y aplicación, ya no solo en el desarrollo físico sino también en sus beneficios a nivel educativo y social.

El Capítulo 2, *Cultura Deportiva. La práctica en la educación universitaria*, muestra el contexto del deporte en la educación universitaria y como es concebido desde distintas perspectivas sociales. Está constituido por debates teóricos que tiene la intención de reflexionar y aportar elementos a un tema cuya discusión es primordial en el ámbito educativo.

La *Fase metodológica*, que se explica en el Capítulo 3, se muestra el diseño del instrumento de estudio, así como su presentación y estructuración por categorías exploratorias. Cabe destacar que se requiere de la aplicación de este instrumento para la recolección de información, lo cual permitió fundamentar los resultados obtenidos en las etapas de indagación teórica.

El Capítulo 4, *Análisis situacional de la actividad deportiva* se muestra el resultado del diagnóstico de la Universidad Juárez Autónoma de Tabasco (UJAT), en relación al del Centro de Fomento al Deporte (CEFODE), así como su historia y las disciplinas deportivas que ahí se imparten, posteriormente vamos delimitando hasta llegar al punto de interés que son las actividades deportivas del CEFODE con respecto a los alumnos de la División Académica de Educación y Artes (DAEA).

En este capítulo realizamos en análisis poblacional, parte central de nuestra investigación; en él se describen los resultados obtenidos de la aplicación del Cuestionario y se hace un análisis de los comentarios vertidos por los estudiantes.

Esta investigación es de utilidad para repensar el papel que se está desempeñando en materia de difusión de los talleres deportivos desde el CEFODE; ya que el modelo educativo que sustenta la formación del estudiante universitario, busca desde una perspectiva holística proporcionar los elementos conceptuales, teóricos, metodológicos así como el desarrollo de actitudes y valores, mediante el proceso de enseñanza-aprendizaje; todo ello con el propósito de que su estancia en la universidad sea permeada por factores sustanciales que abonen en su desarrollo profesional. De allí la importancia de promover su participación y adaptación al contexto universitario, sobretudo, que se involucre en actividades culturales, deportivas, académicas, en respuesta a las diversas problemáticas que pueden estar presentando los alumnos y que los mantiene en estados de ánimo poco favorables.

Resta proponer y aplicar una estrategia de difusión con respecto a los talleres que se ofrecen en el CEFODE y evaluar si los horarios ofrecidos están en correlación con los horarios de los alumnos de DAEA, tomando en cuenta que muchos de estos provienen de municipio.

CAPÍTULO I

DEPORTE, EDUCACIÓN Y CULTURA EXPLICACIONES Y APROXIMACIONES AL TEMA

A lo largo del desarrollo de las civilizaciones antiguas el deporte ha estado presente de alguna manera, y ha mantenido una continuidad en la historia, en la cual ha avanzado en importancia y popularidad hasta nuestros días. Por lo cual es relevante entender su avance y aplicación, ya no solo en el desarrollo físico sino también en sus beneficios a nivel educativo y social.

Este capítulo 1, está explicado en tres ejes. El *primer eje*, tiene como objetivo crear conciencia del papel del deporte a través de la historia, con ello se busca mostrar cómo el deporte ha sido una parte fundamental en el desarrollo de la sociedad antigua como preparación para los acontecimientos bélicos futuros y en la época moderna en la que se entienden sus beneficios de una manera más integral.

En el *segundo eje*, hacemos un acercamiento a los autores que han abonado al desarrollo del deporte y sus beneficios con ideas de interés que aportan al constructo de nuestra investigación y con los cuales sentamos las bases de este trabajo.

Por último, en el *tercer eje*, planteamos una reflexión basada en la problemática actual del deporte en la Universidad Juárez Autónoma de Tabasco (UJAT), específicamente en la llamada UJAT central, que en realidad comprenden las Divisiones Académicas de Educación y Artes (DAEA) y la División Académica de Ciencias Económico Administrativas (DACEA).

1.1. La memoria del deporte

Las actividades deportivas son instancias que potencian los vínculos sociales y la participación, además de un factor que favorece la socialización entre sujetos desconocidos. Como señala Maza (2004) son en definidas cuentas espacios con alta capacidad de generar capital social de fácil adquisición, además de instancias que poseen también un alto capital simbólico y cultural. Por ello según este autor la actividad deportiva asoma como un punto significativo respecto a la generación de relaciones grupales e individuales, por ello también una importante herramienta intercultural.

Si bien se ha avanzado en este plano, aún existe rezago respecto al tema y las investigaciones, así como el crecimiento del cuerpo teórico continúan siendo bajo una tendencia esporádica y mayoritariamente empírica. Sin embargo, la oportunidad potencial que el deporte ofrece como espacio común de encuentro e interacción sociocultural continúa abierta y practicada diariamente en la mayor parte del mundo.

1.1.1. El deporte en la perspectiva histórica de la educación en mundo

En el renacimiento, se comienza a dar importancia al ejercicio como medio terapéutico y como juego a nivel educativo. Comprende los siglos XIV al XVI. Representa una época que se conoce en la historia europea como el "revivir" del saber.

En esta etapa se vuelven a resaltar las grandes enseñanzas filosóficas de los griegos y romanos, donde la educación física tuvo un impacto importante. Fue

evidente para esta época que la educación física era de suma importancia para poder mantener una apropiada salud, para prepararse y entrenar físicamente en caso de surgir una guerra o como un medio para desarrollar efectivamente el cuerpo humano (Buendía, 2001).

Esta ideología permanece y continua en Italia entre el siglo XVI y XVII, donde las familias nobles y no precisamente en las instituciones educativas, buscaban potenciar las habilidades de los niños de la clase alta, por ello practicaban deportes tales como: equitación, natación y desarrollo de las armas. Esto con el fin de prepararlos para los acontecimientos bélicos futuros.

Existen autores de la época tales como Castiglione, quien en su obra “el cortesano” plantea una educación integral donde lo que se busca es desarrollar a un individuo que esté preparado físicamente, en actividades tales como: la caza, juegos de pelota, natación, danza, pintura, con el fin de conseguir un hombre sabio y de buena condición para que se identificara la clase alta (Aja, 2005).

Actualmente parece existir un consenso entre los autores, respecto al periodo en el que tuvo lugar la aparición del deporte en el ámbito escolar, situando tal aparición en las *Publics Schools* inglesas del siglo XIX, donde se educaban los hijos varones de las elites sociales. Algunos autores coinciden en señalar a Thomas Arnold, director de la *Rugby School*, como el principal artífice de este hecho, lo que aquí interesa subrayar es que fue a lo largo de la segunda mitad de dicho siglo cuando el deporte comenzó a introducirse y a desarrollarse posteriormente en las *Publics Schools* más antiguas y con mayor prestigio, como parte importante del currículo escolar.

En principio la progresiva transformación de determinados juegos tradicionales en «deportes» que se dio en el seno de estas instituciones escolares tuvo mucho que ver con sus propias características de organización y de funcionamiento, con la tradicional autonomía que se concedía al alumnado en dichas instituciones y con las necesidades de control del mismo.

En este sentido, puede decirse que inicialmente el deporte surgió como parte de una estrategia institucional para el control del tiempo libre de los alumnos, y que éstos tuvieron a su vez un gran protagonismo en la transformación y regulación de algunos deportes como el rugby y el fútbol.

En 1892 el varón Pierre de Coubertin promovió la idea de restablecer los *Juegos Olímpicos*. Dos años después, este proyecto fue aprobado en el transcurso de un congreso en el que se fundó también el Comité Olímpico Internacional (COI). Los primeros juegos olímpicos tuvieron lugar en Grecia donde se habían celebrado siglos atrás en 1896. Participaron solo 13 países y 195 deportistas, pero constituyeron un gran acontecimiento y desde entonces se han celebrado cada cuatro años, excepto durante las dos guerras mundiales. Desde 1924 también tienen lugar los denominados Juegos Olímpicos de Invierno (Iñiguez, 2003).

El deporte, ha evolucionado para poder satisfacer las necesidades sociales de cada época de la historia, la actividad física ha tenido una función importante para la vida de las personas. En una época la función era para preparar al ser humano para adaptarse de manera que pudiera subsistir en el ambiente donde se desenvolvía, en otra se utilizaba para desarrollar aptitudes físicas y destrezas motoras específicas que ayudaban al individuo a ejecutar movimientos efectivos durante eventos bélicos. Más tarde, se empleaba el ejercicio como un medio de

entrenamiento para participar en competencias atléticas y cómo una manera para desarrollar la cultura física y expresar la belleza del cuerpo.

1.1.2. El deporte en México

En México la incorporación de la actividad física como parte del proceso de enseñanza-aprendizaje en la escuela data del siglo XIX. En 1867 al inicio del periodo conocido como la “República Restaurada”, la Ley Orgánica de Instrucción Pública ya ordenaba que en la educación primaria y secundaria se incluyera la educación física en los programas (Fundacion este País, 2010).

La Secretaría de Educación Pública (SEP), creada en 1921, aceleraría la transformación emprendida, ya que para los revolucionarios de la época la educación emergía como la llave del cambio social: era la herramienta mediante la cual se esperaba incidir en la forma de vida de los individuos y de todos los colectivos. Pero esta institución además, asumiría una tarea adicional, la de tratar de suplir aquellas prácticas amparadas en la religiosidad y la especulación por otras sustentadas en la ciencia y la razón (Pasteur, 2011).

Desde este organismo gubernamental se creó una intrincada red de escuelas primarias y secundarias en todo el país; instituciones educativas que facilitaron el acceso de todos los niños del país a la educación. Los planes allí implementados buscaron desarrollar una formación integral, brindando una preparación completa e instruyendo a los educandos en las artes plásticas, las artesanías, las danzas folclóricas, la lectura, la salud y las prácticas deportivas (Rivera, 2002).

Durante las primeras décadas del XX los deportes comenzaron a popularizarse en el país, una situación que, además, fue aprovechada por las autoridades para

difundir diversas consignas políticas. Pero el rasgo más destacable de este accionar gubernamental estuvo en la necesidad de edificar las figuras emblemáticas de la nacionalidad mexicana; aspecto relevante para la construcción de la identidad nacional.

El desarrollo del deporte en México fue un proceso discontinuo, sin intencionalidad, ni bajo la directriz de algún concepto teleológico. Por el contrario, la dirección de Desarrollo Deportivo estuvo signada por la discontinuidad, por un proceso de largo plazo “ciego” en el sentido que plantean Norbert Elías y Eric Dunning (1986) como “consecuencia de relaciones y acciones conscientes pero con resultados no previstos”.

En 1940 se le dio un enfoque militarista que tiene como característica la rigidez del trabajo. Los alumnos debían acatar y cumplir órdenes bajo un estricto control, sin embargo para la década de los 60', prevalece el enfoque deportivo y su finalidad principal era la competencia, por lo que el proceso enseñanza-aprendizaje se centraba en fundamentos deportivos y complementariamente en actividades recreativas (Hernández, 2001).

Las prioridades académicas determinaron en 1974 un enfoque orientando la psicomotricidad donde los alumnos debían cubrir como mínimo ocho unidades de aprendizaje definidas por objetivos, la preocupación de los maestros se centraba en aplicar métodos de educación psicomotriz que contribuían al desarrollo físico e intelectual de los alumnos.

Para 1988 el enfoque cambia al modelo orgánico funcional donde prevalece el trabajo estructurado por objetivos en se conservan las ocho unidades pero se da mayor importancia al desarrollo de las habilidades motrices, relacionando los contenidos con el funcionamiento de órganos, aparatos y sistemas del cuerpo humano, de tal manera que para el alumno era necesario relacionar los conocimientos adquiridos con el funcionamiento de su cuerpo (ISEN, 2015).

Lo que evidentemente señalan estas aproximaciones referenciales, es la manera en que la práctica deportiva alude a la necesidad de configurar una cultura cotidiana del deporte, que formalice sus patrones disciplinarios. Es ante ello que la escuela le brinda el cobijo social, es decir, la práctica cultural deportiva inscribe su necesidad e importancia a partir de una formación que bien cabe en la institución educativa. El ángulo social-cultural abre entonces otra puerta: el de la *educación*. Es desde ahí que se construyen otros referentes que comienzan a ser indagados y a relevar la importancia de la formación del deporte desde la escuela. Los aportes y discusiones pueden verse a continuación.

1.2. El deporte y la educación: un breve acercamiento

Se distinguen en este rubro las aportaciones de Melchor Gutiérrez Sanmartín, en su artículo: “El valor del deporte en la educación integral del ser humano” dentro de la *Revista de Educación*, editada por el gobierno de España (2004). Este autor aboga por la práctica deportiva como pilar que aporta al ser humano importantes beneficios físicos, psicológicos y sociales, así como su capacidad para la educación integral de la persona.

Psicólogos, pedagogos, sociólogos y educadores físicos vienen destacando el valor educativo del deporte para el desarrollo psicosocial del individuo y como medio de integración social y cultural. Quienes defienden este planteamiento, consideran el deporte como una herramienta apropiada para enseñar a todos, pero sobre todo a los más jóvenes, virtudes y cualidades positivas como justicia, lealtad, afán de superación, convivencia, respeto, compañerismo, trabajo en equipo, disciplina, responsabilidad, conformidad y otras (Sanmartín, 2004).

Continuando en esta línea se destaca un artículo de Antonio Rafael Corrales Salguero titulado, "El deporte como elemento educativo indispensable en el área de educación física", en ella se destaca que el deporte se ha convertido en un lenguaje universal, pero para lograrlo se le ha dado cada vez más importancia a un aspecto específico de éste, la competición, en perjuicio de sus elementos lúdicos y educativos.

Prácticamente en todas las civilizaciones, el concepto de actividad física y deporte ha ido paralelo a las costumbres educativas y sociales, como vehículo de los contenidos que a la sociedad le ha interesado transmitir. En este artículo nos centramos en el elemento educativo que posee el deporte, en el poder que este tiene como transmisor de valores, pasando antes por el origen del concepto y las características que debe tener para considerarse educativo (Salguero, 2010).

Dentro de los estudios que manejan el binomio deporte y educación, es importante señalar la investigación titulada *La influencia de la práctica deportiva en la educación en valores y comportamientos sociales*, elaborada en la Universidad de Oviedo por Juan Francisco Canal Domínguez y otros, en el cual trata de un

estudio donde se evalúan los efectos que la práctica deportiva de los jóvenes tiene sobre estos aspectos no cognitivos.

Los resultados que presentan son de interés relevante para nuestra investigación, en su primera etapa muestran diferencias significativas en género (las chicas practican menos deporte que los chicos), en estatus socioeconómico (los ingresos familiares tienen efecto significativo) y en rendimiento académico (buenos resultados están positivamente correlacionados con la práctica deportiva). Por el contrario, las variables familiares no parecen ejercer un efecto relevante en esta decisión (Domínguez, 2008).

El interés por la mejora de la eficacia y la eficiencia de los sistemas educativos es una cuestión de plena actualidad. La idea de que un buen sistema educativo es requisito indispensable para sentar las bases del desarrollo económico, construir sociedades tolerantes y solidarias y permitir la permeabilidad en la estratificación social está plenamente arraigada en todos los países desarrollados. Por ello, el análisis de los determinantes de los resultados educativos, así como la identificación de aquellos elementos que puedan favorecer los mismos, se manifiestan como un campo de estudio fundamental para la mejora del rendimiento de las redes educativas y la formación de las generaciones más jóvenes.

Una de las investigaciones que presentamos en este estado del arte y que más se aproximan a la nuestra es la expuesta es la de Torres G. y otros (2000), titulada: *Investigación sobre los motivos por los que los estudiantes universitarios practican deporte: el caso de la Universidad de Granada*. En ésta, se pretende conocer cuál

es la motivación de los estudiantes de la Universidad de Granada por la actividad física dentro de las actividades deportivas organizadas por dicho organismo.

Entre los puntos que destacan es que las actividades deportivas organizadas por su Universidad, se han encuadrado dentro de "Deporte para todos", pero en muy pocas ocasiones se ha reflejado los motivos por los cuales los universitarios realmente realizan deporte dentro de estas actividades. Hacen hincapié en que es importante poder determinar qué es lo que motiva a las personas de edad universitaria a hacer deporte, ya que el conocimiento de estos motivos es de gran importancia de cara a la organización y planificación de las actividades deportivas.

La motivación intrínseca tiene un papel predominante en los estudiantes universitarios en lo que se refiere a su práctica deportiva, prevaleciendo así los motivos relacionados con la forma física, la salud, el bienestar y la propia ejecución (Torres & Carrasco, 2000).

Los aportes de estos datos hacen relevante el cauce natural que de manera conjunta toman la actividad deportiva y la educación. Sin embargo, es importante señalar el papel trascendental que toman las instituciones en el rubro de esta formación. La escuela se convierte no solo en el espacio social de una formación vital en el sujeto, sino en la construcción de una cultura que trasciende en la vida cotidiana de cada uno de ellos. La educación elemental y básica siembra y propician institucionalmente los valores que se hacen necesarios para la vida. El deporte es uno ellos. La trascendencia de estos valores tiene una parada sustancial en las instituciones de educación superior, donde el deporte debe ser un principio regulador de: "formar para la vida". Es la universidad un espacio social

que ponen en debate este principio, y que por supuesto busca ser analizado en este estudio.

Existe una variedad de investigaciones que abordan esta temática desde distintos enfoques, sin embargo, en nuestro estado, no se ha desarrollado un estudio exploratorio de esta naturaleza, que involucre estudiantes en las distintas disciplinas deportivas ofertadas por la Universidad Juárez Autónoma de Tabasco, por lo cual el estudio aquí presentado se vuelve relevante y constituye un parteaguas en el abordaje de la temática deportiva estatal.

1.3. Anclajes para comprender la problemática

Como un antecedente del problema que se aborda, es importante referir que, en la década de los años 90, surge un proyecto deportivo para la División Académica de Ciencias Económico Administrativas (DACEA), que consistía en hacer de la actividad deportiva algo obligatorio para el Programa de Estudios, con opción a extenderse en años siguientes para todas las Divisiones Académicas.

Este proyecto vino a darle vida a la actividad deportiva en la UJAT, ya que a través de estrategias, campañas y proyectos académicos se empezó a despertar el espíritu deportivo universitario en los estudiantes, con ello germina el proyecto de las Ligas Estudiantiles Universitarias (LEU) que por más de 15 años hicieron presencia y dieron vida al deporte universitario, así como a la creación de nuevos Talleres Deportivos, teniendo cifras de hasta 2 mil 500 alumnos por semestre, logrando con esto formar deportistas preparados para competir a nivel estatal, regional, nacional e internacional.

Para finales de 1996, el Honorable Consejo Universitario de la UJAT, aprobó por unanimidad desaparecer de los programas de estudio de la DACEA como materia obligatoria el Taller Deportivo, debido a que el número de alumnos reprobados era alto, haciendo con esto que los estudiantes perdieran el interés por crear una cultura deportiva.

De ese tiempo hasta el año 2003, la cifra de alumnos en los talleres deportivos no llegaba a los 2 mil por semestre. Para el ciclo escolar febrero-agosto 2015, debido a una campaña de difusión realizada por el CEFODE antes Coordinación de Actividades Deportivas y Recreativas (CADyR), el número de estudiantes llegó a 2, 717 estudiantes, distribuidos en 34 talleres deportivos. Esta cifra, según datos proporcionados por el responsable del organismo.

Específicamente en la DAEA (contexto en donde se desarrolla la investigación), se identificó de manera empírica, que los principales factores que hacen que los alumnos no participen en los talleres deportivos son:

- Falta de difusión de los Talleres Deportivos por parte del CEFODE, por tanto, los alumnos desconocen fechas de inscripción, los talleres deportivos, así como los horarios.
- Los alumnos no cuentan con el tiempo suficiente para poder llevar un taller deportivo por cuestiones laborales y familiares.
- Falta de recursos económicos para participar en los talleres y eventos regionales o nacionales donde el estudiante podrá competir poniendo en práctica lo aprendido en la actividad recreativa o deportiva.

- El alumnado no tiene una cultura deportiva.

Aunado a estos hallazgos, y otros estudios realizados en el estado de Tabasco, la Secretaría de Salud solicitó a la Secretaría de Educación la obligatoriedad de activación física en el nivel básico, tomando en cuenta los efectos que ésta tiene en la salud de los niños y no obstante en los jóvenes; motivos por los cuales los alumnos debían de llevar a cabo alguna práctica deportiva, destacando el "divertirse", esto es de acuerdo a lo que han considerado Sapp y Haubenstricker (1978).

Centrándonos en estudios en edades próximas a las universitarias, se descubre que la motivación de los jóvenes de entre 16 y 24 años para realizar alguna práctica deportiva es la mejora física, la pérdida de peso y mantener una buena salud. Se observa cómo los criterios aceptados de los jóvenes para participar en actividades deportivas no son otros que el mantenimiento de la salud, la diversión y socialización, esto según García (1986).

En este sentido, las actividades deportivas se han concentrado en el CEFODE, sin embargo, en muy pocas ocasiones se ha reflejado los motivos reales por los cuales los universitarios no realizan deporte en el marco de los diversos talleres que se ofertan. Por otro lado, se considera interesante poder determinar cuál es la razón que motiva a las personas de edad universitaria a realizar algún deporte. El conocimiento de estos motivos es de gran importancia de cara a la organización y planificación de las actividades deportivas para ofrecer actividades de interés a los alumnos.

Es importante mencionar que el deporte y la educación juegan un papel fundamental en la escala individual, comunitaria, nacional y mundial. Como individuos, el deporte realza las habilidades personales, la salud en general y el conocimiento del ser humano, es decir, la cultura. De esta manera, el acceso y la participación en la actividad deportiva en la etapa universitaria proporcionan una oportunidad para que los estudiantes practiquen valores y la disciplina, que pueda vivenciar la inclusión social y moral.

Por medio de estas actividades los individuos pueden experimentar la igualdad, la libertad y un medio digno de fortalecimiento. El control que una persona que practica un deporte experimenta sobre su propio cuerpo es especialmente valioso en cualquier etapa del ser humano, así como para las personas con impedimentos físicos, para quienes habitan en áreas de conflicto y para las personas que se recuperan de algún trauma.

Todo lo antes descrito, son planteamientos que justifican la importancia de esta investigación, en virtud que la UJAT busca la formación integral del estudiante universitario, por ello, abre un abanico de posibles espacios en donde se puede acceder a talleres formativos que permitan el desarrollo y fortalecimiento de habilidades, actitudes y valores que sirvan de complemento en la formación profesional.

De acuerdo con Orlick y Botterill (1975), la motivación hacia la práctica deportiva ha sido tradicionalmente una de las preocupaciones principales por parte de los profesionales del deporte, existiendo diversas investigaciones sobre qué motiva a los jóvenes a practicar o abandonar deportes concretos. Desde un ámbito

histórico, se analizaron los motivos por los que la sociedad mexicana realizaba actividad física desde finales del siglo XIX, comprobando cómo estos evolucionaban desde los beneficios sociales que tenía esta práctica, hasta nuestros días donde existe un culto al cuerpo. (Mrozek, 1989).

En los últimos años, el deporte universitario se ha dimensionado considerablemente, sin embargo, existe un déficit en la práctica del deporte por parte de los alumnos, que genera los siguientes cuestionamientos: ¿Qué papel juega el CEFODE en atención a esa necesidad?, ¿Qué necesidades se deben cubrir?, ¿Debe seguir dependiendo el CEFODE de la Secretaría Académica? A esta cuestión fundamental se suman las diferencias existentes entre las distintas universidades mexicanas. Como ninguna realidad es igual a la otra, como ningún modelo se puede generalizar, los servicios de deportes deben seguir un proceso de diversificación y ajuste a las necesidades de cada grupo, en el marco de la autonomía universitaria. Autonomía que va a permitir a cada universidad el desarrollo de su propio deporte universitario (Cecchini, 1998).

En el terreno de este objeto de estudio, se entiende que las actividades deportivas organizadas por la UJAT, se concentran en el CEFODE, a través de los talleres deportivos, dicha área como tal ofrece actividades extracurriculares a los estudiantes por medio de clases impartidas con profesores expertos en cada actividad. Actualmente, mediante información estadística se observa una cantidad de matriculados moderada de 4 mil 794 alumnos, que no representa a la gran parte de los alumnos, aunado a esto existe un poco número de estudios que presenten los motivos por los cuales los universitarios realmente realizan deporte.

Por otro lado, se considera interesante poder determinar qué es lo que motiva a los alumnos a no hacer deporte y esto se puede llevar a cabo mediante la propuesta de un modelo de cuestionario dirigido a los alumnos. Los conocimientos de estos motivos serán de gran importancia de cara a la organización y planificación de las actividades deportivas. De este modo, se han observado y localizado una serie de problemáticas, las cuales han sido fundamentales para esta investigación, destacando las siguientes:

1. En el año del 2006, el número de alumnos inscritos que practicaban deporte en los Talleres Deportivos de la Coordinación de Actividades Deportivas y Recreativas (CADyR), era en promedio mayor a los 1,900 alumnos por semestre, habiendo de ese año a la fecha, una serie de variaciones en el número de matriculados, haciendo que disminuyera la calidad del deporte universitario dentro y fuera de la institución, repercutiendo en los resultados de las competencias Estatales, Regionales y Nacionales. Al igual desde otra perspectiva, ha tenido repercusiones en el nivel de salud de los alumnos, a como se ha mencionado anteriormente, decayendo de esta manera el gusto por el deporte, por reactivar la cultura deportiva que tanta falta hace en la Educación Superior del Estado.
2. El binomio *estudio – deporte* recoge, por un lado, el intento de luchar contra el obligado sedentarismo y la sobrecarga psicofísica del trabajo universitario y, por otro, las influencias del deporte en la marcha de los estudios (deporte y productividad). El deporte permite, por medio de una actividad física más o menos sistemáticamente, recuperar las posibilidades funcionales originales y jugar un papel terapéutico.

3. En la actualidad, los recursos que las universidades mexicanas, y en especial las tabasqueñas, dedican al deporte, no sobrepasan como media el 0.66% del presupuesto total; pero la integración del deporte a la universidad, no sólo es cuestión económica. Entre los fines de las universidades se incluye el de fomentar la actividad deportiva como parte de la formación integral del estudiante. Sin embargo, para ello la verdadera aportación de las universidades viene de brindar su apoyo científico y técnico a través de la creación, el desarrollo, la transmisión y la crítica de la ciencia, la técnica y la cultura deportiva.

4. Cerca del 58% de los estudiantes universitarios no practican deporte. Un 40% de los estudiantes que en la preparatoria practicaban deporte, en la etapa universitaria han dejado de hacerlo. Los cambios en los hábitos de vida, el aumento de edad, y la disminución de tiempo libre, explican en parte este abandono. (UJAT 2008 y González, 1998).

Ante tales circunstancias emergen cuestionamientos claves que funcionan como orientadores del estudio y que se precipitan hacia las siguientes interrogantes:

- Preguntas de investigación
 - *Pregunta principal:*
- ¿Qué importancia tiene la Activación Física en los estudiantes de la División Académica de Educación y Artes (DAEA) como actividad integral?
 - *Preguntas secundarias:*

- ¿Qué importancia tiene para los estudiantes de la División Académica de Educación y Artes (DAEA), las actividades deportivas que ofrece el Centro de Fomento al Deporte (CEFODE)?
- ¿Cuenta el Centro de Fomento al Deporte (CEFODE) con los recursos humanos y materiales para brindar un buen servicio en todas las actividades que oferta?
- ¿Es acertada la difusión y divulgación que se le da a las diversas áreas del Centro de Fomento al Deporte (CEFODE)?
- ¿Estarán consideradas las actividades deportivas dentro de los Planes de Estudio de las Licenciaturas que se ofertan en la División Académica de Educación y Artes (DAEA) – Universidad Juárez Autónoma de Tabasco (UJAT)?
- ¿Qué actividades y estrategias se promueven en el Centro de Fomento al Deporte (CEFODE) para informar y sensibilizar a los estudiantes para que participen en los talleres deportivos?
- ¿Cuáles son los motivos que tienen los alumnos de la División Académica de Educación y Artes (DAEA) para no participar en los talleres deportivos que el Centro de Fomento al Deporte (CEFODE)?

Es necesario conocer el valor que le asignan los estudiantes de la DAEA a las actividades deportivas que les ofrece su universidad, por lo cual se requiere de contar con un análisis de participaciones de los alumnos, lo que nos llevó a establecer el siguiente objetivo.

- Elaborar un diagnóstico básico del nivel de participación de los estudiantes de la DAEA en las actividades deportivas que ofrece el CEFODE.

Esto conlleva a conocer las razones que originan la baja participación de los alumnos de la DAEA a formar parte de la oferta educativa de este centro de extensión y de igual modo, poder generar propuestas que coadyuven en la mejora de la formación integral del estudiante universitario desde la perspectiva del fomento al deporte y cuidado de la salud.

De igual manera, se pretende conocer específicamente cuáles son las bases teóricas que rigen a la educación deportiva, así como los beneficios que conlleva la realización de algún deporte en la etapa universitaria y su incidencia en el desarrollo integral del estudiante. Para ello, se pretende realizar un análisis situacional del CEFODE y proponer acciones estratégicas que permitan mejorar la participación del estudiante de la DAEA en los talleres deportivos que oferta el CEFODE.

Tomando como referencia lo antes mencionado, he llegado a la hipótesis

- El CEFODE, carece de estrategias de difusión efectivas que permita mantener informado a los estudiantes de la DAEA acerca de los diversos talleres deportivos que oferta, por lo tanto, el interés de los estudiantes en el deporte es muy escaso.

La educación hoy ha superado las concepciones de antaño, concibiéndose como una actividad que busca el desarrollo de todas las capacidades de la persona, así como su inclusión en la cultura actual mediante la transmisión y disfrute de los

bienes que la constituyen y, sin duda, uno de los elementos que conforman esta cultura es el deporte (Vázquez, 2001).

Para que el deporte sea educativo, ha de permitir el desarrollo de las aptitudes motrices y psicomotrices en relación con los aspectos afectivos, cognitivos y sociales de la personalidad del estudiante, como afirmara Le Boulch (1991). En este mismo sentido se expresan Contreras, de la Torre y Velázquez (2001) indicando que el enorme auge que ha tenido en las últimas décadas el deporte centrado en la competición y el rendimiento, su gran difusión a través de los cada vez más omnipresentes medios de las redes sociales, la comunicación, y su poderosa capacidad de influencia en otras vertientes de la práctica deportiva, constituyen algunos de los factores que han propiciado la transposición acrítica de su significado, formas, métodos y valores al ámbito escolar, lo que ha supuesto frecuentemente una desvirtuación del significado y sentido que deben tener tales aspectos en el contexto educativo.

Por ello y tomando como ejemplo el comunicado del Consejo de Europa (1976-1991), donde comunicó a sus miembros cuales habían de ser, al menos, las funciones que debía cumplir el deporte destinado a los jóvenes:

- Respetar, en su unidad, todos los aspectos de la persona.
- Desarrollar la capacidad de cada cual para evaluar sus propias posibilidades y desarrollar los distintos aspectos de su personalidad en el respeto de sí mismo y de los demás.

- Favorecer una práctica deportiva de ocio en un ambiente de diversión, sin olvidar el rigor del aprendizaje.
- Adoptar una pedagogía del éxito que no conduzca a logros demasiado fáciles o a fracasos de graves consecuencias.
- Proponer un amplio abanico de actividades individuales y colectivas.
- Permitir que cada cual elija las actividades según sus gustos, necesidades y placer que le aporten. (Gutiérrez, 2003: 49).

El ser humano es una entidad global formada por tres dimensiones: biológica, psicológica y social; ellas dan lugar a manifestaciones biosociales, psicobiológicas y psicosociales del desarrollo. Como soporte y puente entre la persona y el ambiente en el que ésta se desenvuelve, y también como conexión entre muchas de las operaciones humanas entre sí, se encuentra la motricidad (actividad física, deporte), la cual repercute en tres grandes áreas: biomotriz, psicomotriz y sociomotriz. Por tanto, la práctica deportiva puede hacerse partícipe de la formación integral del ser humano, puesto que guarda relación con todos estos elementos, no limitándose únicamente a las repercusiones físicas, sino teniendo también una gran capacidad de influencia sobre las funciones psicológicas (emocionales) y sociales (relacionales).

Por lo anterior en el capítulo siguiente planteamos una discusión basada en tres ejes, el primero trata Sobre *“La Relación Educación-Deporte”*, el segundo busca identificar *“La relación familia, sociedad y deporte”*, y concluimos con un debate sobre *“La formación deportiva”*, estos ejes nos permitirán dilucidar a mayor detalle

la importancia del deporte en la formación de los alumnos y en la sociedad, a la luz de diversos teóricos.

Universidad Juárez Autónoma de Tabasco.
México.

CAPÍTULO II

CULTURA DEPORTIVA.

LA PRÁCTICA EN LA EDUCACIÓN UNIVERSITARIA

El estudio del deporte permite comprender, a través de él, a la sociedad en su conjunto, es decir, en la medida en que el deporte está inserto en una sociedad, participa de su cultura, se va constituyendo como un elemento integrador de valores y costumbres que facilitan su adecuada cohesión social.

Al estudiar la práctica del deporte se está aprendiendo también de la propia sociedad en la que está inserto y esto nos permite observar el deporte como un pequeño modelo social de la cual formamos parte.

Este capítulo, está constituido por debates teóricos que tiene la intención de reflexionar y aportar elementos a un tema cuya discusión es primordial en el ámbito educativo. En ellos, se da forma a tres aspectos importantes del deporte en nuestra sociedad; el primero trata *Sobre La Relación Educación-Deporte*, y como éste ha ido al a par de la enseñanza y transmisión de las costumbres educativa. Es un debate en el que se busca en este punto dar a conocer como esta sinergia puede generar aspectos de relevancia en la educación.

En *Sobre la relación familia, sociedad y deporte*, nos adentramos en esta triada significativa del deporte y como poco a poco se fue entre mezclando en nuestra sociedad, generando emociones entre las masas. Mostramos también, los beneficios físicos del deporte y como la práctica deportiva influye de manera positiva en nuestro cuerpo, a su vez mostramos esos beneficios abstractos del deporte, que, si bien no siempre pueden ser visualizados al momento, conforman una serie de valores necesarios para una correcta integración en la sociedad.

En el debate Sobre *la formación deportiva*, nos adentramos de manera más específica en como el deporte se constituye como un elemento de apoyo en el rendimiento académico de los estudiantes, ya que estimula funciones cognitivas en los individuos, así como su papel dentro de las universidades.

2.1. Sobre la relación Educación-deporte

El deporte es un fenómeno que traspasa los límites de nacionalidad, lengua o raza e incluso de la historia. Para que esto fuera posible, sufrió transformaciones en cuanto a su significado ante la sociedad, fue evolucionando a través del tiempo y las culturas hasta desembocar en lo que hoy conocemos.

Es una actividad física que puede realizarse voluntariamente por fines recreativos y competitivos o que puede hacerse a nivel profesional. Las actividades de tipo deportivo están organizadas con base en ciertas reglas conocidas por sus practicantes, dentro de las más populares se encuentran el futbol soccer, béisbol, basquetbol, futbol americano, entre otros.

Por su parte Quiroga (2000), indica que el deporte se apoya en una serie de formas de expresión que tienen mayor arraigo en la sociedad, es una actividad con potencial de convocatoria; para el ser humano se ha convertido en una forma de mantener la salud, de corregir los desequilibrios sociales, elevar la inclusión social y fomentar los valores.

De acuerdo a Corrales (2010), en gran parte de las civilizaciones que han existido, la concepción del deporte y la actividad física han ido a la par de la enseñanza y transmisión de las costumbres educativas y sociales correctas, es decir, la actividad

deportiva es una forma de difusión de valores y reglas de comportamiento como el respeto y la disciplina. Por consiguiente, el deporte tiene como último fin este objetivo planteado. Formar en la práctica deportiva alude a la constitución de un hábito que trasciende a la realización de actos que forman parte de la vida cotidiana. La educación ha jugado un papel trascendental cuando ha colocado la práctica no solo como proceso institucionalizado, sino que también lo ha asentado como parte de la cultura escolar. Estudiar el deporte forma va más allá de entenderlo como un aparato más complejo, necesariamente implica un análisis sobre la cultura física.

La concepción deportiva escolar mal planteada, ha propiciado que hoy por hoy no exista criterio muy definido de cómo enfocar el deporte en el ámbito educativo; observándose una corriente exclusivamente competitiva en la que la enseñanza del mismo, se dirige hacia la consecución de ligas y torneos, donde el más hábil o capacitado tiene ventaja sobre aquellos que no poseen destrezas físicas sobresalientes.

Sin embargo, en el deporte podría verse un factor que propicia la buena educación en los estudiantes, el problema conceptual es la disyuntiva de si ¿el deporte escolar es o no educativo?

En la actualidad, el deporte es considerado como un fenómeno complejo, que se entrelaza con diversos ámbitos y que trastoca el contexto educativo de manera muy sensible. Para entender este vínculo entre educación y deporte es necesario definir lo que entenderemos por educación, para esto nos basaremos en la apreciación que nos da el siguiente autor.

Durkheim (1975), nos indica que la educación es la acción ejercida por las generaciones adultas sobre aquéllas que no han alcanzado todavía el grado de madurez necesario para la vida social. Tiene por objeto el suscitar en la persona un cierto número de estados físicos, intelectuales y morales que exigen de ella, tanto la sociedad política en su conjunto como el medio ambiente específico al que está especialmente destinado.

En una definición amplia, se puede entender a la educación como un cumulo de experiencias que forman al ser humano como producto de la influencia extrínseca consciente o inconsciente, que puede no provenir del individuo, pero que suscita en él la voluntad de desarrollarse autónomamente.

Si la educación es un conjunto de prácticas que constituyen la formación del individuo, podríamos pensar que el deporte es parte de la educación integral, ya que este genera disciplina, inclusión social y sana competitividad, estas características son esenciales en las formaciones académicas de cualquier índole.

Desde la perspectiva de Blázquez (1993), el deporte, a su vez, constituye uno de los medios que se dispone para poder proporcionar al individuo una educación integral. El deporte se convierte en un óptimo medio educativo para el individuo durante su periodo de formación, debido a que desarrolla la capacidad de movimiento, habitúa a la reciprocidad con los demás y a la aceptación de reglas, a la vez que estimula la superación personal.

Una de las preguntas principales sería ¿cómo maximizar la eficacia de los beneficios del deporte en la educación? La respuesta estaría involucrada con el

deporte como potenciador de las habilidades cognitivas del individuo y su función social integradora a como veremos a continuación.

Crum (2005), expresa que la educación en deporte; hace referencia a los potenciales educativos del deporte, no pueden ser únicamente atribuidos a las propias actividades deportivas sino a la interacción y forma de llevarse a cabo entre el docente y discentes.

La integración del deporte como elemento que favorezca la educación, no debe basarse solo en el hecho de que el alumno adquiera el dominio de unas técnicas, destrezas y reglamentos específicos de algún deporte indeterminada, sino que el se vea favorecido en su desarrollo integral por medio de la práctica de los deportes que se ofrezcan en las instituciones educativas.

Es una realidad que en los últimos años, la educación universitaria ha realizado grandes esfuerzos por adquirir un carácter formal en la organización de la enseñanza al fijarse metas en función de los intereses colectivos de la sociedad; esto se hace evidente al reconocer que la educación no es sólo un proceso que dota al individuo de conocimientos y valores culturales, sino que es una realidad, una necesidad, una acción que contribuye al desarrollo sociocultural, que considera aspectos políticos, culturales, religiosos y morales, que permite al ser humano desarrollar cualidades que lo conduzcan a aspirar a un mejor nivel de vida.

En relación a esto, Hilda Taba (1992: 113) menciona que: "...a través de la historia podemos encontrar en las teorías de aprendizajes dos conceptos del hombre. El

primero demanda que en nuestra mente se encuentra todo lo que el individuo necesita para alcanzar su desarrollo y que la tarea de la educación es propiamente ayudar a que estas facultades progresen a través de la adquisición de conocimientos. Además, que consideran a la práctica y el ejercicio como elementos básicos para la formación del sujeto". El segundo concepto es la visión de que los seres humanos son una especie de máquinas pasivas sobre las cuales actúa el ambiente, y a través de estos estímulos que recibe, va aprendiendo. Entonces, de acuerdo con Taba, el segundo concepto: "postula que el hombre es un sistema de energías -un sistema de fuerzas dinámicas- que intentan mantener un equilibrio en respuesta a otros sistemas de energía con los cuales interactúa a través de sus órganos sensoriales, este sistema de energía abarca todo su ser; incluye sus respuestas a los estímulos, sus motivaciones, sus sentimientos y los procesos racionales".

Ambas concepciones del hombre han dado lugar a teorías del aprendizaje que tratan de explicar, qué es el aprendizaje, y por qué actúa como lo hace. Los debates teóricos del aprendizaje han dado cuenta de la relación del sujeto con su práctica como formas que le son significativas, de ahí justo las apropiaciones que de ella tiene.

Nérici (1980), desde una perspectiva sociológica, considera que la educación "es el proceso que aspira a preparar las generaciones nuevas para reemplazar a las adultas, que naturalmente, se van retirando de las funciones de la vida social". El sociólogo Emilio Durkheim, define a la educación como: "la acción ejercida por las generaciones adultas sobre las que todavía no están maduras para la vida social."

Tiene por objeto suscitar en el niño un cierto número de estados físicos, intelectuales y morales que reclaman de él la sociedad política en su conjunto y el medio social al que está particularmente destinado". En una definición sociológica dada por Felipe Díaz Rosado, de lo que es sociedad se puede entender la forma particular que tiene la sociología como ciencia de estudiar al hombre en su medio social y en sus múltiples interacciones.

Al respecto, Mialaret (2000), define que "Sociedad es la reunión permanente, orgánica, total, establecida en determinado territorio y sometida a un gobierno soberano; así la sociedad se identifica como estado, como en la actualidad...es la coexistencia humana organizada".

De esta forma y de acuerdo a la concepción sociológica de López Rosado (1997) de la Sociedad, se puede entender la forma particular que tiene la sociología como ciencia de estudiar al hombre en su medio social y en sus múltiples interacciones.

En esta perspectiva, el sociólogo Touraine (1999: 15), en su estudio que hace de la sociedad, considera que la continuidad de la cultura puede contribuir a perpetuar el orden social solo si "aprendemos a vivir juntos". Touraine en su obra invita a la reflexión social del debilitamiento de los controles sociales y culturales establecidos por los estados, las iglesias, las familias o las escuelas e induce a las propuestas de aprender a vivir juntos en sociedad a partir de sentirse miembro de "una sociedad política que respeta los principios de libertad, justicia y tolerancia proclamados y organizados por la constitución democrática".

2.2. Deporte, cultura física y la salud

La Cultura Física es una disciplina de tipo pedagógica que se centra en el movimiento corporal para luego desarrollar de manera integral y armónica las capacidades físicas, afectivas y cognitivas de las personas con la misión de mejorar la calidad de vida de las mismas (Definición ABC). En este punto es necesario precisar que, si bien se utiliza el concepto de físico, éste no es estudiado desde un solo punto de vista, sino que es alimentado desde diferentes espacios del saber.

Es importante hacer notar que el deporte forma parte de esta cultura física, que cada día cobra más relevancia tanto en la vida cotidiana como en el desarrollo integral de las instituciones educativas, de salud, e incluso se está buscando la forma de incluir estas actividades físicas en empresas, para mejorar la calidad de sus empleados en cuanto a la reducción de estrés y sedentarismo.

El deporte y la actividad física han estado intrínsecamente relacionado con la salud, a tal grado que la Organización Mundial de la Salud (OMS) lo incluye en sus programas internacionales, ya que se ha observado que “la inactividad física es el cuarto factor de riesgo en lo que respecta a la mortalidad mundial (6% de las muertes registradas en todo el mundo). Al menos un 60% de la población mundial no realiza la actividad física necesaria para obtener beneficios para la salud” (Organización Mundial de la Salud, 2016).

Es importante también destacar que el binomio salud y deporte, cobro mayor relevancia que la relación deporte-educación, por muchos años, incluso fue relegado a asignaturas de menos importancia dentro de los planes de estudio.

2.3. Sobre la relación familia, sociedad y deporte

La práctica deportiva ha logrado captar el interés de grandes sectores de la sociedad, se ha entrelazado en las actividades de mayor significado dentro de nuestra cultura y genera una pasión difícil de comprender en algunas ocasiones.

Esta importancia ha generado importantes recursos económicos para las diferentes empresas dedicadas al deporte en todas sus vertientes, por lo cual es sustancial entender cuál es la razón del éxito del deporte dentro de nuestra sociedad, descubrir el cómo logró incrustarse hasta constituirse como una actividad de relevancia mundial y cómo conquistó incluso la estructura social más básica, las familias.

Como mencionamos en un principio el deporte ha trastocado fibras sensibles en nuestra sociedad al grado de adentrarse incluso en el núcleo familiar. En esta parte buscaremos dilucidar qué beneficios otorga a las familias, la práctica deportiva, la cual para fines prácticos dividiremos en:

a) Beneficios físicos

De acuerdo a la Organización Mundial de la Salud (OMS), una gran proporción de personas en el ámbito mundial, se encuentran en riesgo de padecer algún tipo de enfermedad crónica; como resultado de la disminución del gasto de energía y

consecuentemente aumento en la grasa corporal producto de comportamientos sedentarios y falta de actividad física (Dietz, 1998).

El sedentarismo se ha convertido en uno de los generadores de problemas en la salud, la falta de actividad física, aunada a ingesta calórica superior al gasto energético, genera sobre peso entre otros factores de riesgo.

Cabe destacar, que la actividad física contribuye a la prevención y manejo de una serie de enfermedades, entre las que se destacan las enfermedades cardiovasculares, diabetes mellitus tipo II (DM II), obesidad, hipertensión arterial (HTA) y depresión, entre otras (Wineck, 1996).

La actividad física correcta dependiendo de la edad y la frecuencia trae beneficios a la salud, actualmente, los mayores esfuerzos contra el sedentarismo y la obesidad se están realizando en campañas para personas jóvenes y adolescentes. No obstante, tratar de concienciar de la importancia del ejercicio físico en personas adultas, e incluso ancianos, debe considerarse como una prioridad ya que el aumento de la esperanza de vida debe ir unido a un aumento de la calidad de vida.

b) Beneficios abstractos

La estructura del deporte refleja diferentes esquemas de participación y modelos de comportamiento de las personas en relación con cada estructura deportiva. Dentro de los beneficios abstractos del deporte podemos enmarcar una serie de valores y conductas que coadyuvan a la integración social de manera eficaz, pero para adentrarnos en materia es necesario definir que son los valores.

Los valores, son conceptos o creencias sobre estados finales o conductas deseables que trascienden las situaciones concretas, guían la selección o evaluación de la conducta y los eventos (Gutiérrez, 2003)

Para identificar cuáles son los valores presentes en el deporte recurrimos a los estudios realizados por Rijo (2003), en los cuales logra identificar los valores que promueven una adecuada práctica deportiva, mencionaremos aquellos de mayor relevancia para este trabajo:

- *Tolerancia*; aceptación de diferencias en cuanto a actitudes y destrezas.
- *Integración*; inclusión de todos sin distinción de género ni jerarquías.
- *Cooperación*; acción de todos para alcanzar metas comunes.

La unidad familiar juega un papel muy importante en las conductas de todos los miembros, incluso podría entenderse que la cohesión familiar es un indicador global del funcionamiento familiar, así como uno de los atributos familiares que funcionan como factor protector contra conductas de riesgo, por lo cual las actividades que promuevan este enlace son de vital importancia, en este caso el deporte.

La cohesión social, la identificación con determinado grupo y la sensación de emociones agradables generadas por el deporte en todo el mundo, le han valido la integración al entretejido social, por lo cual ya no es solo un relleno en la actividad humana, sino un eje cultural que genera significaciones en el individuo.

El sedentarismo es un problema de salud prioritario, por lo cual es necesario buscar una solución a esta problemática, la práctica deportiva regular aunada a

una alimentación balanceada pueden ser los métodos preventivos más eficaces contra diversas enfermedades.

El entretimiento de los diferentes valores promovidos por el deporte genera a grandes rasgos, una correcta inclusión tanto del seno familiar como en la sociedad en general, ya que esta actividad forma parte del currículo académica desde preescolar hasta medio superior, a su vez la amplia difusión del deporte en todas las esferas sociales, nos mantiene en contacto con él, de alguna u otra forma.

2.4. Implicaciones del deporte en la sociedad

El éxito del deporte es algo irrefutable, desde las antiguas olimpiadas realizadas por los griegos, hasta las mundiales de futbol y modernas olimpiadas que enmarcan una mercadotecnia a nivel mundial, con posicionamiento de marcas y productos, transmisiones en directo, publicaciones que alcanzan altas ventas, incontables videos y comentarios en redes sociales, así como las pláticas al respecto de persona a persona lo avalan.

Esta importancia globalizada del deporte en la sociedad Dunning (1992), la explica a través de tres aspectos surgidos de la actual configuración:

1. El hecho de que el deporte ha cobrado fuerza como una de las principales fuentes de emoción agradable.

La sociedad actual se encuentra muchas veces en situaciones de estrés y de rutina, debido principalmente a la presión que ejercen los diferentes factores que integran su vida cotidiana, sobre todo las zonas urbanas más industrializadas, por

lo cual las actividades de recreación como el deporte sirven de válvulas de escape a toda la presión ejercida por las presiones multifactoriales.

2. El hecho de que se ha convertido en uno de los principales medios de identificación colectiva.

El espectáculo deportivo actúa como un factor cohesionador de la población y de identificación social, los grupos de espectadores formados dentro de alguna disciplina deportiva refuerzan su unión mediante la oposición que le representan otros grupos, incluso la afición a determinado equipo se convierte en una tradición generacional heredada a los miembros más pequeños y logramos ver a pequeños celebrando la victoria de un equipo o sufriendo la derrota.

3. El hecho de que ha llegado a constituirse en una de las claves que dan sentido a la vida de muchas personas.

Ya hemos hablado del sentido de identidad colectiva que propicia el deporte y de cómo libera en muchas ocasiones la presión social producida por multifactoriales, como el empleo, la economía, las problemáticas internas familiares etc. Pero es importante determinar que estas dos propiedades identificación colectiva y sensaciones agradables propician en muchas personas una forma de vida, donde las fechas de los encuentros se convierten en fechas especiales casi-religiosas, quizás llevadas a este nivel por el deterioro de algún factor emocional o social dominante y la necesidad de estos por llenar este vacío.

Cabe señalar que estas apreciaciones basadas en los estudios de Dunning, nos ofrecen este panorama, la actividad deportiva, va evolucionando con forme la

misma sociedad avanza, la representación colectiva del deporte depende mucho de la zona en la cual se realice, no es el mismo nivel de interacción o representatividad en ciudades muy urbanizadas que en zonas con tendencia rural.

2.5. Sobre la formación deportiva

En la actualidad la educación académica, se entiende como uno de los principales motores para “echar a andar” el desarrollo de una nación o región, por lo cual es común observar que la educación básica, superior y media superior son obligatorias en muchos países, sin embargo, uno de los principales retos a los que se enfrentan las instituciones académicas es promover el alto rendimiento académico de sus estudiantes.

El aprendizaje es un proceso individual que se inicia aún antes del nacimiento y que continúa de por vida y de manera progresiva. El sujeto se involucra integralmente en su proceso de aprendizaje, con sus procesos cognoscitivos, sus sentimientos y su personalidad (Santana, 2007).

Las enseñanzas son grupales, pero el aprendizaje es individual, por lo cual el alumno, asume las características de los programas con limitantes de toda índole, es necesario buscar formas de apoyar el aprendizaje académico y una de estas es el deporte.

Si bien es cierto que la práctica deportiva ha logrado posicionarse dentro de los programas de estudio, es necesario enfatizar las horas dedicadas a dicha actividad ya que esta propicia un apoyo fundamental en la educación académica y social.

En la actualidad, hay un consenso de la opinión de que el ejercicio agudo moderado mejora los procesos cognitivos básicos cuando ambos se llevan a cabo de forma simultánea (Tomprowski, 2003)

Según los datos obtenidos por Tomporowski (2003), existe respaldo de forma convincente sobre que el ejercicio aeróbico, específicamente, puede facilitar el funcionamiento cognitivo, tras la constante practica de episodios de intensidad moderada. Se tiene la hipótesis de que funcionan de una manera similar a la de drogas psico-estimulantes.

Por su parte Llorens (2016), explica que hay evidencias teóricas que apoyan que el ejercicio físico tiene una fuerte influencia en factores como los estados emocionales, ansiedad, depresión, disminución del estrés o mejoras en las capacidades intelectuales y cognitivas, que repercuten directamente en el rendimiento académico.

La práctica regular de ejercicio físico es causante del aumento de toda una serie de neurotransmisores y factores de crecimiento cerebrales que estimulan y fortalecen las conexiones neuronales que facilitan la memoria y el aprendizaje (Llorens, 2016)

Si bien es claro que se requieren estudios cada vez más especializados para conocer los beneficios del deporte en el perfil cognitivo, es una realidad que el deporte estimula muchos sectores de nuestro cuerpo y que la práctica adecuada de este desata generalmente un bienestar para la persona que lo realiza.

Por lo anterior expuesto podemos pensar que la realización de ejercicio físico repercute directamente en el perfil cognitivo, lo que, aplicado al área educativa, podría apoyar en el rendimiento académico de los estudiantes.

El rendimiento académico depende de muchos factores difíciles de alinear para crear un escenario educativo adecuado, por lo cual los profesores tratan de aplicar estrategias de acuerdo a las necesidades de aprendizaje de su grupo, el deporte puede ayudar a desarrollar las capacidades cognitivas, necesarias en el desarrollo intelectual y físico.

2.6. El rendimiento académico

¿Qué es el rendimiento académico? y ¿Porque es tan relevante en estos tiempos?

El rendimiento académico es la correspondencia entre el comportamiento del alumno y los comportamientos institucionalmente especificados que deben ser aprendidos en un determinado momento escolar.

Según Navarro (2004), existe una relación trídica en el rendimiento académico, esta está dada por los siguientes conceptos:

- Lo que se pretende que se aprenda:

Corresponde a lo que socialmente se considera conveniente para los alumnos aprendan en cada nivel escolar.

- Lo que facilita el aprendizaje:

Se refiere a todas las técnicas pedagógicas que se pueden implementar, la amplitud de los programas y las características de estos.

- Lo que se aprende:

Se considera el comportamiento del estudiante con respecto al objeto de aprendizaje, las acciones didácticas, con la finalidad de obtener el producto deseado que es la comprensión del programa.

El rendimiento académico de los estudiantes depende de muchos factores de corte psicológico, social, político y cultural, lograr un desempeño de alto nivel es por lo tanto muy complejo; sin embargo, la correcta selección y aplicación de los programas de estudios, las técnicas pedagógicas correctas, bajo un panorama legislativo que promueva un ambiente político-social favorable podría generar resultados positivos.

En nuestro país las universidades sean públicas o privadas tienen la obligación de ofrecer un programa integral educativo, es decir, deben formar estudiantes y profesionistas no solo en las aulas, sino fuera de ellas en diversas actividades y de diversas profesiones, pero también fomentar actividades artísticas, recreativas y deportivas, para ofrecer una formación sistémica.

El deporte universitario es un integrador social ya que debe involucrar a la sociedad en este movimiento, es decir, la cultura deportiva practicada y desarrollada en una universidad, debe ser parte de su propia identidad, ya que genera ese sentido de pertenencia que solo el deporte puede proporcionarle por el solo hecho de formar personas competitivas, visionarias, seguras y con liderazgo (Bello, 2010).

En la Universidad Juárez Autónoma de Tabasco existen estos programas, el área de deportes se encarga de la promoción, organización y desarrollo del deporte universitario. Su finalidad es poner a disposición de la comunidad universitaria los diferentes talleres deportivos; así como difundir los diferentes aspectos de la educación física y del deporte, con ello se pretende mejorar la calidad de vida y la formación integral de los miembros de la comunidad universitaria.

Dentro de las prioridades de la Universidad Juárez esta fomentar la práctica deportiva entre los miembros de la comunidad como medio de desarrollo personal e integración social.

Los talleres deportivos, las diferentes disciplinas que se ofertan a miembros de la comunidad de la Universidad Juárez y público en general, están avalados por el CONDDE, que es un organismo regido por la Asociación de Universidades e Instituciones de Educación Superior la (ANUIES) que en conjunto con la Secretaría de Educación Pública la (SEP) y la CONADE, organismos federales, respaldan las actividades deportivas dentro de esta institución.

La identidad es el sentimiento que experimentan los miembros de una colectividad que se reconocen en esa cultura. Es un proceso abierto al cual el propio devenir histórico en el que estamos va añadiendo progresivamente nuevos y enriquecedores elementos.

Quesada (2007) define el hecho deportivo como un producto surgido a partir del sistema de relaciones sociales concretas, contextos y circunstancias que genera una situación competitiva o no competitiva que deviene por su propia naturaleza.

en una historia singularizada y estructurada desde la temporal y espacial, por sujetos del complejo entramado social participante, que establece vínculos sucesivos y tendenciales en los que intervienen componentes biopsicosociales y culturales de cualquier tipo, en los límites mentales en que se concreta la actividad deportiva.

La identidad deportiva que se fomentan en instituciones como la Universidad Juárez, forma parte del campo relacional del sistema identitario, promovido para un desarrollo integral, pero cada uno tiene la peculiaridad de constituir en sí totalidades orgánicas complejas, estos cimientos se adhieren a través de la sistematicidad en las clases, basadas en los valores que adquiere el practicante durante el proceso de enseñanza-aprendizaje del taller deportivo de su elección.

Cabe destacar que cerca del 58% de los estudiantes universitarios no practican deporte. Un 40% de los estudiantes que en la preparatoria practicaban deporte, en la etapa universitaria han dejado de hacerlo, es decir, se percibe cambios en los hábitos de vida, el aumento de edad, y la disminución de tiempo libre, explican en parte este abandono (Universidad Juárez Autónoma de Tabasco, 2008).

Es en este punto donde cobra relevancia las capacidades de los profesores, las instituciones y los mismos alumnos de generar un ambiente educativo integral, que propicie el desarrollo en todos los sentidos, si este entorno se logra, en definitiva, podremos hablar que el deporte en el ámbito educativo juega un papel en el desarrollo en las capacidades que contribuyen a una mejor interacción entre el individuo y su entorno sociocultural, pero ¿cuáles serían estas capacidades?

Hernández (2005) indica cuales serían estas habilidades a desarrollar por los alumnos si se conjuga de manera correcta el binomio Educación-Deporte:

- *Adaptación*; en un doble sentido de ofrecer garantías para afrontar los problemas de sedentarismo y sus repercusiones en la salud individual y colectiva, además de desarrollar estrategias de resolución de problemas (colaboración con oposición, respuestas eficaces ante problemáticas planteadas...) transferibles a otros ámbitos de la vida.
- *Comunicación*; desarrollo de habilidades expresivas y de comunicación, con un conocimiento de los códigos relacionados con el trabajo de equipo.
- *Interiorización*; promover el conocimiento de sí mismo como punto de partida para reconocer la realidad cambiante que nos rodea.
- *Intervención*; favorecer habilidades sociales a través de la relación e integración social mediante la participación en las prácticas deportivas de la comunidad.

Las prácticas deportivas pueden promover una formación en diferentes planos ya sean el motriz, afectivo, social y cognitivo. Por tanto, siendo utilizado por la escuela como “instrumento para educar, favorecedor del establecimiento y mantenimiento de relaciones sociales, disfrute de una buena forma física y de salud, como válvula de escape y entretenimiento, y como aventura personal.

Desde el ámbito educativo, el deporte se convierte en un contenido cultural prescriptivo, de obligada transmisión mediante su inclusión en los diferentes desarrollos curriculares, no solo cumple una función dentro de las instituciones

educativas, es también promotor de valores y sinergias sociales incluso en el núcleo básico de la sociedad, las familias.

Debido a lo anterior conocer el nivel de participación de los estudiantes universitarios en las actividades deportivas ofertadas por el Centro de Fomento al Deporte (CEFODE) de la Universidad Juárez Autónoma de Tabasco (UJAT) se vuelve indispensable, ya habiendo establecido la importancia de la actividad deportiva en la formación integral del individuo.

La cultura deportiva no es pues un aspecto que se edifique en el trazo del deseo, sino de la voluntad de muchos ámbitos que le dan solidez y que evidentemente la convierten en una acción política de las instituciones. Las convergencias de estos trazos aluden a dos dimensiones de la cultura deportiva. *La institucional* y la de los *sujetos* que la convierten en acción, es decir, frente a ella se pone en juego la política deportiva que implementa la institución educativa y la práctica deportiva que ejecutan los universitarios. Es la convergencia de ambas la que construye la noción de cultura deportiva. Esta noción abre así un concepto vital de *Cultura deportiva* como el tejido de prácticas sociales que ejecutan los actores en relación a la actividad deportiva.

En el capítulo siguiente se brinda entonces un proceso que da cuenta de este concepto de cultura deportiva que se presenta en la UJAT. un estudio sobre el interés en los estudiantes de la División Académica de Educación y Artes (DAEA), con el objetivo de identificar aquéllos factores que inciden para que se involucren en estas actividades ofertadas por el CEFODE, y el por qué no asisten, sobretudo

porque el deporte es parte importante en la formación integral del estudiante universitario.

Universidad Juárez Autónoma de Tabasco.
México.

CAPÍTULO III

FASE METODOLÓGICA

En todo proceso de investigación, se requiere de la aplicación de instrumentos para la recolección de información, lo cual permite fundamentar los resultados obtenidos en las etapas de indagación teórica. Los planteamientos de sus objetivos precisan en proceso que ampara tres aspectos relevantes en este estudio: *La naturaleza y rasgos del estudio*, el *Diseño de instrumentos* y el *Procedimiento para el análisis y ordenamiento de la información*.

El procedimiento dibuja dos ámbitos necesarios para el tipo de investigación: de *documental* y la *investigación de campo*. Ello considera un proceso acorde a búsquedas precisas, cuya explicación apuntan un estudio diagnostico planteado en dos dimensiones: la Institucional y la *Exploración de la práctica deportiva*. La revisión de ambas dimensiones concatena un análisis que dibuja la edificación de la *Cultura Deportiva* en la UJAT (Tabla 1). Con estos aspectos del análisis se desentraña, no solo en el discurso institucional, sino también en las formas que éste es apropiado en la práctica deportiva. La primera toma como base la documentación e información institucional-oficial y en la segunda se considera la realidad percibida por los alumnos de DAEA.

Dimensión Institucional	Dimensión de la Práctica Deportiva
Cultura Deportiva	

Tabla 1. Dimensiones diagnósticas (Elaboración propia)

El entrecruzamiento de ambas dimensiones no solo apunta al conocimiento de la institución educativa, sino de la perspectiva que ésta adquiere en relación a los estudiantes.

3.1. Naturaleza y rasgos del estudio

Esta investigación enmarca la pertinencia de trabajar con jóvenes universitarios, estudiantes de primero, quinto y noveno ciclo, turnos matutino y vespertino respectivamente, de la Licenciatura en Ciencias de la Educación. Se consideró pertinente trabajar con estudiantes de primer semestre porque son ellos quienes al inicio de la carrera, en el *Curso de Inducción* se les informa de los diversos talleres deportivos a los cuales pueden inscribirse como parte de su formación integral; a los de semestres avanzados porque ya conocen de alguna otra manera el CEFODE y son ellos quienes son el principal elemento informante para conocer si durante su tránsito en la universidad se han inscrito a algunos de los talleres deportivos que se ofertan, y en su caso, por qué no lo hicieron o por qué no les llama la atención el deporte.

Así, los datos obtenidos de estos informantes clave, han permitido generar una conclusión centrada en áreas de oportunidad y fortalezas del CEFODE y que, sin duda, deben mejorarse algunas estrategias de difusión de su oferta deportiva.

De acuerdo a la dimensión de la investigación se hace necesario delimitarla, por ello, se consideró pertinente definir el problema de la siguiente manera: *La participación de los estudiantes de la DAEA en los Talleres Deportivos del Centro*

de Fomento al Deporte (CEFODE), de la Universidad Juárez Autónoma de Tabasco (UJAT): un estudio diagnóstico. Esto con la finalidad de obtener datos reales y precisos de la situación que se vive en el Centro de Fomento al Deporte de la UJAT, en relación a la participación de los estudiantes universitarios en los diversos talleres deportivos que oferta.

Es importante destacar que desde el modelo educativo de la UJAT, se tiene como propósito fundamental contribuir en la formación integral del estudiante, mediante la transmisión de conocimientos disciplinares, actitudinales y valorables, aunado a la disciplina deportiva que puede equilibrar su estado emocional, procurando el desarrollo de habilidades físicas e intelectuales que le permitan ser un profesionista crítico, reflexivo, autónomo, sano y de mente abierta; con visión y proyección laboral en los diferentes entornos de su profesión perspectiva y tipo de estudio

Esta investigación inicia primeramente como exploratoria, ya que en un principio el objetivo fue “examinar un tema o problema de investigación poco estudiado o que no ha sido abordado antes”. Este tipo de estudio ha servido para familiarizar al investigador con situaciones relativamente poco conocidas, y ha permitido obtener información para llevar a efecto una investigación más completa sobre un contexto particular de la vida real, ha facilitado el acercamiento hacia el conocimiento del nivel de participación de los estudiantes de la DAEA en los talleres deportivos e identificar aquéllos motivos por los cuales no asisten y el porqué de su desinterés en practicar deporte. De manera implícita, se buscó conocer la percepción que tienen respecto al papel del CEFODE como principal promotor de actividades

deportivas en la universidad a fin de identificar fortalezas y áreas de oportunidad para ser consideradas y renovadas, buscando la mejora continua de cada uno de los servicios que se ofrecen a la comunidad universitaria.

Por otra parte, y siguiendo su cauce, la investigación se ha caracterizado por ubicarse en el plano descriptivo, este tipo de estudios “miden de manera más bien independiente los conceptos o variables a los que se refieren...su objetivo no es indicar cómo se relacionan las variables medidas”. Una de las ventajas que ofrece este tipo de estudio es la posibilidad de ofrecer predicciones, aunque sean estas muy rudimentarias, por ello, buscan especificar propiedades importantes de personas, grupos, comunidades o cualquier otro fenómeno que sea sometido a análisis. Este estudio por consecuencia hace una descripción de la participación de los profesores y alumnos en actividades deportivas, y cómo de alguna u otra forma, pueden ser promotores activos para que otros académicos y estudiantes puedan incorporarse en algunas de las actividades deportivas que se ofertan en este centro.

3.1.1. Universo, muestra, población

De acuerdo al Tercer informe de Actividades del Director de la DAEA, Roberto Carrera Ruíz (DAEA 2014), la población estudiantil de la DAEA estaba integrada de la siguiente manera:

Matrícula Escolar de Licenciaturas		
Programa Educativo 2014-01	Cantidad	%
Ciencias de la Educación	1230	37%
Comunicación	917	27%
Idiomas	1162	35%
Desarrollo Cultural	36	1%
Total	3345	100%

Tabla 2. Matrícula escolar de la DAEA (Fuente DAEA)

En esta población demarcada por la matrícula escolar de la DAEA se delimita específicamente en el universo de 1,230 alumnos que componen la matrícula de la Licenciatura en Educación (Tabla 3). Esta delimitación se justifica en los rasgos que otorga la profesión; estudiantes que en su vida profesional podrán fomentar el deporte como un valor cultural dentro de la educación integral de otros

N [tamaño del universo]	1,230	←
p [probabilidad de ocurrencia]	0.5	←

estudiantes.

Tabla 3. Universo de estudio

El cálculo de la muestra presentada se obtuvo para una población finita (Tabla 4): a través de la siguiente fórmula:

Fórmula empleada	
$n = \frac{n_o}{1 + \frac{n_o}{N}}$	donde: $n_o = p^*(1-p)^* \left(\frac{Z (1 - \frac{\alpha}{2})^2}{d} \right)^2$

Tabla 4. Fórmula empleada para el estudio

N= Población
n= Tamaño de la muestra
p= Probabilidad de ocurrencia
Z= Nivel de confianza
d= Error máximo de estimación

Con ésta se consiguió una muestra representativa sobre una muestra estimada de 130 estudiantes con un margen de error de 9% y un nivel de confianza de 97% (Tabla 5).

TAMAÑO DE LA MUESTRA PARA UN UNIVERSO DE 1230 CON UNA PROBABILIDAD DE OCURRENCIA DE 0.5		
Nivel de confianza	Estimación de error	Muestra estimada
97%	9.0	130

Tabla 5. Tamaño de la muestra estimada

Sobre la muestra se determina la *técnica de muestreo no probabilístico por conveniencia*. En ésta los sujetos son seleccionados dada la conveniente accesibilidad y proximidad de los sujetos para el investigador (Explorable 2016); las características del estudio posibilitan la elección de grupos que resultan convenientes o de interés para el estudio. Esta elección considera a 6 grupos de estudiantes de la Licenciatura en Educación, de ambos turnos matutino y vespertino, así como dos por semestre, es decir, dos grupos de primer ciclo, dos de quinto y dos más de noveno, quedando la muestra de 125 alumnos viables para constituir la representación del estudio (Tabla 6).

Grupos	Cuestionario		Tipo de muestreo
2 grupos de primer semestre	50	27	No Probabilístico Por Conveniencia
		23	
2 grupo de quinto semestre	45	19	
		26	
2 grupos de noveno semestre	30	16	
		14	
6 grupos de la licenciatura en Educación	125		

Tabla 6. Distribución de muestreo. Técnica no probabilística

3.2. Diseño de los instrumentos para obtener el corpus de información

Como bien sabemos un instrumento de medición, es aquel, aparato, herramienta o estrategia con la cual se puedan recoger datos de las variables a describir. Dos recursos se colocan como necesarios: La *revisión de documentos e información institucional* y la *encuesta*.

- La *revisión de documentos*: Es un procedimiento que ausculta en el discurso de la UJAT y sus instancias, y las consideraciones que describe en relación a la práctica deportiva.
- Dentro de la técnica llamada *encuesta*, el mejor instrumento de medición es el cuestionario, concebida como un conjunto de preguntas de una sola idea a la vez, redactadas en lenguaje convencional, no inducidas y ordenadas lógicamente. Ello hace pertinente utilizar la encuesta como instrumentos

metodológicos, a través de ella se pudieron conocer y analizar las variables relacionadas con nuestras hipótesis.

3.2.1 Diseño de categorías para la exploración de documentos institucionales

Lo anterior hace necesario establecer instrumentos con parámetros o indicadores donde se posibilite la obtención de los datos expuestos como referentes de análisis.

La búsqueda en los documentos institucionales se dio bajo la siguiente lógica categorial (Tabla 7).

Política institucional (Plan rectoral)
Data poblacional
Revisión de la memoria documental
Política de la instancia deportiva (enfoque)
Ofrecimiento de la práctica
Infraestructura

Tabla 7. Categorías de búsqueda en los documentos

La indagación a través de las encuestas, propicia un cuestionario con 10 indicadores que apuntan describir la realización de la práctica deportiva en los estudiantes de la DAEA (Tabla 8).

3.2.2 Instrumento utilizado con los alumnos

Instrucciones: Subraye la opción que considere pertinente.

1.- ¿Conoces los talleres deportivos que ofrece el Centro de Fomento al Deporte de la UJAT?

a) Sí b) No

2.- Desde tu punto de vista como estudiante universitario, la difusión que realiza el Centro de Fomento al Deporte para ingresar a un taller deportivo, es:

a) Excelente
b) Buena
c) Regular
d) Deficiente

3.- ¿Qué tan importante es para ti como estudiante universitario, participar o cursar algún taller deportivo en el Centro de Fomento al Deporte de la UJAT?

a) Mucho b) Poco c) Nada

4.- ¿Estás informado acerca de cuántos talleres deportivos se ofertan en el Centro de Fomento al Deporte de la UJAT?

a) Si b) No

5.- ¿Cuáles son los medios por los que te has informado de los talleres deportivos que se ofertan en el Centro de Fomento al Deporte de la UJAT?

a) Curso de Inducción a la Universidad
b) Página electrónica de la UJAT
c) Trípticos
d) Radio UJAT
e) Facebook

6.- Desde tu perspectiva como universitario, ¿Cuáles son las ventajas de realizar deporte durante el trayecto de formación profesional?

a) Mejor rendimiento académico
b) Mayor concentración
c) Salud mental
d) Mantenerse en forma
e) Evitar enfermedades

7.- ¿Qué tanto promueven los profesores la participación de los estudiantes en los talleres deportivos que ofrece el Centro de Fomento al Deporte de la UJAT?

a) Mucho b) Poco c) Nada

8.- ¿Qué tan motivado estás para participar en alguno de los talleres deportivos que se ofertan en el Centro de Fomento al Deporte de la UJAT?

a) Mucho b) Poco c) Nada

9.- ¿Cuáles son los factores que te han impedido participar o cursar algún taller deportivo en el Centro de Fomento al Deporte?

a) Poca difusión de los talleres deportivos
b) Excesiva carga de materias
c) Poca promoción de competencias deportivas
d) Sólo se informa al inicio de la carrera
e) Carga laboral

10.- ¿Consideras que los talleres deportivos que ofrece el Centro de Fomento al Deporte, contribuyen en la formación integral del estudiante universitario?

a) Sí b) No

Tabla 8. Cuestionario para los alumnos universitarios (Elaboración propia)

3.3. Procedimiento para el ordenamiento diagnóstico

La estructura organizativa de la instancia deportiva de la UJAT, es decir, las categorías que utilizamos para describir la función de la práctica deportiva en la institución.

CATEGORIA DE ORGANIZACIÓN DEL CEFODE	DESCRIPCION CONCEPTUAL	DIMENSION DEL DIAGNOSTICO
Revisión de la memoria documental	Exploración de la información referente a la práctica deportiva ofertada en la UJAT	ESTRUTURA INSTITUCIONAL PARA LA PRÁCTICA DEPORTIVA
Ofrecimiento de la práctica	Oferta y promoción de las disciplinas ofrecidas en el CEFODE	
Data poblacional	Conjunto de datos poblacionales con respecto al CEFODE	
Infraestructura	Estructura física y departamental del CEFODE	
Política institucional (Plan rectoral)	Estrategias localizadas dentro del plan implementar por la UJAT con respecto a la práctica deportiva.	
Política de la instancia deportiva (enfoque)	Reglamentación requerida por el CEFODE.	

Tabla 9. Categorías exploradas

En la tabla siguiente explicamos la estructura para la revisión de la encuesta, está ya clasificada por categorías exploratorias que nos permitieron organizar mejor la información para el análisis correspondiente que presentaremos en secciones posteriores de este trabajo.

PREGUNTAS (Preguntas del cuestionario tal como las ordenaste)	CATEGORIA EXPLORATORIA	ORDENAMIENTO POR CATEGORIA	DIMENSION DEL DIAGNOSTICO
1.	Referencia institucional	Categoría 1	PRACTICA DEPORTIVA
2.	Referencia institucional	Categoría 1	
3.	Significación de Cultura deportiva	Categoría 2	
4.	Referencia institucional	Categoría 1	
5.	Significación de la cultura deportiva institucional	Categoría 2	
6.	Valoración de la formación deportiva	Categoría 3	
7.	Valor de la práctica deportiva en la institucional	Categoría 3	
8.	Sujeto y práctica deportiva	Categoría 4	
9.	Sujeto y cultura deportiva	Categoría 4	
10.	Sujeto y práctica deportiva	Categoría 4	

Tabla 10. Clasificación y ordenamiento de las preguntas por categorías

Para fines de interpretación cada uno de nuestras preguntas pertenece a una categoría de análisis son cuatro y las presentamos a continuación:

1. *Referencia institucional.* Con esta categoría establecimos los alcances del CEFODE, sus límites y el impacto que genera
2. *Significación de Cultura deportiva.* Con esta categoría determinamos la importancia de la práctica deportiva en el colectivo de nuestros encuestados
3. *Valoración de la formación deportiva.* Con esta categoría definimos la importancia tiene la práctica deportiva con respecto a los procesos sociales que se llevaban a cabo en cada uno de los encuestados.
4. *Sujeto y práctica deportiva.* Con esta categoría buscamos desentrañar las características asociadas al sujeto con respecto al interés por la práctica deportiva.

Todo lo anterior dibuja un mapa clave para el diagnóstico donde se obtiene el trazo de ordenamiento e interpretación de la información que los datos proporcionan (Tabla 11).

Documentos institucionales	Encuestas
	
Dimensión institucional	Práctica deportiva de los estudiantes
Cultura deportiva en la UJAT	

Tabla 11. Mapa de ordenamiento e interpretación de la información.

CAPÍTULO IV

ANÁLISIS SITUACIONAL DE LA ACTIVIDAD DEPORTIVA

Es claro que la actividad deportiva en la UJAT es un tema que no se agota en este estudio, por el contrario, las pretensiones del mismo apuntan a describir dos ángulos que son vitales en cultura deportiva fomentada en cotidianidad de los universitarios. Esta revisión implica entonces edificar una base sustancial para profundizar en asunto que convierte a la institución en un factor nuclear para el fortalecimiento de la práctica deportiva en los estudiantes.

El diagnóstico arista a dos reflexiones que en la vida social se juxtaponen. De ahí que justamente ésa sea la respuesta a los presupuestos marcados en la indagación. Se abre una revisión sobre la *Dimensión institucional*, sobre los que se demarcan los ángulos de acción y lógicas de las políticas universitarias respecto al deporte; y por otro, en la *Dimensión de la práctica deportiva en los alumnos*, describen los aspectos que son apropiados por los alumnos en relación al deporte que la institución les propicia. Es justo sobre ello que se anuda la revisión diagnóstica.

4.1 Dimensión Institucional: Estructura y lógica institucional universitaria

4.1.1 Política institucional

En el Plan de Desarrollo Institucional 2012 – 2016, dentro del apartado del Diagnóstico Institucional, se encuentra la atención integral del estudiante, el cual, hace referencia a: “los estudiantes son la razón fundamental de la Universidad y a ellos van dirigidos todos los esfuerzos y recursos para ofrecerles una formación integral que les permita adquirir conocimientos, habilidades, iniciativas, valores,

actitudes y destrezas para tener una vida plena, destacar el empleo e incidir en la formación del entorno en el que viven”(UJAT 2012)

Tomando en cuenta las características, expectativas, necesidades e inquietudes de los jóvenes que enfrentan los cambios de este Siglo XXI, se ha procurado dotarlos con aprendizajes basados en conocimientos significativos, útiles y acordes con las competencias necesarias para el ámbito laboral, enriquecidas con una enseñanza humanística. Es justo en este discurso donde se centra y una condición institucional que proyecta su atención en universitarios, que no vean el deporte solo como una condición física, sino como parte de un proyecto de vida que les permitirá ser un humano en plena relación de su cerebro y sus pensamientos.

El deporte entendido como disciplina proporciona reglas de convivencia en la vida diaria. Los espacios deportivos y las acciones emprendidas en este sentido aluden a esa tarea fundamental de los estudiantes para generar acciones de sí mismo y su relación con los demás.

4.1.2 Data poblacional

De acuerdo con Jesús Manuel Piña Gutiérrez, Rector de la Universidad Juárez Autónoma de Tabasco (2014:13), la institución ha respondido en las últimas décadas a las condiciones específicas de la entidad y su entorno; por ello, a 56 años de su creación como institución pública, “cuenta con la siguiente oferta educativa: 2 Técnico Superior Universitario (TSU), 54 Licenciaturas, 22 Maestrías, 2 Especialidades, 12 Especialidades Médicas y 8 Doctorados, teniendo en total 44

programas de posgrado; además, se ofrecen a través de los Centros de Extensión 15 Talleres Culturales, 34 Talleres Deportivos y 15 Cursos en idiomas extranjeros”.

Como menciona Piña Gutiérrez (2014:141), “de la oferta educativa de posgrado, 23 pertenecen al Padrón Nacional de Posgrados de Calidad (PNPC) del Consejo Nacional de Ciencia y Tecnología (CONACyT); cifra que representa el 52.3% del total de su oferta educativa reconocidos por su calidad”. Al respecto, se hace énfasis en que, del total de programas de posgrado ofertados, sólo dos de ellos operan en la modalidad a distancia. Esta oferta educativa se encuentra distribuida en doce Divisiones Académicas (Tabla 12):

1.	División Académica de Educación y Artes
2.	División Académica de Ciencias Económico – Administrativas
3.	División Académica de Ciencias Agropecuarias
4.	División Académica de Ciencias de la Salud
5.	División Académica de Ciencias Sociales y Humanidades
6.	División Académica de Ingeniería y Arquitectura
7.	División Académica de Informática y Sistemas
8.	División Académica de Ciencias Biológicas
9.	División Académica Multidisciplinaria de Comalcalco
10.	División Académica Multidisciplinaria de los Ríos
11.	División Académica de Ciencias Básicas
12.	División Académica Multidisciplinaria de Jalpa de Méndez

Tabla 12. Divisiones Académicas que conforman la estructura académica-administrativa

El periodo escolar está estructurado en forma de semestres y años para el nivel de licenciatura y en forma de semestres, cuatrimestres y años para el nivel de

posgrado. La matrícula escolar en general está conformada por 28,016 estudiantes, de los cuales el 58% son mujeres y 42% hombres.

La matrícula escolar en el nivel Licenciatura, está conformada por 25, 549 jóvenes, que equivale al 67.20% del total de alumnos que estudian la educación superior en el Estado, y en estudios de posgrado (Especialidad, Maestría y Doctorado) hay 906 estudiantes. En este contexto universitario la promoción del deporte se realiza por medio del CEFODE, con representación en diez de las doce Divisiones Académicas, solamente la División Multidisciplinaria de los Ríos y Jalpa de Méndez no cuentan con ello, por ser de reciente creación. La realidad deportiva particular en la UJAT, ha sido poco estudiada.

En el caso de la DAEA, de acuerdo con su directora, Verónica García Martínez (periodo 2015-2019), se tiene una población de 3,486 estudiantes distribuidos de la siguiente manera: 1,271 alumnos están inscritos en la Licenciatura en Ciencias de la Educación; 1, 187 pertenecen al programa educativo de Idiomas; 986 están matriculados en la Licenciatura en Comunicación y 42 pertenecen a la Licenciatura en Desarrollo Cultural. En lo que se refiere a su planta académica, la DAEA, tiene un total de 246 profesores - investigadores, de los cuales 101 imparten clases en la Licenciatura en Ciencias de la Educación; 77 son docentes de la Licenciatura en Idiomas; 67 son profesores adscritos a la Licenciatura en Comunicación y uno más pertenece a la Licenciatura en Desarrollo Cultural. Es en esta estructura donde se inserta el espacio universitario cuya tarea es fomentar el deporte en la institución.

4.1.3 Revisión de la memoria documental: orígenes del Centro de Fomento al Deporte (CEFODE)

El Departamento de Promoción Deportiva como antiguamente era su nombre, data del año 1969, la oficina ocupaba un cubículo donde actualmente es la Dirección de Cómputo Universitario. Por el año de 1980 pasa a formar parte de la Dirección de Difusión Cultural y Extensión Universitaria, impartiendo sus talleres en el edificio que ocupa actualmente la Coordinación de posgrado de la DACEA. En 1986 se trasladan las oficinas a la entrada principal de la Zona de la Cultura, al año siguiente en 1987, es reubicada nuevamente en la parte trasera de Secretaría de Servicios Administrativos.

Las oficinas deportivas también estuvieron ubicadas en el Instituto Juárez (antes Casa de la Cultura) y en el año de 1990 regresa nuevamente a la Zona de la Cultura, en donde se encuentra operando actualmente, y era identificada como la CADYR; a la fecha y con los diversos cambios en la estructura de la Universidad, se ha denominado CEFODE. En 1980, los deportes que se practicaban con la participación de los estudiantes eran los más populares: béisbol, fútbol soccer y basquetbol.

En 1986 las actividades deportivas que difundía el Consejo Estudiantil Universitario de Tabasco (CDEUT) que eran Karate y Aerobics, pasaron a formar parte de la CADYR. Para ese entonces, las disciplinas deportivas que se impartían eran: Beisbol, Futbol Soccer, Basquetbol, Aerobics, Karate-Do, Físico constructivismo, Voleibol, Atletismo y Natación.

De igual manera, se contaba con un equipo profesional de basquetbol conocido como las “Abejas Verdes de la UJAT, integrado por estudiantes universitarios. En la famosa Liga Maya Chontal, se participó con el equipo de Futbol Soccer “Cachorros de la UJAT”, que, de igual manera, era integrado por alumnos, obteniendo importantes logros como campeonatos e importantes participaciones a nivel estatal y regional.

La unidad deportiva que se encuentra actualmente en la Zona de la Cultura fue inaugurada en el año de 1991 por el entonces Gobernador del Estado, Salvador Neme Castillo, siendo Rector Fernando Rabelo Ruíz de la Peña, y fue inaugurada como patrimonio de la Comunidad Universitaria.

El 23 de diciembre de 2011, con presupuesto federal destinado a infraestructura deportiva, en el periodo rectoral de la M. A. Candita Victoria Gil Jiménez y siendo Coordinador Deportivo el Dr. Pedro Jesús García Escamilla, se inauguró el CEFODE en una extensión de seis hectáreas ubicados en Avenida Universidad.

4.1.4 Política de la instancia deportiva. La tarea institucional del CEFODE

El CEFODE cumple un papel muy importante como parte de la formación integral del estudiante, y esto es parte del Plan de Desarrollo Institucional 2012 – 2016 de José Manuel Piña Gutiérrez. Depende de la Secretaría de Servicios Académicos, la cual se encarga de ver todo lo relacionado con planes de estudios, créditos de materias, tutorías, etc., y como parte de las actividades extracurriculares, se encuentran el CEDA (Centro de Enseñanza y Desarrollo de las Artes) y el CEFODE.

Las Prioridades del CEFODE son:

- *Fomentar la práctica deportiva entre los miembros de la comunidad deportiva como medio de desarrollo personal e integración social.*
- *Fomentar e incentivar el hábito físico-deportivo, facilitando y mejorando las condiciones y calidad de la misma.*
- *Promocionar la práctica del deporte para todos aumentando la oferta y calidad de actividades y cursos.*
- *Impulsar el deporte de competición.*
- *Participar con equipos universitarios en la estructura del deporte federado.*
- *Ayudar al desarrollo y consolidación de la docencia e investigación en el ámbito de la actividad física y el deporte.*

La misión de este centro enuncia:

La Universidad Juárez Autónoma de Tabasco, como institución pública de educación superior, tiene la misión de contribuir de manera significativa a la transformación de la sociedad y al desarrollo del país, con particular interés en el Estado de Tabasco, a través de la formación sólida e integral de profesionales capaces de adquirir, generar, difundir y aplicar el conocimiento científico, tecnológico y humanístico, con ética y responsabilidad para ser mejores individuos y ciudadanos (UJAT 2008)

La visión se expresa de la siguiente forma:

La UJAT es una universidad innovadora que participa en la Sociedad del Conocimiento, fuertemente vinculada con su entorno y con presencia internacional, consolidada académicamente con altos niveles de calidad y programas educativos pertinentes, que forma a sus egresados sólidamente competentes, con espíritu emprendedor y humanista. Se distingue por sus aportes relevantes en la

generación y aplicación de la ciencia y la tecnología, el rescate y la difusión de la cultura en su acepción amplia y su colaboración en el desarrollo sustentable del estado de Tabasco y del país. (UJAT 2008).

4.1.5 Ofrecimiento de la práctica

En la actualidad, el CEFODE cuenta con 34 talleres deportivos y una plantilla de 48 Profesores, así como personal del área administrativa y de intendencia pertenecientes al Sindicato de Profesores de Investigadores de la UJAT (SPIUJAT) y Sindicato de Trabajadores Administrativos y de Intendencia de la UJAT (STAIUJAT) respectivamente. Estos talleres son:

1. *Acondicionamiento Físico*. Es el proceso o entrenamiento mediante el cual se desarrollan en el individuo las capacidades y habilidades físicas necesarias para la salud y la actividad deportiva.
2. *Ajedrez*. Es un juego competitivo entre dos personas, cada una de las cuales dispone de 16 *piezas* móviles que se colocan sobre un tablero dividido en 64 casillas. En su versión de competición está considerado como un deporte. Se trata de un juego de estrategia en el que el objetivo es «derrocar» al rey del oponente.
3. *Atletismo*. Es el arte de superar el rendimiento de los adversarios en velocidad o en resistencia, en distancia o en altura. Es un deporte de competición (individual o por equipos) que abarca un gran número de pruebas que pueden tener lugar en pista cubierta o al aire libre. Las principales disciplinas del atletismo pueden encuadrarse en las siguientes categorías: carreras, marcha,

lanzamientos y saltos. Las carreras, que constituyen la mayor parte de las pruebas atléticas, varían desde los 50 m lisos (que tiene lugar en pista cubierta) hasta la carrera de maratón, que cubre 42,195 kilómetros.

4. *Bastoneras*. Persona que con un bastón en la mano forma parte de un grupo de partidarios que en un encuentro deportivo apoyan ruidosamente a los suyos.
5. *Porristas*: En deporte, la animación, porra, porrismo o cheerleading consiste en el uso organizado de música, baile y gimnasia. Los espectáculos de animación son muy frecuentes, sobre todo, en deportes de equipo. La animación ha cobrado tal importancia que ha pasado a considerarse un deporte como tal.
6. *Canotaje*. Piragüismo, canotaje o anoa kayak es un deporte acuático que se practica sobre una embarcación ligera, normalmente de fibra de vidrio o plástico (en embarcaciones de recreo), y fibras de keylar o carbono (en embarcaciones de competición). La embarcación es propulsada por una, dos o cuatro personas (pero no tres) con una pala o remo. Las principales embarcaciones utilizadas son el kayak propulsado por una pala de dos hojas y la canoa, propulsada por una pala de una sola hoja.
7. *Banda de Guerra*. Las bandas de guerra son un conjunto de personas que desempeñan la labor de realizar los toques y marchas militares. Cada toque militar tiene un significado particular, comúnmente significan órdenes. A aquellos que participan en una banda de guerra se les conoce como banderos. Es originalmente de Francia y sus instrumentos reglamentarios son la corneta.

para las armas de infantería, el clarín (artillería), la trompeta (caballería) y el tambor.

8. *Basquetbol*. El baloncesto, basquetbol o básquetbol, o simplemente básquet, es un deporte de quipo que se puede desarrollar tanto en cancha cubierta como en descubierta, en el que dos conjuntos o equipos de cinco jugadores cada uno, intentan anotar puntos, también llamados canastas o dobles y/o triples, introduciendo un balón en un aro colocado a 3,05 metros del suelo del que cuelga una red, lo que da un aspecto de cesta o canasta.
9. *Balonmano*. El balonmano o handball (términos procedentes del alemán) es un deporte de pelota en el que se enfrentan dos equipos. Cada equipo se compone de siete jugadores (seis jugadores y un portero), pudiendo el equipo contar con otros siete jugadores de reserva que podrán entrar de cambio en cualquier momento con sus compañeros. Se juega en un campo rectangular con una portería en cada lado del campo. El objetivo del juego es deslazar una pelota a través del campo, valiéndose fundamentalmente de las manos para intentar introducirla dentro de la meta contraria, acción que se denomina gol. El equipo que anote más goles al concluir el partido que consta de dos tiempos de 30 minutos cada uno, es el que resulta ganador, pudiendo darse también el empate.
10. *Escolta*. El término correcto es Escolta de Bandera Nacional (EBN), el cual se refiere a todas las escoltas a la Bandera civiles o militares, escolares e independientes desde mediados del siglo pasado. La EBN se trata de un grupo de 5 personas cuadradas a un Abanderado cuya función es su

acompañamiento solemne. Claro que su misión puede variar si se trata de una escolta militar.

11. *Gimnasia Aeróbica*. Antes conocida como aeróbic deportivo, es una disciplina de la gimnasia en la que se ejecuta una rutina de entre 100 y 110 segundos con movimientos de alta intensidad derivados del aeróbic tradicional además de una serie de elementos de dificultad. Esta rutina debe demostrar movimientos continuos, flexibilidad, fuerza y una perfecta ejecución en los elementos de dificultad.

12. *Futbol Soccer*. También conocido por fútbol asociación, y llamado en España balompié y en Estados Unidos soccer, es un deporte de equipo jugado entre dos conjuntos de once jugadores cada uno y cuatro árbitros que se ocupan de que las normas se cumplan correctamente. Es ampliamente considerado el deporte más popular del mundo, pues se practica en todos los países del mundo. Este deporte tiene como regla más importante que los jugadores, con la excepción del arquero en su área, no puedan tocar la pelota con las manos o los brazos.

13. *Béisbol*. También llamado baseball o pelota base, es un deporte de conjunto jugado entre dos equipos de 9 jugadores cada uno. Es considerado uno de los deportes más populares en varios países del mundo.

14. *Karate Do-Karate*. Es el arte Oriental y ciencia de la defensa personal. Los practicantes de karate no utilizan armas artificiales para sus inusuales métodos de defensa. Sin embargo, desarrollan las armas naturales de sus cuerpos :

pies, manos, codos, etc. - en silenciosas y ocultas armas que responden con la velocidad del rayo cuando es necesario.

15. *Gimnasio*. Se utiliza el término gimnasio para designar a aquellos espacios especialmente creados para que se realicen en ellos diversos tipos de actividad física. Hoy en día, la palabra gimnasio es más que nada utilizada para clubes o centros de deporte de tipo privado en los cuales es necesario pagar un abono para acceder a los diferentes lugares de ejercitación. Al mismo tiempo, mientras un gimnasio puede englobar diversas actividades, por lo general se llama así al área que cuenta con máquinas cardiovasculares y de musculación tales como pesas, mancuernas y aparatos de diferente tipo.

16. *Kinck Boxing*. Es un deporte de contacto de origen japonés en el cual se mezclan las técnicas de lucha o combate del boxeo con las de algunas artes marciales como el karate y el boxeo tailandés. Estando así relacionado con el antiguo arte del Muay Thai, pero los golpes con el codo y rodilla generalmente no son permitidos, es así similar al boxeo tailandés moderno o Thai boxing. Actualmente es el sistema preferido para el desarrollo de la lucha en pie, usado en las artes marciales mixtas combinadas o MMA / AMM.

17. *Futbol Americano*. Es un deporte de conjunto conocido por mezclar complejas estrategias y un juego físico muy intenso. Nació hace más de cien años en Estados Unidos como una evolución del rugby inglés.

18. *Futbol Bardas*. El Showbol, conocido también como Futbito, Fútbol Indoor o Fútbol 5, es un deporte que entremezcla el fútbol tradicional y el fútbol sala.

Tiene la característica que el balón está en constante movimiento ya que el campo de juego está delimitado por una pared; debido a ello también se le conoce como fútbol rápido. Los partidos se disputan en escenarios bajo techo, se juegan dos tiempos de 30 minutos cada uno, con una pausa de 15. La superficie del terreno de juego es de césped sintético y el mismo es cercado, impide por tal motivo que el balón salga por los laterales, como así también al costado de los arcos.

19. Entrenamiento Funcional. Término genérico para nombrar formas de acondicionamiento alternativas al gimnasio convencional. Se basa en movimientos multi-articulares o compuestos, en contraposición a los ejercicios que “localizan” un determinado grupo muscular. El extremo más ligero del funcionalismo se vale de herramientas como las bandas elásticas y los Swiss Balls o Stability Balls (Balón elastómero suave y resistente de gran diámetro (35-85 cm) relleno de aire). En el otro extremo están propuestas como CrossFit, o, también, entrenamientos inspirados en pruebas del Strongman (exhibiciones de fuerza).

20. Voleibol de Playa. El voleibol, vóleibol, balonvolea o vóley playa o playero es una variante del voleibol que se juega sobre arena, generalmente en la playa, aunque son muy populares los torneos en localidades del interior con campos artificiales. Es una disciplina olímpica desde los Juegos Olímpicos de Atlanta 1996

Las diferencias con el voleibol de pista, aparte de la superficie de juego, y de que se practique al aire libre, es el número de componentes del equipo. El

reglamento¹ que se aplica en competiciones oficiales establece equipos de dos jugadores sin opción a ningún cambio, pero su gran popularidad hace que el Voleibol de playa se juegue de manera informal en cualquier parte. Es muy habitual en los torneos populares establecer equipos de cuatro jugadores.

21. *Voleibol de Sala*. El voleibol, vóleibol, vólibol, volibol, balonvolea o simplemente vóley (del inglés: volleyball), es un deporte donde dos equipos se enfrentan sobre un terreno de juego liso separados por una red central, tratando de pasar el balón por encima de la red hacia el suelo del campo contrario. El balón puede ser tocado o impulsado con golpes limpios, pero no puede ser parado, sujetado, retenido o acompañado. Cada equipo dispone de un número limitado de toques para devolver el balón hacia el campo contrario. Habitualmente el balón se golpea con manos y brazos, pero también con cualquier otra parte del cuerpo. Una de las características más peculiares del voleibol es que los jugadores tienen que ir rotando sus posiciones a medida que van consiguiendo puntos.

22. *Spining*. El spinning es un ejercicio aeróbico y de piernas principalmente, donde el monitor o profesor puede mediante el cambio de la frecuencia de pedaleo y de la resistencia al movimiento, realizar todo tipo de intensidades. Es una gimnasia muy adaptable al nivel del alumno, pudiendo ser tan sencillas como un paseo tranquilo o agotador hasta para un ciclista profesional.

23. *Natación*. La natación es el movimiento y el desplazamiento a través del agua mediante el uso de las extremidades corporales y por lo general sin utilizar ningún instrumento artificial o apoyo para nadar.

Sus usos principales son el buceo, la pesca submarina, el salvamento acuático, la actividad lúdica, el ejercicio y el deporte.

24. *Lucha Libre*. La lucha libre olímpica, lucha libre deportiva o simplemente lucha libre es un deporte en el cual cada participante intenta derrotar a su rival sin el uso de golpes. El objetivo consiste en ganar el combate haciendo caer al oponente al suelo y manteniendo ambos hombros del rival fijos sobre el tapiz, el tiempo suficiente para que el árbitro se cerciore de esto, o ganando por puntuación mediante la valoración de las técnicas y acciones conseguidas sobre el adversario.

La lucha libre mexicana es la versión de la lucha libre profesional que se practica en México, caracterizada por su estilo de llaveo a ras de lona y aéreo. Se evoca el término "mexicana" por las diferencias en la técnica luchística, acrobacias, reglas y folklore propio del país que le da una característica de autenticidad con respecto hacia la lucha de otros países. De ella surgen personajes míticos de la cultura popular, como El Santo, Blue Demon y Mil Máscaras.

25. *Kung Fú*. Es un término que se usa en occidente para referirse a las artes marciales de china o boxeo chino. El kung-fu es una técnica de lucha que se usa para defenderse y atacar al oponente. El significado del término es "técnica o habilidad", por lo que en el idioma chino se utiliza para las más variopintas actividades y no sólo para las artes marciales. El término utilizado en China para los estilos de lucha es wushu, en Taiwán se conoce como *kuoshu* (guoshu).

Originalmente el término *kung-fu* se define como una habilidad adquirida a través del tiempo, con constancia, disciplina y esfuerzo. Por este motivo no es exclusivo de las artes marciales, sino de cualquier actividad que se realice procurando hacerla de la mejor manera posible. Sin embargo, se asoció con las artes marciales chinas por los primeros contactos que tuvo con los occidentales, quienes lo tradujeron como 'trabajo continuo' o 'esfuerzo meritorio'.

26. *Tae Kwon Do*. Es un arte marcial transformado en deporte olímpico de combate desde el año 1988, cuando fue introducido como deporte de demostración en los Juegos Olímpicos realizados en la ciudad de Seúl en Corea del Sur, pasando a ser deporte olímpico en los Juegos Olímpicos de Sidney en el año 2000. El taekwondo se destaca por la variedad y espectacularidad de sus técnicas de patadas y, actualmente, es uno de los deportes de combate más conocidos. El taekwondo se basa fundamentalmente en artes marciales mucho más antiguas como el *taekkyon* coreano en la forma y realización de los golpes con el pie, y en el karate-do japonés (estilos Shūdōkan y shotokan), de donde obtiene los golpes con el puño, varios de los golpes a mano abierta, la planimetría (o división por zonas del cuerpo humano por zonas: alta- media- baja), los bloqueos, las posiciones, el sistema de grados por cinturones, su primer uniforme, y sus primeras formas conocidas como "palgwe", en la WTF (World Taekwondo Federation) y las formas "Hyong" en la ITF (International Taekwondo Federation).

Las cintas y significados de ellas son:

- Blanca: Pureza
- Amarilla: La tierra y la semilla que germinará con el tiempo
- Verde: La planta que pronto crecerá
- Azul: El árbol verde que quiere alcanzar el azul del cielo
- Roja: El árbol que comienza a florecer
- Negra: La perfección

27. *Muay Thai*. El muay thai conocido también como boxeo tailandés, es un arte marcial tailandés, el cual se desarrolla de pie por medio de técnicas combinadas de piernas y brazos. Muy similar a otros sistemas de boxeo Indochino, como el Prodal de Camboya, Tomoy de Malasia, Lethwei de Birmania y el Muay Lao de Laos.

Hoy en día el *muay thai* se ha convertido en un símbolo nacional de la historia y la identidad del Reino de Tailandia. Sus raíces están en el Muay Boran, variante tradicional y arte marcial (que incluye figuras, técnica a mano abierta, luxaciones, lanzamientos y derribos). En la actualidad esta disciplina complementa al muay thai, junto con el boxeo occidental.

En la actualidad el muay thai suele ser considerado como un deporte extremo, lo cual favorece la realización de apuestas, y por lo tanto un deporte que se considera ilegal en varios países, como en algunos estados de Estados Unidos.

28. *Zumba*. Es una disciplina fitness creado por el colombiano Alberto "Beto" Pérez", enfocado por una parte a mantener un cuerpo saludable y por otra a desarrollar, fortalecer y dar flexibilidad al cuerpo mediante movimientos de

baile combinados con una serie de rutinas aeróbicas. La zumba utiliza dentro de sus rutinas los principales ritmos latinoamericanos, como lo son la salsa, el merengue, la cumbia, el reggaetón y la samba. En cada sesión de Zumba, se pueden llegar a quemar 1500 calorías.

La zumba se puede practicar a cualquier edad y en cualquier momento, ya que existe, Zumba *Kids*, Zumba *gold*, Zumba *Basic*, Zumba *step*, Zumba *Toning*, Agua Zumba, Zumba sentao, entre otros.

29. *Yoga*. El yoga (del sánscrito yoga 'unión') se refiere a una tradicional disciplina física y mental que se originó en la India. La palabra se asocia con prácticas de meditación en el hinduismo, el budismo y el jainismo. Según sus practicantes, el yoga otorga como resultado:

30. *Pilates*. El método Pilates, o simplemente Pilates, es un sistema de entrenamiento físico y mental creado a principios del siglo XX por Joseph Hubertus Pilates, quien lo ideó basándose en su conocimiento de distintas especialidades como gimnasia, traumatología y yoga, uniendo el dinamismo y la fuerza muscular con el control mental, la respiración y la relajación.

En sus principios fue llamado Contrología (Contrology), por el propio Pilates, debido a que recalca el uso de la mente para controlar el cuerpo, pero buscando el equilibrio y la unidad entre ambos. El método se centra en el desarrollo de los músculos internos para mantener el equilibrio corporal y dar estabilidad y firmeza a la columna vertebral, por lo que es muy usado como terapia en rehabilitación¹ y para, por ejemplo, prevenir y curar el dolor de

espalda. Se practica en todo el mundo y debe su popularidad cada vez mayor a que es practicado por personajes famosos del mundo de la música, el cine, la danza o el deporte.

31. *Tenis de Mesa*. El tenis de mesa (también conocido popularmente como ping-pong o pimpón) es un deporte de raqueta que se disputa entre dos jugadores o dos parejas (dobles). Es un deporte olímpico desde Seúl 1988, y el deporte con mayor número de practicantes, con 40 millones de jugadores compitiendo en todo el mundo.

La regulación a nivel mundial de este deporte corre a cargo de la Federación Internacional de Tenis de Mesa (ITTF, por sus siglas en inglés), que agrupa a más de 200 organizaciones nacionales y 33 millones de federados a todos los niveles de competición, desde torneos de clubs hasta los campeonatos del mundo, que se celebran anualmente desde 1926 y bianualmente desde 1957, o el World Tour, un conjunto de torneos organizados por la ITTF que se celebran en todos los continentes y que reúne a los profesionales del más alto nivel.

32. *Tenis*. El tenis es un deporte de raqueta que se practica sobre una cancha rectangular (compuesta por distintas superficies las cuales pueden ser cemento, tierra, o césped), delimitada por líneas y dividida por una red. Se disputa entre dos jugadores (individuales) o entre dos parejas (dobles). El objetivo del juego es lanzar una pelota golpeándola con la raqueta de modo que bote dentro del campo del rival procurando que éste no pueda devolverla.

33. **Softbol:** El sóftbol o sófbol (también conocido como bola suave¹ o por su nombre en inglés, softball) es un deporte de equipo en el que una pelota es golpeada con un bate, muy similar al béisbol. El organismo rector de este deporte es la Federación Internacional de Sóftbol, la cual celebra un campeonato mundial cada año en varias categorías.

34. **Flag Football:** *Flag Football* (También conocido en México como Tocho Bandera o "Tochito") es una modalidad de fútbol americano, canadiense o Rugby que se juega sin placajes. En vez de tirar al suelo al jugador contrario para detener una jugada (down) el equipo defensor debe retirar uno de los dos banderines (flags) que cuelgan de un cinturón usado por quien lleva el balón.¹ Debido al poco contacto físico entre los jugadores, las lesiones son escasas y no es necesario usar indumentaria protectora, lo que abarata su práctica¹.

4.1.6 Infraestructura

Actualmente el CEFODE, es un espacio que permite a quienes asisten estar en condiciones favorables, en virtud que en los últimos años se ha acondicionado en su gran mayoría en lo que respecta a la infraestructura, lo que ha permitido ofrecer un mejor servicio a estudiantes y al público en general. Ha mejorado la atención y

¹ La inscripción a los talleres deportivos es de forma semestral y tiene un costo:

- Alumnos inscritos en el semestre en curso: \$120.00 (ciento veinte pesos M/N).
- Público en General: \$ 557.00 (quinientos cincuenta y siete pesos M/N).
- Docentes, administrativos e hijos de la UJAT, sin costo siempre y cuando presenten la credencial de Servicios Médicos.
- Estos costos se encuentran avalados por el H. Consejo Universitario que es el máximo órgano de decisión de la vida universitaria de la UJAT.

la afluencia ha incrementado por parte de la sociedad civil. Además de impartirse talleres deportivos, ha dado la oportunidad de ser sede de diversos eventos, como, por ejemplo:

Copa Choda y Mabuni de Karate Do, Copa Nacional Moo Duk Kwan, Tae Kwon Do, Copa Revolución de Tenis de Mesa, Cursos de Inducción, Cursos de Veranos en coordinación con el SPIUJAT, Exhibiciones y Clínicas con personalidades y exjugadores de la NBA (National Basketball Association), Torneo de Softbol que organiza el SPIUJAT, Rally Deportivo, Liga Universitaria de Flag Football, entre otros.

4.2 Dimensión de la práctica deportiva en los alumnos

En este apartado se describen los resultados obtenidos de la aplicación del cuestionario y se hace un análisis de los comentarios vertidos por la figura responsable del CEFODE.

Para fines prácticos, organizamos los resultados de nuestra encuesta por categorías, esto permitirá que se obtenga un mejor panorama de lo planteado.

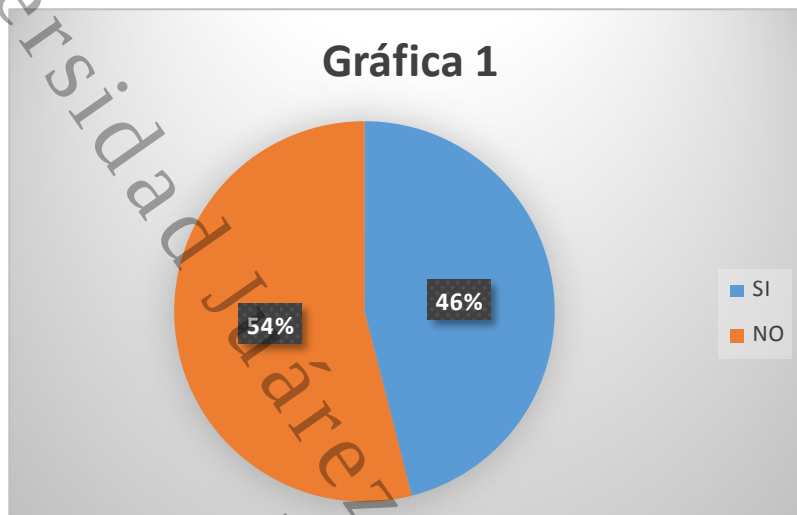
4.2.1 Categoría 1: Referencia institucional

1.- *¿Conoces los talleres deportivos que ofrece el Centro de Fomento al Deporte de la UJAT?*

Ilustración 1		
Opciones	Cantidad	%
a) Sí	58	46%

b) No	67	54%
Total	125	100%

Ilustración 1



Gráfica 1

En relación a esta pregunta, el 54% de los alumnos encuestados externó que carece de conocimiento respecto a la oferta de talleres deportivos del Centro de Fomento al Deporte, sin embargo, el 46% manifestó conocer cuáles son los talleres en los que pueden inscribirse durante su estancia en la universidad. Por lo tanto, puede inferirse que de alguna u otra manera los estudiantes de la Licenciatura en Ciencias de la Educación se encuentran informados de la diversidad de talleres deportivos que se imparten en esta Casa de Estudios.

2.- Desde tu punto de vista como estudiante universitario, la difusión que realiza el Centro de Fomento al Deporte para ingresar a un taller deportivo, es:

Ilustración 2		
Opciones	Cantidad	%

a) Excelente	12	10%
b) Buena	39	31%
c) Regular	21	17%
d) Deficiente	53	42%
Total	125	100%

Ilustración 2



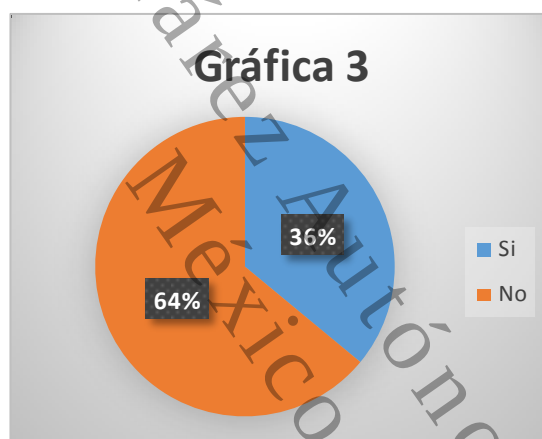
Gráfica 2

Sin duda, la difusión de los talleres deportivos que la UJAT ofrece a la sociedad a través del Centro de Fomento al Deporte es muy importante, por ello, al preguntarle al estudiante sobre este tópico, refiere en un 42% que es deficiente, es decir, que se carece de estrategias efectivas para dar a conocer los distintos deportes que se promueven en este Centro; aunado a un 31% de estudiantes quienes consideran que la difusión de los talleres deportivos es buena. Por lo cual, puede establecerse un foco rojo en cuanto a las acciones que se están implementando para promocionar los diversos deportes que se practican en virtud que no están siendo del todo efectivas.

4.- ¿Estás informado acerca de cuántos y cuáles talleres deportivos se ofertan en el Centro de Sinapismo al Deporte de la UJAT?

Ilustración 3		
Opciones	Cantidad	%
a) Si	45	36 %
b) No	80	64 %
Total	125	100%

Ilustración 3



Gráfica 3

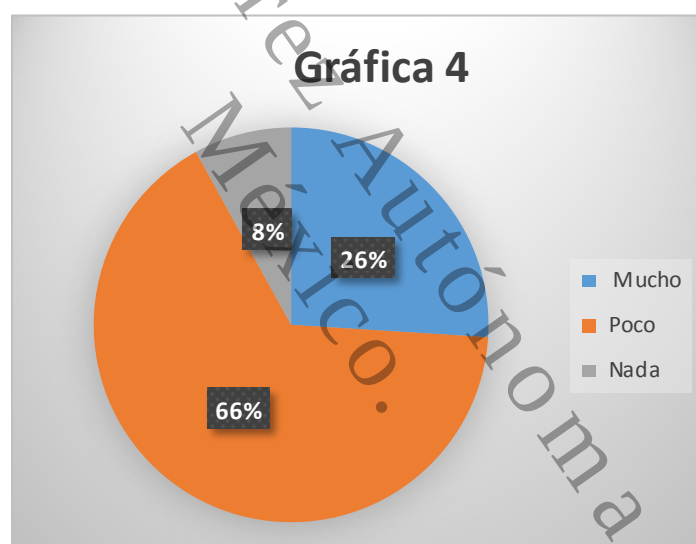
Los resultados obtenidos en esta pregunta, enfatizan el desconocimiento que tienen los estudiantes respecto a cuántos talleres deportivos se imparten en el Centro de Fomento al Deporte, así el 64% de los estudiantes externó no saber este dato y tan sólo el 36% indicó estar informado al respecto. Por lo tanto, puede inferirse que en el aspecto de promoción de los talleres deportivos se requiere mayor presencia de estrategias para lograr el efecto esperado.

4.2.2 Categoría 2: Significación de Cultura deportiva

3.- ¿Qué tan importante es para ti como estudiante universitario, participar o cursar algún taller deportivo en el Centro de Fomento al Deporte de la UJAT?

Ilustración 4		
Opciones	Cantidad	%
a) Mucho	33	26 %
b) Poco	82	66 %
c) Nada	10	8 %
Total	125	100%

Ilustración 4



Gráfica 4

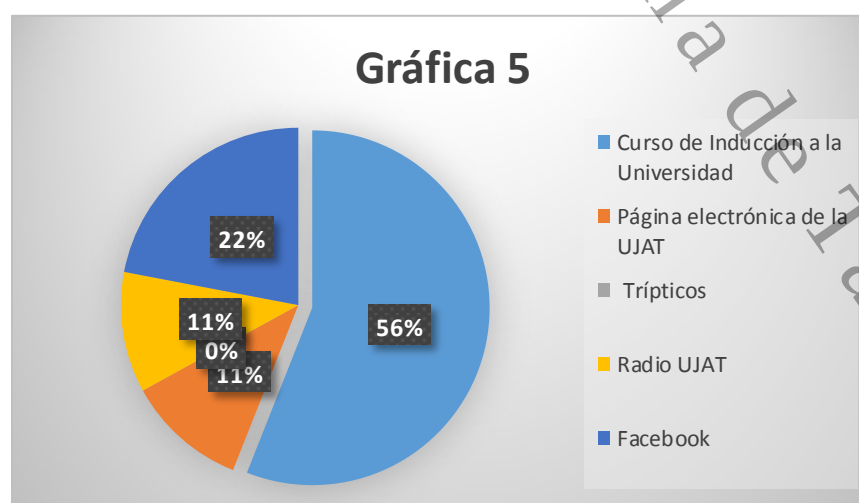
Los estudiantes de la Licenciatura en Ciencias de la Educación consideran en un 66%, poco importante participar en algunos de los talleres deportivos que se imparten en el Centro de Fomento al Deporte, es decir, para ellos carece de importancia practicar alguno de los deportes ofertados en este centro; esta idea se ve reforzada en un 10% quienes afirman que no es nada importante involucrarse

en actividades deportivas; tan sólo el 26% de los universitarios encuestados consideró que sería de mucha importancia asistir al CFD para participar en los talleres deportivos.

5.- ¿Cuáles son los medios por los que te has informado de los talleres deportivos que se ofertan en el Centro de Fomento al Deporte de la UJAT?

Ilustración 5		
Opciones	Cantidad	%
a) Curso de Inducción a la Universidad	25	56 %
b) Página electrónica de la UJAT	5	11 %
c) Trípticos	0	0 %
d) Radio UJAT	5	11 %
e) Facebook	10	22 %
Total	45	100%

Ilustración 5



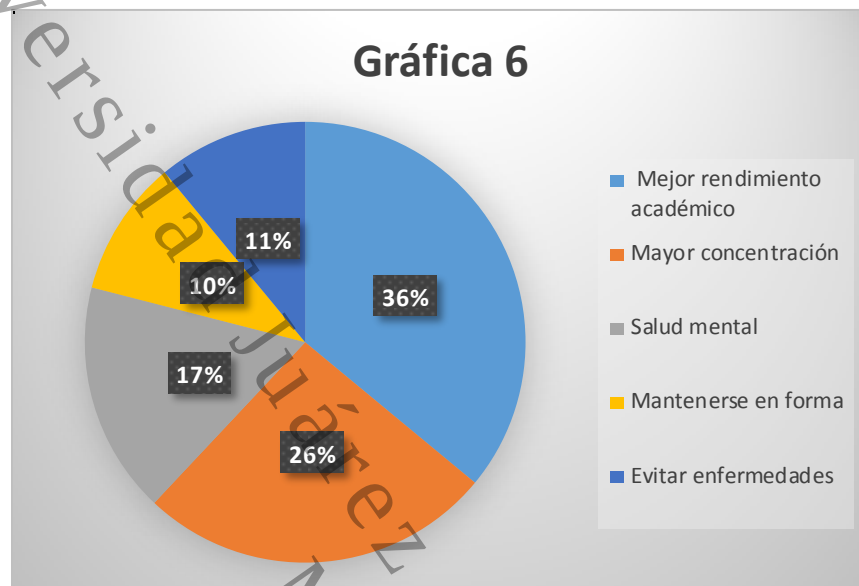
Gráfica 5

Los datos que muestra la gráfica, hacen énfasis en los medios por los cuales el estudiante universitario se ha informado de la oferta de talleres deportivos existente en el Centro de Fomento al Deporte. De esta manera, el Curso de Inducción a la Universidad es el medio con mayor porcentaje (56%) por el cual los estudiantes se informan de la oferta de talleres deportivos, seguido de las redes sociales como el Facebook (con un 22%) y en igual porcentaje (11%) la página electrónica y la radio de la UJAT. Como puede observarse, siguen siendo aún tradicionales los mecanismos de difusión de los talleres deportivos que se imparten en la universidad.

4.2.3 Categoría 3: Valoración de la formación deportiva

6.- Desde tu perspectiva como universitario, ¿Cuáles son las ventajas de realizar deporte durante el trayecto de formación profesional?

Ilustración 6		
Opciones	Cantidad	%
a) Mejor rendimiento académico	45	36 %
b) Mayor concentración	33	26 %
c) Salud mental	21	17 %
d) Mantenerse en forma	12	10 %
e) Evitar enfermedades	14	11 %
Total	125	100%



Gráfica 6

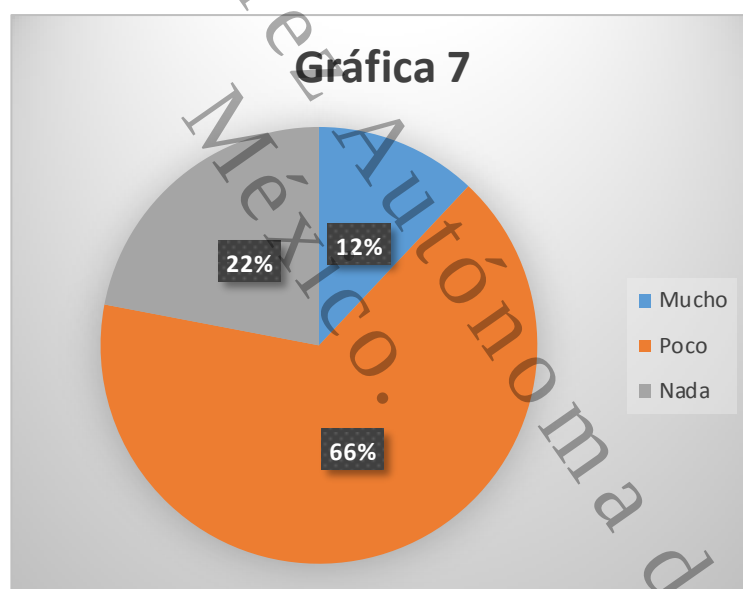
Respecto a los beneficios de practicar alguna actividad deportiva en el Centro de Fomento al Deporte de esta universidad, el 36% de los alumnos encuestados manifestó que el deporte les facilita un mejor rendimiento en clases; un 26% consideró tener mayor concentración. De igual manera, un 17 % de los universitarios externó que les proporciona una mejor salud mental; asimismo, el 14% está cierto que les evita enfermarse y un importante 12% opina que practicar deporte les da la oportunidad de mantenerse en forma.

7.- *¿Qué tanto promueven los profesores la participación de los estudiantes en los talleres deportivos que ofrece el Centro de Fomento al Deporte de la UJAT?*

Ilustración 7

Opciones	Cantidad	%
a) Mucho	15	12 %
b) Poco	83	66 %
c) Nada	27	22 %
Total	125	100%

Ilustración 7



Gráfica 7

En relación al papel de los profesores como promotores de los talleres deportivos entre sus estudiantes, el 83% de los encuestados coincidió en que pocas veces los académicos promueven que practiquen deporte, toda vez que se limitan a dar sus clases y cumplir con el horario indicado; un 22% está de acuerdo en que

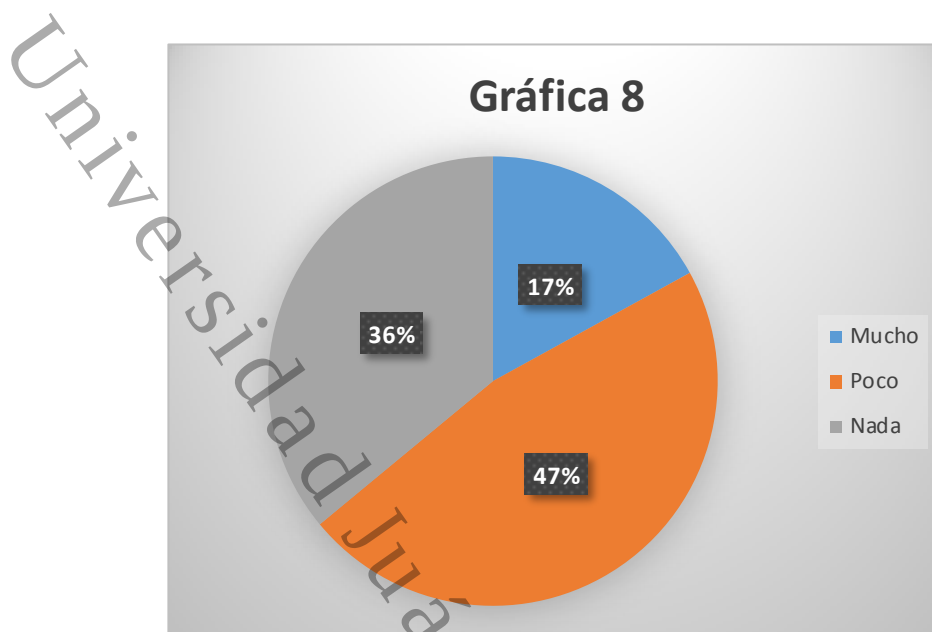
desde la docencia en nada se promueve la participación de los universitarios en actividades deportivas y, tan sólo un 15% de los alumnos externó que desde el aula en mucho se promueve el deporte.

4.2.4 Categoría 4: Sujeto y práctica deportiva

8.- *¿Qué tan motivado estás para participar en alguno de los talleres deportivos que se ofertan en el Centro de Fomento al Deporte de la UJAT?*

Ilustración 8		
Opciones	Cantidad	%
a) Mucho	21	17 %
b) Poco	59	47 %
c) Nada	45	36 %
Total	125	100%

Ilustración 8



Gráfica 8

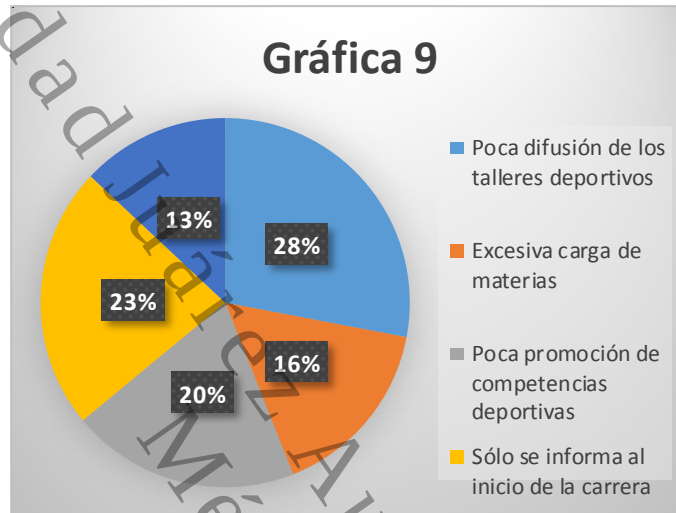
Respecto al nivel de motivación de los estudiantes de la Licenciatura en Ciencias de la Educación por participar en los talleres deportivos que se ofrecen en el Centro de Fomento al Deporte, los resultados obtenidos de la aplicación del cuestionario reflejan en un 47% que están poco motivados y es alarmante aún esta actitud porque también un 36% de los encuestados no está motivado hacia el deporte y tan sólo un 21% de los estudiantes coincide estar motivados por participar en actividades relacionadas con el deporte.

9.- *¿Cuáles son los factores que te han impedido participar o cursar algún taller deportivo en el Centro de Fomento al Deporte?*

Ilustración 9			
Opciones		Cantidad	%
a) Poca difusión de los talleres deportivos		35	28 %
b) Excesiva carga de materias		20	16 %
c) Poca promoción de competencias		25	20 %

deportivas		
d) Sólo se informa al inicio de la carrera	29	23 %
e) Carga laboral	16	13 %
Total	125	100%

Ilustración 9



Gráfica 9

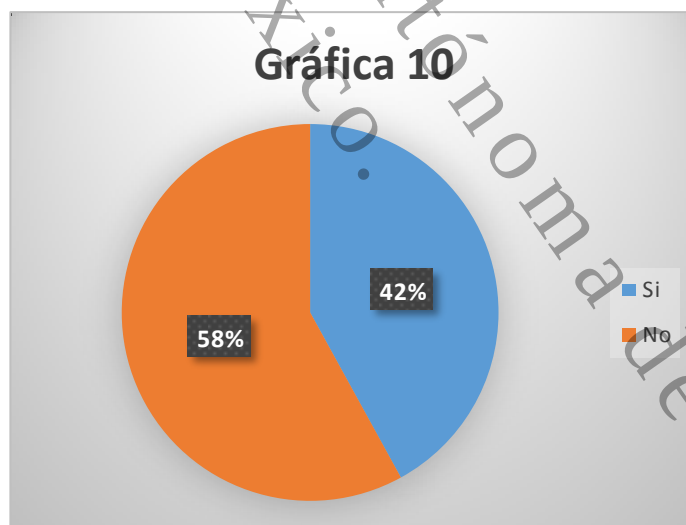
El gráfico muestra que uno de los principales factores que limitan a los estudiantes para su participación en los talleres deportivos es la poca difusión de estas actividades en la comunidad universitaria, esto en un 28%; de igual manera expresaron en un 23% que lamentablemente esta información sólo es respecto; así también, en un 20% manifiestan que existe poca promoción de las proporcionada al inicio de la carrera profesional y de ahí no reciben promoción al competencias deportivas en las que pueden participar como estudiantes de licenciatura; en un 16% las cargas de asignaturas es un factor que les impide

participar en actividades deportivas y en un 13% es atribuido a la carga laboral, ya que los estudiantes, en algunos de los casos combinan estudio y trabajo.

10.- ¿Consideras que los talleres deportivos que ofrece el Centro de Fomento al Deporte, contribuyen en la formación integral del estudiante universitario?

Ilustración 10		
Opciones	Cantidad	%
a) Sí	52	42 %
b) No	73	58 %
Total	125	100%

Ilustración 10



Gráfica 10

Desde la perspectiva del estudiante de la Licenciatura en Ciencias de la Educación, los talleres deportivos en un 58% no contribuyen en su formación integral, ya que algunos de los estudiantes en su opinión determinan que los talleres deportivos son puestos en práctica escasamente ya que en su mayoría son de municipio, y el deporte debe practicarse diario, además hay quienes trabajan y estudian y el tiempo se limita a las tareas y ocupaciones personales, por lo tanto, no se refleja el beneficio que se obtiene de participar en los talleres deportivos, aunado a la deficiente cultura deportiva de los estudiantes. Por otra parte, un 42% de los encuestados externó que los talleres deportivos sí contribuyen en su formación profesional, toda vez que les permite estar más activos en clases y, en consecuencia, su rendimiento académico es mejor.

4.3 De lo político a la práctica deportiva institucional

Para el Gobierno de la República, la práctica de la actividad física y el deporte es una prioridad fundamental para construir una nación de ciudadanos íntegros y sanos, tomando en cuenta que incorporar el hábito de la activación física sistemática, mejorar la capacidad funcional y la calidad de vida. Promover el sentido de pertenencia y el orgullo por los logros de los deportistas y definen la ruta por la que habrá de transitar la política pública con respecto al deporte.

El interés de la república, llevo a desarrollar del Programa Nacional de Cultura Física y Deporte 2014-2018, este se sustenta en un análisis minucioso de la situación actual del sistema deportivo mexicano, desde diez perspectivas diferentes:

- Deporte escolar
- Deporte de rendimiento
- Deporte de alto rendimiento
- Deporte y discapacidad
- Deporte y transversalidad
- Deporte y normatividad
- Deporte social
- Deporte profesional
- Infraestructura del deporte
- Capacitación en el deporte.

Esta investigación permitió identificar las fortalezas y debilidades del sistema deportivo mexicano, elementos estratégicos para proyectar el deporte en el país.

Dentro de las problemáticas identificadas y en relación a nuestro tema destacan las siguientes:

- *Obsoleta Legislación Estatal en Materia Deportiva.*
 - ✓ Ninguna Legislación Estatal de Cultura Física y Deporte ha sido alineada con la Ley General de Cultura Física y Deporte vigente.
 - ✓ Si bien es cierto que la UJAT, ha establecido una serie de mecanismos y de estrategias para crear conciencia de la importancia de la práctica deportiva, es necesario adecuar los reglamentos internos de esta institución en correlación al programa de cultura física y deportiva 2014-2018, de manera

más amplia a fin de reestructurar y revalorizar el papel del deporte dentro de la Universidad Juárez Autónoma de Tabasco (UJAT).

- *Falta de una política de transversalidad en la acción gubernamental en materia deportiva.*

- ✓ Como ocurre en muchos países, la acción gubernamental en relación al deporte no es exclusiva del órgano rector del deporte; por su carácter transversal, muchas entidades gubernamentales desarrollan acciones y programas con objetivos diferentes, pero con el deporte como "instrumento" de esa política. Así, las Secretarías de Educación Pública (SEP), de Gobernación (SEGOB), de Desarrollo Social (SEDESOL), el Instituto de Seguridad y Servicios Sociales de los Trabajadores del Estado (ISSSTE) o el Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS), implementan acciones deportivas que, aun siendo conocidas por la CONADE, no tienen los mecanismos de coordinación necesaria para su óptima eficacia; evidencia de ello son los distintos Programas de Activación Física (CONADE Ponte al 100, IMSS Chécate, Mídete, Muévete,) los cuales no se aplican de manera conjunta.
- ✓ En la Universidad Juárez Autónoma de Tabasco, muchas de las actividades y eventos deportivos se realizan de manera descoordinada con otras instituciones por lo cual la promoción de las actividades deportivas se desarrollan de manera aislada al resto de la población, esta coordinación con otras instituciones permitiría desollar una cultura deportiva más

amplia al proponer un sistema de integración donde los mismos estudiantes de la universidad visualicen los alcances y la importancia del mismo.

- *Bajo nivel de actividad física en niños, jóvenes y adultos.*
 - ✓ La transformación del estilo de vida en años recientes ha generado distintas problemáticas para el sector salud. De acuerdo con la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2012(5), se detectó que niños, jóvenes, adultos y personas de la tercera edad no realizan actividades físicas debido a que la tecnología se ha convertido en un atractivo que deja de lado el ejercicio y la actividad recreativa ya que se concentran en los videojuegos, televisión e internet. Un ejemplo es el grupo de 10 a 14 años de edad, pues se estima que el 58.6% no realizado alguna actividad física.
 - ✓ En correlación a los niveles de participación en el CEFODE, podemos determinar que las actividades deportivas no son una prioridad para los estudiantes de la DAEA UJAT, las diferentes actividades en las que se ven inmersos los estudiantes dificultan la integración a los talleres, para este caso es necesario que el CEFODE, tenga a consideración replantear los días y los horarios de los talleres o alguno de ellos a fin de captar la atención de los estudiantes y ajustarse a sus tiempos.

Después de haber analizado detenidamente cada una de las respuestas que los estudiantes de la DAEA tuvieron a bien externar en el cuestionario, y revisando los fundamentos teóricos aquí descritos, se han podido realizar las siguientes consideraciones:

Desde la perspectiva del alumno, las actividades deportivas que se ofrecen en el Centro de Fomento al Deporte no son consideradas de vital importancia, en virtud que el alumno universitario ha cambiado de estilo de vida, es decir, la mayoría de los estudiantes encuestados, en pláticas informales durante la aplicación del cuestionario, manifestaron provenir de municipio, algunos otros aparte de estudiar tienen la necesidad de trabajar en espacio informales para poder sustentar sus estudios de licenciatura y gastos personales; de igual manera, restan importancia a las actividades deportivas debido a que cursan entre 5 a 10 materias en el semestre, lo que ocasiona que la mayor parte del día estén en la universidad haciendo tareas o investigando, ya que en muchas ocasiones las actividades indicadas por los profesores se juntan y es poco el tiempo que tienen para otras actividades como el deporte, de allí el desinterés por incursionar en el deporte.

En lo que respecta a los principales motivos por los cuales los estudiantes de la DAEA no participan en los talleres deportivos destaca principalmente la escasa difusión de las actividades que se realizan en este centro. Los resultados de la aplicación del cuestionario reflejan que deben fortalecerse las acciones para difundir los eventos deportivos, y es muy importante que se considere la participación de los profesores y administrativos en esta promoción, ya que es tarea de todos quienes conforman a la Máxima Casa de Estudios de los Tabasqueños. Se requiere de una comunidad informada de todo lo que se gesta en el CEFODE, creando campañas y ferias deportivas permanentes en cada una de las Divisiones Académicas; sin duda, el deporte es salud, y aunque no todos los alumnos tienen la habilidad para practicar alguna actividad relacionada con

esta disciplina, por lo menos deben estar informados que en la UJAT hay un espacio al que pueden asistir.

Universidad Juárez Autónoma de Tabasco.
México.

Universidad Juárez Autónoma de Tabasco.
México.

CONCLUSIONES

Es evidente que la edificación de una cultura deportiva no es un asunto que pueda fácilmente ser asumido en las instituciones educativas; más aún cuando en el mismo país y estado, el fomento y la educación deportiva no tienen una raíz sólida. El estudiante universitario no tiene apropiado el valor de la actividad física como un *constructor* de su formación integral, necesaria para la vida social y profesional. Samuel Martínez le da relevancia a su práctica cuando dice que “cultura deportiva es un proceso cotidiano que: “No importa la nación en la que hoy se viva, la raza, el género, la clase social o el grupo étnico al que hoy se pertenezca; tampoco importa el idioma que se hable, ni la religión que se practique, la ideología política que se defienda o el estilo de vida que se lleve: el deporte (en cualquiera de sus múltiples dimensiones, facetas y rostros) etnográficamente está aquí, ahí... está entre nosotros y todos los otros del planeta” (Martínez 1998)

Su importancia unifica criterios institucionales que determinan el valor que adquiere el deporte dentro de los procesos formativos. Los intentos de la universidad por inculcar y fortalecer estos procesos han supuesto un tránsito lento, pero con la intención clara de formar una cultura que le de identidad a los estudiantes de esta casa de estudio. El reto para integrar disciplinas deportivas tradicionales y novedosas y sus consideraciones en los proyectos rectorales convierten esta cultura en un interés significativo para las instancias universitarias, valores que no ha logrado penetrar en los estratos universitarios estudiantiles.

Ha quedado claro en el planteamiento que el complejo entramado de la cultura deportiva no es un proceso inmediato, por el contrario, demanda una formación

nuclear que implica a otros sectores como la familia y las escuelas de nivel básico y media superior. Esto no significa que la universidad no cumpla con su papel de llevar la actividad física como un proceso integral de la educación, los resultados, sin embargo, han marcado una lejanía entre los objetivos institucionales y las acciones que los estudiantes realizan con respecto al deporte. Los gráficos ilustran las tareas que se han asumido por difundirlo y desarrollarlo no ha sido suficiente para provocar el interés del estudiante.

El interés y los aportes que la universidad ha sostenido para conducir a sus estudiantes solo han sido señalados por los universitarios como una información sin relevancia, solo conocida a través de los cursos de inducción, esto debido a que la difusión de los talleres deportivos es escasa, ya que no muy relevante, siendo este esencial para que los alumnos conozcan los talleres y la facilidad que ellos tienen para poder incorporarse a una actividad deportiva.

La divulgación que los maestros o tutores le den a los talleres deportivos debe ser muy clara y precisa y sobre todo motivadora, para que los alumnos puedan sentir ánimo de poder llevarlos, sin embargo poco se realiza.

Tal vez una desventaja que tienen los alumnos para poder llevar un taller deportivo es la inscripción que ellos realizan cada semestre; esto debido a que algunos no pueden hacerlo en un solo turno y se ven forzados a llevarlo en un turno mixto, lo cual les impide poder inscribirse en un taller deportivo, aunque tendrán horas libres ellos la aprovechan para hacer tareas o actividades que tienen que ver con sus materias, esto debido a la demanda de materias que los estudiantes realizan.

Estas acciones son reflexiones que definen un horizonte importante para la universidad en la toma de decisiones. Los resultados de este diagnóstico se tornan relevantes en la medida que se comprenda la distancia que aún se deja ver entre objetivos universitarios y la práctica deportiva de los alumnos.

Es importante señalar que la actividad deportiva, va más allá de un trazo de acondicionamiento corporal. El mismo Martínez dice que ya sea como balón, como juego o actividad recreativa, como agente socializador y alfabetizador, como espacio de prácticas asociadas al biopoder, como espectáculo en vivo, como negocio, como estética, como parte de la moda y la vestimenta, como narrativa dramático-mediática, como héroes esponsorizados que gatillan el imaginario, como fuente de orgullo nacional y configuración identitario, como estilo de vida o conjunto de valores; el deporte aparece en las conversaciones y en los cuerpos (de los que juegan y no juegan, de aquellos que lo gozan y de quienes lo sufren); está en la calle y en los medios, en las zonas urbanas y rurales, en los países de uno u otro continente (Martínez 1998).

El papel de la universidad en esta cultura abre un horizonte de trabajo, acciones, proyecto, pero sobre todo de voluntad en todos sus actores para que planteemos una ruta adecuada en la formación de las profesionistas.

Áreas de oportunidad

1.- Propuesta de difusión. Es muy importante llevar a cabo actividades para poder dar a conocer cuáles son los talleres deportivos que se ofertan, el proceso de inscripción, horario y costo de ellos; para esto se debe hacer lo siguiente:

- Carteles (estratégicamente colocados en las diferentes divisiones académicas)
- Anuncios en radio y en televisión (Coordinarse con el Centro de comunicación CECOM, ya que este es un órgano de divulgación del quehacer sustantivo de la Universidad en materia de docencia, investigación y difusión cultural, así como el canal universitario de televisión)
- Consulta sobre los talleres (Extender la plática sobre la práctica deportiva que ofrece la universidad a través del CEFODE a los alumnos de nuevo ingreso)
- Folletos (estos deberán ser colocados en lugares estratégicos, sociedad de alumnos, áreas de tutorías, dirección de las diferentes divisiones)
- Redes Sociales (Enlazar las actividades del CEFODE, con las redes que promocionan las actividades deportivas y procurar contenidos dinámicos y entretenidos)
- Crear la semana del deporte en todas las divisiones académicas de la UJAT, (Coordinada con el CEFODE y las diferentes áreas de la universidad una semana del deporte en la que no solo se promocionen la actividad deportiva si no que se realicen torneos interdivisionales con la participación de administrativos, docentes y alumnos)

2.-Talleres deportivos del CEFODE. La universidad propone para la conclusión de los estudios de nivel licenciatura que los alumnos presenten una constancia deportiva, sin embargo, estas constancias, según el reglamento, se expiden con meses de estar llevando algún taller deportivo, por lo cual es común ver a

estudiantes presentarse en los talleres solo para cumplir el requisito, sin darse la opción a llegar a disfrutar dicha práctica y por ende de los beneficios, sociales, físicos y educativos que conlleva la práctica deportiva. Por lo cual modificar la reglamentación en cuanto a la duración de los talleres deportivos es un punto relevante, ya que contribuyen a la formación integral del estudiante, constituyendo valores trascendentales y que son aplicables incluso a la vida laboral por mencionar solo algunos, como lo son:

- Trabajo en equipo
- Tolerancia
- Máximo esfuerzo
- Prevención del declive de la capacidad cognitiva
- Mejora de la plasticidad (capacidad del cerebro de crear nuevas sinapsis)
- Mejoras en la capacidad y velocidad de procesamiento de la información.
- Control de los niveles de cortisol (hormona del estrés), entre otros.

Estos y otros en su conjunto, convierten a la práctica deportiva en uno de los mejores aliados de la educación curricular de las divisiones académicas, por lo cual proponemos incrementar los periodos de los talleres deportivos (por lo menos un año) para la expedición de las constancias deportivas, requisito necesario para la titulación. Así se fomenta una cultura deportiva en nuestra universidad y se apoya a la educación curricular

Universidad Juárez Autónoma de Tabasco.
México.

REFERENCIAS

Aja, T. G. (2005). Historia del deporte en Europa. *Materiales para la historia del deporte*, 37-45.

Bello, A. R. (28 de 10 de 2010). *Diplomado en e-Marketing Político y TIC's*. Recuperado el 28 de 11 de 2016, de Diplomado en e-Marketing Político y TIC's: <https://emarketingpolitico.wordpress.com/2010/10/28/el-deporte-universitario-integrtador-social/>

Blázquez, A. (1993). Fundamentos de educacion física para la enseñanza en nivel primaria. Barcelona: INDE Publicaciones.

Buendía, R. V. (2001). Deporte, institución escolar y educación. *efdeportes.com*.

Cecchini, J. (1998). La Práctica Físico-Deportiva en la Universidad de Oviedo: análisis y alternativas. Oviedo, España: Universidad de Oviedo.

Corrales, A. (2010). El deporte como elemento educativo indispensable en el área de educación física. *Revista digital en educación física*, 1-14.

Crum, B. (2005). Educacion a travez del deporte: Un lema para la educacion física escolar, un callejón sin salida, una alternativa y algunas características para una Educacion Física de Calidad. *Valores del deporte en la educación: Año europeo de la educación a través del Deporte*, 179-195.

Definicion ABC. (28 de julio de recuperado 2016). www.definicionabc.com.
Obtenido de <http://www.definicionabc.com/deporte/cultura-fisica.php>

Dietz, W. H. (1998). Health Consequences of Obesity in Youth: Childhood Predictors of Adult Disease. *PEDIATRICS*, 101: 518-525.

Domínguez, J. F. (2008). La influencia de la práctica deportiva en la educación en valores y comportamientos sociales. Oviedo: Departamento de Economía. Universidad de Oviedo. .

Dunning, N. E. (1992). *Deporte y ocio en el proceso de la civilización*. Mexico: Fondo de Cultura Económica. S.A. de C.V.

Durkheim, E. (1975). *Educación y sociedad*. Barcelona: Península.

Eric Dunning, N. E. (1986). *Deporte y ocio en el proceso de civilización*. Ciudad de México: Fondo de Cultura Económica.

Explorable.com (Sep. 16, 2009). Muestreo por conveniencia. Sep. 21, 2017
Obtenido de Explorable.com: <https://explorable.com/es/muestreo-por-conveniencia>.

Fundacion este País. (Julio de 2010). El deporte en la vida de los mexicanos. Mexico.

Gutierrez, M. (2003). Manual sobre valores en la educacion fisica y el deporte. Barcelona: Paidós.

Hernandez, J. (2005). El Deporte en el currículum de educación física: justificación curricular y educación en valores. . *Valores del deporte en la educación*, 127-158.

Hernández, M. d. (2001). Educación física en el proyecto de cultura nacional posrevolucionaria: vasconcelismo y cardenismo. *Reencuentro*, 41-52.

Iñiguez, R. A. (Abril de 2003). "Análisis de la Legislación Deportiva" . San Luis Potosi, San Luis Potosi, México: Universidad Autonoma de San Luis Potosi .

ISEN. (23 de junio de 2015). *Historia de la Educación Física en México*. Recuperado el 30 de marzo de 2017, de <http://isenfisica.com.mx/blog/historia-de-la-educacion-fisica-en-mexico/>

Llorens, F. (3 de 10 de 2016). *Informes VIU*. Obtenido de <http://www.viu.es/investigacion/informes/psicologia/efectos-del-ejercicio-fisico-sobre-el-rendimiento-atencional-ante-estimulos-visuales-rendimiento-academico-y-salud-mental/>

Martínez, S (1998). Deporte, cultura y comunicación, en Razón y Palabra No. 9. México.<http://www.razonypalabra.org.mx/PRESENTACION%20DEPORTE%20CULTURA%20Y%20COMUNICACION.pdf>

Navarro, T. F. (2004). El estudiante como sujeto de rendimiento académico. *Sinética*, 23-27.

Organizacion Mundial de la Salud. (27 de 07 de 2016). *Temas de salud*. Obtenido de Actividad Fisica: http://www.who.int/topics/physical_activity/es/

Pasteur, G. A. (2011). Deporte Y nacionalismo en México durante la post-revolucion. *revista de história do Esporte* , 15-32.

Quiroga, S. (2000). Democracia, comunicacion, deporte popular y cultura. *Educacion física y deportes*, 1.

Rijo, G. (2003). Educación Física y valores: análisis de la presencia de valores en el currículo de educación física para la etapa de primaria de la Comunidad Canaria. Puerto de la Cruz:

Rivera, N. (2002). *La educación física durante el período vasconcelista*. Ciudad de México: Oficina de Investigación Educativa.

Salguero, A. R. (2010). "El deporte como elemento educativo indispensable en el área de educación física. *EmásF*, 23-36.

Sanmartín, M. G. (2004). El valor del deporte en la educación integral del ser humano. *Revista de Educación*, 105-126.

Santana, M. S. (2007). La enseñanza de las matemáticas y las ntic. Una estrategia de formación permanente. Universitat rovir i virgili.

Tomporowski, P. (2003). Effects of acute bouts of exercise on cognition. *Acta Psychologica*, 297-324.

Torres, G., & Carrasco, L. &. (2000). Investigación sobre los motivos por los que los estudiantes universitarios practican deporte. El caso de la Universidad de Granada . *Revista Motricidad* , 95-105.

Universidad Juárez Autónoma de Tabasco. (2008). Plan de Desarrollo Institucional 2008-2012. Villahermosa, Tabasco, Mexico: UJAT.

Wineck, J. (1996). *Salud, Ejercicio y Deporte*. Barcelona: Editorial Paidotribo.