



# Proyecto DITEAM12

## Equipos inclusivos para niños/as menores de 12 años

Competencia del entrenador:  
Conocer los métodos adecuados para  
motivar a los niños/as



designed by Freepik from Flaticon



Asociación  
Mi Hijo y Yo



European  
Paralympic  
Committee

PEDAGOŠKI INŠTITUT



ICSSPE

SCHOLA EMPIRICA

NEODMA  
PSICOLOGIA Y DEPORTE

# De qué vamos a hablar hoy?



- ¿Cómo motivar a los niños?
- ¿Por qué es necesaria la habilidad de motivar a los niños?
- ¿Cómo se benefician los niños, los padres y los entrenadores de los niños altamente motivados?
- ¿Cómo se puede conseguir esta competencia?

# ¿Para qué esta competencia?

Conocer los métodos adecuados para motivar a los niños

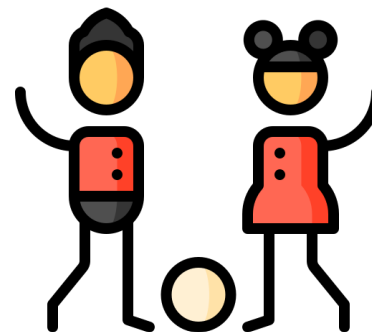


## Definición

### Motivación

...se define como la razón o razones para actuar y/o comportarse de una manera particular;

...se refiere a aquellos procesos internos que dan al comportamiento su energía, dirección y persistencia.



designed by Freepic from Flaticon

Reeve, 2018



# ¿Para qué esta competencia?

Conocer los métodos adecuados para motivar a los niños

## Antecedentes

**Motivación extrínseca:** describe un comportamiento que se manifiesta para obtener recompensas externas o para evitar un castigo por no hacerlo o por hacer otra cosa.

**Motivación intrínseca:** La motivación para hacer algo deriva del interior del individuo porque la actividad es naturalmente satisfactoria para él.

El entrenador debe conocer tanto la motivación intrínseca como la extrínseca y ser consciente de que puede tener un impacto directo y/o indirecto en ambas, la extrínseca y la intrínseca.

# ¿Para qué esta competencia?

Conocer los métodos adecuados para motivar a los niños



## Antecedentes

Ejemplo de motivación extrínseca: Un niño participa en actividades deportivas (sin quejarse) porque sus padres le prometen su postre dulce favorito al día siguiente si participó, sin quejarse de ello ni discutir si realmente necesita participar.

Ejemplo de motivación intrínseca: Un niño participa en actividades deportivas porque le gusta la actividad en sí (correr, lanzar una pelota, etc...) y quiere formar parte del equipo.

✘ misma acción en los ejemplos (participación en la actividad deportiva), pero diferente forma de motivación (recompensa externa vs. motivación interna).



- ¿Por qué es necesaria una alta motivación? ¿Cómo pueden los niños beneficiarse de esta competencia?

¿Por qué es importante motivar a los niños?

La falta de motivación puede llevar al participante a asistir a las clases de deporte de forma irregular o incluso a abandonar el deporte.

La motivación intrínseca de los niños comienza a una edad muy temprana. Sin embargo, la cultura de la recompensa en el deporte y fuera de él ha demostrado su éxito. Las recompensas pueden consistir en palabras de reconocimiento de los logros, el comportamiento, el esfuerzo y/o la persistencia del participante por parte del entrenador. El entrenador puede dar el mando a un niño durante el partido y darle la tarea de recompensar a cada niño.

Algunos niños pueden ser más propensos a abandonar la tarea que no son capaces de hacer en pocos intentos.

☒ Por lo tanto, son importantes las palabras motivadoras que se centran en otros aspectos además del éxito (en la persistencia, el comportamiento o el esfuerzo, por ejemplo).



- ¿Por qué es necesaria una alta motivación? ¿Cómo pueden los niños, los padres y los entrenadores beneficiarse de esta competencia?

¿Por qué es importante motivar a los niños?

Un entrenador que motive al niño es necesario para aumentar las posibilidades de que el niño participe y que los padres apoyen la actividad deportiva a largo plazo. Los niños pequeños dependen de sus padres, y si éstos no apoyan la participación, no dejarán que su hijo participe.

Un entrenador que motiva al niño puede ser una de las principales razones por las que el niño quiere participar en actividades deportivas.

Un entrenador que motiva al niño puede ser una persona a la que el deportista admira y que le sirve de modelo.

La motivación influye en la confianza de los niños en sí mismos y favorece su participación en las actividades deportivas.



# Para qué esta competencia?

Motivar a los niños con  
discapacidades

¿Por qué puede haber una diferencia entre la motivación de los niños con y sin discapacidad?

Un niño con discapacidad puede tener una visión negativa de sí mismo [un niño sin discapacidad también, pero los niños con discapacidad son más propensos] (Hylton y Totten, 2013).

Un niño con discapacidad es más propenso a sufrir derrotas en los deportes tradicionales. Podría ser más difícil motivarle en comparación con sus homólogos sin discapacidad, ya que la motivación intrínseca es menor en los niños con discapacidad en comparación con los niños sin discapacidad (Mooney, 2021).





- ¿Por qué es necesaria esta competencia?  
¿Cómo pueden los niños, los padres y los entrenadores beneficiarse de esta competencia?  
Motivar a los niños con discapacidades

Es importante apoyar la confianza de los niños en sí mismos y su participación en actividades deportivas. Un estudio realizado en el proyecto DITEAM12 (Kanfer et al., 2021) reveló que el número de niños con discapacidad que participan en programas deportivos es bastante bajo (20210319-DITEAM12\_report\_final\_2021\_ERI\_clean.pdf (scholaempirica.org))

aumentar la motivación podría ser un elemento clave para incluir a más niños con discapacidad en las actividades deportivas a largo plazo

→ un entrenador motivador y motivado influye en las emociones y sentimientos del niño y es probable que aumente su motivación.

→ el entrenador podría así restar esfuerzo a los padres, ya que éstos suelen ser los impulsores externos si el niño está desmotivado. Es más probable que el niño exprese el deseo de participar en la actividad deportiva si el entrenador es una persona motivadora. 9



# ¿Cómo puede el entrenador motivar a cada niño de forma adecuada? Paso 1- Teoría -

Aplicar estrategias de atención positiva y comunicarse adecuadamente con los niños.

Los entrenadores deben tratar, motivar, prestar atención y comunicarse con todos los niños por igual, pero con enfoques individualizados.

Cada niño necesita enfoques diferentes. Para algunos niños, puede ser importante ser recompensado por su comportamiento social, mientras que para otros puede ser más importante ser recompensado por su persistencia.

Es tarea del entrenador encontrar la mejor manera de abordar y motivar a cada niño

La atención positiva, en este contexto, significa poner el foco en los recursos del niño, no en los déficits.



# ¿Cómo puede el entrenador motivar a cada niño de forma adecuada? Paso 2 – Práctica –

Practicar juegos de rol y juegos para apoyar la comunicación, los elogios y los comentarios positivos a los niños.

Pida a los niños que le den su opinión, por ejemplo: "¿Qué es lo que más te gusta de estar en esta clase de deporte?" para conocer su motivación.

Encuentre medios para acercarse a los niños que están desmotivados y guiarlos para que experimenten la alegría y el éxito en las actividades deportivas.

☒ El entrenador debe crear diferentes definiciones de éxito; cada niño debe experimentar el éxito

Ejemplos de cómo los niños podrían experimentar el éxito a través de las palabras del entrenador:

"No te has rendido en la tarea y lo has intentado durante 15 minutos. Eso es genial". (éxito en la persistencia)

"Has lanzado el balón a Alex, Sandra y Moisés durante el partido. Conseguiste incluir a todos tus compañeros en el juego. Guau!" (éxito en comportamiento social)



# ¿Cómo se puede lograr esta competencia?

## Paso 2

Centrarse en crear experiencias deportivas  
positivas para los niños. 10 reglas de oro

1	Centrarte en el niño	<ul style="list-style-type: none"><li>• escuchar al niño</li><li>• centrarse en lo que quiere y necesita el niño (¡no los adultos!)</li><li>• desarrollar a los niños primero como personas, no sólo como atletas</li></ul>
2	Ser holístico	<ul style="list-style-type: none"><li>• no sólo habilidades físicas, sino también habilidades y capacidades psicosociales</li><li>• servir a todos los niveles de capacidades y motivaciones</li></ul>
3	Ser inclusivo	<ul style="list-style-type: none"><li>• no hay un enfoque único para todos.</li><li>• entrenar a niños diferentes de forma diferente</li></ul>
4	Divertido y seguro	
5	Priorizar la persona	<ul style="list-style-type: none"><li>• Una pequeña proporción de niños se convertirá en atletas de élite, pero todos tienen el potencial de convertirse en adultos activos y saludables.</li></ul>

Entreno a niños: iCoachKids: El compromiso de iCoachKids: 10 reglas de oro para crear experiencias deportivas positivas para los niños



# ¿Cómo se puede lograr esta competencia?

## Paso 2

Centrarse en crear experiencias deportivas  
positivas para los niños. 10 reglas de oro

- 6 Centrarse en las habilidades básicas
  - los niños pequeños necesitan adquirir habilidades motrices esenciales y aprender los fundamentos de los juegos
- 7 hacer partícipes a los padres de forma positiva
  - Los padres no son el enemigo, sino el mayor recurso. La comunicación es de gran importancia
- 8 planificar programas progresivos
  - tener en mente los objetivos a corto, medio y largo plazo y el punto de destino. No planificar es planificar el fracaso
- 9 utilizar diferentes métodos para mejorar el aprendizaje
  - diferentes estrategias de entrenamiento y enseñanza pueden servir para diferentes propósitos en diferentes etapas de aprendizaje y desarrollo
- 10 utilizar la competencia de forma evolutiva
  - El formato y la atmósfera de las competiciones se construyen en torno a la etapa de desarrollo de los niños y tienen en cuenta sus necesidades. Las competiciones pueden ser un motivador.



# ¿Cómo puede el entrenador motivar a cada niño de forma adecuada?

## Paso 3

Mientras que un niño puede querer centrarse en su punto fuerte, otro puede querer mejorar en el área en la que se siente débil.

El reto para el entrenador es averiguar lo que el niño quiere y necesita para alcanzar altos niveles de motivación para el niño.

Por lo tanto, saber cuándo centrarse en los puntos fuertes y/o débiles del niño puede ser un factor para fomentar la motivación en el niño.



# Actividad

Actividades para alcanzar esta competencia

Ejercicio práctico 1.

Una niña le dice al entrenador al final de la clase que no quiere participar más en las clases, pero que sus padres quieren que venga todas las semanas.

☒ ¿Cómo puede reaccionar adecuadamente el entrenador?



# Actividad

*Actividades para alcanzar esta competencia*

*Ejercicio práctico 1. Posible solución*

*Dejar que la niña hable, opcional: hacer preguntas para obtener más información*

*Pedir a la niña que nombre al menos un aspecto que le guste de la actividad deportiva*

*Preguntar a la niña cuál fue su motivación para comenzar con la actividad deportiva y (opcional) si ésta sigue siendo su motivación*

*Preguntar a la niña si sabe qué aumentaría su motivación (por ejemplo: estar en el mismo equipo con un niño determinado, jugar con menos reglas, etc.)*





# Actividad

Actividades para alcanzar esta competencia

Ejercicio práctico 2.

Un niño le dice al entrenador al final de la clase que no es capaz de ser tan bueno como sus compañeros y que la clase ya no es divertida. Ya no quiere participar.

✘ ¿Cómo puede reaccionar el entrenador de forma adecuada?

# Actividad



*Actividades para alcanzar esta competencia*

*Ejercicio práctico 2. Posible solución*

*Dejar que el niño hable, opcional: hacer preguntas para obtener más información sobre sus sentimientos*

*Intenta averiguar por qué el niño piensa que no es tan bueno como sus compañeros. Hazle nombrar la tarea/habilidad específica en la que piensa.*

*Junto con el niño, pon el foco en diferentes formas de éxito, como la persistencia, la capacidad de competir en equipo, etc.*

*Dígale al niño cuáles son sus puntos fuertes y en qué es bueno.*



# Actividad

Actividades para alcanzar esta competencia

Ejercicio práctico 3.

¿Cómo puede el entrenador motivar a un niño que...  
...le dice al entrenador que la tarea es demasiado difícil y no es divertida?  
...le dice al entrenador que le gustaría hacer otra cosa?  
...se distrae con frecuencia y se centra en otras cosas?



# Actividad

*Actividades para alcanzar esta competencia*

*Ejercicio práctico 3. Posible solución*

*hacer que el niño sea consciente de su mejora para cumplir la tarea ("ya has mejorado mucho"), darle una tarea similar pero más fácil*

*Dígale al niño que después habrá otra tarea/juego. Elogie al niño por su persistencia y motíVELO para que mantenga la persistencia un poco más ("Lo has hecho muy bien, pero ¿puedes concentrarte en esta tarea durante 3 intentos más?")*

*dale una tarea en la que tenga que concentrarse durante un breve periodo de tiempo. Hágale sentir que le presta atención y comuníquese con él/ella después de la tarea o antes del siguiente intento de hacerla.*



# Actividad

Crear una experiencia deportiva positiva - ¿Cómo?

Por favor, explique 3 enfoques o ejemplos diferentes para crear una experiencia deportiva positiva. Este es un ejemplo:

El entrenador adapta la tarea a los niños para que todos ellos tengan éxito. Por ejemplo, todos los niños pueden marcar un gol porque el entrenador ha adaptado la distancia entre el tiro y la portería a las capacidades individuales del niño.

[pista: ten en cuenta las 10 reglas de oro].

# Actividades



Piensa y escribe hasta cinco razones por las que un niño estaría motivado para hacer deporte.

AYUDA A LA ACTIVIDAD – Preguntas:

¿De dónde viene la motivación para hacer deporte?

¿Cuál es la motivación para hacer deporte?

¿Por qué un niño no querría hacer deporte?

¿Es estable la motivación? Elabora.

# Actividades [Solución]



## Posibles razones para que un niño haga deporte

AUMENTA LA CONFIANZA	CREA AMISTADES	CREA CARÁCTER	MEJORA LA AUTOESTIMA	MEJORA LA MEMORIA
REDUCE LA OBESIDAD	DESARROLLA LA RESILIENCIA	ENSEÑA A RESPETAR	MEJORA EL HUMOR	DESARROLLA LA CREATIVIDAD
REDUCE LA ANSIEDAD	REDUCE EL ESTRÉS	REDUCE LA DEPRESIÓN	DA LECCIONES PARA LA VIDA	PROMUEVE EL JUEGO LIMPIO
MEJORA LA IMAGEN CORPORAL	REFUERZA LA CAPACIDAD CEREBRAL	DESARROLLA EL FOCO DE ATENCIÓN	MEJORA EL RENDIMIENTO ACADÉMICO	PROMUEVE LAS INTERACCIONES SOCIALES
ENSEÑA LECCIONES DE VIDA	DESARROLLA EL FUNCIONAM. DEL CEREBRO	MEJORA EL SUEÑO	MEJORA LA TOMA DE DECISIONES	DESARROLLA LA AUTONOMÍA
FORTALECE LOS HUESOS	FORTALECE LAS ARTICULACIONES	AYUDA A CONTROLAR EL PESO	MEJORA LOS NIVELES DE ENERGÍA	MEJORA LA ATENCIÓN
MEJORA LA CALIDAD DE VIDA	ENSEÑA VALORES	MEJORA LA FUNCIÓN COGNITIVA	MEJORA LA POSTURA	DESARROLLA LA FUERZA
MEJORA EL FLUJO SANGUÍNEO	MEJORA LA CONDICIÓN FÍSICA	ENSEÑA A TRABAJAR EN EQUIPO	MEJORA EL APRENDIZAJE	REDUCE LA FATIGA
MEJORA LA RESPIRACIÓN	AYUDA A APRENDER DE LOS FALLOS	MEJORA LOS REFLEJOS	AYUDA A ALCANZAR METAS	AYUDA A DESARROLLAR HABILIDADES DE AFRONTAMIENTO
MEJORA EL SISTEMA INMUNOLÓGICO	ENSEÑA SOBRE LA VICTORIA	ENSEÑA SOBRE LA DERROTA	AYUDA A EXPERIMENTAR EL ÉXITO	SE DIVIERTEN

# Ejemplos de buenas prácticas



Ejemplos de buenas prácticas para lograr esta competencia

"Cómo motivar a los niños: Enfoques basados en la ciencia para padres, cuidadores y profesores"  
Cómo motivar a los niños: Enfoques basados en la ciencia para padres, cuidadores y profesores  
(harvard.edu)

→ aunque este artículo de la Universidad de Harvard no nombra a los entrenadores como objetivo, las estrategias aportadas podrían utilizarse también en el deporte.

El siguiente vídeo muestra una sesión de baloncesto en silla de ruedas con niños motivados y felices: Fomentar el movimiento y el ejercicio para niños con necesidades especiales - YouTube

Adaptar un deporte a los niños con necesidades especiales puede aumentar su motivación. Escucha las entrevistas con los niños en el vídeo: Sense Rugby un deporte inclusivo para niños con discapacidad - YouTube

"Motivar a los niños en el deporte - ¿Qué les pasa?" iCoachKids: Motivar a los niños en el deporte  
iCoachKids: este movimiento global de coaching tiene como objetivo proporcionar entornos deportivos centrados en los niños para que tengan experiencias de desarrollo seguras.





# ¡Piensa/ Practica!

- ¿Qué puede hacer el entrenador para evitar la situación con la niña (del ejercicio práctico 1)?
- ¿Qué puede hacer el entrenador para evitar la situación con el niño (del ejercicio práctico 2)?



# ¡Piensa/ Practica!

## Soluciones

¿Qué puede hacer el entrenador para evitar la situación de la niña (del ejercicio práctico 1)?

Hablar de la motivación de cada niño con los padres y el niño de forma regular (conversación por separado con el niño y los padres)  
preste atención a la motivación de cada niño y hable con aquellos niños que parezcan desmotivados antes de que se acerquen a usted, el entrenador

¿Qué puede hacer el entrenador para evitar la situación del niño (del ejercicio práctico 2)?

elaborar y definir, junto con los niños, lo que significa el éxito y hacer hincapié en que hay diferentes formas y ámbitos en los que los niños pueden tener éxito en las actividades deportivas  
no hacer hincapié en los logros como la forma más importante de éxito, sino en la persistencia, el comportamiento y/o el esfuerzo



# ¡Piensa/ Practica!

Piensa en los indicadores que te indican, como entrenador, el éxito de tus métodos de motivación.

Mira el vídeo sobre el baloncesto en silla de ruedas de las diapositivas "Buenas prácticas". ¿Qué hace que este programa deportivo tenga éxito? ¿Por qué los niños están muy motivados?

Vea el vídeo sobre el rugby en silla de ruedas de las diapositivas "Buenas prácticas". ¿Qué estrategias aplica el entrevistador para aumentar la motivación del niño?



# Otros recursos

Cómo motivar a tu joven deportista para que mejore | ACTIVEkids

Ciocan, D. M., Milon, A., & Mareş, G. (2017). Estudio sobre los motivos de participación de los niños en las actividades deportivas. En C. Ignatescu, A. Sandu, & T. Ciulei (eds.), *Rethinking Social Action. Core Values in Practice* (pp. 159- 168). Suceava, Rumanía: Actas de LUMEN  
<https://doi.org/10.18662/lumproc.rsacvp2017.15>

John, J. Spencer, "Un enfoque positivo: Training Coaches to Build a Positive Motivational Climate" (2012). UNLV Theses, Dissertations, Professional Papers, and Capstones. 1468.  
<http://dx.doi.org/10.34917/3553640>

Sport Australia | Sport Australia

Bienestar para los niños: Motivación: Bienestar para los niños: Motivación - YouTube

En este vídeo, los niños hablan de sus motivos para hacer deporte: Kids Talk Sport: ¿Qué te gusta del deporte? - YouTube



# Otros recursos

Este artículo estudió una muestra de niños mayores con discapacidad intelectual (12-16 años) e investigó su motivación para la participación en el deporte:

Pozeriene J, Adomaitiene R, Ostaseviciene V, Reklaitiene D & Kragniene I (2008): La motivación para la participación en el deporte de los atletas con discapacidades intelectuales. *Sportas* 3 (79), 69-75.

El siguiente sitio web ofrece diversos recursos para niños y adultos con discapacidad. Uno de los artículos es "Cómo motivar a los niños con discapacidad": [Cómo motivar a los niños con discapacidades](#)

El siguiente estudio presenta las barreras así como los facilitadores de la participación en la juventud; incluyendo el papel de la motivación.

Shields N & Synnot A (2016): Barreras y facilitadores percibidos para la participación en la actividad física de los niños con discapacidad: un estudio cualitativo. *BMC Pediatr.* 16:9.

La siguiente discusión se centra, entre otros temas, en la "construcción de la motivación para el ejercicio para los niños con necesidades especiales: Fomentar el movimiento y el ejercicio para niños con necesidades especiales - YouTube"



# ¿Qué ha aprendido?

Explicar las diferencias entre motivación intrínseca y extrínseca

Explique cómo el entrenador puede influir en la motivación del niño de forma positiva

Nombra algunas razones por las que el niño podría estar motivado para participar en actividades deportivas.  
¿Cómo podría el entrenador reaccionar ante estas razones y promoverlas?

# Recursos



<https://icoachkids.eu> consultado el 06.05.2021

<https://developingchild.harvard.edu/> consultado el 06.05.2021

Hylton, K. y Totten, M. (2013). Desarrollar el "deporte para todos": Abordar la desigualdad en el deporte. En: K. Hylton (ed.) Sport development: Política, proceso y práctica. Abingdon: Routledge, pp.37-79.

Kanfer S., Linares Gaustad T., Batista Espinosa F., Pastor J., Dumon D., Schomöller A., Veldin M., Peras I. Havrdova E., Bilanova T., Gonzalez Pineda M.D. & Fernandez Medina M. (2021). Estado actual de la inclusión en los clubes deportivos: 20210319-DITEAM12\_report\_final\_2021\_ERI\_clean.pdf (scholaempirica.org)

Mooney, M. (2021). La motivación en los escolares discapacitados: Motivation in disabled schoolchildren - BelievePerform - The UK's leading Sports Psychology Website/ consultado el 20.05.2021

Reeve, J. (2018). Entender la motivación y la emoción (Séptima edición). John Wiley & Sons