

**INFLUENCIA DEL APOYO FAMILIAR EN EL DESARROLLO DEPORTIVO DE NIÑOS  
ENTRE LOS 12 Y ya 13 AÑOS**

**Ingrix Dayana Gallego Cartagena**

**Facultad de Educación**

**Licenciatura en Educación Física y Deportes**

**José Oswaldo Hortúa García**

**Diplomado**

**2024**

## **Resumen**

Se analiza cómo el apoyo familiar impacta el desarrollo deportivo de niños y adolescentes en la disciplina del patinaje de carreras, enfocándose en jóvenes entre los 12 y 13 años. Durante esta etapa de crecimiento, el respaldo familiar se presenta como un factor clave para motivar, retener y formar en valores a los deportistas. A través del acompañamiento en prácticas y competencias, la familia no solo fortalece la motivación intrínseca de los niños, sino que también les proporciona un entorno seguro que les ayuda a enfrentar la competencia sin presión excesiva, promoviendo la resiliencia y el autocontrol emocional.

Además, se subraya el papel de la familia en la transmisión de valores como la responsabilidad, el respeto y la disciplina, que no solo mejoran el rendimiento deportivo, sino que también son aplicables en otros aspectos de la vida de los jóvenes, como el ámbito académico y social. En un contexto inclusivo, el trabajo identifica diferencias en el acceso a recursos deportivos entre áreas urbanas y rurales, destacando el papel de la familia en zonas rurales como un pilar de apoyo ante la falta de infraestructuras.

Concluyendo que el apoyo familiar es esencial para un desarrollo deportivo saludable y equilibrado, y recomienda integrar a las familias en los programas de formación deportiva para maximizar los beneficios en el bienestar y rendimiento de los jóvenes deportistas.

**Palabras clave:** influencia familiar, desarrollo deportivo, apoyo

## **Abstract**

This study analyzes how family support impacts the sports development of children and adolescents in the discipline of racing skating, focusing on young people between 12 and 13 years of age. During this stage of growth, family support is presented as a key factor in motivating, retaining, and training athletes in values. By accompanying them in practices and competitions, the family not only strengthens children's intrinsic motivation but also provides

them with a safe environment that helps them to face competition without excessive pressure, promoting resilience and emotional self-control.

In addition, the study highlights the role of the family in transmitting values such as responsibility, respect, and discipline, which not only improve sports performance but are also applicable in other aspects of young people's lives, such as academic and social settings. In an inclusive context, the study identifies differences in access to sports resources between urban and rural areas, highlighting the role of the family in rural areas as a pillar of support in the absence of infrastructure.

The study concludes that family support is essential for healthy and balanced sports development and recommends integrating families into sports training programs to maximize the benefits in the well-being and performance of young athletes.

**Keywords:** family influence,- sport development, support

## **Introducción**

El apoyo familiar desempeña un papel fundamental en el desarrollo deportivo de niños y adolescentes, especialmente durante la etapa de adolescencia temprana, cuando los jóvenes atraviesan cambios significativos en su crecimiento físico y formación de identidad. En este período, la familia se convierte en un entorno clave que no solo influye en la motivación y el compromiso con la práctica deportiva, sino que también fomenta valores y habilidades esenciales para su desarrollo integral. Comprender cómo este respaldo emocional y social impacta en su relación con el deporte permite identificar estrategias que promuevan la continuidad en la actividad física, el bienestar emocional y el éxito deportivo a largo plazo. Para esto Arteaga (2015) manifiesta que:

“El desarrollo deportivo en niños y adolescentes es un proceso complejo en el que intervienen diversos factores, entre los que destaca de manera

fundamental el apoyo familiar. Durante la adolescencia temprana, entre los 12 y 13 años, los jóvenes se enfrentan a un momento de rápido crecimiento físico y formación de identidad, lo cual los hace especialmente receptivos a las influencias de su entorno, incluyendo a sus familias. En esta etapa, la familia actúa como un pilar que puede influir positivamente en su desempeño deportivo, motivándolos a alcanzar su potencial, superar obstáculos y disfrutar de la actividad física”

Investigar la influencia del apoyo familiar en el desarrollo deportivo de los niños es relevante, ya que permite entender cómo los aspectos emocionales y sociales moldean la relación de los jóvenes con el deporte. Se propone analizar cómo el entorno familiar contribuye a la motivación intrínseca, la retención en el deporte y el desarrollo de valores, aspectos fundamentales para que los niños no solo continúen en la disciplina, sino que también se desarrollen integralmente. (Figueroa, Quiroz & et al, 2022).

El desarrollo deportivo de niños y adolescentes, particularmente durante la adolescencia temprana, enfrenta diversos desafíos asociados a la motivación, el compromiso y la continuidad en la práctica deportiva. En esta etapa crucial, los cambios físicos y emocionales que experimentan los jóvenes los hacen particularmente vulnerables a la influencia de su entorno. Entre estos factores, el apoyo familiar emerge como un elemento clave que puede facilitar o dificultar su relación con el deporte. La ausencia de un respaldo sólido por parte de la familia puede limitar su capacidad para superar obstáculos, disfrutar del deporte y adquirir valores esenciales como la resiliencia, el respeto y la responsabilidad. Por lo tanto, se plantea como objetivo analizar la influencia del apoyo familiar en el desarrollo deportivo de niños y adolescentes, destacando su relevancia en la formación de valores y habilidades esenciales. Este análisis permitirá identificar estrategias que promuevan un

entorno emocional y social favorable, potenciando el bienestar integral de los jóvenes y su éxito tanto dentro como fuera del ámbito deportivo.

## **Reflexión**

A modo de reflexión se puede deducir que el desarrollo deportivo en niños y adolescentes es un reflejo de la interacción entre diversos factores sociales, emocionales y físicos, siendo el apoyo familiar un elemento esencial. Durante los años formativos, especialmente entre los 12 y 13 años, las familias pueden influir significativamente en la manera en que los jóvenes perciben y experimentan el deporte. Este respaldo no solo se limita al ámbito de la motivación, sino que también actúa como un catalizador para inculcar valores fundamentales como la responsabilidad, el respeto y la resiliencia. Al acompañar a los jóvenes en prácticas y competencias, los padres y cuidadores no solo refuerzan su compromiso intrínseco, sino que también les ofrecen un entorno seguro para enfrentar los desafíos del deporte con confianza y equilibrio emocional. La presencia familiar contribuye a la formación de una mentalidad saludable frente a la competencia, reduciendo el estrés y favoreciendo un aprendizaje positivo incluso ante las derrotas. En este sentido, el papel de la familia va más allá de lo deportivo, moldeando actitudes que impactan su desarrollo integral y fortaleciendo habilidades transferibles a otras áreas de la vida, como el ámbito académico y social. Por ello, es fundamental integrar activamente a las familias en los programas de formación deportiva, reconociendo su papel como agentes clave para garantizar el bienestar y el éxito sostenible de los jóvenes deportistas.

El impacto del apoyo familiar en el desarrollo deportivo de niños y adolescentes abarca una serie de dimensiones que van más allá del ámbito competitivo. El respaldo de la familia no solo asegura un entorno emocional estable, sino que también actúa como una red de apoyo que fomenta la confianza y el sentido de pertenencia. Esto es especialmente importante

en etapas de crecimiento como la adolescencia temprana, donde la autoimagen y la identidad se encuentran en formación.

El acompañamiento activo de los padres, tanto en entrenamientos como en competencias, genera un impacto positivo en la percepción que los jóvenes tienen de sí mismos, fortaleciendo su autoestima y su capacidad para manejar situaciones de presión. Además, este respaldo es esencial para construir una relación equilibrada con el deporte, donde la motivación intrínseca supera la búsqueda exclusiva de resultados o logros.

Por otro lado, es importante resaltar que el apoyo familiar no se limita a la presencia física, sino que incluye la transmisión de valores y actitudes que los jóvenes adoptan como parte de su desarrollo integral. La disciplina, el respeto y la responsabilidad, inculcados en el ámbito deportivo, trascienden a otras áreas como la académica y la social, preparando a los niños y adolescentes para enfrentar desafíos con resiliencia y determinación.

En contextos con limitaciones de recursos, como las áreas rurales, el papel de la familia se amplifica, compensando la falta de infraestructura y oportunidades deportivas. Aquí, el apoyo emocional y práctico de los familiares puede ser determinante para que los jóvenes continúen vinculados al deporte, superando barreras económicas o geográficas.

Finalmente, la reflexión invita a los entrenadores y educadores a reconocer a las familias como aliados clave en los programas de formación deportiva. Diseñar estrategias que fomenten la participación familiar y su integración activa en el proceso deportivo no solo optimiza el rendimiento de los jóvenes, sino que garantiza un enfoque centrado en su bienestar, convirtiendo el deporte en una herramienta poderosa para el crecimiento integral y la cohesión social.

## **Conclusiones**

El apoyo familiar se destaca como un pilar esencial en el desarrollo deportivo de los jóvenes. Se destaca que la presencia de familiares en las actividades deportivas incrementa la motivación intrínseca de los niños y fortalece su compromiso con el deporte. Esto sugiere que el acompañamiento y refuerzo positivo de los padres y familiares fomenta una relación sana y duradera con el deporte.

La deportiva, respaldada por un entorno familiar positivo, contribuye a la interiorización de valores esenciales como el respeto, la responsabilidad y el trabajo en equipo. Estos valores no solo benefician a los niños en el deporte, sino que también impactan positivamente en su vida personal y académica, apoyando un desarrollo integral.

La estabilidad emocional proporcionada por un ambiente familiar de apoyo permite que los jóvenes enfrenten los desafíos deportivos con una actitud equilibrada, reduciendo los niveles de estrés y ansiedad asociados con la competencia. La familia, al actuar como una fuente de seguridad emocional, facilita que los niños disfruten del proceso de aprendizaje y se enfrenten a las derrotas con resiliencia.

Las estrategias que faciliten la participación familiar pueden optimizar los beneficios del deporte en el desarrollo físico, emocional y social de los jóvenes deportistas, promoviendo una experiencia enriquecedora y sostenible en la práctica deportiva.

Finalmente, la importancia de diseñar programas deportivos que integren activamente a las familias en el proceso formativo es primordial. La colaboración entre entrenadores, instituciones y familiares no solo puede optimizar el rendimiento deportivo de los niños, sino también garantizar una experiencia positiva y sostenible en el deporte. Incluir a los padres como agentes activos no solo fortalece los lazos familiares, sino que también fomenta un entorno de confianza y motivación, que es esencial para el bienestar físico, emocional y social de los jóvenes deportistas.

## **Bibliografía**

Alfaro, M. d., Camblor, J. F., & Fernández, N. A. (2023). *UNA MIRADA DEL TRABAJO SOCIAL SOBRE LA PERCEPCIÓN DE NIÑOS/NIÑAS Y JÓVENES EN RELACIÓN A SU DESARROLLO DEPORTIVO DESDE SU DIMENSIÓN SOCIAL Y RROLLO DEPORTIVO DESDE SU DIMENSIÓN SOCIAL Y*. Obtenido de UNA MIRADA DEL

Artículo de reflexión resultado del Diplomado en Ciencias Aplicadas y Planificación del Entrenamiento Deportivo del programa Licenciatura en Educación Física de la Universidad Santiago de Cali, en el periodo 2024-B. Orientado por el docente Jefferson García Buitrago PhD.

Estudiante Ingrid Dayana Gallego del semestre X del programa Licenciatura en Educación Física de la Universidad Santiago de Cali, en el periodo 2024B

TRABAJO SOCIAL SOBRE LA PERCEPCIÓN DE NIÑOS/NIÑAS Y JÓVENES  
EN

RELACIÓN A SU DESARROLLO DEPORTIVO DESDE SU DIMENSIÓN  
SOCIAL

Y:

<https://repositorioacademico.uda.cl/bitstream/handle/20.500.12740/16902/Bib%2030.071.pdf?sequence=1>

Arteaga Rojas, M. D. (2015-11-26). *Influencia de la familia en la iniciación deportiva en la categoría 11-12 de lucha libre en el municipio de Fomento*. Obtenido de Influencia de la familia en la iniciación deportiva en la categoría 11-12 de lucha libre en el municipio de Fomento: <https://dspace.uniss.edu.cu/handle/123456789/554>

Ciaravino Ducheylard, D., & Caballero Guzmán, G. (2018). *Familias en el deporte: Consideraciones básicas para una propuesta de trabajo con futbolistas de nivel formativo-competitivo a partir de la dinámica familiar*. Obtenido de Familias en el deporte: Consideraciones básicas para una propuesta de trabajo con futbolistas de nivel formativo-competitivo a partir de la dinámica familiar: <https://repositorio.uchile.cl/handle/2250/188619>

Eguía, A. (2014). *¿Revisión sistemática, revisión narrativa o metaanálisis?* Obtenido de Rev. Soc. Esp. Dolor vol.21 no.6 Madrid nov./dic. 2014: [https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S1134-80462014000600010&script=sci\\_arttext&tlng=pt](https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S1134-80462014000600010&script=sci_arttext&tlng=pt)

Figueroa, A., & Fernandez, B. (2023). *Familia y consumo de sustancias psicoactivas en grupos de alcohólicos anónimos*. Obtenido de drogas psicoactivas o psicotrópicas, se debe de saber que son, que las conforman y cómo funcionan: <http://dspace.unach.edu.ec/handle/51000/11903>

Figueroa-Quiroz, D. G., & Plúa-Mata, J. V. (junio de 2022). *La implicación de la familia en el desarrollo del espíritu deportivo en los estudiantes*. Obtenido de Polo del Conocimiento: Revista científico - profesional, ISSN-e 2550-682X, Vol. 7, N°. 6 (JUNIO 2022), 2022, págs. 2002-2015: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9042496>

Teques, & Serpa. (2009). *Implicación parental : adaptación de un modelo teórico al deporte*. Obtenido de Implicación parental : adaptación de un modelo teórico al deporte: <https://ddd.uab.cat/record/62732>