

¿La iniciación deportiva temprana y la especialización puede interferir de manera negativa el desarrollo del niño?

Roman Espinoza García^{1*}

¹Licenciatura en Readaptación y Activación Física, Facultad de Cultura Física. Benemérita Universidad Autónoma de Puebla. *Correspondencia: roman.espinozag@alumno.buap.mx

De acuerdo con Gonzáles *et al.*, (2009) “la iniciación deportiva corresponde al periodo comprendido entre los seis-siete y catorce-quince años aproximadamente, es innegable que dentro de estas edades hay periodos más sensibles que otros para el aprendizaje deportivo, también dan por hecho que cualquier persona independientemente de su edad puede iniciar al deporte”.

El Dr. Hopf (2001) brinda la siguiente definición de la especialización temprana “es la concentración en un solo deporte y en el caso de deportes diversificados (atletismo, natación) en una disciplina como el salto alto o el nadar de espaldas. Un entrenamiento sistemático prepara a los deportistas jóvenes a partir de 5, 6 y 7 años para las competencias, y ya juega un papel la pregunta por el talento, es decir, el diagnóstico o la promoción del talento”.

La especialización temprana se puede relacionar con una perspectiva tradicional que se basa en tres bloques en el proceso de enseñanza según Gonzáles *et al.*, (2009) y se describe de la siguiente manera: “1ª Fase de iniciación / familiarización / preparación / presentación global / educación de inicio o básica / cognitiva. 2ª Fase de desarrollo / intermedia / formación / configuración / instauración / aprendizaje específico / asociativa. 3ª Fase de perfeccionamiento / entrenamiento / competición / consolidación de aprendizajes / aprendizaje especializado / final / automática”.

Y por el otro lado tenemos a la formación global o horizontal, donde la formación global determina la práctica de más deportes posibles; la actividad física no reglamentada por los deportes en el comportamiento motor o en las técnicas optimizadas por un análisis biomecánico ni en los reglamentos de las competencias; el comportamiento motor que corresponde a las condiciones y necesidades espontáneas y casuales. No se realiza ningún entrenamiento sistemático y ninguna preparación específica para determinadas competencias.

Justo aquí empiezan los dilemas y dudas entre ¿Qué es lo mejor para los jóvenes deportistas? ¿Hasta dónde se podrá llegar si toman la decisión de tener una formación tradicional? ¿La iniciación deportiva en niños provoca problemas de especialización temprana? ¿Hasta dónde podrían escalar estos problemas?

La propuesta metodológica de Conde *et al.*, (2010) plantea lo siguiente “que la enseñanza del deporte no se puede afrontar con la inclusión directa del niño en una práctica deportiva concebida para los adultos. Por ello, creemos necesario plantear una evolución que ayude a los niños practicantes a acercarse al deporte de forma más natural, cercana y atractiva para ellos. Lo que se plantea es una etapa en la que el principal objetivo sea la creación de una amplia base motriz, estableciendo un primer contacto del niño con el deporte, no por ello debemos trabajar de forma analítica y técnica los elementos específicos”.

Pichardo (2010) menciona que los beneficios que se obtienen al desarrollar la iniciación deportiva en los niños pueden observarse además de la forma física, en las actitudes y emociones que experimenta en el desenvolvimiento de las actividades, se mejoran aspectos referentes a valores como el respeto a sus compañeros y rivales, así como a la hora de seguir las normas y reglas establecidas, además le genera autoestima, confianza y autocontrol.

La investigación realizada por Benítez *et al.*, (2022) afirman que la especialización temprana conlleva un mayor riesgo de lesión en los jóvenes deportistas, así como un mayor riesgo de padecer síndrome de Burnout y no solo eso sino también que también relacionó que las experiencias negativas asociadas con las lesiones reducen el tiempo de activación física significativamente y en algunos casos al abandono deportivo.

Como respuesta a la pregunta planteada se sugiere que aun que la especialización temprana con perspectiva

tradicional permite alcanzar altos logros deportivos, provocando problema físicos y sociales y en algunos casos el abandono deportivo en etapas como la adolescencia y la pubertad. Sin embargo, la iniciación deportiva con un enfoque horizontal de carácter multideportivo favorece de manera significativa en su desarrollo motriz de los niños que la practican, siempre y cuando sea dosificada, supervisada y aplicada por un profesional, dando como resultado a deportistas con un desarrollo integral más sólido y permitiéndoles especializarse en cualquier deporte de forma excepcional.

Recibido: mayo 2023

Aceptado: junio 2023

Referencias

González VS, López LMG, Jordan ORC, Moreno DSM. El concepto de iniciación deportiva en la actualidad. Retos Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación 2009; (15):14-20.

Hopf H. El dilema del entrenador, especialización temprana o formación global. Educación física y Deporte 2001; 21(2): 5-13.

Benítez FC, Martín BA, Camacho LP. Efecto de la especialización temprana en los deportes de equipo. Una revisión sistemática. SPORT TK-Revista EuroAmericana de Ciencias del Deporte 2022; (11): 25.

Conde C, Vera C, Castillo E, Giménez FJ. La formación multideportiva de los jóvenes que se inician en el deporte. Wanceulen Digital 2010; 7: 34.

Pichardo RES, La iniciación deportiva como estrategia para favorecer las capacidades físicas condicionales en un grupo de quinto año de primaria, ensayo pedagógico. Benemérita y Centenaria Escuela Normal del Estado de San Luis Potosi 2010. Pp. 47-48.

Como citar este artículo:

Espinoza GR. Pregunta de investigación ¿La iniciación deportiva temprana y la especialización puede interferir de manera negativa el desarrollo del niño?. *Körperkultur Science* 2023; 1(2): 39-40.

