

## LA MOTIVACION

La motivación es aquella fuerza o impulso que nos lleva a actuar o a cambiar nuestra conducta en un sentido u otro.

En el campo de la Educación Física podemos considerar a la motivación como el impulso de la actividad.

Cuando en el aprendizaje de una actividad determinada los niños se aburren, el profesor debe estimularlos para que se interesen, recurriendo a unos incentivos, que tendrán más valor cuanto más relacionados estén con los motivos primarios.

En primer lugar, para lograr esta estimulación hay que conocer las necesidades del individuo. Estas pueden ser:

a) *Necesidades biológicas:*

- Necesidad de movimiento.
- Necesidad de gastar energías.
- Necesidad de mantener un buen estado de salud.
- Necesidad de contacto físico.
- Satisfacción cinestésica.

b) *Necesidades psicológicas:*

- Necesidad de autoafirmación:
  - Motivación hacia el éxito.
- Necesidad de compensación:
  - El individuo compensa su fracaso en algunas actividades con el éxito en otras.
- Necesidad de estimación:
  - El individuo busca ser admirado a través del éxito.
- Necesidad de liberar agresividad.
- Necesidad de riesgo:
  - El individuo encuentra placer en situaciones peligrosas, porque se siente seguro de poder dominar ese peligro.
- Valoración del propio cuerpo:
  - A través de él se consiguen los éxitos.

c) *Necesidades de comunicación y expresión:*

- El individuo busca, a través de la actividad física, una forma de expresarse.

Las necesidades del individuo están determinadas por la edad. Así, en la conducta del niño predominan las necesidades biológicas, y, a medida que el niño se desarrolla y madura; estas necesidades pueden ser relevadas por otras de tipo cultural.

### *Técnicas de motivación*

Las técnicas de motivación son múltiples; sin embargo, no todas resultan ser las más adecuadas, sino que su aplicación dependerá de la personalidad del niño y del conocimiento que el profesor tenga de él.

1. *Del éxito inicial*

- Consiste en proporcionarle al niño éxitos al principio de su aprendizaje. Se realiza proponiéndole tareas fáciles pero de aspecto difícil.

2. *Del fracaso inicial*

- Consiste en proponerles trabajos aparentemente fáciles, pero con bastante dificultad.

3. *Autosuperación*

- Basado en la competición consigo mismo.

#### 4. *Utilización de elogios y censuras*

- Los elogios suelen motivar a los niños incapaces, y las censuras motivan a los niños aventajados.

#### 5. *Participación activa del niño en el proceso de aprendizaje*

Una de las formas más importantes de favorecer esta participación es a través de la información.

##### *Información sobre:*

- El contenido del trimestre, de la semana, de la clase.
- Los objetivos generales que se pretende alcanzar.
- Los resultados de las pruebas realizadas.
- Los objetivos alcanzados por cada uno a modo personal.

Además de aceptar e iniciar a que ellos mismos planteen otras actividades:

- Convocar actos deportivos.
- Realizar actividades culturales relacionadas con el deporte, etc.

#### 6. *Utilización de material didáctico*

La utilización de material didáctico constituye una enorme fuente de información:

- Artículos, fotografías, revistas, carteles, tebeos, dibujos, etc., que guarden una relación con el deporte. Así como la convocatoria de concursos de dibujos.

Todos estos elementos son altamente motivadores para el niño; ya no sólo por ser materiales nuevos, sino porque se le presenta la oportunidad de aplicar los conocimientos adquiridos en otros campos al deporte.

#### 7. *Darles a conocer la utilidad de los aprendizajes*

Son de mayor motivación las utilidades inmediatas que las remotas.

#### 8. *Diálogo con los alumnos*

- Para informar y motivar.
- Para conocer a los alumnos física y psicológicamente: sus necesidades, sus intereses.
- Buscar soluciones ante los problemas que se presenten.
- Establecer un diálogo general entre profesor y alumnos y un diálogo personal, siempre que sea necesario.

#### 9. *La personalidad atractiva del profesor*

Con bastante frecuencia, el interés, mayor o menor de una u otra asignatura por parte de los niños, depende, en gran medida, de la opinión que tengan del profesor.

Las características físicas y culturales, los conocimientos científicos, su preparación profesional, etc., deben preocupar al profesor, para así adquirir una formación general ideal.

Esta superación se consigue cuando existe una verdadera vocación.