



VOL. II - Nº 4 - Octubre/Diciembre 2016

**ISSN 0719 - 5729**

## **CUERPO DIRECTIVO**

### **Director**

**Juan Luis Carter Beltrán**

*Universidad de Los Lagos, Chile*

### **Editor**

**Juan Guillermo Estay Sepúlveda**

*Universidad de Los Lagos, Chile*

### **Editores Adjuntos**

**Javier Mariscal Vega**

*Observatorio del Deporte ODEP, Chile*

**Roberto Sáez Lafourcade**

*Observatorio del Deporte ODEP, Chile*

### **Secretario Ejecutivo y Enlace Investigativo**

**Héctor Garate Wamparo**

*Universidad de Los Lagos, Chile*

### **Cuerpo Asistente**

#### **Traductora: Inglés – Francés**

**Pauline Corthorn Escudero**

*Asesorías 221 B, Chile*

#### **Traductora: Portugués**

**Elaine Cristina Pereira Menegón**

*Asesorías 221 B, Chile*

#### **Diagramación / Documentación**

**Carolina Cabezas Cáceres**

*Asesorías 221 B, Chile*

#### **Portada**

**Felipe Maximiliano Estay Guerrero**

*Asesorías 221 B, Chile*

## **COMITÉ EDITORIAL**

**Mg. Adriana Angarita Fonseca**

*Universidad de Santander, Colombia*

**Lic. Marcelo Bittencourt Jardim**

*CENSUPEG y CMRPD, Brasil*

**Mg. Yamileth Chacón Araya**

*Universidad de Costa Rica, Costa Rica*

**Dr. Óscar Chiva Bartoll**

*Universidad Jaume I de Castellón, España*

**Dr. Miguel Ángel Delgado Noguera**

*Universidad de Granada, España*

**Dr. Jesús Gil Gómez**

*Universidad Jaume I de Castellón, España*

**Ph. D. José Moncada Jiménez**

*Universidad de Costa Rica, Costa Rica*

**Mg. Aysel Rivera Villafuerte**

*Secretaría de Educación Pública SEP, México*

**Mg. Jorge Saravi**

*Universidad Nacional La Plata, Argentina*

### **Comité Científico Internacional**

**Ph. D. Víctor Arufe Giraldez**

*Universidad de La Coruña, España*

**Ph. D. Juan Ramón Barbany Cairo**

*Universidad de Barcelona, España*

**Ph. D. Daniel Berdejo-Del-Fresno**

*England Futsal National Team, Reino Unido*

*The International Futsal Academy, Reino Unido*

**Dr. Antonio Bettine de Almeida**

*Universidad de Sao Paulo, Brasil*

**Dr. Oswaldo Ceballos Gurrola**  
*Universidad Autónoma de Nuevo León, México*

**Ph. D. Paulo Coêlho**  
*Universidad de Coimbra, Portugal*

**Dr. Paul De Knop**  
*Rector Vrije Universiteit Brussel, Bélgica*

**Dr. Eric de Léséleuc**  
*INS HEA, Francia*

**Mg. Pablo Del Val Martín**  
*Pontificia Universidad Católica del Ecuador,  
Ecuador*

**Dr. Christopher Gaffney**  
*Universität Zürich, Suiza*

**Dr. Marcos García Neira**  
*Universidad de Sao Paulo, Brasil*

**Dr. Misael González Rodríguez**  
*Universidad de Ciencias Informáticas, Cuba*

**Dra. Carmen González y González de Mesa**  
*Universidad de Oviedo, España*

**Dr. Rogério de Melo Grillo**  
*Universidade Estadual de Campinas, Brasil*

**Dra. Ana Rosa Jaqueira**  
*Universidad de Coimbra, Portugal*

**Mg. Nelson Kautzner Marques Junior**  
*Universidad de Rio de Janeiro, Brasil*

**Ph. D. Marjeta Kovač**  
*University of Ljubljana, Slovenia*

**Dr. Amador Lara Sánchez**  
*Universidad de Jaén, España*

**Dr. Ramón Llopis-Goic**  
*Universidad de Valencia, España*

**Dr. Osvaldo Javier Martín Agüero**  
*Universidad de Camagüey, Cuba*

**Mg. Leonardo Panucia Villafañe**  
*Universidad de Oriente, Cuba*  
*Editor Revista Arranca*

**Ph. D. Sakis Pappous**  
*Universidad de Kent, Reino Unido*

**Dr. Nicola Porro**  
*Universidad de Cassino e del Lazio  
Meridionale, Italia*

**Ph. D. Prof. Emeritus Darwin M. Semotiuk**  
*Western University Canada, Canadá*

**Dr. Juan Torres Guerrero**  
*Universidad de Nueva Granada, España*

**Dra. Verónica Tutte**  
*Universidad Católica del Uruguay, Uruguay*

**Dr. Carlos Velázquez Callado**  
*Universidad de Valladolid, España*

**Dra. Tânia Mara Vieira Sampaio**  
*Universidad Católica de Brasilia, Brasil*  
*Editora da Revista Brasileira de Ciência e  
Movimento – RBCM*

**Dra. María Luisa Zagalaz Sánchez**  
*Universidad de Jaén, España*

**Dr. Rolando Zamora Castro**  
*Universidad de Oriente, Cuba*  
*Director Revista Arranca*

Asesoría Ciencia Aplicada y Tecnológica:  
**CEPU – ICAT**  
Centro de Estudios y Perfeccionamiento  
Universitario en Investigación  
de Ciencia Aplicada y Tecnológica  
Santiago – Chile

### Indización

Revista ODEP, indizada en:



**CENTRO DE INFORMACION TECNOLOGICA**

## **RELACIÓN ENTRE EL AUTOCONCETO FÍSICO Y EL RENDIMIENTO ACADÉMICO**

### **RELATIONSHIP BETWEEN PHYSICAL SELF-CONCEPT AND ACADEMIC PERFORMANCE**

**Mg. Pablo del Val Martín**

Pontificia Universidad Católica del Ecuador, Ecuador  
dmp@pucesd.edu.ec

**Mg. © Jenny Maribel García Chávez**

Pontificia Universidad Católica del Ecuador, Ecuador  
jmgarcia@pucesd.edu.ec

**Fecha de Recepción:** 15 de octubre de 2016 – **Fecha de Aceptación:** 01 de noviembre de 2016

#### **Resumen**

En el presente artículo se muestra una revisión bibliográfica que sustenta la relación que existe entre el autoconcepto físico y el rendimiento académico.

De acuerdo a los cambios físicos que sufren los adolescentes y la influencia que éstos tienen en su autoconcepto físico y rendimiento académico, es muy importante saber cómo se evalúan los estudiantes a sí mismos, qué concepto tienen sobre ellos y cómo creen ellos que sus compañeros les miran.

#### **Palabras Claves**

Autoconcepto – Rendimiento académico – Adolescentes – Educación Física

#### **Abstract**

This article presents a bibliographical review that supports the relationship between physical self - concept and academic achievement.

According to the physical changes that adolescents undergo and the influence they have on their physical self-concept and academic performance, it is very important to know how students evaluate themselves, what concept they have about them, and how they think their peers they watch.

#### **Keywords**

Self-concept – Academic performance – Adolescents – Physical Education

## Introducción

Existen numerosas publicaciones sobre el autoconcepto físico y la relación que éste tiene, por ejemplo, con el rendimiento académico.

De igual modo, se pueden encontrar varias definiciones de autoconcepto, siendo para nosotros la más clara la de Fuentes, García, Gracia y Lila:

El autoconcepto es uno de los constructos que ha suscitado mayor interés en científicos de diferentes disciplinas, se ha definido como las percepciones del individuo sobre sí mismo, las cuales se basan en sus experiencias con los demás y en las atribuciones que él mismo hace de su propia conducta, así como el concepto que el individuo tiene de sí mismo como un ser físico, social y espiritual<sup>1</sup>.

Sin embargo, en ocasiones los conceptos autoconcepto y autoestima son usados indistintamente, como si se tratara de lo mismo o algo parecido, cuando en realidad se tratan de conceptos diferentes.

El autoconcepto es más amplio porque abarca varios aspectos como: físicos, emocionales, social: analiza la parte interna y externa del individuo y su aceptación. En cambio, la autoestima valora más la parte afectiva y los sentimientos. Por lo tanto, podemos llegar a pensar que la autoestima forma parte del autoconcepto, o al menos, que ésta está directamente influenciada por el autoconcepto, como bien señala Cazalla-Luna y Molero:

El autoconcepto hace referencia a aspectos cognitivos o de conocimiento. Se define como el conocimiento y las creencias que el sujeto tiene de él mismo en todas las dimensiones y aspectos que lo configuran como persona (corporal, psicológico, emocional, social, etc.) a diferencia de la autoestima que comprende lo afectivo/evaluativo (sentimientos) o, que se definiría como el aprecio, estima o amor que cada cual siente por sí mismo<sup>2</sup>

Lo que está claro es que tanto autoconcepto como autoestima son aspectos a tener muy presentes en una etapa fundamental como es la autoestima. Según la Unicef: “Prestar una atención más decidida al desarrollo y los derechos humanos de los adolescentes reforzaría y aceleraría la lucha contra la pobreza, la desigualdad y la discriminación por razón de género”<sup>3</sup>.

Por esta razón es muy importante estar presente y pendiente del adolescente en esta etapa, ya que es una etapa muy compleja tanto de maduración como de comprensión, debido principalmente a los numerosos y diferentes cambios físicos que van presentando durante la adolescencia; cambios que también pueden afectar su parte emocional.

---

<sup>1</sup> M. C. Fuentes; J. F. García; E. Gracia y M. Lila, Autoconcepto y ajuste psicosocial en la adolescencia. *Psicothema*, 23 (1) (2011), 7.

<sup>2</sup> N. Cazalla-Luna y D. Molero, Revisión teórica sobre el autoconcepto y su importancia en la adolescencia. *Revista Electrónica de Investigación y Docencia (REID)*, 0 (10) (2013), 54. Recuperado de: <http://revistaselectronicas.ujaen.es/index.php/reid/article/view/991/818>

<sup>3</sup> Unicef, Estado mundial de la infancia 2011. Resumen Ejecutivo: La adolescencia una época de Oportunidades. UNICEF, p. VI.

## Desarrollo

### Diferencias entre el desarrollo cognitivo y socioemocional

La adolescencia está dividida en dos partes de la vida: la adolescencia temprana (de los 10 a los 14 años) y la adolescencia tardía (de los 15 a los 19 años).

La diferencia del desarrollo de la personalidad entre el género masculino y el femenino depende en gran medida de su cultura y de la sociedad en la que se desenvuelven, como señalan Mathiesen, Castro, Merino, Mora y Navarro

“Hombres y mujeres piensan y se comportan diferente porque han sido socializados en forma distinta por sus culturas y sociedades. Un enfoque sociobiológico resalta que sus diferencias en conducta, cogniciones, valores y preferencias son parte de la naturaleza humana”<sup>4</sup>.

Junto con esta diferencia contextual, un factor que incide desde hace un tiempo en el desarrollo cognitivo y socioemocional de los adolescentetes está relacionado con la tecnología y la rápida evolución de ésta.

Los adolescentes han optado por priorizar otro tipo de actividades por delante de la actividad física, tanto es así que Garrido, Videra, Parra y Juárez argumentan que

“existe un exceso de sedentarismo en las sociedades desarrolladas provocado por el crecimiento de la tecnología y la aparición de actividades de ocio pasivas, que han relegado a un segundo plano a la práctica de actividad física”<sup>5</sup>

Por razones como las anteriormente expuestas es importante identificar en el adolescente qué es lo que no permite mantener una buena conducta de relación con sus compañeros, pues por lo general quien mantiene unas buenas relaciones sociales y posee una personalidad firme, poseerán probablemente un mejor autoconcepto.

Esto se manifestará en una buena conducta de ayuda; compartirá, motivará a los compañeros que se encuentren decaídos ante una situación negativa y sabrán empatizar y ponerse en el lugar de ellos. Hay que señalar que este tipo de comportamientos es más propenso en el género femenino. Autores como Calvo, González y Martorell señalan que “la conducta prosocial se va desarrollando en el individuo de forma progresiva, en interacción con otras áreas cognitivas y de personalidad que pueden facilitar o inhibir su desarrollo”<sup>6</sup>.

---

<sup>4</sup> Mathiesen; Merino; Mora y Saldaña, Diferencias en el desarrollo cognitivo y socioemocional según sexo. *Scielo*, 2(0) (2013), 199. Recuperado de: <http://www.scielo.cl/pdf/estped/v39n2/art13>.

<sup>5</sup> R. E. R. Garrido; A. V. García; J. L. P. Flores y R. J. R. de Mier, Actividad físico deportiva, autoconcepto físico y bienestar psicológico en la adolescencia. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (22), (2012), 2.

<sup>6</sup> A. J. Calvo; R. González y M. C. Martorell, Variables relacionadas con la conducta prosocial en la infancia y adolescencia: personalidad, autoconcepto y género. *Infancia y aprendizaje*, 24(1) (2001) 96.

## Autoconcepto

El término autoconcepto es algo complejo de comprender, ya que estudia al ser humano en sus diferentes estados emocionales, mismos que pueden ser para bien o para mal.

El hecho de poseer un nivel demasiado elevado o demasiado bajo de autoconcepto puede deberse a diferentes factores. Independientemente del nivel de autoconcepto del individuo, hay que recalcar que la importancia de éste, “en especial en la etapa adolescente por la importancia que cobra el mismo, entendiéndose éste como conjunto de percepciones que el ser humano desarrolla sobre sí mismo”<sup>7</sup>.

## Definición de autoconcepto físico

Según García y Musitu “hace referencia a la percepción que tiene la persona de su aspecto físico y de su condición física, gira en torno a dos ejes: a la práctica deportiva física y de habilidad soy bueno y el segundo hace referencia al aspecto físico atracción, gustarse”<sup>8</sup>.

En base a lo que comentan estos autores, hay muchos casos en que las personas no se sienten conformes con su físico y esto afecta a su estado emocional, aislándose de la sociedad y privándose de realizar diferentes actividades que les gustaría hacer. Es por ello muy importante hablar con estas personas que se definen con un autoconcepto físico muy bajo.

## El autoconcepto físico en adolescentes

El hecho de llevar una vida activa, con presencia de realización de actividad física y dejar de lado el sedentarismo, especialmente en los jóvenes, es realmente importante, sobre todo en la etapa adolescente, debido al proceso de cambios físicos y hormonales que éstos pasan. Ries, argumenta que “la práctica habitual de actividad físico- deportiva puede ir unida a un estilo de vida más saludable, que los jóvenes se sienten menos agobiados y que se reducen síntomas como depresión, miedo o estrés”<sup>9</sup>.

El autoconcepto físico influye mucho en la parte deportiva, ya que un buen deportista sabrá mejor cómo actuar inteligente en cada actividad física, sin dejarse en principio influenciar por sus emociones.

Por el contrario, las personas con obesidad son las que más bajo autoconcepto físico demuestran, debido al rechazo de la sociedad. A veces se crean ideas en su mente, acciones que no están pasando y se cohiben de compartir ciertas actividades. Según Meza y Pompa “un adolescente ante su obesidad, es factible que desarrolle un bajo autoconcepto de sí mismo, porque no solo se trata de que acepte su cuerpo, sino que vive el rechazo

---

<sup>7</sup> A. Borrego Balsalobre, Influencia de la condición física en el autoconcepto de un conjunto de adolescentes del municipio de Alcantarilla. Cuadernos de Psicología del Deporte, 12 (2) (2012), 57. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/html/2270/227028254009>

<sup>8</sup> F. García y G. Musitu, Manual Autoconcepto Forma 5, Editorial TEA, (2009), 19.

<sup>9</sup> Ries, F. El autoconcepto físico en adolescentes sevillanos en función del sexo y de la evolución de la carrera deportiva. Dialnet, 19(1) (2011). Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3429666>.

social hacia éste”<sup>10</sup>.

### Rendimiento académico

Se entiende por rendimiento académico todos los conocimientos adquiridos durante el transcurso de educación. Alcaide menciona que el rendimiento es “una medida de las capacidades respondientes o indicativas que manifiesta, en forma estimativa, lo que una persona ha aprendido como consecuencia de un proceso de instrucción o formación”. El autoconcepto tiene un fuerte impacto en el rendimiento académico del estudiante, por ello es importante ayudar y potenciar la adquisición de un autoconcepto positivo en el adolescente, ya que en ésta etapa es cuando más ayuda necesitan por la confusión de emociones que pasan por su cabeza. Salum, Marín y Reyes hacen especial hincapié en la importancia y la relación entre el autoconcepto y la educación:

la importancia del autoconcepto en el campo educativo, radica en la autoeficacia juega un papel crucial en la motivación, el aprendizaje, el desarrollo de capacidades, las elecciones académicas y los logros académicos. Esto se hace más relevante al considerar que la educación, como sistema de formación, tiene efectos de larga duración que no se cambian fácilmente<sup>11</sup>.

Es importante tener en cuenta que todo lo que se encuentra alrededor del estudiante influye en cierta manera en el rendimiento académico; entre ellos, el clima o ambiente en las aulas. La asignatura de Educación Física ha sido y es un escenario especial en el que el autoconcepto sale a relucir más si cabe. Córdoba, García, Luengo, Vizúete y Feu interpretan lo siguiente:

“las características escolares (tanto institucionales como pedagógicas) son factores que afectan significativamente al rendimiento académico, se extrae la conclusión de que los factores relacionados con el contexto escolar muestran diferencias significativas en relación al rendimiento académico”<sup>12</sup>.

### Según Sánchez, Martínez y Andreo Bernal

“los jóvenes que practican actividad adicional a la contemplada en los programas de formación en las escuelas tienden a mostrar mejores cualidades como un mejor funcionamiento del cerebro; en términos cognitivos, niveles más altos de concentración de energía, cambios en el cuerpo que mejoran la autoestima, y un mejor comportamiento que incide sobre los procesos de aprendizaje”<sup>13</sup>.

<sup>10</sup> C. Meza-Peña y E. G. Pompa-Guajardo, Género, obesidad y autoconcepto en una muestra de adolescentes de México.[Gender, obesity and self concept in a sample of Mexican adolescents]. RICYDE. Revista Internacional de Ciencias del Deporte. doi: 10.5232/ricyde, 12 (44) (2015), 139.

<sup>11</sup> Salum; Marín y Reyes, Autoconcepto y rendimiento académico en estudiantes de escuelas secundarias públicas y privadas de ciudad Victoria, Tamaulipas, México. Redalyc, XXI (1), (2011), 209. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/pdf/654/65421407010.pdf>

<sup>12</sup> L. Córdoba; V. García; L. Luengo; M. Vizúete y S. Feu, How academic career and habits related to the school environment influence on academic performance in the physical education subject. Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación, 21 (2012), 9.

<sup>13</sup> Sánchez; Alcaraz; Martínez y Andreo Bernal, Influencia de la práctica de actividad física extraescolar en el rendimiento académico de jóvenes escolares. Dialnet, 35(1), (2015), 29. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5391125>

## Conclusiones

Se puede asegurar que los adolescentes que mantienen una vida activa y que practica de manera adicional actividad física fuera de la propia actividad escolar contemplada en la malla curricular a través de la asignatura de Educación Física, presentan mejores resultados de rendimiento académico.

Esto a su vez le ayuda a conseguir un mejor nivel de autoconcepto físico, y por ende, una mayor autoestima.

Por lo tanto., a través de la presente revisión bibliográfica lo que queremos resaltar es una de las múltiples virtudes que encierra el área de Educación Física, así como la importancia que tiene el profesor que imparte esta materia.

Si la Educación Física es de calidad, aumentarán las intenciones de práctica futura de actividad física, lo que como ya se ha visto, desencadena una serie de situaciones positivas a nivel de desarrollo del adolescente.

## Bibliografía

Borrego Balsalobre, A. Influencia de la condición física en el autoconcepto de un conjunto de adolescentes del municipio de Alcantarilla. Cuadernos de Psicología del Deporte, 12(2) (2012). Recuperado de: <http://www.redalyc.org/html/2270/227028254009>

Calvo, A. J.; González, R. y Martorell, M. C. Variables relacionadas con la conducta prosocial en la infancia y adolescencia: personalidad, autoconcepto y género. *Infancia y aprendizaje*, 24(1) (2001) 95-111.

Cazalla-Luna, N. y Molero, D. Revisión teórica sobre el autoconcepto y su importancia en la adolescencia. Revista Electrónica de Investigación y Docencia (REID), 0 (10) (2013). Recuperado de: <http://revistaselectronicas.ujaen.es/index.php/reid/article/view/991/818>

Córdoba, L.; García, V.; Luengo, L.; Vizueté, M. y Feu, S. How academic career and habits related to the school environment influence on academic performance in the physical education subject. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 21 (2012), 9.

García, F. y Musitu, G. Manual Autoconcepto Forma 5, Editorial TEA.

Garrido, R. E. R.; García, A. V.; Flores, J. L. P. y Mier, R. J. R. de. Actividad físico deportiva, autoconcepto físico y bienestar psicológico en la adolescencia. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (22), (2012), 19-23.

Fuentes, M. C.; García, J. F.; Gracia, E. y Lila, M. Autoconcepto y ajuste psicosocial en la adolescencia. *Psicothema*, 23 (1) (2011) 7-12.

Mathiesen; Merino; Mora; Saldaña, M. Diferencias en el desarrollo cognitivo y socioemocional según sexo. *Scielo*, 2(0) (2013). Recuperado de: <http://www.scielo.cl/pdf/estped/v39n2/art13>.

Meza-Peña, C. y Pompa-Guajardo, E. G. Género, obesidad y autoconcepto en una muestra de adolescentes de México. [Gender, obesity and self concept in a sample of Mexican adolescents]. RICYDE. Revista Internacional de Ciencias del Deporte. DOI: 10.5232/ricyde, 12 (44) (2015), 137-148.

Ries, F. El autoconcepto físico en adolescentes sevillanos en función del sexo y de la evolución de la carrera deportiva. Dialnet, 19(1) (2011). Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3429666>

Salum; Marín y Reyes. Autoconcepto y rendimiento académico en estudiantes de escuelas secundarias públicas y privadas de ciudad Victoria, Tamaulipas, México. Redalyc, XXI (1), (2011). Recuperado de: <http://www.redalyc.org/pdf/654/65421407010.pdf>

Sánchez; Alcaraz; Martínez y Andreo Bernal. Influencia de la práctica de actividad física extraescolar en el rendimiento académico de jóvenes escolares. Dialnet, 35(1), (2015). Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5391125>

Unicef. Estado mundial de la infancia. Resumen Ejecutivo: La adolescencia una época de Oportunidades. UNICEF, 2011.

Para Citar este Artículo:

Del Val Martín, Pablo y García Chávez, Jenny Maribel. Relación entre el Autoconcepto físico y el rendimiento académico. Rev. ODEP. Vol. 2. Num. 4. Octubre-Diciembre (2016), ISSN 0719-5729, pp. 17-23.

Las opiniones, análisis y conclusiones del autor son de su responsabilidad y no necesariamente reflejan el pensamiento de la **Revista Observatorio del Deporte ODEP**.

La reproducción parcial y/o total de este artículo debe hacerse con permiso de **Revista Observatorio del Deporte ODEP**.