**MARCO TEORICO**

**1.1 ACTIVIDAD FISICA**

La OMS (2022) define la actividad física:

Como cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos, con el consiguiente consumo de energía. La actividad física hace referencia a todo movimiento, incluso durante el tiempo de ocio, para desplazarse a determinados lugares y desde ellos, o como parte del trabajo de una persona. La actividad física, tanto moderada como intensa, mejora la salud.

**Análisis de la motivación en la práctica de actividad físico-deportiva en adolescentes**: Desde las áreas aplicadas del control y el aprendizaje motor (dentro del área específica del “Comportamiento Motor”), surge la importancia de conocer y comprender las diferentes estrategias de selección de contenidos en el ámbito escolar con el objetivo de despertar el interés de los adolescentes por las actividades físico-deportivas dentro y fuera del aula. En el presente trabajo se analizan tres factores relacionados con la variable “motivación” en una muestra de 293 adolescentes. El objetivo principal es analizar la motivación del alumnado mediante el estudio de los contenidos curriculares más relevantes para trabajar en los centros educativos, la predisposición de los alumnos hacia la práctica físico-deportiva (dentro y fuera del ámbito escolar) y la autopercepción de las competencias motrices que éstos poseen. Teniendo en cuenta este análisis, el profesional docente se asegura que sus alumnos adquieran un adecuado aprendizaje motor y vean incrementada la probabilidad de realizar práctica físico-deportiva en su tiempo libre. Atendiendo a los resultados encontrados, el 34% no realiza ningún tipo de actividad físico-deportiva en su tiempo libre, principalmente porque no disponen de ese tiempo (22%), porque tienen poco interés (15%) o porque no les gusta realizarla (7%). (Víctor J. Quevedo-Blasco; Raúl Quevedo-Blasco; Mª Paz Bermúdez, 2009)

La definición que me queda es que la actividad física en los jóvenes y niños está siendo muy baja gracias a que dedican su tiempo a otras cosas y por otro lado es que no les interesa realizar ningún tipo de actividad física.

**1.2 DEPORTES**

**Wikipedia define deporte como** El **deporte** es todo tipo de actividades físicas que, mediante una participación, organizada o de otro tipo, tengan por finalidad la expresión o la mejora de la condición física y psíquica, en desarrollo de las relaciones sociales o el logro de resultados en competiciones de todos los niveles. Se diferencia del [juego](https://es.wikipedia.org/wiki/Juego) principalmente en la preparación y capacitación necesarias para su desarrollo, ya que el juego no requiere una preparación específica para su ejecución.

En este trabajo se exponen, en primer lugar, unas consideraciones generales sobre el proceso de socialización del niño/a través del deporte, resumiendo las posturas que consideran al deporte como un entorno positivo, negativo o neutro en el proceso de socialización infantil. A continuación, se describen una serie de investigaciones llevadas a cabo por el equipo de Psicología del Esporte de la Universidad Autónoma de Barcelona sobre valores, actitudes y conductas relacionadas con el fairplay en futbolistas jóvenes y profesionales, utilizando entrevistas, cuestionarios y registros de observación. Por último, se describen algunas de las posibles causas del deterioro del fairplay en las competiciones infantiles y unas recomendaciones generales para entrenadores, padres y organizadoras de competiciones infantiles, a fin de que estas constituyan un entorno saludable para los niños y niñas. (Cruz, 1996)

**MARCO HISTORICO**

A lo largo de la historia el deporte ha evolucionado y ha pasado por muchos obstáculos como el covic-19 que obligo a una pausa en todos los deportes, pero eso ha sido obstáculo para que con el pasar del tiempo las personas se interesen en el deporte y se ha demostrado que el deporte ayuda a los niños desde temprana edad y los impulsa a tener una vida más activa y cuando envejezcan tengan menos probabilidad de tener alguna enfermedad, el deporte en la vida de algunas personas tiene un impacto positivó ya que en más de un caso se ha visto que les ayuda con problemas de estrés, ansiedad, depresión etc…

**MARCO LEGAL**

Ley 181 de enero 18 de 1995 por el cual se dictan disposiciones para el fomento del deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la Educación Física y se crea el Sistema Nacional del Deporte. La cual habla sobre el deporte y el fomento del deporte desde temprana edad. (<https://www.mineducacion.gov.co/1621/articles-85919_archivo_pdf.pdf>)

**LEY 934 DE 2004 (diciembre 30) por la cual se oficializa la Política de Desarrollo Nacional de la Educación Física y se dictan otras disposiciones. La cual reconoce la actividad física en algo importante para las personas.**

**(https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma.php?i=15592#:~:text=Ordena%20la%20adopci%C3%B3n%20y%20el,en%20%C3%A1reas%20afines%20de%20las)**