

Original Recibido: 28/05/2023 | Aceptado: 30/08/2023

Beneficios del deporte para el desarrollo de la autoestima en estudiantes incluidos.

Benefits of sport for the development of self-esteem of students included.

Sandra Ramírez Hernández, *Licenciada en Educación en la especialidad Pedagogía-Psicología, Máster en Educación Especial. Profesor Asistente. Dirección Provincial de Educación, Pinar del Río, Cuba.*

[\[sandrarh435@gmail.com\]](mailto:sandrarh435@gmail.com) 

Arlena González Medina, *Licenciada en Educación en la especialidad Pedagogía-Psicología, Psicóloga del Centro de Diagnóstico y Orientación. Dirección Municipal de Educación, Pinar del Río, Cuba.*

[\[agmedina2296@gmail.com\]](mailto:agmedina2296@gmail.com) 

Lizmary Feriz Otaño. *Doctora en Educación. Universidad Estatal de Guayaquil, Ecuador.*

[\[lizmary.ferizo@ug.edu.ec\]](mailto:lizmary.ferizo@ug.edu.ec) 

Resumen

La práctica sistemática de deportes es reconocida mundialmente por sus múltiples beneficios en diferentes áreas de la personalidad, la que se asienta y edifica, sobre dos tipos de procesos básicos: los del conocimiento o cognitivos y los de las emociones o afectivos. La educación de las nuevas generaciones está llamada a la formación de personalidades integrales dirigida hacia ambos aspectos de ahí que lograr el desarrollo de una autoestima predominantemente positiva sea un propósito a alcanzar para los profesionales en función de la formación pedagógico deportiva, pues es la autoestima la formación psicológica capaz de influir positiva o negativamente, entre otros aspectos, en el comportamiento de los estudiantes lo que se ve reflejado en el aprendizaje de los mismos, sobre todo en aquellos que se encuentran incluidos en la enseñanza general, por presentar necesidades educativas especiales asociadas o no a una discapacidad. En tal sentido el artículo presenta un estudio acerca de los beneficios de la práctica sistemática de deportes en el desarrollo de una adecuada autoestima en estudiantes incluidos. Para ello se utilizaron métodos teóricos como el histórico-lógico, la inducción y la deducción, el análisis y la síntesis;



métodos empíricos como el análisis documental, la entrevista, la observación y el diferencial semántico; y técnicas estadísticas como el análisis porcentual. Entre las principales limitaciones se encuentran la no proyección sistemática y planificada de actividades deportivas que garanticen un adecuado comportamiento de estudiantes incluidos a partir del desarrollo de su autoestima.

Palabras clave: autoestima; práctica de deporte; estudiantes incluidos.

Abstract

The systematic practice of sports is recognized worldwide for its multiple benefits in different areas of the personality, which is based and built on two types of basic processes: those of knowledge or cognitive and those of emotions or affective. The education of the new generations is called to the formation of integral personalities directed towards both aspects, hence achieving the development of a predominantly positive self-esteem is a purpose to be achieved for education professionals, since self-esteem is the psychological formation capable of positively or negatively influence, among other aspects, the behavior of students, which is reflected in their learning, especially in those who are included in general education, due to presenting special educational needs associated or not with a disability. In this sense, the article presents a study about the benefits of the systematic practice of sports in the development of adequate self-esteem in included students. For this, theoretical methods such as historical-logical, induction and deduction, analysis and synthesis were used; empirical methods such as documentary analysis, interview, observation and semantic differential; and statistical techniques such as percentage analysis. Among the main limitations are the non-systematic and planned projection of sports activities that guarantee an adequate behavior of students included from the development of their self-esteem.

Keywords: self-esteem; sports practice; students included.

Introducción

El deporte representa hoy una alternativa eficiente ante las situaciones que se presentan en los contextos educativos. Su práctica sistemática demuestra que no solo brinda beneficios para la salud física



sino también para la salud emocional. Wickman et al., (2018) y Hernández y Reinoso (2022), manifiestan que el deporte para muchos estudiantes puede llegar a tener grandes repercusiones en sus identidades, por lo que se considera que practicarlo constituye una preparación para la vida como adulto.

De acuerdo con Navarro, et al., (2019) el contexto de la práctica deportiva permite el desarrollo de valores personales como la autoestima, la capacidad de esfuerzo o la constancia, y de valores sociales como la cooperación, el respeto o la solidaridad, especialmente en la infancia y adolescencia. La actividad física y el deporte ofrecen a los niños y adolescentes un espacio adecuado para potenciar aspectos personales y sociales como la pertenencia a un grupo, o la posibilidad de demostrar la capacidad para conseguir logros. (Peña y Cáceres, 2020)

Soler y Colás (2020), confluyen que la práctica sistemática de deportes potencia sentimientos de pasión, confianza en sí mismo, alegría, armonía y equilibrio emocional; lo que fomentará el logro de una conciencia social del papel del grupo en las relaciones interpersonales, algo necesario para potenciar una adecuada autoestima.

Para muchos estudiantes incluidos en la enseñanza general, la relación con sus coetáneos se ve afectada; lo que trae consigo en muchos casos, deterioro en su autoestima. Las consecuencias de la baja autoestima son tan diversas como perjudiciales, los estudiantes se sienten menos que sus coetáneos, sienten que su desempeño siempre se encuentra por debajo de lo esperado y que su esfuerzo nunca es suficiente; son inseguros, tienen poca confianza en sí mismos, no resisten perder, lo que se reflejan en un comportamiento inadecuado, en muchas ocasiones manifiesto en perretas o manifestaciones de agresividad. (Santos, 2019)

Una autoestima dañada también incide negativamente en los procesos de aprendizaje, el estudiante llega a estar convencido de que las cosas nunca le salen bien. Algo muy lamentable es que como consecuencia de la baja autoestima, la ejecutoria, lo que el sujeto es capaz de hacer, no alcance la calidad



esperada, o sea deficiente, existiendo sin embargo las potencialidades para un buen desempeño del mismo. (Marín, 2019)

Sin lugar a dudas este comportamiento frena o deteriora el desarrollo de la personalidad, este último constituye el fin de la Política Educacional Cubana; por lo que se hace necesario que los estudiantes se quieran, sean capaces de comprenderse a sí mismos, autoapreciarse, de elegir por sí mismos y resolver sus propios problemas.

En este sentido, los docentes y padres deben cumplir un rol fundamental orientador, no solo en lo cognitivo sino en la parte emocional, para así trabajar la autoestima y el autoconcepto en la escuela y la casa y que se favorezca la percepción emocional en el amor a uno mismo, influenciado en gran medida, por la relación que se mantiene con los demás. (Merino y Mora, 2022)

Se reconoce así que la función principal del docente es la de educar y ser quien brinde conocimientos. En la actualidad, cada vez más, se observa que el docente juega un papel importante en la motivación, convirtiendo su función en algo más que ser quien brinde conocimientos, sino también es un educador emocional al brindar consciente o no, elementos emocionales y afectivos (Rengel y Calle, 2020); de ahí su búsqueda incesante de alternativas en función del bienestar de sus estudiantes.

La educación no solo puede estar referida al aspecto cognitivo sino también al afectivo cuando de formar personalidades integrales capaces de transformar el medio se trata. De ahí que la tenencia de una autoestima elevada contribuya considerablemente en este sentido, máxime cuando está ligada a estudiantes incluidos. Por tanto, le corresponde al docente como orientador de primera instancia, apoyar a estos estudiantes no solo en lo relativo a sus procesos de aprendizaje; sino es muy importante que ellos aprendan a autoconocerse, a apreciar sus virtudes, cualidades y en correspondencia con ellos a autoapreciarse. (Vergara et al., 2021)

Un estudiante con autoestima predominantemente positiva (APP) actuará independientemente, asumirá sus responsabilidades, afrontará nuevos retos con entusiasmo, estará orgulloso de sus logros,



demostrará amplitud de emociones y sentimientos, tolerará bien la frustración y se sentirá capaz de influir en otros. (Tacca et al., 2020)

En tal sentido se hace necesario ver el deporte social y la Educación Física como espacios para la construcción de nuevas formas de hacer sociedad desde la perspectiva de quienes son y/o han sido víctimas del conflicto. Es necesario entonces reflexionar sobre la forma como el docente se prepara para asumir este reto, lo cual demanda una transformación de la educación. (Merino y Mora, 2022)

De ahí que el presente artículo tiene como objetivo socializar los resultados del estudio realizado sobre los beneficios del deporte en el desarrollo de la autoestima de estudiantes incluidos.

Materiales y métodos

El estudio se llevó a cabo en el semi-internado Pablo de la Torriente Brau del municipio Pinar del Río en el período comprendido entre marzo 2022 y mayo 2023. En dicho centro existen cinco estudiantes incluidos del primer y segundo ciclo, los que se encuentran en orientación y seguimiento por el Centro de Diagnóstico y Orientación; durante la investigación se trabajó con toda la población.

El estudio que se presenta se sustentó en el método materialista dialéctico el cual permitió estudiar el desarrollo del objeto de estudio desde un punto de vista histórico, cultural y social. La investigación se apoyó además en los métodos científicos del nivel empírico como el histórico-lógico, la inducción y la deducción, el análisis y la síntesis lo que permitió la sistematización de los antecedentes históricos y referentes teóricos en el estudio de la influencia del deporte en la autoestima y su incidencia en el comportamiento de los estudiantes en diferentes momentos históricos. Además se utilizaron métodos empíricos como el análisis documental, la entrevista, la observación y el diferencial semántico (DS); y técnicas estadísticas como el análisis porcentual para el procesamiento de la información relativa al objeto de estudio.

La observación científica permitió constatar el estado del comportamiento de los educandos en diferentes actividades desarrolladas en los distintos contextos de actuación, algunas de ellas vinculadas al



deporte, lo que permitió hacer un análisis comparativo de sus comportamientos. La entrevista a profesores y familiares se realizó con el propósito de obtener información sobre las cualidades que externamente manifiestan los educandos y además para constatar el nivel de conocimiento que estos poseen sobre los beneficios del deporte para el desarrollo de una autoestima adecuada. El análisis de documentos se utilizó en el estudio de la trayectoria estudiantil de los estudiantes y en qué etapa del desarrollo comenzaron a presentar dificultades en la autoestima, además se comprobaron las estrategias de atención educativa de estos educandos y los proyectos de grupo e institucional para comprobar el aprovechamiento adecuado de la práctica sistemática de deportes en función del desarrollo de su autoestima.

El DS permitió determinar el estado de la autoestima de los estudiantes, utilizando como dimensiones: el esquema corporal; la potencia cognoscitiva; los valores sustentados; los proyectos o planes de acción con relación a las propias perspectivas temporales y la capacidad de relacionarse con los otros.

Como métodos estadísticos - matemáticos se aplicó la estadística descriptiva, de ella el análisis porcentual y la sumatoria.

Análisis y discusión de los resultados

Luego de la aplicación e interpretación de las técnicas aplicadas y de su triangulación, se pudo constatar que los cinco estudiantes incluidos poseen una autoestima predominantemente negativa (APN), lo que se manifiesta en su comportamiento con diferentes manifestaciones de agresividad, inseguridad, impulsividad, negativismo; son poco creadores, autocríticos en demasía, no se respetan a sí mismos, y además se dejan guiar y manipular por el criterio de otros estudiantes, aspectos que identifican una autoestima predominantemente negativa de los estudiantes.

De los cinco estudiantes ninguno tiene autoestima predominantemente positiva, solo dos de ellos (40%), refieren satisfacción por sus cualidades en un área que es el esquema corporal, área que trata de aquellas cualidades personales (físicamente) que tienen. (Ver Tabla 1)



Tabla 1.

Estudiantes	EC (12-20)	PC (15 -25)	VS (15 -25)	PPAPPT (9 - 15)	CRO (21 - 35)	Total	Tipo de autoestima
1	9	11	12	4	9	45	APN(subvaloración)
2	24	11	7	5	8	55	APN(subvaloración)
3	15	11	2	9	9	46	APN(subvaloración)
4	15	22	23	18	45	123	APN(sobrevaloración)
5	7	11	9	7	13	47	APN(subvaloración)
Total (APP)	2	1	1	1	0		

Resultados

del

Diferencial

semántico.

Fuente: Elaboración propia

Leyenda:

- El esquema corporal (EC).
- La potencia cognoscitiva (PC).
- Los valores sustentados (VS).
- Los proyectos o planes de acción con relación a las propias perspectivas temporales (PPAPPT).
- La capacidad de relacionarse con los otros (CRO).

Según la guía de observación aplicada los cinco estudiantes mantienen buena higiene personal, usan correctamente el uniforme y mantienen buenos hábitos higiénicos, por lo que no existen dificultades en el esquema corporal, tres de ellos para un 60% son capaces de hacer las actividades que se les encomiendan aunque con muchas dificultades por lo que necesitan de niveles de ayuda, el resto no las hacen, solo uno de los estudiantes (20%) trabaja de forma independiente en sus tareas y aunque hace el intento por buscar soluciones creadoras para resolver los problemas, no lo logran, por lo que tienen dificultades en la potencia cognoscitiva.

Dos de ellos para un 40% son solidarios con sus compañeros, el resto son poco compartidores tanto de objetos materiales como de relaciones de intercambio y comunicación. Ninguno de ellos (100%)



respetan el criterio de los demás, pues todos intentan hacer prevalecer sus criterios por encima del de los demás lo que provoca riñas, discusiones entre ellos y otros miembros del grupo; lo que evidencia dificultades para la comunicación y relación con los otros. No obstante, son estudiantes responsables, honestos, el 40% se muestra optimista, con proyectos para el futuro, pero con poco desarrollo para decidir por sí mismos, aspecto este último que se corresponde con las características de la edad.

Todos estos educandos presentan dificultades en el aprendizaje, en tanto no responden cuando se les pregunta, se entretienen con frecuencia y molestan a los demás mientras los profesores están dando sus clases. Con frecuencia el 100% participa en las actividades que planifican en el grupo tanto dentro como fuera del centro, sin embargo, el comportamiento de tres de ellos (60%) no es el adecuado. El 100% de la muestra siente inclinación por las actividades deportivas, mas en estas no son intencionadas acciones que fomenten una adecuada autoestima.

En la entrevista aplicada a los docentes, estos refieren conocer los beneficios del deporte, mas no conocen cómo desarrollar la autoestima a través de la práctica sistemática de deportes. Con relación a estos estudiantes se obtuvo la siguiente información, el 100% de los estudiantes mantienen buenos hábitos de higiene personal y colectiva, solo dos estudiantes para un 40% cuida su base material de estudio y mantienen organizado su puesto de trabajo, en tanto solo ellos al decir de todos los docentes entrevistados tienen forrados sus libros y libretas y no utilizan posturas incorrectas cuando conversan en un pasillo o dentro del aula, al resto (60%) hay que regañarlos con frecuencia por poner los pies en la pared sentarse sobre las mesas y gritar por las ventanas con estas en movimiento para llamar la atención de quien llama.

Dos de estos estudiantes cumplen con las actividades que se le encomiendan sobre todo si no son tareas escolares, estas últimas la mayoría de las veces ninguno las hace y si se les revisa el día que la hacen está mal.

Existen diferencias en los criterios dados por los docentes en cuanto a la toma de decisiones, solo hay coincidencia en que uno (20%) de los estudiantes toma decisiones, sin embargo, todos coinciden en



que eso es cuando se trata de hacerlo en el aula porque no ocurre igual cuando está con sus compañeros, los que lo hacen hacer cosas desagradables. Dos de esos estudiantes se muestran cooperadores y solidarios con los maestros pero no son así con sus compañeros. Todos los docentes coinciden en que son estudiantes responsables pero referidos a no dejar regadas sus cosas, los libros, entre otras.

El total de los docentes coinciden en que estos estudiantes no respetan el criterio ajeno o solo hacen prevalecer el suyo, excepto dos de ellos que sí lo hacen cuando los profesores son los que opinan, al menos cuando están en frente de ellos. Manifiestan además que tres de estos estudiantes se muestran optimista para solucionar los problemas cuando estos no son problemas matemáticos sobre todo y si no se dan por vencidos fácilmente. Dos de ellos son sociables y comunicativos y a estos mismos dos les gusta llevarse bien con sus compañeros, el total de ellos son muy expresivos tanto dentro como fuera del aula y también en clases.

En el análisis de documentos se evidenció, que aun cuando constituye una problemática evidenciada en el diagnóstico de los estudiantes, no existe una planificación sistemática, planificada e intencionada al desarrollo de la autoestima de los estudiantes incluidos con el aprovechamiento de las oportunidades que brinda el deporte.

En este sentido se hace necesario una propuesta de solución desde la vía científica que posibilite el desarrollo de una autoestima adecuada en estudiantes incluidos, a partir de la práctica sistemática de diferentes deportes. Las actividades a desarrollar se deben ajustar al funcionamiento interno de la escuela, preferiblemente después del horario de clases, con una frecuencia mensual y una duración de una hora; deben ser flexibles, dinámicas, prácticas y con la utilización de un lenguaje claro y asequible para todos. En ellas participan activamente docentes y familias de estos estudiantes, indistintamente son invitados estudiantes conocidos y no conocidos por ellos, así como especialistas en autoestima y práctica de deportes respectivamente, logrando conformar en cada sesión 2 equipos diferentes.

Las principales temáticas están relacionadas con:



Actividad 1: competencia ajedrez que permita desarrollar cualidades positivas que contribuyan a la formación de una autoestima predominantemente positiva, lo que posibilita entrenar la lógica, la concentración, la memoria y la tenacidad, además activa la creatividad, el pensamiento y el autocontrol.

Actividad 2: competencia de fútbol que propicie manifestaciones emocionales y del comportamiento adecuadas mediante el logro de una conciencia social del papel del grupo en las relaciones interpersonales.

Actividad 3: competencia de ejercicios de marcha, carrera, salto, lanzamiento que permita desarrollar habilidades para relacionarse adecuadamente con los compañeros mediante la reflexión grupal.

Actividad 4: competencia de béisbol que permita desarrollar la capacidad de tomar decisiones a partir de las cualidades que se poseen, favoreciendo además el desarrollo del autocontrol ante el éxito y el fracaso.

Actividad 5: desarrollar una tabla gimnástica que permita tomar conciencia de los valores que posee cada estudiante. En esta se integran todos los participantes.

La evaluación de las actividades se llevará a cabo a partir de los resultados obtenidos en cada sesión, lo que permitirá medir el impacto en el propio desarrollo y modificar los procedimientos de ser necesario.

Discusión

La inclusión educativa, es hoy una aspiración de todos los sistemas educativos y no podría ser de otra manera si aspiramos a que la educación, realmente, contribuya al desarrollo de sociedades más justas, democráticas y solidarias.

Al hablar de inclusión y autoestima no es el hecho de incluir a un individuo a cierto grupo social, porque por el simple hecho de ser insertado al sistema escolar su autoestima se mantendrá normal o bajará; todo depende del trato emocional con el que se está trabajando en la institución y las estrategias cognitivas de aprendizaje que crean autovaloración e independencia en el estudiante. El sentirse capaz de ser o hacer algo es suficiente para que este grupo social se adapte al ambiente escolar. (Castro et al., 2020)



Varios aspectos como la modernidad, los estereotipos y la moda influyen en los niños y vulneran el constructo sobre sí, desarrollando conductas que pueden evitarse con el correcto abordaje. Por ello, el conocimiento acerca de la educación emocional es importante, porque contiene diferentes ámbitos que abarcan el tema, uno de ellos es el autoconcepto y la autoestima, puesto que son importantes para el éxito y fracaso de uno mismo y la relación que se forme con los demás. (Senín et al., 2019)

Desde este punto de vista se hace necesario tener en cuenta los beneficios de la práctica de deportes en el desarrollo de una adecuada autoestima en estudiantes incluidos. Por ello a pesar de que determinados déficits (físicos, psíquicos o sensoriales) conducen a dificultades en el aprendizaje motriz necesario para la actividad deportiva, éstas puedan ser realizadas si se ajustan las acciones educativas a partir de las particularidades de los estudiantes (Palacio et al., 2020); principalmente los que presentan necesidades educativas especiales asociadas o no a una discapacidad.

Los educandos que representan en deporte a los centros educativos asumen una responsabilidad extra que en los mejores casos suele ser apoyada desde la organización escolar, otorgando al educando algunas facilidades y flexibilidad en las tareas curriculares. (Tapia, 2021)

Para la retroalimentación de este trabajo se tuvieron en cuenta algunas obras que de alguna forma experimentan puntos de coincidencia con el presente estudio. Dentro de estas investigaciones figuran Legrá y Legrá (2021) quienes proponen actividades físico-recreativas para potenciar la atención de estudiantes que presentan una conducta agresiva, lo cual desarrolló a partir de un sistema de talleres. De forma general fueron muy orientadores algunos trabajos investigativos que ayudaron a confirmar que realmente produce impactos muy positivos la práctica deportiva, destacándose la investigación de Navarro et al., (2019) relacionada con las conductas prosociales de escolares de educación primaria y la influencia de los juegos cooperativos.

Conclusiones



Con relación al desarrollo de la autoestima de los estudiantes incluidos del seminternado Pablo de la Torriente Brau en Pinar del Río, se evidencia un desarrollo inadecuado, reflejándose en la insatisfacción que poseen los estudiantes por sus cualidades. En cuanto a la relación entre el deporte y el desarrollo de una adecuada autoestima se demostró la importancia de la práctica de deportes en la disminución de los estados de tensión y ansiedad; además no solo favoreció el rendimiento académico, sino también que permitió alcanzar la disciplina necesaria para alcanzar otros objetivos personales.

En este estudio los conceptos abordados muestran que existe una relación entre autoestima adecuada y la práctica de deportes que favorece de forma positiva al proceso de inclusión de estudiantes con necesidades educativas especiales asociadas o no a una discapacidad, de esta manera se minimizan las barreras que estos puedan presentar en el aprendizaje y la participación social.

Referencias bibliográficas

- Castro, L., García, C., López, R. (2020). Exclusión social, inclusión política y autoestima de jóvenes en pobreza, Monterrey, México. *Revista de Ciencias Sociales (RCS) FCES – LUZ*, ISSN: 1315-9518, ISSN-E: 2477-9431. Vol. XXVI, No.1, pp. 38-50
- Hernández, J. y Reinoso, I. (2022). Las concepciones morales de José Martí acerca de la Educación Física, el Deporte y la Recreación. *PODIUM - Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física*, 17(3), 1255-1268. Recuperado de <https://podium.upr.edu.cu/index.php/podium/article/view/1031>
- Legrá, A. y Legrá, A. (2021). Actividades físico-recreativas para potenciar la atención de los estudiantes de segundo año del politécnico Protesta de Baraguá que presentan una conducta agresiva. *Revista Observatorio de las Ciencias Sociales en Iberoamérica*, ISSN: 2660-5554, Vol 2, Número 10, pp. 120-135. En línea: <https://www.eumed.net/es/revistas/observatorio-de-las-ciencias-sociales-en-iberoamerica/ocsi-mayo21/actividades-fisico-recreativas>



- Marín A. (2019). Dependencia emocional y autoestima: relación y características en una población de jóvenes limeños. *CASUS*. 4(2).85-91. DOI: 10.35626/casus.2.2019.176
- Merino, R., y Mora, J. (2022). La hibridación de los modelos pedagógicos de aprendizaje cooperativo y educación aventura como estrategia didáctica para la mejora de la convivencia y la gestión de conflictos en el aula: una experiencia práctica desde las clases de educación física. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (43), 1037-1048.
- Navarro, R., Lago, J., Basanta, S. (2019). Conductas prosociales de escolares de educación primaria: influencia de los juegos cooperativos. *SPORT TK: Revista Euroamericana de Ciencias del Deporte*, vol. 8 n.º 2, (Supl. 1). Monográfico: Tendencias de Investigación en Educación Física, 33-38. ISSN edición web <http://revistas.um.es/sportk>: 2340-8812
- Palacio, D., Anoceto, O. y Padrón, Á. (2020). Talleres de preparación teórica metodológica para la adaptación de las tareas motrices de escolares con limitaciones físico-motoras. *Mundo FESC*, 10(1), 134-144. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7490169>
- Peña, Y. y Cáceres, J. (2020). Adaptaciones curriculares para la prevención de trastornos de la conducta desde la Educación Física escolar. *OLIMPIA*. Publicación científica de la FCF, Universidad de Granma, Cuba. ISSN: 1817-9088. RNPS: 2067 Vol. 17
- Santos, J. (2019). Psicoterapia para desarrollar autoestima en niños de 4 a 7 años. *Revista Cubana de Educación Superior*. RNPS: 2418, ISSN: 2518-2730, vol.38 no. Especial.
- Senín, C., Santos, J. y Rodríguez, J. (2019). Factor structure and psychometric properties of the Spanish version of the Body Image Avoidance Questionnaire (BIAQ). *Eating and Weight Disorders-Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*, 1-10. <http://www.rces.uh.cu/index.php/RCES/article/view/328/368>
- Soler, R y Colás, A. (2020). El tratamiento socioeducativo de los trastornos afectivos conductuales. Un imperativo para el logro de la inclusión social. *Revista Caribeña de Ciencias Sociales*, ISSN 2254-7630 (agosto 2020). En línea:



<https://www.eumed.net/rev/caribe/2020/08/trastornos-afectivos.html>

Tacca, D., Cuarez, R. y Quispe, R. (2020). Habilidades Sociales, Autoconcepto y Autoestima en Adolescentes Peruanos de Educación Secundaria, *International Journal of Sociology of Education*, 9(3), 293-324 <http://doi.org/10.17583/rise.2020.5186>

Tapia, I., Orellana, N., Mujica, F., (2021). Indisciplina y valores morales de alumnado escolar. EmásF, Revista Digital de Educación Física. Año 12, Num. 69 (marzo-abril de 2021) <http://emasf.webcindario.com>

Vergara, N., Fuentes, A., Gonzales, H., Cadagan, C., Morles, S., Poblete, C., Poblete, CE., (2021). Efecto de la danza en la mejora de la autoestima y el autoconcepto en niños, niñas y adolescentes: Una revisión. *Retos*, 40, 385-392. ISSN: Edición impresa: 1579-1726. Edición Web: 1988-2041 <https://recyt.fecyt.es/index.php/retos/index>

Wickman, K., Nordlund, M., y Holm, C. (2018). The relationship between physical activity and self-efficacy in children with disabilities. *Sport in Society*, 21(1), 50-63. <https://doi.org/10.1080/17430437.2016.1225925>

