

**ADOLESCENCIA, DEPORTE
Y OCIO:
ANÁLISIS Y REFLEXIÓN**

Isaac J. Pérez López

El punto de partida de este trabajo son dos realidades de la sociedad actual sobre las que han llamado la atención en reiteradas ocasiones diversos autores ante la necesidad de ser atendidas debido a la problemática que representan hoy día:

1. Por un lado, habría que destacar que, a pesar de la enorme proyección que a su vez tiene en la actualidad el mundo de la actividad física y el deporte, se está produciendo una evolución negativa de los hábitos de ocio y tiempo libre de los adolescentes (Martínez-González y cols., 2001), en perjuicio de la realización de actividades físico-deportivas. Éstas están quedando relegadas a un segundo plano por el fuerte protagonismo y atractivo que acaparan muchas otras de menor implicación física, y que podríamos denominar “actividades de sillón”, como las videoconsolas, Internet, la propia televisión, etc. □

De hecho, *“los informes sobre consumos culturales ponen de manifiesto que los niños y adolescentes dedican más tiempo a los medios audiovisuales que a cualquier otra oferta de ocio. Las horas destinadas a ver la televisión, jugar con los videojuegos o escuchar música se han triplicado con respecto a las empleadas en leer o practicar algún deporte”* (Arroyo, 2001:77). Circunstancia que está dando lugar a que el sedentarismo sea ya un hecho consumado en nuestro país, como demuestra la Encuesta Nacional de Salud (2001, 2003), García Ferrando (1997, 2001) o Mendoza (2000), entre otros muchos. Y no, como sucedía en años anteriores, un simple temor al que quizás en un futuro no muy lejano se podía llegar; con los riesgos sobre la salud que este hecho conlleva.

Mendoza (1995) ha señalado una serie de posibles causas que podrían explicar el descenso paulatino de la práctica de la actividad físico-deportiva (AFD). Entre ellas destacan:

- La escasa importancia de la E.F. dentro del currículum escolar. □
- El planteamiento psicopedagógico de la E.F., el cual no parece haber favorecido la incorporación de la práctica físico-deportiva al estilo de vida del alumnado.
- Que practicar deporte no es un valor tan importante como otras muchas conductas más sedentarias, tales como tener un buen coche, un televisor, estar conectado a Internet, etc.
- La familia tradicional española no se caracteriza por ser físicamente activa, lo que limita la presencia de modelos a imitar. □
- La denominada moda juvenil ha suplantado al juego infantil. □
- Etc.

2. Por otro lado, si la sociedad del bienestar que impera en la actualidad, además, se caracteriza por algo en especial es por la *búsqueda* acrítica de la salud. El auge del concepto de salud actualmente ha tomado tintes de “salutismo” (o inducción de creencias distorsionadas sobre la salud), y mercantilismo (Devís, 2000), apoyados principalmente por los medios de comunicación, que como muy bien indica Watt, se convierten en “sutiles” mediadores de la percepción del mundo. Dejando de lado la práctica regular de actividad físico-deportiva, cuando por todos es sabido que ésta está asociada con la mejora de la salud y la reducción del riesgo de todas las causas de mortalidad.

Ante dicha situación, no es extraño preguntarse qué es lo que falla, pues llama la atención que el número de practicantes no sea más elevado, sobre todo cuando es conocido el interés que despierta y los grandes beneficios que aporta la práctica físico-deportiva.

De hecho, los datos del proyecto AVENA así lo atestiguan. Este proyecto es un estudio multicentro realizado en cinco ciudades españolas: Granada, Madrid, Santander, Zaragoza y Murcia, con la finalidad de evaluar la situación actual de los adolescentes españoles a través de múltiples variables relacionadas con la salud. Correspondiendo a Granada, entre otros apartados, el de actividad física.

En primer lugar, ante la pregunta sobre el grado de interés que los adolescentes manifiestan tener hacia la AFD, el valor alcanzado supera el “2” (exactamente se sitúa en el 2,33), sobre un máximo de 3, lo que indica que el interés que despierta en ellos es alto.

Al expresar dicho resultado en porcentajes (gráfico 1), no deja lugar a la duda de que el ítem con mayor índice de respuesta fue el de “mucho” (con un 46,6%). A este valor habría que añadir, además, el resultado de aquellos otros que afirman tener también “bastante” interés, y que representan algo más de un 40%.

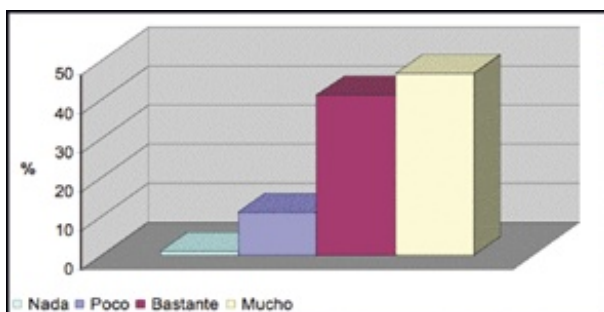


Gráfico 1. Interés de adolescentes españoles por la AFD

En cambio, cuando se les pregunta a los adolescentes españoles sobre si realizan AFD fuera del horario escolar (gráfico 2), estos afirman que sí en un porcentaje total del 67%, frente al 33% de aquellos que se manifiestan inactivos.

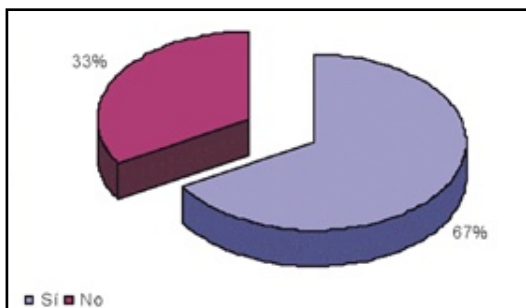


Gráfico 2. Nivel de práctica de AFD de adolescentes españoles

Sin embargo, a pesar de que estos resultados no parezcan demasiado alarmantes, el principal problema reside en que solamente el 54% de los sujetos activos realiza su actividad 3 ó más veces por semana (que es la frecuencia óptima recomendable para ser considerada como saludable, y realmente beneficiosa), mientras que el resto la lleva a cabo con una frecuencia de 2 días semanales, o inferior. Y, todo ello, sin tener en cuenta la duración e intensidad de la actividad realizada, lo cual reduciría aún más dicho porcentaje. Es más, la distribución de porcentajes por edades revela también que los adolescentes españoles van disminuyendo su nivel de práctica conforme aumentan de edad, en un porcentaje superior al 15%, desde los 13 a los 17 años, lo que acrecienta la problemática al inicio de la edad adulta. Manteniéndose, además, la habitual diferenciación por género, pues los chicos superan en cerca de un 30% a las chicas en el nivel de práctica.

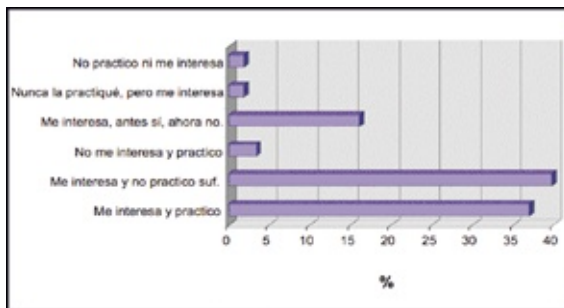


Gráfico 3. Relación del interés por la actividad de AFD y el nivel de práctica de adolescentes españoles

En este sentido, cuando relacionamos las 2 preguntas anteriores, es decir, el interés por la AFD con el nivel de práctica de los sujetos (gráfico 3), el resultado que se desprende de su análisis revela que, una vez más, el interés que manifiestan los adolescentes no se corresponde con el nivel de práctica que desarrollan habitualmente, pues la opción que se alzó con un mayor porcentaje es la de “me interesa pero no practico lo suficiente”, situándose cerca del 40%.

En cuanto a los principales motivos de práctica que llevan a los adolescentes a realizar AFD fuera del horario escolar, es preciso destacar, a nivel global, la gran diferencia del primero de los motivos, “por diversión” (con un 63,3%), respecto al resto. A él le sigue, en segundo lugar, “por hacer ejercicio”, con un 19,2%. A partir de aquí los porcentajes ya se fraccionan de un modo más homogéneo, aunque con una ligera diferencia a favor de “estar con los amigos” (7,3%) y porque “me gusta” (con un 6,3%).

Resulta evidente, por tanto, que el principal factor de seducción a la hora de practicar AFD en horario extraescolar es “la diversión”. Este hecho tiene, y deberá tener, grandes implicaciones en las prácticas escolares cotidianas de E.F., pues está demostrado que debe ser uno de los elementos principales, siempre y cuando se pretenda “enganchar” a los alumnos para que sigan desarrollándola fuera del horario escolar.

Por contra, los motivos que han provocado que los encuestados abandonaran en un momento dado la práctica físico-deportiva se reparten, principalmente, entre “los estudios”, con casi un tercio del porcentaje total (32,6%), “la pereza” (con un 15,3%) y “una lesión”, con un 9,4%. El resto de motivos se encuentran ya muy repartidos, obteniendo porcentajes muy similares.

Y entre las razones que argumentan los adolescentes por las que no realizan ningún tipo de AFD sobresale “la falta de tiempo”, con un porcentaje de respuesta de más de la mitad (un 52,6%), seguido muy de lejos por “la pereza”, con un 11,2%, o “porque no me gusta”, con un 8,8%.

Es curioso comprobar como los motivos por los que los adolescentes no se deciden a realizar actividad física son idénticos a los de aquellos que han abandonado en alguna ocasión la práctica deportiva: 1) “estudios” (o “falta de tiempo”, cuando se le pregunta por qué no realiza ninguna AFD) y, 2) “por pereza”.

Si se hace una lectura positiva de estos resultados, se puede destacar que existe una amplia posibilidad de mejora, pues los argumentos esgrimidos por los encuestados hacen presagiar avances, siempre y

cuando, claro está, se sepa actuar, pues los argumentos: “falta de tiempo” y “pereza” no representan una negación radical a la práctica de AFD sino, más que nada, una deficiente sensibilización por parte de todos aquellos que trabajan en el ámbito de la AFD y, concretamente, de los profesionales de la E.F. escolar, pues en demasiadas ocasiones no han sabido contagiar adecuadamente lo fantástico que es dejarse atrapar por la AFD. Ya que a partir de ese momento, por ejemplo, la falta de tiempo seguramente pase a un segundo plano, debido a que la predisposición, como se ha comprobado anteriormente (entendida como interés hacia la AFD) existe, por lo que “solamente” lo que se deberá hacer es saber aprovecharlo.

Y es que, otra de las variables que se analizaron, y que además obtuvo una correlación positiva con el interés hacia la AFD, fue el grado de satisfacción de los adolescentes encuestados con las clases de E.F. (gráfico 4). Cuanto mayores sean los valores de estas dos variables, junto a un grado mínimo de destreza y autoconcepto (o autoestima) mayor posibilidades de práctica habrá. Es más, éste puede ser el punto de inflexión que provoque que un alto interés acabe traducándose en práctica habitual de AFD o, en cambio, el elemento determinante que rompa la posible transferencia entre ambas. Yuste (2005), por ejemplo, llega a concluir, en la investigación realizada con adolescentes de la Región de Murcia, que la diversión en las clases de E.F. aparece como una variable decisiva de cara a elevar los niveles de actividad física en las adolescentes.

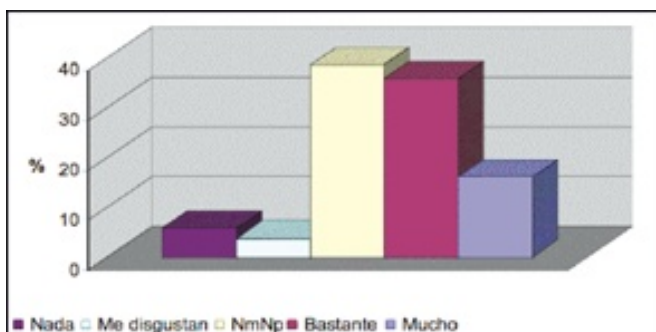


Gráfico 4. Grado de satisfacción con las clases de E.F. de adolescentes españoles.

Sin embargo, no deja de llamar la atención que la valoración media del grado de satisfacción con las clases de E.F. de los adolescentes en el estudio haya sido, simplemente, de “ni me gustan ni me disgustan”, lo que en un análisis inicial lleva a pensar que no se está actuando tan acertadamente como se debiera, o se pueda creer.

Tanta responsabilidad no reside simplemente en la asignatura en sí, sino que, evidentemente, estará mediada o condicionada por el profesor, por su manera de entender la Educación Física y de presentársela al alumnado, ya que la experiencia de los alumnos en las clases de E.F. es determinante para su posterior continuación de forma extraescolar (Casimiro, 2002; García Montes, 1997; Gutiérrez Sanmartín, 2000; Torre, 1998, Yuste, 2005).

Los resultados del estudio de Cervelló y Santos-Rosa (2000) revelan que un aspecto de gran valor en la satisfacción con las clases de E.F. se encuentra en la percepción, por parte del alumnado, de la estructura motivacional que fomenta el profesor. Es más, la diversión se postula como un elemento clave de cara a favorecer el grado de motivación de los sujetos, tanto en el ámbito deportivo como educativo y, por tanto, estará directamente relacionada con el grado de satisfacción con las clases de E.F. De hecho, Ruiz Juan y García Montes (2004) han obtenido resultados significativos, desde un punto de vista estadístico, acerca de la relación que existe entre las variables: valoración de la E.F. recibida, el interés mostrado por los sujetos y las experiencias prácticas personales en su tiempo libre. Éstos llegan a afirmar que *“la educación física recibida, así como la valoración que de ella se tiene incide sobre el interés que la población muestra sobre la AFD, así como para su práctica o no en el tiempo libre”* Ruiz Juan y García Montes, 2004: 10). Un aspecto muy interesante, por tanto, de cara a la planificación de las clases de E.F., será conocer aquellas actividades que más atraen a nuestros alumnos, pues ayudará a aumentar exponencialmente su motivación e interés hacia lo propuesto.

Una premisa que si se debe tener muy clara, además, a tenor de los resultados, es que si se pretende crear hábitos deportivos en los escolares habrá que fomentar las motivaciones intrínsecas, es decir, implicar a los alumnos en criterios de éxitos relativos al dominio de la tarea, como sugiere Cervelló (2000), ya que éstos logran conductas de logro más adaptativas, mejores resultados y persisten más ante las dificultades. Pues la diversión, como se ha comprobado, es con diferencia la principal motivación que reconocen los adolescentes de cara a la realización de AFD. Además, una E.F. centrada en el resultado generará problemas a todos aquellos alumnos que no posean una alta competencia motriz, lo que incidirá en su autoconcepto y, muy posiblemente, en el alejamiento de la práctica extraescolar. Y es que, la búsqueda de un resultado concreto a través de la práctica de AFD, ya sea ganar o mejorar el aspecto físico, por ejemplo, tiene una serie de implicaciones nada positivas en el mantenimiento de dicho hábito, puesto que quienes realizan cualquier tipo de práctica física bajo estas perspectivas acaban

abandonando la actividad que estaban desarrollando, al no lograr el propósito que les llevó a iniciarla (Dishman, 1994; Cervelló, 1996).

En esta línea de trabajo, un factor importante sería que todos los sujetos lograsen experimentar satisfacción (o éxito) en las actividades propuestas en clase (independientemente del nivel de destreza que posean), sin verse excluidos o eliminados. Esto ayudaría a mejorar su autoconcepto, que es la génesis de la autoestima. Y, por medio de ella, se podría facilitar la orientación de las actitudes hacia conductas más saludables, pues correlaciona positivamente con la salud.

Por tanto la constatación de la excelencia motora a través de la realización de test de condición física anacrónicos y descontextualizados en las clases de E.F. debe dar paso, necesariamente, a objetivos mucho más prioritarios en el área como, por ejemplo, llegar a apreciar y valorar las propias connotaciones afectivo-sociales que acompañan a la vivencia de practicar actividad física. En este sentido, es necesario hacer mención a uno de los principales errores de los profesionales de la E.F., que ha acabado redundando en la imagen que la gente tiene de este área, como es que se ha concebido como una meta en sí misma, cuando, en su lugar, ha debido entenderse, “simple” y fundamentalmente, como un *medio* para educar.

El momento histórico en el que nos encontramos requiere que esa escuela transmisiva, con un talante autoritario y enfocada eminentemente al ámbito biológico en E.F., se adapte a las nuevas necesidades y valores de una sociedad para que la anterior concepción de escuela ha quedado obsoleta y sin valor alguno.

No se puede caer en la tentación de formar atletas o entrenar a alumnos (por bien dotados que estén) para la competición. Y más cuando es generalizable el descontento (convertido en queja unánime) por la escasez de horario lectivo que se le otorga a la E.F., y que conlleva una clara imposibilidad de mejorar sustancialmente tanto los niveles de actividad del alumnado como su consecuente mejora orgánica. Por lo que habrá que plantearse objetivos más acordes con las características de la sociedad actual como, por ejemplo, desarrollar hábitos saludables de vida y actividad física.

En este sentido, todo profesor tendrá la posibilidad de elegir entre dos opciones: o darse por vencido y dejarse llevar por la corriente confiando en la Providencia, que es una opción, para qué negarlo. O lo que es o mismo:

- “Adaptar” el alumno a la tarea, es decir, reproducir aquellas actividades que estamos acostumbrados a realizar, y con las que nos sentimos más seguros.

O, por el contrario, “haced de la dificultad (pues hay que reconocer que lo es) una oportunidad”. Es decir:

- Adaptar la tarea al alumno, o dicho de otro modo: tratar de plantear actividades realmente significativas para ellos: indagando, probando e, incluso, equivocándose en más de una ocasión. □

Pues no siempre la distancia más corta entre 2 puntos es la línea recta, ya que a pesar de que se “pierda” más tiempo en conocer realmente a los alumnos, sus gustos, preferencias o actividades que más les motiven, al final todo ello aumentará enormemente las posibilidades de éxito.

El primero de los casos es evidente que representa a aquellos compañeros que deciden no complicarse la vida, o resignarse, y hacer lo de siempre. Lo que difícilmente derivará en la consecución del objetivo planteado. Mientras que en el segundo, y después de todo lo comentado hasta el momento, será necesario buscar nuevos espacios de aprendizaje, que amplíen la acción del profesor de E.F. fuera del ámbito escolar. Para, de este modo, posiblemente, acercarse más e, incluso, alcanzar su objetivo.

Y es que la responsabilidad de todo profesional de la E.F., como educador, consiste en enseñar más allá del presente, es decir, no limitarse únicamente a que los alumnos se ejerciten durante el horario de clase, o durante el tiempo de escolarización, sino para toda la vida. Para ello, será necesario atender a ciertas condiciones de enseñanza que ayuden a prolongar los aprendizajes en el tiempo, mediante la adquisición de hábitos y estrategias que les aseguren una vida saludable, así como la disposición y posibilidad de acceder a una gran variedad de actividades de ocio. Como acierta a decir Serrano (2002:3) *“una nueva era, con nuevos problemas de salud, requiere una nueva forma de pensar”*, por lo que *“la escuela no puede seguir haciendo lo que siempre ha hecho como si nada hubiera cambiado”*. En este sentido, la E.F., y sus profesionales, *“tenemos delante de nosotros todo un reto al que habrá que saber responder”* (Generelo, 1998:328).

Además de la carencia de vivencias recreativas significativas, el deficiente desarrollo de una conciencia crítica (fundamentada en un conocimiento teórico-práctico), que ayude a los adolescentes a discernir con autonomía, también está favoreciendo que éstos se conviertan en una presa fácil de los medios comerciales de masas. Esta situación se ve aún más agravada debido a la *búsqueda* (acrítica) de la salud que se señalaba al comienzo de este trabajo.

Por tanto, si una de las premisas tanto de la escuela como la E.F. es la de atender a las demandas de la sociedad, se hace prioritario hoy día

forjar una cultura de la salud que sea beligerante con el sistema de valores de la sociedad consumista occidental, y con la aparente neutralidad de los gobiernos y sistemas socioeconómicos. La sociedad actual se mueve por la ética del beneficio y del consumo, con pretensiones que nada tienen que ver con la ética de la salud. Sin embargo, paradójicamente, será fundamental no dejar al margen las características particulares tanto de la sociedad como del grupo de edad sobre el que se actúe, a la hora de idear propuestas de intervención que afronten dicha problemática. Y es aquí donde entra en juego la E.F., a quien se le otorga un papel muy importante en este sentido, pues entre los factores que condicionan la salud existen algunos de ellos que pueden ser modificables, destacando la práctica de actividad física y la alimentación.

El creciente interés en torno a la problemática que representa el aumento del sedentarismo en nuestro país, en particular, y a todo lo relacionado con la salud, en general, como es evidente, no ha sido ajeno al ámbito educativo, donde la Educación para la Salud ha ido cobrando cada vez mayor protagonismo dentro del currículum escolar, de cara a desarrollar estilos de vida más saludables en los alumnos. Sin embargo, la problemática descrita anteriormente sigue aún teniendo vigencia en la actualidad, dado que no se ha sabido actuar debidamente (en muchas ocasiones) desde la escuela, o más concretamente desde el área de E.F. Esta situación, como era de esperar, ha provocado que diversos autores hayan levantado la voz abogando por la evolución de la E.F., en un intento de elevar el potencial educativo con el que de hecho cuenta (Devís y Peiró, 1992, 2001; Fraile, 1996, 2003; Fernández Balboa, 2001; López Pastor y cols., 2003; Pérez López y Delgado, 2002, entre otros).

Pero, desgraciadamente, al igual que se pueden encontrar trabajos que han ido marcando el ritmo y el camino por el que ir avanzando (como, por ejemplo, los del propio Fraile o Devís y Peiró), de un gran valor para la puesta en marcha de posteriores investigaciones, también se han realizado múltiples trabajos ante los que, secundando a López Pastor (2000:559), planea la duda de si: *“el crecimiento cuantitativo en torno a la E.F. y salud ha supuesto también una evolución positiva y significativa en los planteamientos y propuestas de dichas publicaciones y, sobre todo, un cambio significativo y profundo en las prácticas escolares cotidianas de E.F.”*. Puesto *“que, en muchas ocasiones se ha producido una simple reproducción del modelo dominante a pesar de que se adoptaran los nuevos discursos. Es decir, el cambio ha sido en el hablar, pero no en el obrar”* (López Pastor, 2000:563). □

Por lo que ante la vertiginosa evolución que está experimentando la

sociedad en los últimos años, la escuela demanda con urgencia, como señala Marcelo (2001), propuestas creativas y novedosas tanto en el trabajo diario de clase como en la relación de la escuela con la sociedad. Pues solamente a partir de ellas se podrán abrir nuevos horizontes que ayuden a actualizar la enseñanza a través de una necesaria renovación de ideas (Miralles, 2005).

Y es que cada vez resulta mayor el distanciamiento existente entre lo que muchos docentes consideran que deberían ser los fundamentos de nuestra cultura y los que los alumnos, por el contrario, consideran. Y, además, la diferencia generacional ya no es el único abismo que existe en muchas ocasiones entre profesor y alumnos sino que, por ejemplo, a él habría que añadir el “abismo digital”, puesto que de un conocimiento centralizado en personas (expertos) y lugares específicos se ha pasado a un conocimiento distribuido, por lo que la distancia entre la escuela tradicional y la escuela que verdaderamente requiere la sociedad actual es tal que de no tomar cartas en el asunto puede llegar a cuestionarse seriamente su lugar en esta sociedad.

Ante esta circunstancia, la figura del profesor juega un papel fundamental. Y en este sentido, la labor del profesional de la E.F. debe reorientarse más hacia otra de igual o mayor valor en la actualidad, como es la de guiar, facilitar o mediar en el aprendizaje de los alumnos, en lugar de ser un mero transmisor de conocimientos o entrenador deportivo. Lo que se dificultará en exceso si no es a partir de lo que para ellos les resulta significativo como, por ejemplo: las actividades en grupo, la música o las Nuevas Tecnologías. En cierto sentido, se podría decir que el ámbito educativo posee una estrecha relación con el marketing, por cuanto debe entenderse como un sistema de intercambio en el que el profesor tratará de conseguir unos objetivos, previamente planificados, pero a través de ofrecerle a los alumnos aquello que a ellos les atrae, o les es significativo, aunque sin caer en un “relativismo lúdico” donde todo vale.

Y junto a todo esto, además, y es aquí donde está lo verdaderamente importante, habrá que tener muy presente que la dimensión afectiva es la llave del éxito educativo. Si se les presta la adecuada atención, y se cultiva desde el convencimiento de su valor, el profesor será realmente consciente de la grandeza de su labor, y los alumnos serán mucho más receptivos a todo lo que éste les presente. Pero esto no será posible si antes la escuela no recupera lo que ha perdido de convivencia, afecto y comunicación, etc. (Feria, 2005)¹.

¹ En la entrevista que el autor realiza a M^a Ángeles Bleda.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Arroyo, I. (2001). La comunicación audiovisual en la escuela. *Cuadernos de Pedagogía*, 300, 77-82.

Casimiro, A. (2002). *Hábitos deportivos y estilo de vida de los escolares almerienses*. Almería: servicio de publicaciones de la Universidad de Almería-Instituto de estudios almerienses.

Cervelló, E. (1996). *La motivación y el abandono deportivo desde la perspectiva de las metas de logro*. Valencia: Servicio de publicaciones de la Universidad de Valencia.

Cervelló, E. y Santos-Rosa, F. (2000). Motivación en las clases de educación física: un estudio de la perspectiva de las metas de logro en el contexto educativo. *Revista de psicología del Deporte*, 9 (1-2), 51-70.

Devís, J. (coord.). (2000). *Actividad física, deporte y salud*. Barcelona: INDE.

Devís, J. y Peiró, C. (1992). *Nuevas perspectivas curriculares en Educación Física: la salud y los juegos modificados*. Barcelona: INDE.

Devís, J. y Peiró, C. (2001). Fundamentos para la promoción de la actividad física relacionada con la salud. En: Devís, J. (coord.). *La educación física, el deporte y la salud en el siglo XXI*. Alicante: Marfil, 295-321.

Dishman, R.K., (1994). Prescribing exercise intensity for healthy adults using perceived exertion. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 26, 1087-1094.

Encuesta Nacional de Salud (2001). <http://www.msc.es> [consulta: 20/9/2004].

Feria, A. (2005). La afectividad no entra en el a escuela. *Cuadernos de Pedagogía*, 343, 42-46.

Fernández-Balboa, J.M. (2001). La sociedad, la escuela y la educación física del futuro. En: J. Devís y C. Peiró (coord.). *La Educación Física, el deporte y la salud en el siglo XXI*. Alcoy (Alicante): Marfil, 25-45.

Fraile, A. (coord.). (1996). *Actividad física y salud en la escuela*. Valladolid: Junta de Castilla y León.

Fraile, A. (dir.). (2003). *Actividad física y salud. Educación secundaria*. Valladolid: Junta de Castilla y León-Consejería de sanidad.

García Ferrando, M. (1997). *Los españoles y el deporte (1980-1995): un análisis sociológico sobre comportamientos, actitudes y valores*. Madrid y Valencia: CSD y Tirant, lo Blanch.

García Ferrando, M. (2001). *Los españoles y el deporte: prácticas y comportamientos en la última década del siglo XX*. Madrid: Consejo Superior de Deportes. Ministerio de Educación, Cultura y Deporte

García Montes, M.E. (1997). *Actitudes y comportamientos de la mujer granadina ante la práctica física de tiempo libre*. Tesis doctoral. Granada: Universidad de Granada.

Generelo, E. (1998). Educación Física y calidad de vida. En: J. Martínez del Castillo. *Deporte y calidad de vida. Investigación social y deporte*. Madrid: Librerías deportivas Esteban Sanz, 309-331. □

Gutiérrez Sanmartín, M. (2000). Actividad física, estilos de vida y calidad de vida. *Revista de Educación Física*, 77, 5-14. □

López Pastor, V.M. (2000). Educación Física, salud y racionalidad curricular. Algunas reflexiones sobre la evolución de los últimos años y la situación actual. El presunto cambio de la Educación Física escolar. En: AA.VV. *Educación Física y salud. Actas del II Congreso Internacional de Educación Física*. Cádiz: FETE-UGT Cádiz, 559-568.

López Pastor, V.M., Monjas, R., García-Peñuela, A. y Pérez Brunicardi, D. (2003). ¿Qué Educación Física hemos vivido? Analizando nuestro saber profesional partir de historias de vida. En: F. Ruiz Juan y E.P. González (coords.). *Educación Física y deporte en edad escolar. Actos del V Congreso Internacional de FEAEDEF*. Valladolid: AVAPEF, 21-25.

Marcelo, C. (2001). *La función docente: nuevas demandas en tiempos de cambio*. En: C. Marcelo. *La función docente*. Madrid: Síntesis, 9-26.

Martínez-González, M.A., Varo, J.J., Santos, J.L., De Irala, J., Gibney, M., Kearney, J. y Martínez, J.A. (2001). Prevalence of physical activity during leisure time in the European Union. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 33 (7), 1142-1146.

Mendoza, R. (2000). Diferencias de género en los estilos de vida de los adolescentes españoles: implicaciones para la promoción de la salud y para el fomento de la AFD. En: AA.VV. *Educación Física y Salud. Actas del Segundo Congreso Internacional de Educación Física*. Jerez: FETE-UGT Cádiz, 765-790.

Mendoza, R. (1995). Situación actual y tendencias en los estilos de vida del alumnado. *Primeras Jornadas de la Red Europea de escuelas promotoras de salud en España*. Granada. Paper

Miralles, R. (2005). Repensar la reforma, reformar el pensamiento. *Cuadernos de Pedagogía*, 342, 42-46.

Pérez López, I.J. y Delgado, M. (2002). Modificaciones de los conocimientos aplicados a la práctica de la actividad física relacionada con la salud tras un programa de intervención en secundaria. *Revista de Educación Física*, 86, 5-11.

Ruiz Juan, F. y García Montes, M^a E. (2004). Interés por la práctica de actividades físico-deportivas de tiempo libre. Estudio comparativo entre el alumnado de Enseñanza Secundaria Posobligatoria y de Segundo ciclo de la Universidad de Almería. *Revista de educación Física*, 95, 5-12.

Serrano, M^a.I. (2002). Los grandes cambios sociosanitarios del siglo XXI. En M^a.I. Serrano (coord.). *La educación para la salud del siglo XXI: comunicación y salud*. (2^a Edición). Madrid: Díaz de Santos, 3-21.

Torre, E. (1998). *La actividad física deportiva extraescolar y su interrelación con el área de educación física en el alumnado de Enseñanzas Medias*. Tesis doctoral. Granada: Universidad de Granada.

Yuste, J.L. (2005). *Influencia de la condición de estar federado, autopercepción de competencia motriz y valoración de las clases de Educación Física sobre los niveles de actividad física habitual en adolescentes escolarizados*. Tesis doctoral inédita. Murcia: Universidad de Murcia.