

DIMENSIONES DE LOS MOTIVOS PARA LA PARTICIPACIÓN EN ACTIVIDADES FÍSICAS DE ESCOLARES DE 10-12 AÑOS DE MELILLA. ANÁLISIS DE LAS DIFERENCIAS EN FUNCIÓN DEL GÉNERO Y LA EDAD

Granda, J.; Alemany, I.; Montilla, M.; Mingorance, A.; Barbero, J.C.

Facultad de Educación y Humanidades. Melilla. Universidad de Granada.

RESUMEN

El presente artículo expone los resultados de un estudio dirigido a determinar la existencia de dimensiones o perfiles que expliquen los motivos que inducen a chicos y chicas de 10 y 12 años de edad a implicarse en la participación en programas de actividades físicas en su tiempo libre. Los participantes han sido todos los escolares de los cursos 5º y 6º (10 - 12 años) de tres colegios públicos de Melilla (n= 439). Los datos se han recogido a través del cuestionario de «Hábitos de participación en Actividades Físicas». Los resultados muestran la existencia de dos dimensiones o factores que explican por qué los niños y niñas de estas edades se implican en la realización de actividades físicas, encontrando solamente diferencias por edad y género en la dimensión «Rendimiento competitivo e influencia social».

Palabras clave: dimensiones, actividad física, educación primaria, motivos de práctica, edad, género

ABSTRACT

The present article presents the results of a study addressed to determine the existence of dimensions or profiles to explain the reasons that lead boys and girls, 10 and 12 years age, to involve themselves in the participation in physical activities programs in their free time. The participants were all schoolchildren in courses 5 and 6th (10-12 years) from three public schools in Melilla (n= 439). Data were collected through the «Habits of Participation in Physical Activities Questionnaire». The results show the existence of two dimensions that explain why boys and girls of these ages involve in the execution of physical activities, found only by age and gender differences in the dimension «Competitive performance and social influence».

Key Words: dimensions, physical activity, primary education, reasons for practice, age, gender

Correspondencia:

Juan Granda Vera
Facultad de Educación y Humanidades. Melilla. Universidad de Granada.
Ctra. Alfonso XIII s/n, 52005
jgranda@ugr.es

Fecha de recepción: 17/01/2011

Fecha de aceptación: 03/11/2011

INTRODUCCIÓN

Está comúnmente aceptado hoy en día que la participación en actividades físicas y deportivas en el tiempo libre es uno de los factores que mayor importancia presenta a la hora de alcanzar parámetros deseables de calidad de vida y que unido a otros factores como alimentación, higiene, descanso, etc. conforman lo que se denomina un estilo de vida saludable, frente a lo que podemos denominar como estilo de vida pernicioso o negativo caracterizado por el sedentarismo, la ingesta de alcohol, consumo de tabaco o/y drogas, etc.

En general se acepta, a partir de los datos encontrados en numerosos estudios transversales, que se produce un descenso en la práctica de actividades físicas a medida que se incrementa la edad, agravado este hecho aún más en las mujeres que en los hombres (Allison y Adlaf, 1997; Trost, Pate, Sallis, Freedson, Taylor, Dowda y Sirard, 2002).

Román, Serra, Ribas, Pérez-Rodrigo y Aranceta (2006) (estudio Enkid 1998-2000), encontraron que alrededor del 70% de los niños y adolescentes españoles no realizan actividad física regular en su tiempo libre, especialmente las chicas, muy lejos de los datos del resto de países europeos, coincidiendo estos datos con estudios anteriores sobre población española (Lasheras, Aznar, Merino y López, 2001; Sánchez, Aranguren, Cabello y Huertas, 1998; Mur de Frenne, Fleta, Garagorri y Moreno, 1997).

En relación a los motivos de práctica de actividad física, la mayoría de las investigaciones han revelado que los jóvenes tienen motivos similares para practicarla, tanto a nivel recreativo como de competición, incluyendo entre los motivos que más importancia tienen la diversión y la mejora de la salud (Castillo y Balaguer, 2001).

Allison, Dwyer, Goldenberg, Fein, Yoshida y Boutilier (2005) estudiaron las razones que subyacen para la participación de los adolescentes varones en actividades físicas moderadas e intensas. A través de grupos de discusión en los que participaban chicos entre 15 y 16 años de perfiles activos e inactivos respecto a la participación en actividades físicas de tres colegios públicos de Toronto de diferentes zonas de la ciudad, las razones que señalaron los participantes tenían que ver con cuestiones intrínsecas y extrínsecas. Entre las primeras estaban el disfrute o placer que supone, oponiendo este sentimiento a situaciones de competición reglada, y la mejora de propia habilidad o nivel de desempeño. Entre las segundas se señalaron las posibilidades de socialización que ofrecen estas actividades, la posibilidad de compartir su tiempo con los amigos, los beneficios que en el nivel psicológico proporcionan como salud mental, sentirse a gusto consigo mismo, tener buena apariencia y mejorar su reputación dentro del grupo. También se señaló de manera especial las posibilidades que ofrecen de reducir el stress.

Respecto a la influencia del género, Palou, Ponseti, Gili, Borrás y Vidal (2005) en un estudio con escolares de Mallorca encontraron que el motivo principal para la incorporación a programas de actividad física son las amistades, con un 33,6% del total, y que quienes se inician en este tipo de programas lo hacen principalmente por diversión y ocio con un 37%. Las diferencias más significativas en cuanto al género recaen en que las chicas otorgan más importancia al hecho de estar en forma que los chicos, quienes optan por la competición y los amigos como motivos fundamentales de práctica

Fraile y De Diego (2006), en un estudio con escolares de España, Italia, Francia y Portugal, señalaron como motivos más relevantes para la práctica deportiva la mejora de la salud y estar con los amigos, destacando que las chicas dan menos importancia a la competición como motivo de práctica respecto de los chicos, dando más importancia aquellas a un tipo de práctica de actividad física más recreacional. De Hoyo y Sañudo (2007) encontraron como motivos más relevantes para implicarse en la práctica físico deportiva, tanto para chicos como para chicas, divertirse y que es bueno para la salud. Como motivo adicional los chicos señalaron encontrarse con los amigos y las chicas mantener la línea. Como motivos para explicar la no participación en actividades físicas reseñaron la falta de tiempo, por pereza y que no se le daba bien la práctica deportiva.

Granda, Montilla, Barbero, Mingorance y Alemany (2010), en un estudio llevado a cabo con chicos y chicas de 5º y 6º de Educación Primaria de Melilla, encontraron respecto a los motivos para implicarse en la práctica de actividad física que ambos grupos señalaban como más relevantes los aspectos relacionados con la salud y con la potenciación de las relaciones sociales, encontrando diferencias en cuestiones relacionadas con el rendimiento o con la influencia familiar, mientras que respecto a los motivos más relevantes para la no participación ambos grupos señalan la falta de tiempo y la necesidad de abordar en el tiempo libre las tareas académicas.

Castillo y Balaguer (ob. cit.) señalan que, a este respecto, para los chicos son más importantes los motivos de resultado (competición), mientras que para las chicas parecen ser más importantes los aspectos sociales del deporte (hacer amigos, ver a los amigos). Estas mismas autoras señalan que otra característica común de los estudios sobre motivos para la participación en actividades físicas ha sido la interpretación de los motivos a nivel de factores o dimensiones. En un estudio con adolescentes valencianos de 6º y 8º de EGB, 2º de BUP y COU encontraron tres factores o dimensiones en que se agrupan los motivos para participar en programas de actividad física «Aprobación social/demostración de capacidad», «Motivos de salud» y «Motivos de afiliación». En cuanto a la comparación por géneros encontra-

ron diferencias significativas en la primera de estas dimensiones en las primeras edades con puntuaciones más altas en los chicos y en la tercera de ellas en los grupos de edad más mayores con puntuaciones más altas en las chicas.

A partir de los datos encontrados en los estudios anteriores, y dado que no existen datos publicados de los escolares de la Ciudad Autónoma de Melilla relativos a las dimensiones en que se agrupan los motivos para la participación en actividades físicas y qué diferencias pudieran existir en función del género o la edad, los objetivos a alcanzar en el presente estudio, se concretan en:

- Delimitar las dimensiones que caracterizan la participación en programas de actividades físicas del alumnado de 10-12 años de Melilla.
- Determinar la existencia de diferencias en función del género y edad en los factores o dimensiones de escolares de 10-12 años de Melilla.

MÉTODO

Contexto

El estudio se ha realizado en tres centros educativos de titularidad pública y los datos se han recogido durante los meses de mayo y junio de 2009:

- *CEIP Pintor Eduardo Morillas*: Integrado por 24 unidades de Educación Primaria y 12 de Educación Infantil. El centro está enclavado en el Barrio de la Victoria y se caracteriza por residir en él una población de clase media de la ciudad, bastante poblada y en él se localizan varios centros educativos: tres de Educación Secundaria y dos de Educación Primaria. Además la zona se encuentra bien equipada en cuanto a instalaciones de todo tipo, tanto comerciales (Mercado, tiendas, etc.), de ocio (Bares, restaurantes, etc.) y deportivas (Piscina municipal, pistas de tenis, atletismo, etc.).
- *CEIP Anselmo Pardo*: Al igual que el centro anteriormente descrito, se encuentra enclavado en el Barrio de la Victoria, siendo el alumnado de características socioeconómicas similares. En cuanto a las instalaciones propias de la Educación Física, el centro cuenta con un pabellón polideportivo cubierto, además de dos pistas polideportivas al aire libre (20x30 m).
- *CEIP Reyes Católicos*: El centro se encuentra situado en el Barrio Industrial, muy cerca de la zona de playas de la ciudad y en él se imparte Educación Infantil y Primaria (18 unidades) y cuenta con dos patios al aire libre de utilización para el área de Educación Física y las actividades de recreo. La zona donde se encuentra enclavado el colegio ha presentado recientemente constantes y acelerados cambios poblacionales debido a la construcción de nuevas edificaciones de carácter unifamiliar. La zona presenta un nivel socio-económico y cultural medio-alto.

Participantes

Los participantes pertenecen a los tres centros públicos de la Ciudad Autónoma de Melilla citados anteriormente. La población a la que se aplica el estudio está formada por los escolares de 5º y 6º de la Ciudad Autónoma de Melilla. Esta población está constituida por unos 1953 alumnos de los diferentes centros públicos y concertados, según datos de la Dirección Provincial del Ministerio de Educación en Melilla.

Los participantes en el estudio fueron seleccionados mediante un muestreo no probabilístico de tipo deliberado, seleccionando a los sujetos por poseer características necesarias para esta investigación (Buendía, Colás & Hernández, 1998). Para la selección de los centros se han tenido en cuenta dos criterios: en primer lugar, interés del profesorado de los cursos seleccionados en colaborar y en segundo lugar, haber participado con anterioridad en proyectos de investigación. Para la selección de los cursos se tuvieron en cuenta dos razones: la primera, son alumnos que cuentan con las suficientes destrezas lectoras que hace posible la administración colectiva del cuestionario de forma rápida, sin interferir en el ritmo de sus clases. La segunda, es el inicio de una etapa de transición, la pubertad, y en estas edades, objeto de estudio, los cambios físicos todavía no son tan evidentes como en etapas posteriores.

Además, también se tuvo en cuenta el número de participantes necesarios para realizar los estadísticos de fiabilidad y validez del cuestionario. Siguiendo a Morales (2009), no existe un criterio o norma definitiva sobre el número de sujetos, aplicando en el presente caso dos que consideramos básicos: en primer lugar, la proporción de sujetos con respecto al número de variables (ítems) y en segundo lugar, el número mínimo recomendable de sujetos en términos absolutos. Así, un criterio que puede considerarse es que, como mínimo, el número de sujetos sea el doble que el número de variables y que la muestra no baje de unos 100 sujetos (Kline, 1994) aunque el número de variables sean muy pocas. Una orientación segura es que el número de sujetos no baje de 200 y que al menos haya 5 sujetos por ítem.

A partir de estas consideraciones, la muestra de nuestro estudio (Figuras 1, 2 y 3) está compuesta por un total de 439 (223 chicos y 216 chicas) cuyas edades oscilan entre 10-12 años ($M=11,2$ $SD=0,65$) y que son el total de escolares matriculados en estos centros en estos cursos en el curso académico 2008-2009. Nuestra muestra representa el 22.4% aproximadamente del total de la población de pertenencia, aunque dado la falta de representatividad de la misma, por ser una muestra seleccionada por las posibilidades de llevar a cabo el estudio, se asume su limitación para hacer generalizables los resultados al conjunto de la población de pertenencia.

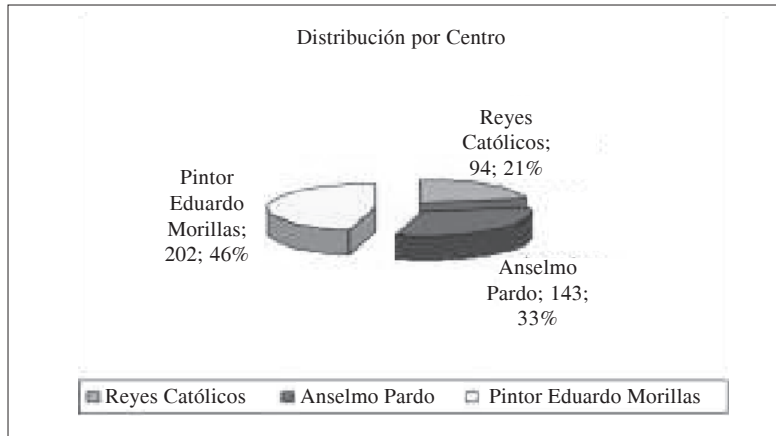


FIGURA 1: Distribución de la muestra por Centro

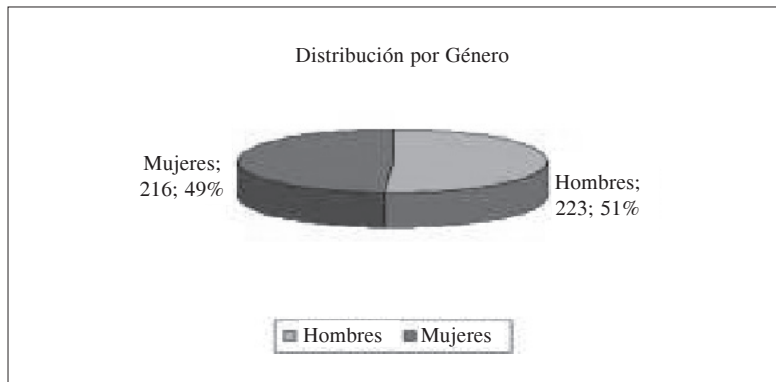


FIGURA 2: Distribución de la muestra por género

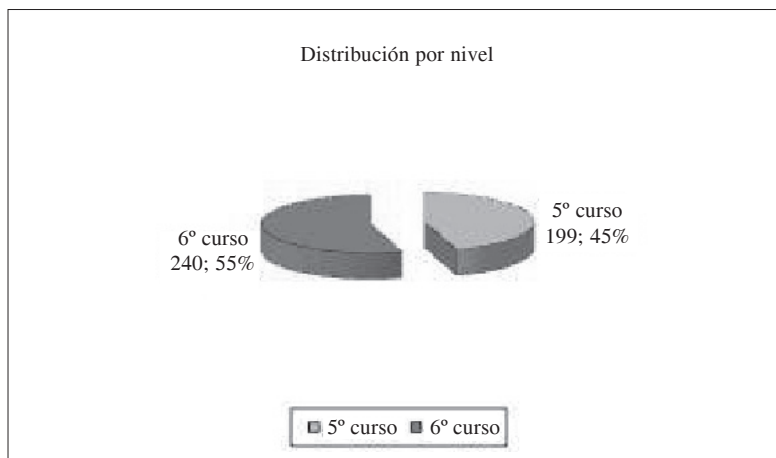


FIGURA 3: Distribución de la muestra por Nivel (5º y 6º)

Variables de estudio

Se consideraron las siguientes variables de estudio:

- Variable independiente no experimental: género y edad
- Variables dependientes:
 - o Dimensiones en los motivos de práctica y no práctica de actividad físico-deportiva

Instrumentos

Se ha utilizado para la recogida de datos el «Cuestionario de Hábitos de Actividad Física», elaborado por un grupo de expertos que reúne a maestros de Educación Física de Educación Primaria, profesores de Educación Física de Educación Secundaria y profesores de la Facultad de Educación y Humanidades de Melilla de los Departamentos de Didáctica de la Expresión Corporal y de Psicología Evolutiva y de la Educación. Partiendo de cuestionarios previos (Wold, 1989; Tercedor, 2002), se realizan varias reuniones donde el grupo de expertos delibera sobre la conveniencia e idoneidad de los aspectos contemplados en el cuestionario. Se elaboró un primer borrador que se aplicó a un total de 50 estudiantes de la población participante en el estudio, y que posteriormente no formaron parte de la muestra que participó en el estudio, para comprobar la existencia de posibles dificultades de comprensión de los ítems contemplados en este primer borrador del cuestionario y a partir de los datos encontrados (ningún ítem supuso dificultad alguna para ninguno de los alumnos que lo rellenaron) se procedió a diseñar de forma definitiva el cuestionario final (Granda y Montilla, 2010).

El cuestionario contempla tres apartados:

- Datos demográficos: Nombre, centro, edad, sexo, peso y altura.
- Instrucciones para la cumplimentación del cuestionario.
- Conjunto de ítems.

El conjunto de ítems centra su interés en recoger información sobre 4 grandes ámbitos:

1. Conocer la frecuencia y duración de la actividad físico-deportiva en el tiempo libre. Incluye respuestas como nunca, una vez por semana, una hora, etc. (2 ítems).
2. Motivos de práctica o no durante su tiempo libre (veintidos preguntas tipo likert, once referidas a motivos para practicar actividad físico-deportiva y once referidas a motivos para no practicar actividad físico-deportiva, todas ellas con cuatro posibles respuesta que van desde «totalmente en desacuerdo» a «muy de acuerdo»).
3. Actividades realizadas en el tiempo libre, con objeto de determinar en que centran su actividad los participantes en el tiempo en que no están en la escuela.

4. Hábitos de práctica físico-deportiva e influencia de los significativos, tratando de conocer cuáles de los otros significativos (padres, hermanos, amigos) con respecto a los alumnos presentaban conductas activas. Diferentes estudios relacionan los hábitos de actividad física de los sujetos con la influencia de los otros significativos, ya sean padre, hermanos o amigos (Martín-Matillas et al., 2011).

El tiempo de aplicación es de 20 minutos como máximo. En el estudio que aquí se describe sólo se tienen en cuenta los datos encontrados para el apartado «Motivos de práctica de actividad física» (11 ítems del cuestionario global) (ver anexo 1).

Procedimiento

Antes del comienzo de esta investigación se procedió a solicitar y obtener las preceptivas autorizaciones administrativas tanto de la Dirección Provincial del MEC como de las direcciones de los centros involucrados y padres/tutores de los participantes.

Para proceder a pasar el cuestionario a los alumnos participantes, se concretó el día y la hora para la administración de los cuestionarios. El periodo en que se fijaron las fechas de administración de los cuestionarios fue el mes de Mayo de 2009 y la administración la realizó el profesorado de Educación Física o tutor/a del aula, en horario lectivo, de manera individual y en un clima que les permitía concentrarse sin distracciones. El tiempo máximo establecido para la realización del cuestionario fue de 20 minutos, no encontrando, en ningún caso, alumnado que sobrepasasen el tiempo establecido o que no comprendiesen algún aspecto de lo que se les preguntaba.

RESULTADOS

Los datos globales recogidos en la aplicación del cuestionario se sometieron al estadístico Alpha de Cronbach para determinar la fiabilidad de consistencia interna del cuestionario. El valor encontrado fue $\alpha = .733$ (Granda, Montilla, Barbero, Mingorance y Alemany, 2010), mientras que la fiabilidad encontrada para la escala compuesta por los 11 ítems utilizados en el presente estudio fue de $\alpha = .729$, el cual puede considerarse un nivel aceptable de fiabilidad de acuerdo con Kerlinger y Lee (2002) que establecen .70 como el límite entre la fiabilidad aceptable y la no aceptable.

Los datos fueron sometidos a un análisis factorial (análisis de componentes principales, rotación varimax), aceptando como factores todos aquellos que presentaran un autovalor (eigenvalue) mayor a 1. Para garantizar que los datos se ajustan a un modelo de análisis factorial se sometieron los datos a la prueba de esfericidad de

Barlett y a la prueba de Kaiser, Meyer y Olkin, obteniendo un valor significativo (KMO= .754, $p < .001$). Estos resultados confirman la pertinencia del análisis factorial y que los datos que se alcancen en él pueden proporcionar conclusiones satisfactorias.

En la tabla 1 se presentan los datos encontrados al considerar la totalidad de los datos.

TABLA 1
Análisis factorial exploratorio de las dimensiones
para la participación en programas de actividad física

Matriz de componentes rotados		
	Componente	
	1	2
Para mantener la línea y tener buen aspecto físico (ítem 4)	.669	
Porque es bueno hacer ejercicio (ítem 2)	.658	
Porque me gusta estar saludable y en forma (ítem 1)	.652	
Porque me gusta divertirme y ocupar mi tiempo de ocio (ítem 3)	.560	
Encontrarme con los amigos y hacer cosas juntos (ítem 7)	.543	
Mis familiares también lo practican (ítem 10)		.679
Mis amigos también lo practican (ítem 9)		.678
Porque quiero hacer carrera deportiva (ítem 8)		.630
Porque mis padres me obligan (ítem 11)		.596
Porque me gusta la competición (ítem 5)		.453
Para liberar tensiones (ítem 6)		.438
Autovalor	3.050	1.509
% varianza	27.72	13.72
% varianza acumulada	27.72	41.44
Alpha de Cronbach	.643	.657

El conjunto de motivos para la participación en programas de actividades físicas se agrupan en 2 factores o dimensiones:

- Dimensión 1: Actividad física como medio de salud y para la recreación en el tiempo libre (ítems 1, 2, 3, 4 y 7).
- Dimensión 2: Rendimiento competitivo e influencia social (ítems 5, 6, 8, 9, 10 y 11).

Analizada la fiabilidad interna de cada una de las dimensiones o factores se obtienen valores mayores de obteniendo una fiabilidad de , 604. Los valores encontrados para la fiabilidad de cada uno los dos factores o dimensiones encontrados podemos considerarlos satisfactorios, de acuerdo a lo manifestado por Castillo y Balaguer (2001).

A partir de estos datos, se procedió a crear nuevas variables que representarán cada uno de los factores encontrados, de forma que se pudiera indagar en las posi-

bles diferencias en cada uno de ellos en función de los subgrupos considerados de género (chico-chica) y edad (10-12 años).

Se sometieron los valores alcanzados al estadístico «Anova de un factor» (separadamente género y edad/curso), incluyéndose en ambos análisis la prueba de homogeneidad de las varianzas de Lévene, arrojando en ambos supuesto valores no significativos que justificaban la selección del estadístico aplicado. Los resultados muestran la existencia de valores significativos en el factor 2 «Rendimiento competitivo e influencia social», tanto en función de la variable género ($F= 10.45$, $p < 0.001$), como de la variable edad/curso ($F= 9.56$, $p < 0.005$). Los valores medios de cada grupo y variable se presentan en las tablas 2 y 3.

TABLA 2
Media en cada dimensión /factor en función del género

Variable dependiente	Género	Media
Factor1: Actividad física como medio de salud y tiempo de ocio.	Hombre	17.227
	Mujer	16.802
Factor2: Rendimiento competitivo e influencia social.	Hombre	14.500
	Mujer	13.31

TABLA 3
Media en cada dimensión /factor en función de la edad (curso)

Variable dependiente	Curso	Media
Factor1: Actividad física como medio de salud y tiempo de ocio.	5º	16.920
	6º	17.221
Factor2: Rendimiento competitivo e influencia social.	5º	14.253
	6º	13.000

DISCUSIÓN

El presente estudio tenía como objetivos «Delimitar las dimensiones que caracterizan la participación en programas de actividades físicas del alumnado de 10-12 años de Melilla», para a partir de ese supuesto poder «Determinar la existencia de diferencias en función del género y edad en los factores o dimensiones encontrados».

Los resultados obtenidos muestran que los escolares participantes en este estudio, al considerarse los datos de forma global, agrupan el conjunto de motivos para su implicación en actividades físicas en dos dimensiones, la dimensión «actividad física como medio de salud y ocupación del tiempo de ocio» y la dimensión «Rendimiento competitivo e influencia social». La primera recoge aquellos motivos más relacionados con aspectos de salud y de ocupación del tiempo libre de forma lúdica,

mientras que la segunda agrupa aquellos motivos relacionados con el deseo de capacidad y demostración de competencia y los relacionados con la influencia social de los otros significativos a la hora de la participación en actividades físicas y deportivas. La primera de estas dimensiones presenta valores más altos en la varianza, lo que parece indicar que esta dimensión es la que presenta más influencia (y por tanto los motivos que la saturan) para la implicación de escolares de esta edad en programas de actividad física, influyendo en menor medida la dimensión «Rendimiento competitivo e influencia social». Estos resultados son diferentes a los obtenidos en estudios anteriores que encontraron tres factores en los que se agrupaban los motivos para la práctica de actividad física: «Motivos de aprobación social /demostración de capacidad», «motivos de salud» y «Motivos de afiliación» (Castillo y Balaguer, 2001), aunque es preciso señalar que en este estudio los participantes eran adolescentes de edades comprendidas entre 11 y 17 años.

Asimismo, las dimensiones encontradas en este estudio agrupando el conjunto de motivos para la práctica de actividad física son similares a las halladas en estudios previos (Castillo, 1995; Wold y Kannas, 1993).

También son similares con los encontrados por Granda, Canto, Ramírez, Barbero y Alemany (1998) en un estudio realizado con alumnos y alumnas entre 9 y 13 años, los cuales señalaron como motivo principal para participar en el programa de deporte escolar «poder divertirse» y «poder estar con sus amigos», y los reseñados por Allison et al. (2005) «disfrute o placer que supone», «posibilidades de socialización que ofrecen estas actividades», «posibilidad de compartir su tiempo con los amigos», «sentirse a gusto consigo mismo» y «tener buena apariencia». De igual forma coinciden con los señalados por Palou, Ponseti, Gili, Borrás y Vidal (2005), Fraile y De Diego (2006) y De Hoyo y Sañudo (2007). Estos resultados parecen confirmar la idea de que en los jóvenes prevalecen actitudes y valores de gran sensibilización respecto a la importancia que la práctica de actividad física tiene hacia la salud y el establecimiento de hábitos saludables de vida frente a otros valores más tradicionales de rendimiento, competición, ganar, ser mejor, etc.

Asimismo, los resultados encontrados en relación a la influencia de la familia y amigos (los otros significativos), confirman en esta población participante en el estudio de la ciudad de Melilla la importancia de los mismos a la hora de la implicación de niños y adolescentes en programas de actividad física, tal y como han puesto de manifiesto de manera sobresaliente Martín-Matillas y otros (2011) en su estudio con 2260 adolescentes de cinco ciudades españolas que participaron en el estudio AVENA, donde, entre otras variables, se analizaba la posible relación entre la práctica de actividad física de los agentes socializadores próximos (padres y hermanos) y el nivel de actividad física de los adolescentes estudiados.

Al considerar los resultados en función del género o la edad no se han encontrado diferencias ni por género ni por edad en lo relativo a la dimensión «Actividad física como medio de salud y tiempo de ocio» y si en el factor 2 «Rendimiento competitivo e influencia social». Estas diferencias, en relación al género, se explican por los valores encontrados en los ítems «hacer carrera deportiva» y «Me gusta la competición», con puntuaciones más altas en los chicos que en las chicas, mientras que en relación a la edad, se constata que son debidas al motivo «Hacer carrera deportiva», presentando los escolares de 10 años puntajes más altos que los escolares de 11 años, siendo estos datos coincidentes con los señalados por Castillo y Balaguer (2001), quienes señalan que conforme aumenta la edad este motivo es considerado menos importante en los adolescentes. Asimismo, la otra causa que explica esta diferencia está fundamentalmente relacionada con el ítem «Mis padres me obligan», cuestión esta última que se constata tanto en chicos como en chicas. Es ciertamente destacable este hecho, ya que al desaparecer el efecto mediador de la familia también disminuye la participación en programas de actividad física, encontrando que el 10% chicos y el 7% chicas a los 10 años lo consideran como un motivo por el que realizan actividad física en su tiempo libre frente a 3% chicos y 2% chicas de 11 años que señalan estar muy de acuerdo con lo señalado en el ítem ($z = 2.02$ $p < .05$). Este sentimiento de sentirse obligado se puede convertir en un motivo que provoca efectos negativos más que positivos en la tendencia del alumnado a practicar actividad física en estas edades.

CONCLUSIONES

En conclusión, los datos encontrados muestran perfiles similares a los hallados para poblaciones escolares de otros contextos nacionales e internacionales, coincidiendo en los motivos para implicarse en la práctica de actividad física, mostrándose como más relevantes los aspectos relacionados con la salud y con la potenciación de las relaciones sociales, siendo necesario tener presentes los motivos señalados de forma preferente para la práctica como referentes a la hora de implementar programas dirigidos a un aumento en la participación en actividades físicas de nuestros niños y jóvenes, dada la especial relevancia que ello tiene a la hora de desarrollar y potenciar en la ciudadanía actitudes y hábitos saludables orientados a estilo activos de vida. A este respecto, sería preciso, como señalan Castillo y Balaguer (2001:28), contar con teorías que nos permitan predecir tanto el inicio como el abandono de la práctica de actividad físico-deportiva, ya que a partir de ahí podremos trabajar a nivel preventivo sobre el posible abandono, así como potenciar en contrapartida la promoción del ejercicio y el aumento de la adherencia. Por último, es necesario hacer recaer la atención sobre la potencial importancia que la labor de los docentes de Edu-

cación Física pueden tener a la hora de implementar en sus clases estrategias y procedimientos que ayuden a consolidar hábitos y actitudes a medio y largo plazo de participación de sus alumnos en programas de actividad física y a promocionar estilos de vida activos coherentes con el logro de adecuados niveles de salud.

REFERENCIAS

- Allison, K. R., y Adlaf, E. M. (1997). (Age and sex differences in physical inactivity among Ontario teenagers. (*Canadian journal of public health*, 88 (3), 177-180.
- Allison, K. R., Dwyer, J.M., Goldenberg, E., Fein, A., Yoshida, K.K., y Boutilier M. (2005). Male adolescents' reasons for participating in physical activity, barriers to participation, and suggestions for increasing participation, Adolescence.FindArticles.com.http://findarticles.com/p/articles/mi_m2248/is_157_40/ai_n13774351/, 14/abril/2010.
- Castillo, I. (1995). *Socialización de los estilos de vida y de la actividad física. Un estudio piloto con jóvenes valencianos*. Tesis de Licenciatura. Universitat de Valencia.
- Castillo, I., y Balaguer, I. (2001). Dimensiones de los motivos de práctica deportiva de los adolescentes valencianos escolarizados. *Apunts*, 63, 22-29.
- De Hoyo, M., y Sañudo, B. (2007). Motivos y hábitos de práctica de actividad física en escolares de 12 a 16 años en una población rural de Sevilla. *Revista Internacional de Medicina de Ciencias de la Actividad. Física y Deporte*, 7(26), 87-98.
- Fraile, A., y De Diego, R. (2006). Motivaciones de los escolares europeos para la práctica del deporte escolar. *Revista Internacional de Sociología*, 64(44), 85-109.
- Granda, J., Canto, A., Ramírez, V., Barbero, J.C., y Alemany, I. (1998). *Modelos organizativos del deporte en edad escolar. Evaluación de una alternativa*. Granada, Editorial Universidad de Granada.
- Granda, J., y Montilla, M. (2010). Perfiles de actividad en el tiempo libre y participación en actividades físicas de niños de 10-12 años de Melilla. *Publicaciones*, 40, 9-25.
- Granda, J., Montilla, M., Barbero, J.C., Mingorance, A., y Alemany, I. (2010). Motivos de participación/no participación en actividades físicas de escolares de 10-12 años de Melilla. *Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 6(21), 280-296.
- Kerlinger, F., y Lee, H. (2002). *Investigación del comportamiento: Métodos de Investigación en Ciencias Sociales*. México: McGraw Hill Interamericana.
- Lasheras, L., Aznar, S., Merino, B., y López, E. G. (2001). Factors associated with physical activity among Spanish youth through the National Health Survey. *Preventive Medicine*, 32, 455-464.
- Martin-Matillas, M., Ortega, F. B., Chillón, P., Pérez, I. J., Ruiz, J. R., Castillo, R., Gómez, S., Moreno, L. A., Delgado, M., y Tercedor, P. (2011). (Physical activity among Spanish adolescents: relationship with their relatives' physical activity - the AVENA study. (*Journal of sports sciences*, 29(4), 329-336.
- Mur de Frenne, L., Fleta, J., Garagorri, J. M., y Moreno, M. (1997). Actividad física y ocio en jóvenes. I: Influencia del nivel socioeconómico. *Anales Españoles Pediatría*, 46, 119-125.

- Palou, P., Ponseti, X., Gili, M., Borrás, P., y Vidal, J. (2005). Motivos para el inicio, mantenimiento y abandono de la práctica deportiva de los preadolescentes de la isla de Mallorca. *Apunts*, 81, 5-11.
- Roman, B., Serra, L., Ribas, L., Pérez-Rodrigo, C., y Aranceta, J. (2006). Actividad física en la población infantil y juvenil española en el tiempo libre. Estudio enKid (1998-2000). *Apunts. Medicina de l'Esport*, 41, 86-94.
- Sánchez, M., Aranguren, A., Cabello, P., y Huertas, C. (1998). Estudio longitudinal de la práctica de ejercicio físico en niños. Influencia de la edad, el género y el nivel socioeconómico. *Anales Españoles Pediatría*, 48, 25-7.
- Tercedor, P. (2002). *Estrategias de intervención en Educación para la salud desde la Educación Física*. Barcelona, INDE.
- Trost, S. G., Pate, R. R., Sallis, J. F., Freedson, P. S., Taylor, W. C., Dowda, M., y Sirard, J. (2002). Age and gender differences in objectively measured physical activity in youth. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 34, 350-355.
- Wold, B. (1989). *Lifestyles and Physical Activity*. Thesis for the degree. Norway: University of Bergen.
- Wold, B., y Kannas, L. (1993). Sport motivation among Young adolescents in Finland, Norway and Sweden. *Scandinavian Journal of Medicine Science Sports*, 3, 283-291.

ANEXO 1

NOMBRE

CENTRO:

CURSO:

EDAD:

PESO:

ALTURA:

SEXO:

Lee detenidamente cada una de las preguntas. Asegúrate de que las entiendes y responde con tranquilidad.

Todas las respuestas son válidas, no hay unas alternativas mejores que otras. Por eso responde lo que tú haces o lo que tú pienses, no hay respuestas correctas o incorrectas.

Si tienes alguna duda levantas la mano y nosotros te la aclararemos.

Cuando termines entrega el cuestionario al profesor.

Marca con una X la opción que consideres adecuada. Si te equivocas tachas y marcas de nuevo la opción que hayas elegido.

Los motivos por los que practicas actividades físico-deportivas en tu tiempo libre son:

	Estoy en total desacuerdo	Estoy en desacuerdo	Estoy de acuerdo	Estoy totalmente de acuerdo
1. Porque me gusta estar saludable y en forma	1	2	3	4
2. Porque es bueno hacer ejercicio	1	2	3	4
3. Porque me gusta divertirme y ocupar mi tiempo de ocio	1	2	3	4
4. Para mantener la línea y tener buen aspecto físico	1	2	3	4
5. Porque me gusta la competición	1	2	3	4
6. Para liberar tensiones	1	2	3	4
7. Por encontrarme con los amigos y hacer cosas juntos	1	2	3	4
8. Porque quiero hacer carrera deportiva	1	2	3	4
9. Porque mis amigos también lo practican	1	2	3	4
10. Porque mis familiares también lo practican	1	2	3	4
11. Porque mis padres me obligan	1	2	3	4

