

# La práctica físico-deportiva de tiempo libre en universitarios

## Análisis y propuestas de mejora

Eva Sanz Arazuri



UNIVERSIDAD  
DE LA RIOJA





LA PRÁCTICA FÍSICO-DEPORTIVA DE TIEMPO LIBRE  
EN UNIVERSITARIOS

ANÁLISIS Y PROPUESTAS DE MEJORA

*BIBLIOTECA DE INVESTIGACIÓN*

*nº 45*

Eva Sanz Arazuri

LA PRÁCTICA FÍSICO-DEPORTIVA DE TIEMPO LIBRE  
EN UNIVERSITARIOS  
ANÁLISIS Y PROPUESTAS DE MEJORA

Universidad de La Rioja  
Servicio de Publicaciones  
2023



**La práctica físico-deportiva de tiempo libre en universitarios: análisis y propuestas de mejora**

de Eva Sanz Arazuri (publicado por la Universidad de La Rioja) se encuentra bajo una Licencia

Creative Commons Reconocimiento-NoComercial-SinObraDerivada 3.0 Unported.

Permisos que vayan más allá de lo cubierto por esta licencia pueden solicitarse a los titulares del copyright.

© La autora

© Universidad de La Rioja, Servicio de Publicaciones, 2023

[publicaciones.unirioja.es](http://publicaciones.unirioja.es)

E-mail: [publicaciones@unirioja.es](mailto:publicaciones@unirioja.es)

ISBN: 978-84-09-51585-1

# ÍNDICE

INTRODUCCIÓN.....	15
-------------------	----

## PRIMERA PARTE ESTADO DE LA CUESTIÓN

### CAPÍTULO 1. MARCO CONCEPTUAL

1.0. INTRODUCCIÓN.....	23
1.1. TIEMPO LIBRE Y OCIO.....	24
1.1.1. <i>Una aproximación al concepto de tiempo libre</i> .....	24
1.1.2. <i>Factores condicionantes del tiempo libre</i> .....	26
1.1.3. <i>Aproximación al concepto de ocio</i> .....	33
1.1.4. <i>Factores condicionantes del ocio</i> .....	41
1.1.5. <i>Estilos de vida en el ocio</i> .....	44
1.1.6. <i>Actividades de tiempo libre y ocio</i> .....	46
1.1.6.1. <i>Aproximación conceptual a las actividades de tiempo libre</i> .....	47
1.1.6.2. <i>Aproximación conceptual a las actividades de ocio</i> .....	48
1.1.6.3. <i>Clasificación de las actividades de tiempo libre y de las actividades de ocio</i> .....	49
1.2. PRÁCTICA FÍSICO-DEPORTIVA DE TIEMPO LIBRE Y OCIO.....	56
1.2.1. <i>Una aproximación al concepto de actividades físico-deportivas de tiempo libre</i> .....	56
1.2.2. <i>Gestión y organización de actividades físico-deportivas de tiempo libre</i> .....	60
1.2.3. <i>Servicio de actividades físico-deportivas de las universidades españolas</i> .....	63
1.2.4. <i>Comportamientos físico-deportivos de tiempo libre</i> .....	64
1.2.5. <i>Satisfacción con la práctica físico-deportiva de tiempo libre</i> .....	66
1.2.6. <i>Motivaciones hacia la práctica físico-deportiva de tiempo libre</i> .....	67

## CAPÍTULO 2. INVESTIGACIONES SOBRE EL TEMA

2.0. INTRODUCCIÓN.....	71
2.1. DESCRIPCIÓN DE LAS APORTACIONES Y CONCLUSIONES DE LAS PRINCIPALES INVESTIGACIONES SOBRE EL TIEMPO LIBRE.....	75
2.1.1. <i>Disponibilidad de tiempo libre</i> .....	76
2.1.1.1. Cantidad de tiempo libre.....	76
2.1.1.1.1. Sexo y tiempo libre.....	78
2.1.1.1.2. Edad y tiempo libre.....	79
2.1.1.1.3. Estado civil y tiempo libre.....	80
2.1.1.1.4. Ocupación y tiempo libre.....	80
2.1.1.1.5. Síntesis y reflexiones sobre el análisis de la cantidad de tiempo libre.....	81
2.1.1.2. Distribución del tiempo libre.....	81
2.1.1.3. Percepción de tiempo libre.....	82
2.1.2. <i>Ocupación del tiempo libre</i> .....	83
2.1.2.1. Ocupación real del tiempo libre.....	85
2.1.2.1.1. Sexo y tiempo libre.....	91
2.1.2.1.2. Edad y tiempo libre.....	92
2.1.2.1.3. Hábitat y tiempo libre.....	93
2.1.2.1.4. Nivel cultural, social, económico y tiempo libre.....	93
2.1.2.1.5. Ocupación y tiempo libre.....	94
2.1.2.1.6. Síntesis y reflexiones sobre la ocupación del tiempo libre.....	95
2.1.2.2. Grado de satisfacción con el tiempo libre.....	95
2.1.2.3. Ocupación deseada del tiempo libre.....	96
2.2. DESCRIPCIÓN DE LAS APORTACIONES Y CONCLUSIONES DE LAS PRINCIPALES INVESTIGACIONES SOBRE LA PRÁCTICA FÍSICO-DEPORTIVA DE TIEMPO LIBRE.....	98
2.2.1. <i>Historial de práctica físico-deportiva</i> .....	100
2.2.1.1. Comportamientos físico-deportivos.....	100
2.2.1.1.1. Comportamiento físico-deportivo actual.....	101
2.2.1.1.2. Comportamiento físico-deportivo pasado.....	109
2.2.1.1.3. Comportamiento físico-deportivo encubierto.....	113
2.2.1.1.4. Síntesis y reflexiones.....	113
2.2.1.2. Años de práctica físico-deportiva.....	114
2.2.1.2.1. Edad de inicio de práctica físico-deportiva.....	114
2.2.1.2.2. Edad de abandono de práctica físico-deportiva.....	115
2.2.1.2.3. Años de práctica físico-deportiva.....	115
2.2.1.3. Satisfacción con la práctica físico-deportiva.....	115

2.2.2. <i>Actividades físico-deportivas</i> .....	116
2.2.2.1. Actividades físico-deportivas practicadas.....	117
2.2.2.1.1. Número de actividades físico-deportivas practicadas.....	117
2.2.2.1.2. Modalidades físico-deportivas practicadas.....	118
2.2.2.1.3. Contexto de práctica físico-deportiva.....	122
2.2.2.1.4. Síntesis y reflexiones.....	123
2.2.2.2. Con quién se practican las actividades físico-deportivas.....	124
2.2.2.3. Espacios empleados para la práctica físico-deportiva.....	125
2.2.2.4. Momento de práctica físico-deportiva.....	127
2.2.2.4.1. Época en la que se practican las actividades físico-deportivas.....	127
2.2.2.4.2. Frecuencia con que se practican las actividades físico-deportivas.....	128
2.2.2.4.3. Momento del día en que se practican las actividades físico-deportivas.....	129
2.2.2.5. Preferencias de práctica físico-deportiva.....	129
2.2.3. <i>Motivos en torno a la práctica físico-deportiva</i> .....	131
2.2.3.1. Motivos que llevan a iniciarse o mantenerse en la práctica físico-deportiva.....	131
2.2.3.2. Motivos para no practicar o para abandonar la práctica físico-deportiva.....	139
2.2.3.3. Motivos para practicar en la universidad o fuera de ella.....	143
2.2.4. <i>Orientaciones de meta en la práctica físico-deportiva</i> .....	143

## SEGUNDA PARTE PROCESO EMPÍRICO

### CAPÍTULO 3. PLANTEAMIENTO DE LA INVESTIGACIÓN

3.0. INTRODUCCIÓN.....	147
3.1. DISEÑO DEL PROCESO.....	148
3.2. DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA OBJETO DE ESTUDIO: DIMENSIONES FUNDAMENTALES DE LA INVESTIGACIÓN.....	150
3.2.1. <i>Dimensiones fundamentales de la investigación</i> .....	152
3.2.1.1. Foco de análisis 1. Características identificativas.....	153
3.2.1.2. Foco de análisis 2. Tiempo libre y ocio.....	153
3.2.1.3. Foco de análisis 3. Práctica físico-deportiva.....	154
3.3. OBJETO DE LA INVESTIGACIÓN.....	156
3.4. VARIABLES.....	157

3.4.1. <i>Clasificación de las variables</i> .....	157
3.4.2. <i>Definición de las variables</i> .....	161
3.4.2.1. Variables independientes: variables de identificación.....	161
3.4.2.1.1. Variables personales.....	161
3.4.2.1.2. Variables laborales o educativas.....	162
3.4.2.1.3. Variables ambientales.....	166
3.4.2.2. Variables independientes: variables intervinientes de tiempo libre.....	167
3.4.2.2.1. Variables comportamentales.....	168
3.4.2.2.2. Variables actitudinales.....	170
3.4.2.3. Variables dependientes: la práctica físico-deportiva.....	172
3.4.2.3.1. Variables comportamentales.....	173
3.4.2.3.2. Variables actitudinales.....	177
3.4.2.3.3. Variables motivacionales.....	179
3.5. POBLACIÓN Y MUESTRA.....	185
3.5.1. <i>Población</i> .....	185
3.5.2. <i>Muestra</i> .....	193
3.5.2.1. Tamaño muestral.....	193
3.5.2.2. Tipo de muestreo.....	193
3.5.2.3. Selección de las unidades muestrales últimas.....	198
3.6. INSTRUMENTOS.....	198
3.6.1. <i>Instrumento cualitativo: grupos de discusión</i> .....	198
3.6.2. <i>Instrumento cuantitativo: cuestionario</i> .....	200
3.7. VALIDEZ Y FIABILIDAD DEL INSTRUMENTO DE MEDIDA.....	213
3.7.1. <i>Validez del instrumento</i> .....	213
3.7.1.1. Validez del contenido.....	213
3.7.1.2. Validez de constructo.....	219
3.7.2. <i>Fiabilidad del instrumento</i> .....	245
3.8. TRATAMIENTOS APLICADOS.....	247
 CAPÍTULO 4. ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS	
4.0. INTRODUCCIÓN.....	251
4.1. FASE CUALITATIVA.....	252
4.1.1. <i>Grupo focal de personal docente investigador</i> .....	253
4.1.2. <i>Grupo focal de personal de administración y servicios</i> .....	255
4.1.3. <i>Grupo focal de estudiantes</i> .....	258
4.1.4. <i>Síntesis del análisis cualitativo</i> .....	260

4.2. FASE CUANTITATIVA.....	261
4.2.1. <i>Análisis descriptivo</i> .....	261
4.2.1.1. Descripción de las variables independientes intervinientes.....	262
4.2.1.1.1. Disponibilidad de tiempo libre.....	262
4.2.1.1.2. Ocupación del tiempo libre.....	264
4.2.1.2. Descripción de las variables dependientes.....	267
4.2.1.2.1. Descripción del historial de práctica físico-deportiva.....	267
4.2.1.2.2. Descripción de las actividades físico-deportivas.....	272
4.2.1.2.3. Descripción de los motivos en torno a la práctica físico-deportiva.....	279
4.2.1.2.4. Descripción de las orientaciones de meta.....	286
4.2.2. <i>Análisis inferencial bivariado</i> .....	287
4.2.2.1. Análisis inferencial de las variables independientes entre sí.....	289
4.2.2.1.1. Análisis inferencial de las variables independientes de identificación entre sí.....	289
4.2.2.1.2. Análisis inferencial de las variables independientes intervinientes entre sí.....	297
4.2.2.1.3. Análisis inferencial entre las variables independientes de identificación y las variables independientes intervinientes.....	304
4.2.2.2. Análisis inferencial de las variables dependientes entre sí.....	312
4.2.2.2.1. Análisis inferencial de las variables historial de práctica con el resto de variables dependientes.....	312
4.2.2.2.2. Análisis inferencial de las variables actividades físico-deportivas con el resto de variables dependientes.....	322
4.2.2.2.3. Análisis inferencial de las variables motivos relacionados con la práctica físico-deportiva con el resto de variables dependientes.....	326
4.2.2.3. Análisis inferencial entre las variables dependientes y las variables independientes.....	330
4.2.2.3.1. Análisis inferencial de las variables historial de práctica con las variables independientes.....	330
4.2.2.3.2. Análisis inferencial de las variables actividades físico-deportivas con las variables independientes.....	340
4.2.2.3.3. Análisis inferencial de las variables motivos relacionados con la práctica físico-deportiva con las variables independientes.....	349
4.2.3. <i>Análisis multivariable</i> .....	350

4.2.3.1. Análisis multivariable para el conjunto de la población universitaria riojana.....	353
4.2.3.1.1. Práctica físico-deportiva actual.....	353
4.2.3.1.2. Satisfacción con la práctica físico-deportiva actual.....	358
4.2.3.1.3. Comportamiento físico-deportivo encubierto.....	363
4.2.3.2. Análisis multivariable para los universitarios riojanos que en alguna ocasión han practicado actividades físico-deportivas.....	365
4.2.3.2.1. Motivos de inicio físico-deportivo.....	366
4.2.3.2.2. Adherencia físico-deportiva.....	366
4.2.3.3. Análisis multivariable para los universitarios riojanos que practican y han practicado actividades físico-deportivas.....	370
4.2.3.3.1. Motivos de mantenimiento físico-deportivo hedonistas.....	370
4.2.3.3.2. Motivos de mantenimiento físico-deportivo relacionados con la tarea.....	372
4.2.3.3.3. Motivos de mantenimiento físico-deportivo relacionados con la esperanza de belleza.....	375
4.2.3.3.4. Motivos de mantenimiento físico-deportivo relacionados con el ego.....	376
4.2.3.3.5. Motivos de mantenimiento físico-deportivo medioambientales.....	377
4.2.3.3.6. Motivos de mantenimiento físico-deportivo familiares y de desafío.....	379
4.2.3.3.7. Motivos de mantenimiento físico-deportivo relacionados con la salud.....	379
4.2.3.4. Análisis multivariable para los practicantes actuales de la comunidad universitaria riojana.....	380
4.2.3.4.1. Tipos de actividades físico-deportivas practicadas.....	380
4.2.3.4.2. Con quién practican actividades físico-deportivas.....	391
4.2.3.5. Análisis multivariable para los practicantes pasados de la comunidad universitaria riojana.....	399
4.2.3.5.1. Edad de abandono físico-deportivo.....	399
4.2.3.5.2. Motivos de abandono físico-deportivo.....	402
4.2.4. <i>Síntesis del análisis cuantitativo</i> .....	406

## TERCERA PARTE

### CONCLUSIONES Y PROSPECTIVA

#### CAPÍTULO 5. DISCUSIÓN E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS

5.0. INTRODUCCIÓN.....	421
------------------------	-----

5.1. COTAS DE PRÁCTICA FÍSICO-DEPORTIVA.....	422
5.2. SATISFACCIÓN CON LA PRÁCTICA FÍSICO-DEPORTIVA.....	426
5.3. ACTIVIDADES FÍSICO-DEPORTIVAS.....	428
5.4. MOTIVOS EN TORNO A LA PRÁCTICA FÍSICO-DEPORTIVA.....	433
5.5. MOTIVOS DE INICIO Y ORIENTACIONES DE META EN LA ADHESIÓN FÍSICO-DEPORTIVA.....	436
5.6. VARIABLES PREDICTORAS DE LA PRÁCTICA FÍSICO-DEPORTIVA.....	436
5.6.1. <i>Conjunto de la población universitaria riojana</i> .....	437
5.6.2. <i>Universitarios riojanos que alguna vez han practicado actividades físico-deportivas</i> .....	439
5.6.3. <i>Universitarios riojanos que practican y han practicado actividades físico-deportivas</i> .....	440
5.6.4. <i>Universitarios riojanos que actualmente practican actividades físico-deportivas</i> .....	441
5.6.5. <i>Universitarios riojanos que han abandonado la práctica físico-deportiva</i> .....	443
5.7. PERFILES DE PRÁCTICA FÍSICO-DEPORTIVA.....	444
5.7.1. <i>Conjunto de la población universitaria riojana</i> .....	444
5.7.2. <i>Universitarios riojanos que alguna vez han practicado actividades físico-deportivas</i> .....	446
5.7.3. <i>Universitarios riojanos que practican y han practicado actividades físico-deportivas</i> .....	446
5.7.4. <i>Universitarios riojanos que actualmente practican actividades físico-deportivas</i> .....	447
CAPÍTULO 6. CONCLUSIONES Y PROSPECTIVA	
6.0. INTRODUCCIÓN.....	451
6.1. CONCLUSIONES GENERALES DE LA INVESTIGACIÓN.....	451
6.1.1. <i>Referentes a la organización y planificación de las prácticas físico-deportivas</i> .....	452
6.1.2. <i>Referentes a la educación en y para el ocio físico-deportivo</i> .....	458
6.2. PROSPECTIVA.....	464
BIBLIOGRAFÍA.....	467



## INTRODUCCIÓN

Nuestro convencimiento sobre la poderosa capacidad educativa de las actividades físico-deportivas de tiempo libre, así como nuestros deseos de comprometer nuestro tiempo en la búsqueda de aportaciones que contribuyan a mejorar la calidad de la práctica físico-deportiva de tiempo libre, en general, y la calidad de vida de los individuos, en particular, nos llevaron a introducirnos en esta investigación del ocio físico-deportivo.

En numerosas conversaciones informales con compañeros de la actividad física de tiempo libre, hemos detectado que muchos de estos profesionales consideran que el hábito físico-deportivo debe fraguarse en edades tempranas argumentando que, en aquellos individuos que al llegar a la edad adulta no hayan adquirido este hábito motor, resulta prácticamente imposible que comiencen a ejercitarse cuando ya son adultos. Además, asumen el abandono físico-deportivo en la adolescencia y en la edad adulta a medida que se van contrayendo obligaciones laborales y familiares. Desde nuestro punto de vista, esta actitud resulta conformista e incluso algo imprudente por parte de los profesionales de las actividades físicas de tiempo libre.

Estamos de acuerdo en que el hábito físico-deportivo de tiempo libre debe forjarse desde la niñez, pero no porque en la edad adulta sea imposible su asimilación, sino porque de este modo el individuo lo asumirá más fácilmente como experiencia necesaria en su vida y los pilares que lo sustentan con el paso de los años se harán más sólidos.

No obstante, aquellas personas que en su infancia no hayan aprendido a disfrutar de su tiempo libre a través de actividades motrices no han de ser considerados “casos perdidos”. Éstos perfectamente pueden adquirir el hábito físico-deportivo en su edad adulta. Nunca es tarde para aprender, y mucho menos para aprender a ocupar el tiempo libre personal de forma valiosa.

Por otro lado, como profesionales del ocio, en general, y de la actividad física, en particular, no debemos limitarnos a contemplar con resignación el abandono

de las prácticas físico-deportivas de tiempo libre por parte de adolescentes y adultos. Nuestras obligaciones van mucho más allá, intervendremos no sólo para evitar el abandono físico-deportivo, sino también para fomentar el hábito en los físicamente inactivos y mejorar la calidad de la práctica motriz en los que ya se ejercitan físicamente.

Con el fin de facilitar el hábito físico-deportivo de la sociedad, en la mayoría de las poblaciones urbanas españolas, así como también en las rurales, han aumentado considerablemente el número de espacios y la oferta físico-deportiva para realizar esta forma de ocio, esta práctica motriz.

Ahora bien, la cantidad de oferta de espacios y de actividades físico-deportivas de tiempo libre no resulta suficiente para crear un hábito físico-deportivo de tiempo libre saludable. A este aumento de la cantidad de oferta le tienen que acompañar la calidad de la oferta y una buena formación de la sociedad en y para el ocio físico-deportivo.

La calidad de la oferta físico-deportiva vendrá determinada por la adecuación de su organización y de la planificación de objetivos, espacios, actividades, horarios, etc. a las preferencias, necesidades, actitudes, motivaciones y expectativas de la población. En definitiva, una oferta físico-deportiva de calidad debe proporcionar satisfacción en los sujetos a los que va dirigida. Por lo tanto, cualquier oferta motriz de tiempo libre ha de basar su organización y planificación en los comportamientos, actitudes y motivaciones de la comunidad a la que se destina.

La educación en y para el ocio deberá enseñar a la sociedad a invertir su tiempo libre en actividades de ocio que le reporten, al mismo tiempo, sensación de libertad, descanso, diversión y autorrealización. Este proceso educativo ha de partir de las características de sus destinatarios, lo que vuelve a subrayar la necesidad de conocer sus comportamientos, actitudes y motivaciones.

Estas convicciones nos llevan a enmarcar nuestro estudio en una sociedad adulta como la formada por la comunidad de la Universidad de La Rioja, donde todos sus integrantes (alumnado, personal docente e investigador -PDI- y personal de administración y servicios -PAS-) superan la mayoría de edad.

En esta línea, se pretende analizar la participación de la población de la Universidad de La Rioja en actividades físicas o deportivas de tiempo libre, así como sus comportamientos, actitudes y motivaciones, para ofrecer aportaciones científicas que guíen la organización y educación del ocio físico-deportivo dirigido a una población adulta concreta, la comunidad universitaria riojana, como punto de partida de cualquier intento por promover, mejorar, mantener y favorecer unos hábitos físico-deportivos de tiempo libre de calidad.

A partir de aquí, nos planteamos, de modo coherente con el problema expuesto:

*Conocer y valorar la demanda real y potencial de actividades físico-deportivas como forma de utilizar el tiempo libre entre la comunidad universitaria riojana.*

En concreto, este objeto de estudio se estructura en los siguientes objetivos más específicos:

1. Estimar las “cotas” de práctica físico-deportiva del sector universitario riojano (practicantes *actuales*, practicantes *pasados*, practicantes *encubiertos* y practicantes *probables*).
2. Conocer el grado de satisfacción de la colectividad universitaria de La Rioja con respecto a su práctica de actividades físicas o deportivas.
3. Observar, con respecto a esa práctica físico-deportiva, las actividades más practicadas, las más deseadas, lugar donde se llevan a cabo, el contexto y las personas que se eligen para desarrollarlas.
4. Profundizar en los motivos que llevaron o llevan a la comunidad universitaria riojana a iniciarse, mantenerse, abandonar, no realizar nunca actividades físico-deportivas o practicar en las instalaciones de la universidad o en las de fuera de ésta.
5. Valorar en qué medida influyen los motivos de inicio de la práctica físico-deportiva y las orientaciones de meta en la adhesión a esta forma de ocupación del tiempo libre.
6. Constatar la existencia de determinadas variables predictoras de la práctica físico-deportiva, al relacionar globalmente todas.
7. Definir los perfiles de los universitarios riojanos en función de diferentes comportamientos, actitudes y motivaciones en torno a la práctica físico-deportiva.

Para alcanzar el objeto de esta investigación se plantean tres partes fundamentales: el estado de la cuestión, el proceso empírico y las conclusiones y prospectiva.

La primera parte, estado de la cuestión, se estructura en dos capítulos: marco conceptual (capítulo 1) e investigaciones sobre el tema (capítulo 2). Esta primera parte se basa en una revisión teórica y empírica de la literatura existente al respecto que nos llevó a dejar patente el problema y el diseño de la investigación.

Del análisis de dicha bibliografía surge un primer capítulo sobre la conceptualización y fundamentación del tema (tiempo libre, ocio y actividades físico-deportivas). De este modo se pretende enmarcar y definir el contexto de nuestro estudio y centrar al lector, esté o no familiarizado con el asunto, en las bases conceptuales del objeto de estudio.

El segundo capítulo se dedica a profundizar en las principales aportaciones y conclusiones de las investigaciones realizadas en torno a los contenidos fundamentales del presente trabajo: tiempo libre y práctica físico-deportiva de tiempo libre. Las contribuciones sobre el tiempo libre se agrupan en dos apartados, disponibilidad y ocupación, mientras que el análisis sobre la práctica físico-deportiva se presenta en cuatro apartados: historial de práctica, actividades físico-deportivas, motivos y orientaciones de meta.

La segunda parte, conformada por los capítulos tercero y cuarto, está dedicada al proceso empírico.

En el tercer capítulo, planteamiento de la investigación, se desarrollan los aspectos metodológicos y técnicos así como el proceso de la investigación empírica. Este capítulo se encuentra dividido en ocho apartados: diseño del proceso, descripción del problema objeto de estudio, objeto de la investigación, variables, población y muestra, instrumentos, validez y fiabilidad del instrumento de medida y, por último, los tratamientos aplicados.

El cuarto capítulo, análisis de los resultados, presenta el examen y los resultados de los datos obtenidos. Un primer apartado lo constituye el análisis cualitativo de las opiniones, sugerencias e intereses sobre la práctica físico-deportiva de tiempo libre expuestos por el alumnado, el personal docente e investigador y el personal de administración y servicios de la Universidad de La Rioja en los grupos de discusión celebrados. En segundo lugar se realiza un análisis cuantitativo de los datos registrados por el cuestionario, a través de un examen descriptivo de las variables de estudio, un estudio relacional bivariado que detecta las relaciones significativas entre pares de variables, un cotejo inferencial de contrastes que descubre las diferencias significativas entre pares de variables y, finalmente, un análisis multivariable de dependencia Chi-square Automatic Interaction Detector (CHAID) para explicar la influencia de variables independientes sobre las dependientes.

La tercera y última parte presenta, en los capítulos quinto y sexto, la interpretación y discusión de los resultados, así como las conclusiones y prospectiva de la investigación.

En el capítulo 5, discusión e interpretación de los resultados, argumentamos los resultados más significativos tratando de dar respuesta a cada uno de los siete objetivos de la investigación, por lo que el capítulo se estructura en siete apartados: cotas de práctica físico-deportiva, satisfacción con la práctica motriz, actividades físico-deportivas, motivos de la práctica motriz, motivos de inicio y orientaciones de meta en la adhesión físico-deportiva, variables predictoras de la práctica motriz y perfiles de práctica físico-deportiva.

En el capítulo 6, conclusiones y prospectiva, revisamos los hallazgos más importantes en torno a los comportamientos, actitudes y motivaciones físico-deportivos de los universitarios riojanos, relacionándolos con la educación y la

organización del ocio físico-deportivo. Por último, con cautela y modestia, se propone una serie de iniciativas para mejorar la calidad de las experiencias físico-deportivas de tiempo libre personales, y se plantean posibles investigaciones futuras que den continuidad al presente estudio.



PRIMERA PARTE

ESTADO DE LA CUESTIÓN



# CAPÍTULO 1

## MARCO CONCEPTUAL

### 1.0. Introducción

A lo largo de este primer capítulo nos planteamos realizar una delimitación conceptual en relación a la práctica físico-deportiva de tiempo libre a través de un exhaustivo análisis de las principales teorías relacionadas con el tema objeto de nuestro estudio.

El primer paso para la comprensión de la práctica físico-deportiva de tiempo libre nos induce a realizar un recorrido histórico sobre el tiempo libre y ocio que nos lleve a conocer la evolución conceptual que han sufrido estos términos. Ello es especialmente pertinente para la investigación que nos ocupa, dado el carácter abierto y en muchas ocasiones difuso que connotan los términos “tiempo libre” y “ocio”.

Tras la aproximación conceptual del tiempo libre y ocio, dedicamos un segundo apartado del capítulo a clarificar y delimitar las prácticas físico-deportivas de tiempo libre en las que se enmarca la presente investigación. Así, nos posicionamos a favor de los planteamientos del *léxico de praxeología motriz* de Parlebas (2001) con el fin de aclarar el concepto de “actividades físico-deportivas de tiempo libre”, así como su clasificación. De acuerdo con todo ello, pasamos a explicar brevemente la gestión y organización de este tipo de actividades en general, centrándonos en los servicios de actividades físico-deportivas de las universidades españolas en particular, como organismos encargados del desarrollo y funcionamiento de las actividades físicas y deportivas dentro de las instituciones universitarias.

Finalmente pasamos a explicar a qué nos referimos cuando hablamos de “comportamientos”, “satisfacciones” y “motivaciones” con respecto a la práctica físico-deportiva de tiempo libre.

Toda esta clarificación terminológica conforma el marco conceptual de la presente investigación.

## 1.1. Tiempo libre y ocio

### 1.1.1. *Una aproximación al concepto de tiempo libre*

El tiempo libre existe desde el comienzo de la civilización, aunque el hombre es más consciente de su existencia a partir de la invención del reloj, momento a partir del cual el tiempo libre puede ser medido y observado.

En un principio representaba un privilegio de unos pocos pero, poco a poco, con la industrialización, se va extendiendo a todos los sectores sociales. A partir de la Revolución Industrial la sociedad se centraba en el trabajo; con la aparición de las nuevas tecnologías, la sociedad de nuestros días debe dar un giro para organizarse en torno al tiempo libre.

El tiempo libre constituye una parcela mayor o menor del tiempo total; por lo tanto resulta cuantificable, se puede medir; para Grazia (1966: 19) es *una forma concreta de calcular una determinada clase de tiempo*.

Muchos autores coinciden con la significación que al tiempo libre le concedían los antiguos helenos, al identificarlo con el tiempo que no se dedica a trabajar. Zaragoza (1988) incluye dentro de este período el tiempo dedicado a descansar, satisfacer necesidades fisiológicas, cubrir desplazamientos, atender a la familia, o simplemente estar con ella, así como el empleado en gestiones administrativas, entre otras ocupaciones.

Otros entienden por tiempo libre aquel en el que se puede hacer lo que a uno le apetezca. Por lo tanto, queda excluida toda actividad no deseada ni libremente elegida:

*Tiempo libre es aquel en que actuamos por nuestra propia voluntad, por nuestros impulsos y según nuestros deseos e inclinaciones* (Cuenca, 1987: 14).

Existe una parte del tiempo de no trabajo, tiempo que nos queda tras la jornada laboral, que lo ocupamos en tareas necesarias, impuestas y no elegidas libremente. Se trata de actividades fisiológicas como comer o dormir; domésticas, como limpiar, cocinar, hacer la compra...; familiares, como el cuidado de niños o de personas mayores; sociales, como las reuniones con amigos o familiares; o religiosas, como ir a misa ... Por lo tanto, de modo coherente con lo anterior Ponce de León (1998: 26) afirma que *no todo el tiempo de no trabajo es tiempo libre*.

Luego el tiempo libre podríamos definirlo como una porción del llamado tiempo de no trabajo que resulta de excluir todo tipo de obligaciones, sean familiares, sociales, religiosas, personales, o fisiológicas. Monera (1985) profundiza en este tema y puntualiza:

*Tiempo libre de aquellas ocupaciones impuestas por determinantes externos (...) Tiempo libre para reponer energías en función del*

*trabajo y para dedicar a cuanto no mantiene relación directa y obligatoria con el trabajo y que propicia el desarrollo de aspectos y potencias de la propia personalidad (p. 105).*

En consecuencia, podríamos pensar, como ya lo hicieron algunos teóricos, que el tiempo libre se opone de manera excluyente a todo tipo de trabajo. Sin embargo, no todo trabajo viene impuesto externamente; por ejemplo, un pintor o un escultor que crea sus obras cuando él decide sin estar sujeto a unas normas horarias ni comportamentales. En este caso, el trabajo tiene cabida dentro del tiempo libre ya que se trata de una actividad libremente elegida.

Completando esta idea, en una persona que en su trabajo se expresa libremente y realiza aquello que más le gusta, su tiempo de trabajo se confunde con su tiempo libre. Dicho de otra forma, ese tiempo de trabajo es, simultáneamente, tiempo liberado.

Cuenca, (1987: 14) asevera que *la oposición entre tiempo libre y trabajo sólo existe cuando el trabajo no es voluntario*. Por ello, resulta más oportuno identificar el tiempo libre como opuesto a todo tipo de obligaciones -laborales, escolares, fisiológicas, domésticas, familiares, sociales, religiosas o de otra índole- que como antítesis del trabajo.

De acuerdo con estos planteamientos, la distribución del tiempo se resume en tiempo obligatorio y tiempo libre.

Dentro del tiempo obligatorio, Setién y López Marugán (2000) distinguen tres fracciones temporales:

- Tiempo fisiológico: destinado a satisfacer las necesidades vitales para la supervivencia (comer, dormir, higiene personal).
- Tiempo organizacional: se corresponde con el dedicado al trabajo remunerado o de educación formal siempre y cuando sean obligatorios y se encuentren ajenos a la capacidad de decisión personal.
- Tiempo de interacción: hace referencia al tiempo invertido en los compromisos sociales y/o familiares.

Por el contrario, el tiempo libre consiste en un tiempo personal, como sostienen Setién y López Marugán (2000), en el que la persona elige libremente en función de sus gustos y satisfacciones.

Pero el problema fundamental no se centra en la cantidad de tiempo libre de que se dispone, sino, más bien, en cómo utilizarlo, en el uso razonable de ese tiempo libre. Cuenca (1987) apunta la necesidad de emplearlo en actividades que permitan al mismo tiempo descansar, recuperarse, divertirse y desarrollarse, o en actividades a las que Cuenca (1987: 15) denomina *creadoras de valores*.

Por lo tanto, podemos considerar junto a Jáuregui, Egea y de la Puerta (1998) que la reducción de un tiempo de trabajo se debe traducir en *la liberación de un tiempo cuyo fin es el desarrollo personal de cada uno* (p. 34).

Atendiendo al modo de aprovechamiento de esta fracción temporal, Juárez (1993) diferencia un tiempo libre “productivo” de un tiempo libre “no productivo o estéril”.

Se califica como productivo todo tiempo libre que sea empleado sustancialmente en uno mismo para recrearse, entendiendo por recreación volver a encontrarse, mejorar, desarrollarse, llegar a ser uno mismo integralmente. En esta línea se manifiesta Ponce de León (1998) cuando afirma que

*quien ocupe su tiempo libre y de ocio en equilibrarse biológica, psicológica, social y espiritualmente estará consumiendo inteligentemente ese tiempo* (p. 45).

En esta línea se circunscriben los niveles formativos de entretenimiento y de descanso señalados por López Andrada, Martínez Álvarez, Menchén Bellón e Ibáñez Benet (1982).

El nivel formativo se da cuando el individuo emplea su tiempo libre para autoconocerse y realizarse. Si lo que se consigue en este período liberado es la diversión y la distracción, se encuentra dentro del nivel de entretenimiento; mientras que si lo que se pretende es revitalizarse, se trata del nivel de descanso.

Por el contrario, tiempo libre estéril resultará todo tiempo liberado de obligaciones, “perdido” en no hacer nada o en diligencias infructuosas; en definitiva, todo tiempo libre que no aporta nada a uno mismo ni a los que le rodean.

Nos encontramos ante este tipo de tiempo libre cuando nos movemos en los niveles de consumo y aburrimiento mencionados por López Andrada y otros (1982), con la diferencia de que en el primero nos dejamos guiar sin intervenir responsablemente, mientras que en el segundo nos aburrirnos.

### **1.1.2. Factores condicionantes del tiempo libre**

Las investigaciones realizadas sobre el tiempo libre consideran que existen unos factores que condicionan su disponibilidad. Disponibilidad y utilización que pueden analizarse desde parámetros cuantitativos y cualitativos.

Entre los factores cuantitativos nos centraremos, en este apartado, en los laborales, sociales y demográficos y, posteriormente, atenderemos desde la vertiente del ocio a los cualitativos, dado que, como apunta Ponce de León (1998), tiempo libre es a ‘continente’ como ocio es a ‘contenido’.

La tecnificación industrial, en un primer momento, produjo un aumento de la jornada laboral obligatoria, para después reducirla poco a poco con el paso de

los años, repercutiendo en un positivo aumento del tiempo libre sin disminuir la producción. Así lo constata González (1998), para quien:

*La productividad se ha cuadruplicado entre 1936 y 1980; es decir en 1980 se necesitaba cuatro veces menos de tiempo de trabajo para producir los mismos bienes de 1936 (p. 67).*

En la España de finales del siglo XVIII comienzos del XIX, la Revolución Francesa junto con la revolución industrial dio lugar a jornadas de trabajo agotadoras y empleo indiscriminado de mujeres y niños.

La ley de 24 de julio de 1873 prohíbe trabajar a los menores de 10 años y reduce la jornada laboral de los niños de entre 10 y 14 años y de las niñas menores de 17, aunque el grado de cumplimiento en la práctica fue casi nulo. En este mismo año, se demandó a las Cortes de la República una reducción de la jornada laboral a ocho horas y la prohibición del trabajo a menores de 12 años, pero no llegó a ser discutida.

En el año 1900 se estableció legalmente el descanso dominical para mujeres y menores, descanso que se extendió a los trabajadores varones adultos cuatro años más tarde. La ley de 1902 fija un máximo de 11 horas diarias de trabajo para mujeres y menores y en 1913 el Real Decreto de 24 de agosto fija la jornada máxima de 10 horas en la industria textil para todos sus obreros.

A comienzos de la década de los ochenta -en 1983-, la legislación laboral plantea como tope un máximo de 9 horas diarias de trabajo y 40 semanales, un descanso mínimo de 12 horas entre jornadas y un día y medio por semana, 14 días festivos y 30 días naturales de vacaciones al año. En 1997 los sindicatos lanzaron la propuesta de la semana laboral de 35 horas, que poco a poco se va implantando en los trabajadores españoles. Donde más abundan las 35 horas semanales es en la Administración.

Además de la reducción de la jornada de trabajo remunerado, las mejoras de los sistemas de producción benefician el aumento del tiempo libre gracias a la flexibilización de horarios en el trabajo, la aparición de los trabajos a distancia, la tecnificación doméstica o la mecanización de los medios de transporte.

El estudio realizado por Vila y Carrasco (2002) revela cómo los trabajadores con jornadas más prolongadas están menos satisfechos con la cantidad de tiempo libre que disponen. En esta línea, García Montes (1997) tiene en cuenta que:

*La cuantificación del tiempo no es significativa por sí misma, pues ésta se relativiza, según sea percibida como suficiente e insuficiente, en función de las expectativas de cada persona y, por otro lado, que el estado civil, el nivel socio-económico y el tener o no trabajo remunerado son factores determinantes para percibirlo de una u otra forma (p. 69).*

Por otra parte, en la actualidad, la población española laboralmente activa debe ser mayor de 16 años, edad a la que concluye el período de escolaridad obligatoria. Sin embargo, la encuesta de población activa del Instituto Nacional de Estadística muestra cómo durante el año 2003 tan sólo uno de cada cuatro jóvenes de edades comprendidas entre los 16 y los 19 años tiene un trabajo remunerado y que resulta casi nula la participación de los mayores de 65 años en el mundo laboral. Por lo que podríamos afirmar que la población activa está integrada por sujetos de entre 20 y 64 años.

Aquellas personas que no tienen trabajo remunerado disponen de más tiempo libre; ahora bien, García Montes (1997) añade que:

*La mayor disposición temporal de que disponen los inactivos no suele estar bien aprovechada, al disponer de menos recursos, y en general, de niveles culturales que no les permiten gestionarlos bien (p. 58).*

Dentro de este grupo señalamos, además de los parados, a los estudiantes, jubilados o pensionistas y a quienes se dedican a las labores del hogar.

A partir de la encuesta realizada a la población activa por el Instituto Nacional de Estadística (2003), se observa cómo en 1976 el colectivo de estudiantes estaba formado por el 3,95% de la población mayor de 16 años, mientras que en 1990 casi se duplica el porcentaje de los que estudian -un 7,35%-; desde entonces este colectivo se estabiliza hasta nuestros días.

De esta misma encuesta se deduce un aumento del grupo de jubilados a medida que pasan los años. En 1976 tan sólo el 7,93% de los españoles estaban jubilados; esta proporción se eleva hasta el 17,63% en 1990 y experimenta un lento crecimiento en los últimos 13 años hasta alcanzar el 18,52% de la población en el 2003.

Por el contrario, detectamos un declive en la categoría formada por quienes se dedican a las labores del hogar. Entre 1976 y 2003 se produce una reducción progresiva. Hace 27 años esta categoría estaba conformada exclusivamente por mujeres, representando un 26,23% de los españoles mayores de 16 años. En la actualidad, algunos hombres se incorporan a este grupo dedicado a las tareas del hogar; aún así, se ve disminuido en un 11,5% con respecto a 1976.

En cuanto a la tasa de paro, en 1990 se produce una elevación de casi un 4% con respecto a 1976, en que tan sólo el 1,17% de los españoles activos carecían de trabajo remunerado; en nuestros días se mantiene en torno al 5%. Como resultado, parece ser que el grupo de personas que carecen de trabajo remunerado se amplía a lo largo de los años.

La existencia o inexistencia de un trabajo remunerado no constituye el único factor ocupacional condicionante del tiempo libre; el tipo de ocupación también influye en esta variable. Los directivos, gerentes, empresarios y profesionales

autónomos representan las categorías laborales con menos tiempo libre; en el extremo opuesto se encuentran los empleados.

Centrándonos en otro mediador social del tiempo libre, la jubilación, López i Villanueva (2002) entiende este término como:

*Norma social que retira las personas del mercado laboral (con todo lo que conlleva) a partir de una edad cronológica fijada arbitrariamente (p. 39).*

Se sabe que en 1950 se fijó en España la edad legal de jubilación a los 65 años, y desde entonces permanece estable. No obstante, la existencia de normas transitorias que permiten adelantar esta edad a los 60 años, además de unas disposiciones derivadas de la negociación colectiva ajenas a la seguridad social que permiten alcanzar la jubilación antes de los 60, ha provocado un adelanto en la edad de jubilación a lo largo de los últimos 50 años. Como resultado, se reduce la tasa de actividad laboral y se acrecienta la de tiempo libre. Tanto es así que Ferreras (2002) expresa cuantitativamente esta reducción desde los años 50 en los siguientes términos:

*Los hombres con edades comprendidas entre 60 y 64 años de edad cuya tasa de ocupación en Europa era entonces del 80%, ha descendido al 30% en el año 1997, y en el año 1999 ha descendido aún más: al 22,3% de media en los 15 países de la UE (p. 195).*

En España en el año 2003 tan sólo el 17,58% de los mayores de 55 años son activos, un 1,78% menos que en 1990 y un 12,30% menos que hace 27 años (Instituto Nacional de Estadística, 2003). Todavía resulta mayor la diferencia si nos centramos en los mayores de 60 años. En el año 2000, el 75% del grupo de edad de 60-64 años estaba laboralmente desocupado, mientras que 30 años atrás, en la década de los 70, eran escasos los inactivos en este grupo de edad (Ferreras, 2002). Tan sólo el 1,5% de los mayores de 65 participaban en el mundo laboral durante el año 2000 -un 38,5% menos que en los años 80- (Fernández Cordón, 2002).

Todos los datos anteriores indican un cambio de valores sociales, donde el tiempo libre adelanta al trabajo en la escala de preferencias de los europeos en general y de los españoles en particular:

*Parece ser como si los ciudadanos aceptaran pensiones más bajas a cambio de tiempo libre, ya que el adelanto de la edad legal de jubilación supone siempre una reducción de la cuantía de la pensión (Ferreras, 2002: 208).*

No obstante, las proyecciones demográficas realizadas por Fernández Cordón (2002), en consonancia con los acuerdos adoptados en Lisboa en el año 2000 y en Estocolmo en el 2001, prevén en los próximos años un retraso en la

edad de jubilación en torno a los 65-70 años, lo que provocará una reducción del tiempo liberado de obligaciones.

Resulta evidente que la sociedad poco a poco va considerando el tiempo libre como eje en torno al que estructurarse. El tiempo libre como necesidad se implanta legalmente a mediados del siglo XX. Actualmente es un derecho de todos, y así aparece recogido en el artículo 24 de la Declaración Universal de los Derechos Humanos:

*Toda persona tiene derecho al descanso, al disfrute del tiempo libre, a una limitación razonable de la duración del trabajo, y a vacaciones periódicas pagadas* (Naciones Unidas, 1948).

Además, en los países desarrollados, entre los que se encuentra España, cada vez se vive más tiempo y aumenta la esperanza de vida. Como resultado, con el paso del tiempo, se dispone de más años de no trabajo al alcanzar la jubilación, una vez finalizada la etapa productiva. Así lo expresa Fernández Cordón (2002) afirmando que:

*La situación demográfica de España se ha caracterizado en las dos últimas décadas, (...) por una disminución importante de la mortalidad de los más mayores. Esta evolución provoca un aumento de la carga de inactivos, debido al envejecimiento de la población* (p. 167).

Simultáneamente, esta evolución demográfica va acompañada de una mejora en la calidad de vida. Se alcanza la edad de jubilación en mejores condiciones saludables y económicas, lo que favorece el disfrute del tiempo libre no obligatorio, según López i Villanueva (2002):

*Asistimos al nacimiento de un grupo emergente de personas maduras con plenas facultades, que son apartadas del mercado laboral* (p. 39).

Estos aumentos de la esperanza y calidad de vida se atribuyen tanto al desarrollo socioeconómico como a los grandes avances de la medicina o a las mejoras en la alimentación, en las condiciones higiénicas, en el hábitat y en el trabajo.

Las expectativas de vida de los europeos se han ido incrementando gradualmente hasta nuestros días. Por ejemplo, en el año 1900 en Inglaterra la esperanza de vida era de 45 años; sin embargo, actualmente el 16% de la población de Inglaterra es mayor de 65 años (Smith, 1999). Fijándose en España, Ferreras (2002: 196) nos muestra cómo en 1960 la esperanza de vida de los hombres españoles era de 67,6 años, frente a los 71,9 años de las mujeres. En 1975, según los datos del Instituto Nacional de Estadística (2003), los españoles gozaban de una esperanza de vida en torno a los 73,3 años -ellos superaron los 70 años mientras que ellas alcanzaron unas expectativas de vida de 76,2 años-. En la

década de los 90 se incrementa la esperanza de vida de los españoles en 3,6 años -76,9 años-, superando las mujeres en 7 años a los hombres -80,5 años y 73,40 años respectivamente-. Este mismo autor indica que en el año 2000 la esperanza de vida de los hombres españoles alcanzaba los 74,9 años, frente a los 82,1 de ellas (2002: 196). Estos datos parecen reflejar una desaceleración en el crecimiento de las expectativas de vida de los españoles. Si comparamos los dos sexos, se observa cómo la esperanza de vida de los hombres siempre es superada por la de las mujeres.

Este aumento de la esperanza de vida, junto con la reducción de la natalidad, origina un envejecimiento de la población, un aumento de la edad media de la población.

*Hay países, como es el caso de España, que casi han doblado el porcentaje de mayores de 65 años en relación con la población total en el período de tiempo de 1960 (el 8,2%) al 1997 (15,9%) (Ferrerías, 2002: 197).*

Actualmente en España el 17,7% de la población es mayor de 65 años.

Si atendemos al sexo, ya en la Grecia antigua los hombres disponían de más tiempo libre que las mujeres; mientras que los primeros disponían de las tardes libres para descansar, las mujeres y los esclavos dedicaban todo el día a trabajar o a obligaciones religiosas y familiares. Sólo las mujeres embarazadas eran eximidas laboralmente: se consideraba su labor durante los nueve meses de gestación producir un hijo sano. Los hombres ancianos y los virtuosos se encontraban libres de toda obligación cotidiana.

A mediados de los 70 tan sólo una de cada cuatro mujeres españolas desarrollaba trabajo remunerado. A partir de entonces se acelera la incorporación femenina a la actividad laboral, y con ella el reconocimiento del derecho a disponer de tiempo libre por parte de las mujeres. En el año 2003 casi el 40% de las mujeres en edad de trabajar desempeñan alguna labor remunerada.

En la actualidad los hombres siguen disponiendo de más tiempo libre que las mujeres, y aumenta esta diferencia, según Ramos Torres (1994), con el incremento de la edad.

*En un día promedio semanal los varones disponen de casi dos horas más de tiempo libre que las mujeres (...) tal diferencia se incrementa según se pasa de los días laborables al sábado y domingo (...) esta diferencia aumenta con la edad (pp. 218-219).*

Para este mismo autor, existen variaciones significativas en función del estado civil, de manera que los solteros y solteras mantienen situaciones similares, mientras que entre los casados y las casadas existen grandes diferencias con respecto a la disponibilidad de tiempo libre.

---

Durán, Heras, García, Caillavet y Moyer (1988) afirman que el tiempo libre de la mujer casada se encuentra subordinado a tres factores: el número de personas que conforman la unidad familiar, la edad de los hijos y la realización o no de trabajo remunerado.

A medida que aumenta el desarrollo económico, Gershuny (1991) afirma que:

*El trabajo remunerado masculino se reduce (...) sin embargo se da un crecimiento, pequeño pero regular; en el tiempo total de trabajo remunerado femenino (p. 53).*

Cada vez hay más mujeres con trabajo remunerado. El estudio de Durán (1991) muestra cómo en ese mismo año una cuarta parte de las amas de casa disponían de empleo. La mayoría de estas mujeres dedican parte de su tiempo a otros miembros de su familia; no obstante, afirma Gershuny (1991: 53), *el tiempo de trabajo no remunerado femenino se reduce con el paso del tiempo y del desarrollo económico.*

Poco a poco se va perdiendo la concepción machista que asocia el trabajo doméstico exclusivamente a las mujeres y crece el trabajo doméstico masculino. Aún así, las mujeres todavía dedican más tiempo a estas tareas no remuneradas que los hombres:

*Las españolas dedican a las tareas domésticas siete veces más tiempo que los hombres -4 horas y 24 minutos ellas, por 37 minutos ellos- (Jáuregui, Egea y Puerta de la, 1998: 368).*

Por lo tanto, las mujeres deben descontar de su tiempo total, además del dedicado al trabajo remunerado, más tiempo de tareas domésticas, no remuneradas, que los hombres. Lo que supone que las mujeres con empleo son las que presentan su tiempo libre más restringido.

Consiguientemente, *la inercia de la actual organización social del tiempo doméstico-familiar y del tiempo laboral (...) está llevando a la sobrecarga a las mujeres* (Jáuregui, Egea y Puerta de la, 1998: 429), repercutiendo negativamente sobre la calidad de vida de éstas.

Vila y Carrasco (2002) afirman que el grado de satisfacción con la cantidad de tiempo libre se manifiesta claramente inferior para las mujeres que para los hombres.

Por otra parte, la cantidad disponible de tiempo libre también se diversifica si se atiende a la edad. Apoyados en la Encuesta sobre uso del tiempo realizada por el Centro de Investigaciones Sociológicas en 1987 y comentada por Ramos Torres (1994), podemos afirmar que los mayores de 55 años son los que más tiempo libre tienen, seguidos por las personas de entre 19 y 34 años y, a conti-

nuación, los menores de 18. En el tramo de 35 a 54 años se encuentran los que disponen de menos tiempo libre.

El grado de satisfacción con el tiempo libre aumenta con la edad, tal y como manifiestan los datos del análisis llevado a cabo por Vila y Carrasco (2002).

Si se atiende a las obligaciones domésticas y familiares de los individuos solteros, éstas son inferiores a las de personas en otro estado civil, por lo que disponen de más tiempo libre que otros sujetos con una misma cantidad de dedicación al trabajo remunerado.

Las personas solteras se muestran significativamente más satisfechas con su tiempo libre que las casadas, divorciadas o viudas (Vila y Carrasco, 2002).

Gil y Menéndez (1985: 58) señalan a los solteros dependientes como los que poseen más tiempo libre, seguidos por los casados, pero son los solteros independientes los que disponen de menos tiempo libre.

No obstante, debemos tener presente la apreciación señalada por García Montes (1997):

*El estado civil no condiciona tanto por sí mismo como por las responsabilidades familiares que de él se desprenden, de esta forma el total de miembros del núcleo familiar; así como el tener a su cargo hijos/as de corta edad o ancianos/as que no puedan valerse por sí mismos, es lo que realmente produce serias limitaciones en el tiempo libre disponible (p.60).*

### **1.1.3. Aproximación al concepto de ocio**

El ocio, al igual que el tiempo libre, ha existido siempre, pero sus connotaciones han variado con el paso de los siglos. Por ello se hace necesario realizar una breve referencia histórica del ocio antes de entrar en su conceptualización actual.

Los artículos escritos por Guglielmi (1997, *La cultura del ocio*), Rullán (1997, *Del ocio al negocio (...) y otra vez al ocio*), Baruel (1997, *El ocio en el horizonte de la sociedad industrializada*) y Muñoz (2000, *Economía del ocio y trabajo no remunerado*) estudian las distintas manifestaciones del concepto de ocio a lo largo de la historia del pensamiento social.

Compendiando estas obras, advertimos cómo en el siglo VIII a. C. ya existen alusiones al ocio, considerado como provocador de malos sentimientos.

Como si de un péndulo se tratara, en las civilizaciones clásicas el ocio pasa a ocupar el extremo opuesto en la escala de valores; en la Grecia Antigua es glorificado y considerado necesario junto con el trabajo.

Pero, mientras que el ocio (*skholé*), preferible al trabajo, está reservado a unos pocos (poetas, filósofos, políticos, intelectuales y los entregados a la guerra), el tra-

bajo corresponde a la mayoría (artesanos, comerciantes, esclavos y mujeres). Dentro del trabajo, las ocupaciones domésticas y las artesanales estaban mal consideradas. *El trabajo noble eran los negocios* (Mirón, 2001: 14). El ocio se identifica como *contemplación creadora e ideal de la vida cuya antítesis es el trabajo* (López Franco, 1993: 71). El que trabaja no puede disfrutar de ocio; para disfrutar del ocio se debe estar exento de la necesidad de trabajar.

En el mundo romano, los esclavos se encargan del trabajo físico y manual, que se menosprecia al considerar que deforma y afea a quienes lo realizan. El ocio (*otium*) es disfrutado exclusivamente por la aristocracia masculina, la cual lo alterna con el negocio (*nec-otium*, negación del ocio): comercio, ejército y política. Ya en esta época, el ocio se asocia con el trabajo y es entendido como recuperación y regeneración de la aristocracia para volver al trabajo o al servicio público.

Con el cristianismo el trabajo pasa de nuevo a ser considerado una actividad positiva y llena de sentido, casi tan importante como el ocio, aunque todavía la contemplación sigue teniéndose por superior.

En cuanto a la Edad Media, los monjes medievales se dedican al ocio de la oración y al trabajo necesario para cubrir sus necesidades. Dedican mayor tiempo a la oración que al trabajo. El colectivo feudal se dedica a la guerra y al ocio: torneos y deporte. En la sociedad burguesa domina la idea de ocio coactivo con el trabajo, como descanso, como recuperación entre dos momentos laborales y no como forma permanente de vida que excluye la actividad laboral. El burgués considera que el hombre debe ser activo, no pasivo. El mundo burgués fue adoptando con el paso de los años costumbres de la nobleza.

A partir del Renacimiento, siglo XV, se empieza a valorar el trabajo manual despreciado desde la época romana. El término ocio aparece documentado por primera vez en nuestro idioma en el año 1433 (Corominas y Pascual, 1980).

Con el protestantismo y la Revolución Industrial, el trabajo pasa a ocupar el primer lugar en la escala de valores sociales, mientras que el ocio, tan exaltado hasta entonces, pasa a identificarse negativamente y se carga nuevamente de desprestigio. El trabajo pasa a ser una obligación de todos, ricos y pobres. Se vive para trabajar y el ocio sólo tiene sentido cuando sirve para descansar; de otra forma, se considera pereza. En esta cultura del trabajo, expone Rullán (1997):

*El ocio se define como aquel estado de inactividad que sigue al trabajo y que nos prepara para seguir trabajando. Lo importante es el trabajo, y el ocio es sólo un medio para reponer las fuerzas (...) No se trabaja para poder disfrutar del ocio, sino por el contrario, se tiene ocio para poder trabajar más y más (p. 173).*

En esta misma época, el ocio se abre a todas las clases sociales.

Actualmente el ocio vuelve poco a poco a recuperar su significado positivo; a mediados del siglo XX los trabajadores europeos eran esclavos del trabajo, care-

cían de ocio, pero sentían la necesidad de éste y lo reivindicaban. El crecimiento económico acaecido a partir de los años 60 comenzó a inclinar la balanza a favor del ocio y, actualmente, es considerado una necesidad a la que todos tienen derecho y que, según Anson (2000) *se configura hoy día como un pilar fundamental en la formación del individuo* (p. 29).

Cada vez se va adjudicando una mayor importancia al ocio, sobre todo entre los jóvenes:

*Resulta llamativo el ascenso del valor de ocio a escala general y, más en concreto, entre jóvenes entre 21 y 29 años* (de Miguel, 2000, citado por Cuenca, 2001: 150).

Tras esta breve revisión histórica, es el momento de configurar el concepto de *ocio*, dado que hemos asistido durante mucho tiempo a una confusión con el término *tiempo libre*. Estos dos nombres eran empleados como sinónimos cuando en realidad significan cosas distintas. En la estrecha relación semántica existente entre ellos radica la causa de su confusión.

En la década de los 60 la mayoría de los estudiosos sobre el tema todavía identificaba ocio con tiempo libre. En concreto, Govaerts (1969) especifica lo que entiende por ocio del siguiente modo:

*El ocio es el tiempo que queda disponible después de las ocupaciones obligatorias; es un tiempo de libertad en el que se tiene la posibilidad de satisfacer, según sus preferencias, las necesidades de recuperación, de descanso, de diversión, de formación y de participación sociocultural* (p. 11).

Dumazedier (1964) fue uno de los primeros en discernir estos dos sintagmas y definió el ocio como un conjunto de actividades enfrentadas a todo tipo de obligaciones y necesidades:

*El ocio es un conjunto de ocupaciones a las que el individuo puede dedicarse voluntariamente, sea para descansar o para divertirse o para desarrollar su información o su formación desinteresada, su voluntad de participación social o su libre capacidad creadora, cuando se ha liberado de sus obligaciones profesionales, familiares y sociales* (p. 31).

Completando este enunciado se puede establecer que cualquier situación de ocio debe buscar en el individuo una, dos o las tres funciones siguientes: descanso, diversión y desarrollo de la personalidad.

El descanso permite al individuo reposo y recuperación, tanto física como psicológica, tras las tensiones y el cansancio acumulados como consecuencia del

trabajo y de otras obligaciones no laborales. Esta función, al mismo tiempo, nos libera de todo tipo de obligaciones.

La diversión trata de salvarnos del aburrimiento y de la rutina que provocan las obligaciones cotidianas, a través del placer, del bienestar y del hedonismo.

La tercera función, el desarrollo de la personalidad, hace referencia tanto al progreso psicológico, como al sociológico y al biológico del individuo. El trabajo suele ser alienante, impidiendo al individuo mostrarse tal y como es y dificultando el enriquecimiento integral de la persona, por limitarse al desarrollo de algunos aspectos en detrimento de otros. El ocio, pues, a través de esta función, permite a uno expresarse tal y como es y favorece la evolución integral del individuo, desarrollando aquellos aspectos de la personalidad no ejercitados en el mundo laboral.

En relación con estas tres funciones, Secadas (1966) nos habla de dos tipos de ocio diferentes entre sí, aunque no excluyentes: ocio recreativo y ocio creativo.

El ocio recreativo, definido por este autor como aquel que trata de recobrar energías y de activar facultades abandonadas durante las ocupaciones (ya sean laborales, educativas o de otra índole), se encuentra íntimamente relacionado con las funciones de descanso y diversión de Dumazedier.

El ocio creativo, en cambio, que trata de beneficiar culturalmente al individuo, se identifica claramente con la función de desarrollo de Dumazedier.

Estas dos variables son inversamente proporcionales y vienen determinadas por el trabajo, de modo que, dependiendo de la carga física y psíquica de éste, dominará un ocio recreativo o creativo, tal y como expresa Secadas (1966):

*Al comienzo, tras el cese de la tarea, la dosis recreativa es máxima y a medida que el organismo se recupera crece la proporción creativa (p. 450).*

Zaragoza (1988) viene a reforzar la concepción de ocio de Dumazedier (1964) y de Secadas (1966) al equiparlo con actividades libremente elegidas que podían contribuir al desarrollo personal o social, aunque sin ser condiciones necesarias:

*El ocio es el conjunto de actividades placenteras libremente seleccionadas por el individuo de acuerdo con sus preferencias, desarrolladas en el ámbito no laboral, no salarial, potencial pero no necesariamente enriquecedoras y de importancia individual y colectiva (Zaragoza, 1988: 72).*

En 1974, el mismo Dumazedier (1974) redefine el ocio, no como ocupación que debe cumplir alguna de las tres funciones del plano individual (descanso, diversión o desarrollo personal), sino como actividad que ineludiblemente ha de reunir cuatro propiedades. Todo ocio debe ser liberador de obligaciones, de abu-

rrimiento, de fatiga y de la rutina; desinteresado, no orientado hacia la búsqueda de fines lucrativos; hedonístico en busca de la diversión, el placer, la satisfacción personal; y fundamentalmente, personal: ha de permitir a cada uno expresarse tal y como es y perseguir la realización y superación de uno mismo.

Esta obra quiere realzar la importancia de que se dé en el ocio una actitud activa, participativa y responsable para esquivar actitudes de abandono en beneficio del crecimiento de una cultura social y del equilibrio de la vida del individuo. Esto implica, según Dumazedier (1964):

*Al menos periódicamente una consciente y voluntaria participación en la vida social (...) por lo menos periódicamente una participación consciente y voluntaria en la vida cultural (...) siempre implica un libre desarrollo de la personalidad gracias a la investigación, en el empleo del tiempo libre, de un equilibrio más o menos original entre el reposo, la distracción y el desenvolvimiento continuo y armonioso de la personalidad (p. 259).*

Así pues, de este texto se desprende que el ocio se hace necesario para el enriquecimiento de la persona ya que, como finalidad principal, debe buscar el desarrollo de la personalidad. Otros autores, como Cuenca (1987), coinciden en esta apreciación al afirmar que:

*La finalidad del ocio no está ligada en forma alguna al descanso corporal o espiritual para reponer fuerzas cara al trabajo, sino que nos permite establecer contacto con las virtudes sobrehumanas y vitalizadoras del ser (p. 15).*

Otras concepciones del ocio como actividad opuesta a todo tipo de obligaciones las aportan Secadas (1966):

*Ocupación reposada, libre de exigencias y presiones, beneficiosa para recreo de funciones mentales y facetas de la personalidad, mantenidas al margen, desocupadas durante la tarea (p. 448).*

O Hermida (1983):

*Toda actividad que no es trabajo profesional, ni obligaciones familiares, ni actividad necesaria de conservación ni ceremonial social establecido (p. 132).*

El creciente interés de la sociedad por el tiempo libre y el ocio va agregando nuevos estudiosos al tema, lo que favorece una delimitación cada vez más matizada de sus conceptualizaciones, que va evolucionando hacia la tan acerta-

da consideración del ocio como una actitud o un estilo de comportamiento, o hacia lo que Grazia (1966: 19) denomina *el ocio como forma de ser*.

Sin embargo, en la actualidad, todavía algunos autores, como Carvajal (2001), siguen considerando al ocio como:

*Una actividad por la que estamos motivados, pero a su vez nos conduce a niveles de satisfacción y autorrealización que actúan como impulsores (p. 13).*

Cuenca (1995) rebate la definición anterior al aseverar que:

*El ocio no es el tiempo libre, ni tampoco una actividad, sino más bien un modo de ser y percibir; un estado mental o, si se quiere, un ámbito de experiencia humana determinado por la actitud con la que se lleva a cabo una acción (p. 25).*

Así mismo apreciamos en Monera (1985) la preocupación por disgregar el término *ocio* del de *tiempo de ocio*:

*Tiempo de ocio es una parte del tiempo libre consagrado a la búsqueda de valores de ocio que por medio de la diversión, del juego, pasatiempos (...) puede ser atendido o no (...). Ocio es un conjunto de valores de enriquecimiento y desarrollo personales alcanzados por el individuo al emplear el tiempo de ocio con sentido (...) es una experiencia interior y subjetiva (p. 108).*

Paralelamente, Codina (1999) distingue escrupulosamente dos dimensiones analíticas del ocio: temporalidad y libertad. La temporalidad se corresponde con el tiempo de ocio de Monera y hace referencia a la cantidad de tiempo total que se dedica al ocio y a su distribución en bloques de tiempo (fines de semana, vacaciones, Navidad, Semana Santa, etc). La libertad se relaciona directamente con el concepto de ocio de Monera y engloba las satisfacciones que puede aportar el ocio (descanso, diversión, desarrollo personal y social, etc.) y las formas de comportamiento.

También Ponce de León (1998) clarifica cómo el tiempo libre hace referencia al período “liberado de” en alusión a cantidad, a una fracción de tiempo que debe cumplir unas condiciones para ser denominada “tiempo libre” y que necesariamente ha de existir para que se dé la “libertad para” relacionada con el ocio y con claras connotaciones cualitativas que reflejan la necesidad de autonomía y emancipación a la hora de actuar.

En esta línea el profesor Trilla (1991) apunta que:

*El ocio consiste en una forma de utilizar el tiempo libre mediante una ocupación autotélica y autónomamente elegida y realizada cuyo desarrollo resulta satisfactorio o placentero al individuo (p. 20).*

En este sentido, consideramos que el ocio no consiste en un período de tiempo, ni siquiera en una actividad o conjunto de actividades, sino en algo más interno, íntimo y personal; se identifica con cómo utilizar el tiempo libre de manera productiva y con la actitud con que se presenta el individuo ante esa disposición de tiempo. Consideramos ocio el conjunto de situaciones en las que el individuo, además de sentirse libre y buscar la satisfacción personal, consiga ser él mismo y favorecer el desarrollo de la sociedad y el crecimiento integral de sí mismo.

De igual modo, Cuenca (2002) reconoce que:

*El ocio es un contexto de desarrollo, en el que es posible favorecer capacidades de enorme trascendencia para la vida humana (pp. 152-153).*

Entre las capacidades que pueden ser enriquecidas a través del ocio, Cuenca (2002) señala la adquisición de competencias, saber hacer cosas nuevas, como tocar la guitarra o nadar. Del mismo modo, el ocio puede ayudar a la aceptación personal y, en consecuencia, mejorar la seguridad en uno mismo; pero, sobre todo, subraya la importancia esencial del ocio en la construcción de las identidades personales y sociales: la práctica de una actividad nos hace identificarnos con otras personas que comparten las pautas de esa actividad, llegando a adoptar la vestimenta, el lenguaje, incluso las formas de conducta propias del grupo al que pertenece. Compartir sentimientos, emociones y aficiones favorece la relación y la comunicación con los demás. Finalmente, señala la influencia del ocio en el desarrollo social.

No obstante, la concepción de ocio no niega la existencia de una estrecha relación entre ocio, tiempo libre y actividad. El ocio se manifiesta a través de la realización de actividades, en cuya práctica se invierte una fracción del tiempo libre, variable y dependiente de la propia persona.

El hecho de disponer de una cantidad de tiempo libre, liberado de todo tipo de obligaciones, no incluye necesariamente capacidad para decidir por sí mismo cómo utilizar ese tiempo libre.

Entendemos que la fracción de tiempo libre invertida en ocio es productiva personal y socialmente. En estas situaciones el individuo se percibe libre, se siente satisfecho con la práctica del ocio y fundamentalmente consigue un desarrollo personal o social. Estas vivencias son denominadas por Cuenca (2004) *experiencias humanas valiosas*.

Por el contrario, resultará estéril todo tiempo libre no convertido en tiempo de ocio, perdido en situaciones que para el propio individuo carecen de alguna

de las cuatro propiedades señaladas por Dumazedier (1974), lo que conlleva no percibir libertad, moverse por beneficios económicos, no sentirse satisfecho o no desarrollarse personal o socialmente. El tiempo libre estéril sería el destinado a lo que Cuenca denomina direccionalidad negativa del ocio, referida tanto al ocio nocivo como al ocio ausente.

El ocio nocivo según Cuenca (2000):

*Se manifiesta cuando la realización de esta experiencia se muestra perjudicial, bien para la sociedad en la que dicha acción se realiza, bien para el propio sujeto que la vivencia. Por ejemplo la drogadicción (...) el poder, la embriaguez, la sexualidad estrictamente corpórea, la gula, la velocidad, la lucha, el juego de azar; etc. (pp. 81-82).*

Mientras que el ocio ausente se refiere a un tiempo sin obligaciones, destinado a no hacer nada, que produce sensación de aburrimiento y origina una mala experiencia en el sujeto.

Por lo tanto, debemos tender a convertir la mayor parte del tiempo libre en tiempo de ocio productivo; el ocio ha de tratar de llenar el tiempo libre ayudando a superar las tensiones físicas y psíquicas y, al mismo tiempo, desarrollando el cuerpo y la mente, de manera que produzca en el individuo sensación de bienestar y satisfacción.

El problema principal se encuentra precisamente aquí, en el aspecto cualitativo del ocio, ya que muchas personas no saben cómo llenar su tiempo libre con sentido personal y/o social. Son muchas las opciones que se nos presentan para ocupar nuestro tiempo libre, entre las que se halla una amplia oferta, en aumento, de distracciones de baja calidad que, compartiendo la afirmación de Castro (1966:132), *amenazan con asfixiar al ocio*. Ante estas alternativas hemos de escoger qué hacer o no hacer de la forma más acertada posible; para ello debemos basarnos en un juicio de valor consistente y responsable, como expresa Monera (1985):

*El ocio lleva consigo la idea de libertad, devuelve al hombre la alegría de decidir lo que hará de su tiempo. Tarea ardua y difícil para muchos, puesto que el aburrimiento, la depresión, el abandono a comportamientos aberrantes, evasivos o faltos de sentido, forman parte de su comportamiento continuo en el tiempo libre (p. 120).*

Para que una actividad de tiempo libre tenga carácter de ocio para una persona ésta debe:

- Tener un comportamiento activo, ha de ser selectiva y mostrar una postura crítica.

- Mantener una comunicación con el entorno en cualquiera de sus direcciones: o recibe información del mundo, consiguiendo crecer como persona, o el propio individuo ofrece información a su entorno, contribuyendo al desarrollo de la sociedad.
- Percibir la actividad provista de valores llenos de sentido.
- Buscar el sentido en el propio comportamiento y no pretender fines lucrativos.

En definitiva, tal y como lo entiende la World Leisure and Recreation Association (1994), el ocio constituye un derecho humano básico al que todo el mundo debe tener acceso independientemente de sus condiciones individuales de raza, sexo, edad, o estrato social, cultural, económico o laboral. Se trata de una experiencia específica humana que produce satisfacción, disfrute y placer, permite el desarrollo tanto personal como social y económico, mejora la salud física y mental, aumenta la calidad de vida y ayuda a mitigar la insatisfacción, el estrés, el aburrimiento, la falta de creatividad y la alienación.

#### **1.1.4. Factores condicionantes del ocio**

Los factores sociales, la edad, el sexo, el estado civil, el tipo de población o el nivel cultural, social y económico constituyen variables que intervienen en la elección de la forma de ocupar el tiempo libre.

A finales del siglo XIX se mecanizaron los medios de transporte y los medios de comunicación, transformando los comportamientos de ocio. En el primer cuarto del siglo XX muchas casas españolas disponían de radio; posteriormente se crearon las salas de cine y los españoles empezaron a acudir a ellas masivamente. A mediados del siglo XX aparece la televisión favoreciendo el ocio case-ro y familiar. Casi al mismo tiempo se introdujo el automóvil en España y con ello poco a poco se fue acrecentando el turismo en vacaciones. A finales del siglo XX los nuevos avances tecnológicos hacen posible la aparición de los teléfonos móviles e Internet y con ellos aparecen nuevas formas de ocupación del tiempo libre: navegar por Internet, chatear, bajar música o juegos desde Internet, intercambiar mensajes cortos con los amigos a través del móvil, etc.

La estructura y las tradiciones de cada sociedad, afirma Zorrilla (1990), determinan el ocio de su población:

*El cambio en las condiciones de vida que se va experimentando en nuestra sociedad da origen también a nuevas formas de ocio y a un nuevo mercado (p. 56).*

Por lo tanto, se hace necesario estudiar las tradiciones de cada población, su sistema de valores y su influencia en el ocio.

Por otra parte, como expone García Montes (1997):

*La edad de las personas es un factor determinante, tanto por las necesidades, gustos y demandas propias de cada etapa evolutiva, como por todo aquello que la estructura social determina como adecuado o no para cada grupo de edad y las exigencias en cuanto a productividad marcadas por ésta. Las opciones y ofertas de ocio, en este sentido, se multiplican y evolucionan adaptándose continuamente a las nuevas tendencias, así como a las posibilidades de cada sector (p. 57).*

Si nos referimos al sexo como variable condicionante del ocio, desde los comienzos de la prehistoria, en los homínidos, ya se observa una influencia del género en el ocio. Los hombres se dedicaban a actividades al aire libre, en las que se trataba de vencer a otros seres vivos, enfrentándose a otros humanos a través de la guerra y a los animales en la caza. Además realizaban actividades de ocio también fuera del hogar como los juegos de destrezas y habilidades. Por el contrario, las mujeres estaban excluidas del ocio y se ocupaban de los trabajos desarrollados dentro del hogar; se encargaban del cuidado de los niños y de la elaboración de alimentos, viviendas y abrigo a partir de la manipulación de los animales cazados por el hombre (Muñoz, 2000).

En la Grecia antigua las mujeres siguen sin disfrutar de tiempo libre y mucho menos del ocio, que sigue representando un privilegio propio del hombre.

En la actualidad, el ocio de las mujeres no es mejor que en el pasado; ahora suman más deberes y obligaciones que les restan ocio. Además de las tareas del hogar, llevan a cabo trabajos remunerados fuera de casa; esto permite afirmar, como lo hace Zaragoza (1988), que:

*En general se puede razonablemente defender que el hombre es más activo en el ocio que la mujer. Es posible que las tareas domésticas que la mujer realiza sean una de las causas (p. 78).*

Tal y como reflejan Setién y López Marugán (2002), en la actualidad todavía existe desigualdad entre hombres y mujeres en cuanto a la cantidad y calidad de ocio y en cuanto a las oportunidades y estrategias de desarrollo personal y humano. Incluso algunas mujeres, como las desempleadas, las que tienen ingresos bajos o las mujeres solteras, pueden verse más limitadas en su ocio que otros grupos de mujeres. Los estudios de Setién y López Marugán (2002) sugieren la necesidad de:

*Unas estrategias muy centradas que no se limiten a promocionar las ventajas de la actividad física sino que pretendan aumentar la participación en el ocio activo, minimizando las limitaciones experimentadas por unos grupos específicos de población (p. 172).*

Otra de estas variables consiste en el reparto desigual de las ofertas de ocio sobre el territorio nacional y regional; las formas de ocio del medio rural difieren de las del medio urbano:

*Las características de la zona rural, de la zona urbana y la proximidad o alejamiento de la capital determinan las formas de consumo del tiempo libre (Zorrilla, 1990: 50).*

Pero también las opciones de ocupación del tiempo libre son diferentes en personas con niveles culturales distintos, que presentan conceptos totalmente diferentes sobre el ocio y sobre el empleo del tiempo libre.

El nivel social también nos condiciona la elección de ocio en función de lo que está bien visto y valorado en cada clase social.

El nivel económico, así mismo, supone un determinante del ocio, puesto que nos permitirá o limitará su práctica. Como afirma Zaragoza (1988):

*El hombre tiene una pluralidad y diversidad de oportunidades lúdicas. Otra cosa es que el estrés con el que vive, los medios económicos o su nivel cultural le permitan un mínimo o máximo aprovechamiento de la oferta (p. 87).*

El tiempo de obligaciones de las personas inactivas es bastante más reducido que el de aquellos que disponen de un trabajo remunerado. Esta falta de obligaciones laborales se traduce en un incremento del tiempo libre y, como consecuencia, en una mayor cantidad de tiempo para invertir en ocio. Como argumenta Zaragoza (1988:78), *para los desocupados, el tiempo de ocio aumenta. El trabajo no consume tiempo y ese tiempo puede dedicarse al ocio.*

Sin embargo, la mayor cantidad de tiempo libre de que disponen los desocupados no suele estar bien aprovechada. El ocio, en gran parte, requiere consumir y para consumir se necesitan recursos económicos, que se obtienen a través del trabajo remunerado. Este grupo de población carece de trabajo remunerado, por lo que no obtiene suficientes recursos económicos para invertir en ocio.

Dentro del grupo de activos laborales, el ocio viene determinado en mayor medida por el tipo de trabajo desarrollado: cuanto más cualificado es el obrero o el empleado, más valora el tiempo de ocio:

*La evidencia empírica disponible permite afirmar que cuanto más cualificado es el obrero o el empleado, más valora el tiempo de ocio, es más activo y no cae tantas veces en la tentación de trabajar extra en lugar de divertirse (Zaragoza y Puig, 1990, citado por García Montes, 1997: 58).*

### 1.1.5. *Estilos de vida en el ocio*

El tipo de comportamiento elegido por cada individuo en su tiempo libre es el agente que determinará el carácter de ocio de una actividad de tiempo libre. El ocio constituye una forma de ser y actuar; por lo tanto, depende de la propia persona, de sus actitudes y comportamientos; en ningún caso viene determinado por la actividad. Una misma actividad de tiempo libre puede ser contemplada por un individuo como ocio, sin serlo necesariamente para otras personas.

Estas formas de ser y de actuar en el ocio conforman los estilos de vida en el ocio. El estilo de vida de una persona depende de sí misma, nunca de la actividad que realiza; es más, una misma actividad puede atraer a individuos con distintos estilos de vida. El conjunto de personas que pertenecen a un mismo estilo de vida tiene formas de ser y actuar similares y busca las mismas satisfacciones.

Ruiz Olabuenaga (1994) diferencia seis estilos de vida en el ocio:

1. El estilo de vida deportivo busca principalmente la confrontación, la superación, ya consigo mismo, ya con el medio o con los demás.
2. El estilo de vida socializante halla placer en la relación con los demás.
3. El estilo de vida jugador busca situaciones de incertidumbre, de duda.
4. El estilo de vida hogareño prefiere quedarse en casa o realizar actividades en relación con sus familiares.
5. Al estilo de vida cazador le gustan las prácticas individuales que persiguen emociones propias del medio natural.
6. Al estilo catódico le encanta interpretar roles bien diferentes a los que desempeña en su vida diaria.

Esta clasificación de los estilos de vida reduce cada estilo a la emoción que provocan uno o dos factores (la superación en el deportivo, la práctica individual y el medio natural en el cazador), excluyendo al resto de acciones provocadoras de emoción, creando compartimentos estancos, pareciendo no existir comunicación con otros estilos. Sin embargo, bajo nuestro punto de vista, una misma persona puede pertenecer al mismo tiempo a dos estilos de ocio de los descritos por Ruíz Olabuenaga. Por ejemplo, alguien puede sentir emoción en las situaciones de incertidumbre y al mismo tiempo sentir placer al relacionarse con otras personas, lo que supone un estilo de vida jugador-socializante.

En esta línea, Valls (2000: 47-50), basándose en el estudio de los estilos de vida turísticos de los europeos de Mazanec iniciado en 1997 en el Centro de Dirección Turística de ESADE, elabora diez oclotipos correspondientes con los estilos de vida de ocio de los españoles:

1. Activos-individualistas: les gusta el deporte y la aventura, especialmente al aire libre; no les agradan las actividades culturales; les satisface estar acti-

- vos. Este ocio tipo está formado por un 10,9% de los españoles, principalmente por hombres maduros con nivel socioeconómico medio-bajo.
2. Utilitaristas-obligación: les complace ir de compras, valoran muy poco el ocio y no tienen entretenimientos. Un 8% de los españoles pertenecen a este ocio tipo, mayoritariamente amas de casa con nivel de estudios bajo.
  3. Jóvenes-marcha: les atrae la diversión, entretenerse, sea fuera o dentro de casa, pero principalmente acompañados de amigos. En general son jóvenes solteros, estudiantes o con un cierto nivel de formación y representan el 9,1% de la población.
  4. Adultos-activos: dedican muchas horas al ocio; les gusta viajar, las actividades culturales y las relaciones personales; se preocupan por su salud y por el desarrollo personal. Representan un 10,4% de la población, mayoritariamente mayores de 55 años, jubilados y pensionistas.
  5. Amantes de la vida sana-vulgar: les preocupan la salud, la naturaleza y las relaciones sociales; apenas les interesan la cultura, la formación y las compras. Pertenecen a este colectivo personas de mediana edad, con bajo nivel de formación y que dedican poco tiempo al ocio. Constituyen un 6,7% de los españoles.
  6. Ejecutivos modernos: se mueven principalmente por el desarrollo personal, la cultura, los deportes, los espectáculos, las relaciones sociales y la noche. Valoran el ocio por encima del trabajo. Básicamente son hombres de mediana edad, casados, con hijos, alto nivel de formación y poder adquisitivo. Este ocio tipo engloba a un 7,4% de la población.
  7. Internautas: les atraen las nuevas tecnologías, el ordenador e Internet, pero también les gusta el deporte y lo cultural-formativo. Dedican mucho tiempo al ocio en fines de semana. A este ocio tipo pertenece un 12,9% de la población española, sobre todo jóvenes, sin hijos, con un nivel de renta medio o medio-alto y con elevada formación.
  8. Activos sociales: al 11,3% de los españoles les satisface la cultura, el enriquecimiento personal, la naturaleza y la gastronomía, pero siempre en relación con los demás. Generalmente, integran a este grupo jóvenes estudiantes, solteros y sin hijos.
  9. Tradicionales-conservadores: se trata, fundamentalmente, de españolas de edad avanzada, inactivas laboralmente y con bajos niveles de formación y economía; encuentran el placer en ir de compras, en cuidar su salud, en el desarrollo personal y en las relaciones personales. Este grupo se corresponde con el 12,9% de la población.
  10. Pasivos: grupo formado por un 10,4% de españoles, básicamente trabajadores, casados y con hijos, prefieren descansar en su hogar y realizar actividades con la familia.

En esta clasificación de Valls se advierte un predominio del gusto por el deporte o por el cuidado de la salud, presente en 6 de los 10 ociotipos, así como la importancia otorgada a las relaciones personales y sociales, mencionadas en 7 de los 10. La mitad de los ociotipos se preocupa por el desarrollo personal.

Por su parte, Cuenca (2004) diferencia dos áreas de acción del ocio: exotélica y autotélica. A su vez, en cada área se identifican diferentes dimensiones del ocio en función de los modos de vivirlo.

El ocio exotélico, aquel que busca un fin fuera de la propia actividad, engloba cuatro dimensiones distintas:

1. Dimensión productiva: el ocio es entendido como trabajo, como área de profesionalización.
2. Dimensión consuntiva: relacionada con el consumismo, el fin estriba en *comprar para tener*.
3. Dimensión educativa: se busca la formación personal y social.
4. Dimensión terapéutica: en este caso el fin consiste en la salud como recuperación o prevención de lesiones o enfermedades.

El ocio autotélico: *el verdadero ocio*, aquél que *descansa en tres pilares esenciales: percepción de elección libre, fin en sí mismo y sensación gratificante* (Cuenca, 2004: 38), abarca cinco dimensiones:

5. Dimensión lúdica: hace alusión a experiencias de diversión.
6. Dimensión creativa: se refiere a vivencias culturales.
7. Dimensión ambiental-ecológica: relacionada con las experiencias de ocio vinculadas con la naturaleza.
8. Dimensión festiva: que contempla la fiesta como manifestación de ocio.
9. Dimensión solidaria: relacionada con el hecho de ayudar desinteresadamente a los demás, con los voluntariados.

Estas dimensiones del ocio, como nos apunta el autor, no son excluyentes: una misma persona puede vivenciar el ocio desde sus diferentes dimensiones y, así, alguien puede combinar su tiempo libre con experiencias de ocio lúdicas, creativas e incluso solidarias o festivas.

### **1.1.6. Actividades de tiempo libre y ocio**

Toda actividad de ocio es de tiempo libre, pero no toda actividad de tiempo libre puede ser considerada de ocio. A su diferenciación se dedican los sub-aparatos siguientes.

### 1.1.6.1. *Aproximación conceptual a las actividades de tiempo libre*

Las actividades de tiempo libre son aquellas que se llevan a cabo en la fracción de tiempo liberada de todo tipo de obligaciones laborales, educativas, familiares, sociales, religiosas, personales y fisiológicas. Estas actividades son elegidas libremente por la persona que las realiza en función de sus gustos y satisfacciones.

Según esta concepción, no existe un inventario cerrado de actividades de tiempo libre. Una misma tarea puede tener la condición de actividad de tiempo libre para una persona y no ofrecerla para otras; así, para un individuo que ejercita gimnasia de mantenimiento porque libremente lo ha elegido, sin verse condicionado por determinantes externos, esta actividad será de tiempo libre; sin embargo, para otro sujeto que realiza la misma actividad por prescripción médica, este quehacer pierde la condición de tiempo libre para constituir una actividad obligatoria, ya que no la ha elegido libremente, sino que se ve forzado a su práctica por el bien de su salud.

Incluso en un mismo individuo puede que una misma acción en un momento determinado reúna las condiciones para ser considerada de tiempo libre, pero no en otras circunstancias. Por ejemplo, un jugador de baloncesto profesional de la ACB cada domingo debe enfrentarse, junto al resto de sus compañeros, a otro equipo profesional inscrito en la misma liga. Esta misión forma parte de sus obligaciones laborales y, por lo tanto, consume tiempo obligatorio. Pero si este mismo deportista en su día de descanso laboral decide voluntariamente quedar con sus amigos para jugar una “pachanguilla”, la misma acción pasa a convertirse en una actividad de tiempo libre.

En definitiva, toda actividad puede resultar de tiempo libre u obligatoria y esta consideración depende del grado de libertad o de obligación percibido por parte del practicante en la elección.

Toda actividad de tiempo libre produce una sensación de descanso, de liberación de tensiones sufridas durante las obligaciones cotidianas.

No obstante, puede ocurrir que una actividad no sea puramente de tiempo libre ni tampoco estrictamente obligatoria, sino que puede coexistir un cierto nivel de obligatoriedad con otro de libertad. Por ejemplo, un arquitecto tiene la necesidad de trabajar para poder satisfacer económicamente sus necesidades básicas -obligatoriedad-, pero trabaja en lo que siempre ha deseado y, además, la empresa para la que trabaja le da independencia en la creación, no interviniendo en sus diseños -libertad-. Cuanto más domine la sensación de obligatoriedad, más nos acercamos a una actividad puramente obligatoria, mientras que cuanto más prevalezca la apreciación de libertad, más nos acercamos a las actividades estrictamente de tiempo libre.

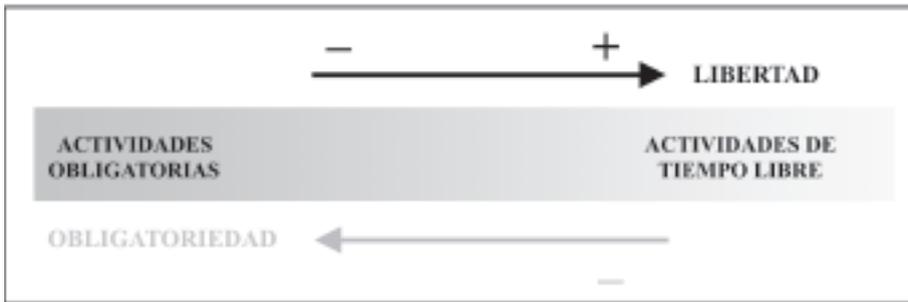


Figura 1.1. *Actividades de tiempo libre u obligatorias en función del grado de libertad o de obligación percibido.*

#### 1.1.6.2. Aproximación conceptual a las actividades de ocio

Dumazedier (1964) enumera una serie de actividades que considera opuestas al ocio, entre las que destaca todo tipo de trabajo que implica una obligación, ya sea profesional, ya suplementaria, complementaria o doméstica. Entre ellas están las actividades necesarias para la supervivencia, como el comer, dormir o la higiene, los ritos y ceremonias procedentes de una obligación y los estudios interesados, con fines utilitarios.

Las actividades de ocio, al consistir en actividades de tiempo libre, son elegidas libremente por quien las realiza y se diferencian del resto de actividades de este grupo en que, como afirma Cuenca (1987: 16), *dicen algo a la mente y al corazón de quienes las practican.*

Por lo tanto, las actividades de ocio son aquellas que permiten descansar de las obligaciones, divierten, satisfacen o gustan (dicen algo al corazón) y enriquecen las facultades intelectuales, afectivas y/o sociales de la persona (dicen algo a la mente) e incluso consiguen un desarrollo físico y de la cultura social. En definitiva, pertenecen a esta categoría todas las ocupaciones que cumplan las tres funciones de ocio citadas por Dumazedier (1964):

- Descanso.
- Diversión.
- Desarrollo.

Autores como López Andrada, Martínez Álvarez, Menchén Bellón e Ibáñez Benet (1982) establecen paralelamente cuatro condiciones para que estas actividades puedan incluirse como actividades de ocio:

- Libertad.
- Autonomía.
- Satisfacción.
- Formación.

Esta última función de desarrollo o formación hace referencia tanto al progreso personal del individuo como al enriquecimiento de la sociedad. Así lo considera Cuenca (1992: 239, 2000: 38): *Las actividades de ocio tienen la misión de autoafirmar la personalidad tanto individual como social.*

### 1.1.6.3. Clasificación de las actividades de tiempo libre y de las actividades de ocio

Apoyándonos en la presencia o ausencia de las tres funciones principales que deben reunir las actividades de ocio, descanso, diversión y desarrollo, proponemos una clasificación de las tareas empleadas por el ser humano para ocupar su tiempo. Cada una de estas funciones se corresponde gráficamente con uno de los tres planos presentes en un cubo (transversal, frontal y sagital). Una de las dos caras de dicho plano expresa la presencia de la función correspondiente, mientras que su cara opuesta representa su ausencia.

Esta categorización se basa en las sensaciones y experiencias vividas por sus practicantes y no en la forma o contenido de las actividades, de acuerdo con Cuenca (2000), quien considera que:

*La vivencia del ocio no depende de la actividad en sí misma, ni del tiempo, ni del nivel económico o, en ocasiones, la formación que posea el sujeto de la vivencia. Sí tiene que ver con el sentido de quien la experimenta (p. 15).*



Figura 1.2. Tipo de actividades en función de la presencia o ausencia de descanso: actividades de tiempo libre y actividades obligatorias.

Por lo tanto, una misma ocupación puede pertenecer a un grupo para un sujeto determinado, mientras que las sensaciones vividas por otros la ubicarán en otra categoría.

En esta clasificación se observa, de manera clara, la diferenciación de las actividades de tiempo libre con respecto a las ocupaciones obligatorias y, dentro de las actividades de tiempo libre, se distinguen claramente las actividades de ocio del resto de acciones de tiempo libre.

La presencia o ausencia de la primera función, el descanso, distingue entre actividades de tiempo libre y actividades obligatorias. Las primeras producen descanso, entendido como desahogo y alivio de las exigencias e imposiciones externas. Por el contrario, las tareas obligatorias provocan opresión, tensiones psicológicas que poco a poco van agotando al individuo; en definitiva, son opuestas al descanso.

Por otra parte, hay ocupaciones que nos gustan y nos proporcionan placer y hay otras que, por el contrario, nos aburren, nos hastían. Basándonos en la presencia o ausencia de esta función de diversión, hablaremos de actividades divertidas o actividades aburridas.



Figura 1.3. *Tipo de actividades en función de la presencia o ausencia de diversión: actividades divertidas y actividades aburridas.*

Finalmente, partiendo de la función de desarrollo, podemos hablar de quehaceres enriquecedores o productivos cuando causan mejoras en la personalidad o en la sociedad y, de quehaceres estériles o improductivos cuando no promueven ningún cambio positivo en la persona o en la sociedad.

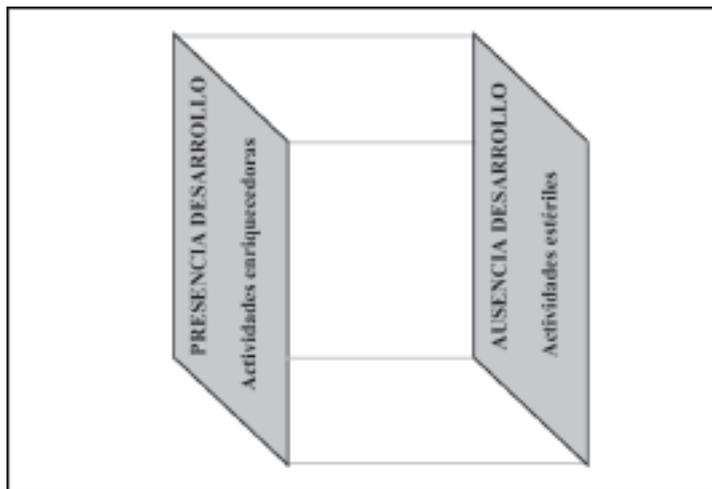


Figura 1.4. *Tipo de actividades en función de la presencia o ausencia de desarrollo: actividades enriquecedoras y actividades estériles.*

Combinando las tres funciones se obtienen ocho tipos de actividades, una por cada vértice del hexaedro, formado por la unión de tres caras de la figura geométrica. De esta forma cada categoría viene definida por tres condiciones.

Centrándonos en las caras transversales podemos afirmar que existen cuatro tipos de actividades de tiempo libre y cuatro ocupaciones obligatorias distintas, que a continuación pasamos a detallar.

#### ACTIVIDADES DE TIEMPO LIBRE

Las actividades de tiempo libre, de acuerdo con las funciones de diversión y desarrollo, pueden ser actividades de ocio, actividades divertidas, actividades enriquecedoras y actividades negativas.

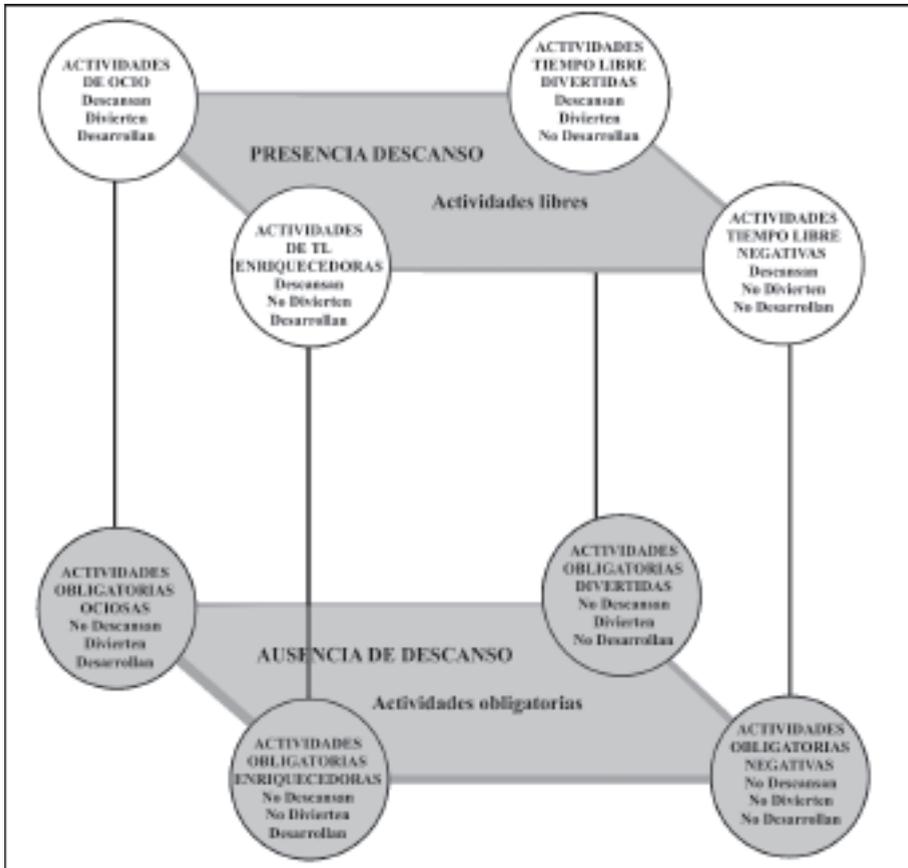


Figura 1.5. Categorías de actividades en función de la presencia o ausencia de descanso, desarrollo y diversión.

No todas las actividades realizadas en el tiempo libre y voluntariamente elegidas agradan o satisfacen. Algunas producen placer y otras aburren. Aquellas que procuran sensaciones agradables, que hacen disfrutar y pasar un rato alegre, pueden o no enriquecer la personalidad de quien las practica y/o del entorno.

Aquellas actividades que, además de divertir a la persona, le permiten al mismo tiempo expresarse tal y como es y obtener resultados positivos para el crecimiento personal y/o social, constituyen actividades denominadas de ocio, aportan una creatividad acompañada de placer que no facilitan el resto de actividades de tiempo libre (figura 1.5). Aquí tienen cabida actividades como viajar, leer, practicar actividades físico-deportivas libremente elegidas, todas las actividades de voluntariado y cualquier otra actividad que permita el desarrollo, que guste al ejecutante y que, por supuesto, se realice en el tiempo libre.

Ponce de León (1998: 40) resume afirmando que *para que una actividad entre en el ámbito del ocio debe ser liberatoria, gratificante y personal.*

Sin embargo, existen actividades que nos ayudan a evadirnos de las tensiones y formalidades de las obligaciones de la vida diaria, pero no permiten el crecimiento de la personalidad del individuo ni de la cultura social; se trata de las actividades de tiempo libre divertidas (figura 1.5). Un ejemplo de este grupo representa el polémico “botellón”, que resulta ser un goce para los jóvenes. Pero a través de éste no sólo no se obtiene ningún beneficio para su formación, sino que además causa destrozos en calles, parques, jardines y demás espacios elegidos para su práctica.

Opuestas a este tipo de ocupaciones nos encontramos las actividades de tiempo libre enriquecedoras (figura 1.5). En esta categoría el sujeto se aburre e incluso lo pasa mal, pero consigue aprender algo nuevo que le hará crecer personalmente o su actuación ayuda a la mejora del mundo en el que vive. Esto puede ocurrir, por ejemplo, cuando una persona acude a un curso de natación para aprender a nadar, a pesar de tenerle miedo al agua. En las clases tiene muy malas experiencias, pero poco a poco aprende a desenvolverse en un medio no habitual. Estas vivencias negativas seguramente provocarán el abandono de la actividad, a no ser que se varíe la forma de práctica adecuándola a los gustos del ejecutante con el fin de motivarle y conseguir incluso su satisfacción y disfrute; de esta manera esta ocupación pasaría a convertirse en actividad de ocio.

Las actividades de tiempo libre negativas son aquellas que originan situaciones perjudiciales para el sujeto que las practica o para la sociedad en que dichas acciones se desarrollan (figura 1.5). No resultan placenteras para quien las realiza, sino que, más bien, le aburren o le molestan e incluso le resultan nocivas. No provocan progresos psico-socio-biológicos en la persona o beneficios en el conjunto de la sociedad; incluso pueden llegar a estimular la destrucción del propio individuo y/o de la sociedad. Dentro de este grupo encontramos actividades como el consumo de drogas, el exceso de alcohol, los juegos de azar, etc., que, en un principio, se practican por probar y en busca de diversión, pero finalmente producen angustia, incomodidad y un declive de las facultades físicas, mentales y/o sociales del individuo. Todas las instituciones, entidades y personas responsables de la educación para el tiempo libre y el ocio deben aunar esfuerzos para erradicar estas actividades en favor de las de ocio.

#### ACTIVIDADES OBLIGATORIAS

Entre las obligaciones cotidianas encontramos unas actividades muy parecidas a las de ocio, de las que se diferencian exclusivamente en la obligatoriedad. Son denominadas actividades obligatorias ociosas aquellas que proporcionan diversión y desarrollo (figura 1.5). Este es el caso de trabajos que procuran desafíos que ponen a prueba nuestras competencias estimulando y provocando situa-

ciones de elevada concentración y satisfacción, tal y como afirma González Seara (1998):

*Las aspiraciones de la gente no tienen que ir necesariamente en el sentido de reducir el tiempo de un trabajo compulsivo, tedioso y extenuante para poder disfrutar de un mayor tiempo de ocio reparador y creativo fuera del trabajo. Al contrario, puede plantearse la preferencia por una jornada de trabajo incluso más larga, menos compulsiva con mayor libertad y margen de horarios, con más iniciativa personal, que incluya más elementos de juego dentro del propio trabajo (p. 73).*

Fisiológicamente el ser humano tiene la necesidad de dormir diariamente entre 6 y 8 horas; esta actividad obligatoria puede recibir la denominación de divertida si resulta placentera para quien la practica (figura 1.5). Esta teoría es aplicable a cualquier otra tarea forzosa que haga disfrutar al sujeto sin contribuir a su desarrollo personal ni social.

Del mismo modo existen obligaciones enriquecedoras que ayudan al desarrollo integral de la persona o de la sociedad sin producir satisfacción en la persona que las desarrolla (figura 1.5). Este es el caso de una enfermera, un maestro o un ama de casa que se encargan de cuidar, formar, divertir a los demás, pero ellos no se sienten satisfechos con su actuación.

Incluso existen labores obligatorias que resultan autómatas y alienantes además de aburridas. Un ejemplo de actividades obligatorias negativas se daría en un trabajo automatizado cuya labor consistiera en repetir cíclicamente una acción sin capacidad de decisión por parte del trabajador, el cual termina cansándose de realizar siempre la misma tarea (figura 1.5).

Ahondando en las actividades de ocio, los estudiosos no se ponen de acuerdo a la hora de clasificarlas, lo que da lugar a una gran variedad de tipologías fundamentadas en una gran diversidad de criterios.

Grushin (1968), en una tentativa de sistematización de las actividades de ocio, hace un inventario de las prácticas que tendrían cabida dentro del ocio, entre las que se encuentran:

- Actividades creadoras activas.
- Estudio y aprendizaje individual.
- Consumo cultural individual (lectura de periódicos, libros, radio, televisión...).
- Consumo cultural con carácter de espectáculo público (cine, teatro, conciertos...).
- Ejercicios físicos (deporte, excursiones, paseos...).
- Ocupaciones de aficionados tipo "hobby".

- Entretenimientos.
- Charlas con amigos (en casa, café, restaurante, baile...).
- Descanso pasivo.
- Inversiones de tiempo que pueden ser calificadas de anticulturales (abuso de alcohol, etc.).

Estas últimas no se corresponden con ninguna categoría de realización de ocio, sino con actividades de tiempo libre negativas, como forma de malgastar parte del tiempo libre, reduciendo el tiempo de ocio.

Zaragoza (1988) clasifica las actividades de ocio tomando como criterio los componentes personales más ejercitados en su realización y diferencia entre actividades de ocio culturales, sociales, prácticas y físicas.

Las actividades culturales permiten el desarrollo intelectual del individuo. Dentro de esta categoría tienen cabida las lecturas de libros, de periódicos o de revistas, el teatro, las visitas a exposiciones y museos, los conciertos, los viajes, la radio, la televisión, la fotografía, la informática, el teletexto y, de reciente incorporación, las videoconsolas, los móviles e incluso Internet.

Las actividades sociales favorecen principalmente la comunicación y las relaciones con los otros. Así ocurre al salir con los amigos o con el novio/a, al ir a la discoteca, a tomar café, al acudir a asociaciones no lucrativas o a fiestas populares.

Otro tipo de actividades ociosas, según Zaragoza (1988), son las actividades prácticas que poseen una función utilitaria a la vez que recrean. Por ejemplo, cuidar el jardín, practicar bricolaje o costura o ir de compras; éstas constituyen actividades que satisfacen necesidades y al mismo tiempo divierten.

Finalmente, al hablar de actividades físicas, Zaragoza se refiere al deporte, y más concretamente al deporte aficionado, excluyendo como práctica de ocio el deporte profesional. Para los deportistas de alto nivel el entrenamiento y la competición suponen un medio de vida del que obtienen beneficios personales y económicos. Para estos atletas el deporte pasa a ser un trabajo, una obligación, careciendo del carácter liberador, hedonista, desinteresado y personal propios del ocio. Continúa afirmando el autor que en el deporte aficionado y ocioso se buscan beneficios fisiológicos e higiénicos a la vez que el descanso y la diversión.

Consideramos esta concepción simplista e insuficiente; la expresión “actividades físicas de ocio” engloba muchas más actividades, aparte del deporte amateur. Y todas ellas, incluido el deporte, permiten, además de ventajas fisiológicas, higiénicas y hedonísticas, mejorar las facultades intelectuales, sociales y afectivas e incluso pueden tener fines utilitarios, como el aprender a nadar, que permite dominar el medio acuático y evitar ahogarse. Este pensamiento será argumentado a lo largo del capítulo.

Completando esta clasificación, consideramos necesario añadir un nuevo tipo de actividades de ocio, denominadas actividades solidarias, ya que principalmente

contribuyen al enriquecimiento y a la mejora de la sociedad. El individuo se abre al exterior, aportando lo mejor de sí mismo para ayudar a los demás. Aquí tendrían cabida todas las actividades de voluntariado, como las labores desempeñadas en una ONG o en la Cruz Roja, los monitores voluntarios de actividades físico-deportivas, culturales o recreativas, etc.

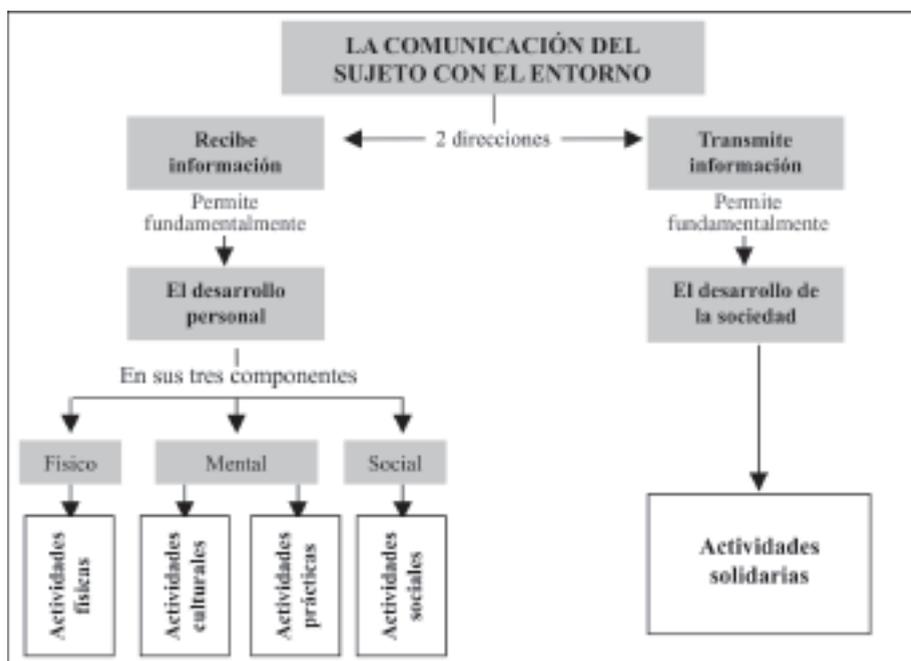


Figura 1.6. Clasificación de las actividades de ocio en función de la comunicación con el entorno.

## 1.2. Práctica físico-deportiva de tiempo libre y ocio

### 1.2.1. Una aproximación al concepto de actividades físico-deportivas de tiempo libre

Centrándonos en las actividades físico-deportivas como vivencias del tiempo libre y ocio consideramos necesaria su conceptualización, no sólo por la importancia que poseen, sino también por la cantidad de interpretaciones que se les suelen otorgar.

Numerosos autores coinciden al estimar como actividad física cualquier movimiento corporal producido gracias a la contracción muscular que origine un incre-

mento del gasto energético del individuo. Según esta concepción, acciones como comer, hablar o escribir constituirían actividades físicas, ya que se llevan a cabo gracias a las contracciones de los músculos responsables de ese movimiento, ocasionando un incremento de gasto energético.

Sin embargo, las actividades físicas consisten en situaciones motrices, lo que deja patente la necesidad e influencia de la intervención corporal en el éxito de la acción. Por lo que las anteriormente citadas quedarían excluidas. Al hablar, lo importante para transmitir una determinada información no estriba en el movimiento corporal, sino en la utilización adecuada del lenguaje. Del mismo modo, una persona puede alimentarse sin tener que llevarse comida a la boca y sin tener que masticar. Por el contrario, para realizar un salto longitudinal necesariamente tiene que participar el cuerpo y su movimiento, agentes imprescindibles para el éxito de la actividad.

Así mismo, las actividades físicas, como situaciones motrices, implican la necesidad de ser desarrolladas en un espacio físico, con unos materiales determinados y con un número de participantes que experimentan unas motivaciones y unas sensaciones.

Las situaciones motrices comprenden dos ámbitos: la ergomotricidad y la ludomotricidad.

El ámbito de la ergomotricidad engloba todas las actividades motrices consideradas trabajo y se hace extensible a todas las experiencias motrices obligatorias. Consiguientemente pertenecen a esta familia actividades físicas laborales, como cargar y descargar un camión por parte de un transportista o cortar filetes por parte de un carnicero; tareas domésticas, como sacudir alfombras o lavar a mano; y la educación física obligatoria de los sistemas educativos formales, incluidas aquí las actividades físicas desempeñadas dentro de los currículos de Educación Primaria, Educación Secundaria Obligatoria, módulos de Formación Profesional y titulaciones universitarias de Diplomatura y Licenciatura en Educación Física.

La ludomotricidad, término opuesto semánticamente a la ergomotricidad, incluye todas las prácticas motrices realizadas en el tiempo libre.

Centrándonos en estas actividades ludomotrices, como actividades de tiempo libre, hemos de detenernos en la categorización de situaciones motrices desarrollada por Parlebas (2001), ya que es la que vamos a seguir en esta investigación.

Esta tipificación, basada en la presencia o ausencia de criterios como el reglamento y la institucionalización, diferencia cinco tipos de situaciones motrices: deportes, casi deportes, juegos tradicionales, ejercicios didácticos y actividades libres.

El deporte para Parlebas (2001:105) consiste en un *conjunto de situaciones motrices codificadas en forma de competición e institucionalizadas*.

Este autor declara que para que una práctica física sea considerada deporte tiene que estar inserta en un contexto competitivo reglado y encontrarse respaldada y controlada por instituciones oficiales y extremadamente poderosas como las federaciones, el Estado y las organizaciones internacionales. Cualquier práctica física, por intensa que sea, si no se halla integrada en una competición, no puede llamarse deporte.

Atendiendo a estos dos criterios, competición reglada e institucionalización, se podría pensar en el ajedrez como deporte, ya que reúne ambos, pero no se trata de una situación motriz: la intervención corporal no es necesaria (se puede jugar al ajedrez por ordenador o incluso verbalmente, dando la orden a un neutral para que mueva la pieza), por lo que ni siquiera pertenece a la familia de actividades físicas. En consecuencia, el ajedrez, no será considerado en esta investigación como actividad deportiva, pero sí como actividad de tiempo libre y ocio.

Existen numerosas prácticas físicas en las que se da situación motriz y en las que se compite de forma reglada, pero no se catalogan como deporte porque no son reconocidas por instituciones oficiales y extremadamente poderosas como las federaciones, el Estado y las organizaciones internacionales. Este es el caso de los juegos deportivos tradicionales como, por ejemplo, el de “polis y cacos”, donde la intervención motriz se hace necesaria y donde dos equipos se enfrentan entre sí.

También pueden denominarse juegos deportivos tradicionales los partidos de fútbol, de baloncesto, de balonmano, etc. disputados por un grupo de amigos. En estas ocasiones se ha producido una “desdeportificación” de las especialidades deportivas, tal y como lo denomina Parlebas (2001: 147). Se desarrolla una práctica sugerida por el deporte de referencia, pero con un número diferente de jugadores, con distinta duración, cambiando el espacio o el sistema de tanteo, etc. Efectivamente, todas ellas constituyen situaciones motrices en las que existe una competición reglada, pero no se encuentran respaldadas ni controladas por ninguna institución oficial “extremadamente poderosa”.

Entre el deporte y el juego deportivo tradicional se encuentra el denominado casi deporte, el que Parlebas (2001) define como, juego deportivo

*que goza de un gran reconocimiento institucional a nivel local y que tiende a revestirse de las características del deporte pero que no ha logrado todavía de forma indiscutible el estatus internacional (p. 50).*

Por consiguiente, la diferencia entre los casi deportes, deportes y juegos deportivos tradicionales se encuentra en el criterio de la institucionalización. Mientras que los deportes gozan del reconocimiento de instituciones internacionales, como el fútbol o el esquí, los casi deportes o juegos deportivos ocupan un estatus nacional o local y los juegos deportivos tradicionales no se encuentran respaldados por ninguna institución, como el balón prisionero o los diez pases.

Con todo esto, queda claro que, para que una práctica física pueda ser llamada deporte, ha de reunir los tres criterios básicos analizados: tiene que ejercerse necesariamente, con implicación corporal, dentro de una competición reglada y estar institucionalizada.

Las tres situaciones motrices descritas hasta ahora gozan de una competición reglada. Como contrapunto, en las actividades ludomotrices que nos quedan por ver –ejercicios didácticos y actividades libres– no existe competición alguna, ni se encuentran protegidas por ninguna institución oficial ni “extremadamente poderosa”.

Para Parlebas (2001) los ejercicios didácticos son situaciones motrices

*condicionadas por consignas, consejos o [sugerencias]: ejercicios-problemas, situaciones adaptadas, ejercicios de preparación y educativos varios o sesiones de ejercicios de distintas orientaciones (relajación, yoga, expresión corporal, eutonía...)* (p. 174).

Las prácticas como correr/footing o pasear son clasificadas por Parlebas como actividades físicas libres por tratarse de situaciones motrices informales, espontáneas y sin reglamentación. Dentro de este grupo se engloban numerosas actividades deportivas “desdeportificadas” por sus practicantes, ya que han perdido toda reglamentación e institucionalización, como ocurre con las experiencias informales de esquí, bicicleta de montaña, escalada, piragüismo, etc., y otras prácticas de reciente incorporación, como el rafting o el barranquismo.

Se hace necesario recalcar que algunas actividades físicas incluidas en el estatus deportivo pueden pasar a pertenecer a otro estatus. He aquí algunos ejemplos:

- Si se realizan sin estar respaldadas y controladas por una institución, caso ya mencionado de “las pachanguillas”, pasarían a ser juegos deportivos tradicionales.
- Una persona que hace un recorrido por el monte con su bicicleta de montaña no está practicando deporte, sino una actividad física libre, no encuadra en ninguna institución y sin una reglamentación a respetar.
- Del mismo modo, un deporte como el aeróbic puede convertirse en un ejercicio didáctico cuando es practicado sin competir, sin estar protegido por ninguna federación y siguiendo unas consignas dadas por un monitor.

Todas las actividades físicas ludomotrices son practicadas durante el tiempo libre. Éstas alcanzarán el estatus de actividad de ocio en la medida que produzcan placer y desarrollo a la persona que las practique.

Las actividades deportivas además de ejercerse como una forma de tiempo libre, también pueden constituir un trabajo; en este caso se hallan los deportistas profesionales o semiprofesionales. En esta investigación nos centraremos en las prácticas ludomotrices como forma de tiempo libre, excluyendo toda prácti-

ca físico-deportiva ergomotriz entre la que se encuentra el deporte profesional o semiprofesional.

CRITERIOS DE CLASIFICACIÓN	ERGOMOTRICIDAD	LUDOMOTRICIDAD				
	Situación obligatoria	Deporte	Casi deporte	Juego deportivo tradicional	Ejercicio didáctico	Actividad libre
Situación motriz	Sí	Sí	Sí	Sí	Sí	Sí
Reglas de competición	No	Sí	Sí	Sí	No	No
Institucionalización	No	Sí	No	No	No	No

Figura 1.7. Clasificación de las actividades motrices (adaptada de Parlebas, 2000: 114).

### 1.2.2. Gestión y organización de actividades físico-deportivas de tiempo libre

Las actividades físico-deportivas son servicios “intangibles”, etéreos, no se pueden ver ni tocar, ni mucho menos, poseer. Su elaboración coincide en el tiempo con su consumo por parte de los practicantes. Por ello, estos servicios físico-deportivos requieren la organización de los recursos materiales y personales necesarios para que puedan ser llevadas a cabo con éxito. Este éxito se mide en función del grado de satisfacción alcanzado por los usuarios y del posicionamiento de la entidad respecto a la competencia, a través de un análisis estratégico sobre la oferta y la demanda que le permita, como afirman Alberto, Hernando y Fernández (1996):

*Conocer su situación actual (análisis interno) y la de su entorno (análisis externo), así como prever cuál va a ser su evolución (p. 67).*

Dentro del análisis interno y del externo se debe estudiar tanto el ámbito de la demanda (usuarios) como el de la oferta (productos y servicios).

	INTERNO	EXTERNO
DEMANDA	Usuarios reales/actuales	<b>Usuarios potenciales:</b> - Practicantes de otras entidades - No practicantes
OFERTA	Nuestra entidad	Competidores reales y potenciales

Figura 1.8. Análisis estratégico de los servicios físico-deportivos.

La demanda queda definida por el conjunto formado por los posibles usuarios de una determinada instalación; incluye tanto a los clientes que actualmente se benefician de sus servicios, también denominados clientes “reales” o “actuales”, como a los que no acuden a dicho establecimiento pero podrían hacerlo en el futuro. Dentro de este último grupo se incluye tanto a los vinculados a otras entidades como a los que no practican ninguna actividad físico-deportiva de tiempo libre, denominados clientes “potenciales” o “posibles futuros”.

Interesa, pues, conocer en profundidad a los clientes “reales” “actuales” de una instalación para mejorar el servicio en función de sus necesidades, aumentando de esta forma su satisfacción y asegurando su permanencia. Pero del mismo modo, se debe intentar atraer los propios servicios al resto de la población. Si se sabe adaptar la oferta a las necesidades de la población, los físicamente activos, usuarios de otras instalaciones, podrían emigrar a otra entidad e incluso los no practicantes podrían en cualquier momento iniciarse en alguna práctica físico-deportiva.

De esta manera, al realizar un análisis interno de la demanda se debe uno centrar en los usuarios reales o actuales, mientras que en el análisis externo se ha de estudiar al resto de población perteneciente a su ámbito de actuación, indagando en ambos casos sobre los siguientes aspectos:

- Las características demográficas, como el número de clientes reales y potenciales o la distribución por grupos de edad y sexo.
- Las características sociológicas, como el lugar de residencia, el nivel académico o la ocupación laboral.
- El tiempo libre y el ocio, como la cantidad de tiempo libre disponible y su ocupación o preferencias de tiempo libre.
- La práctica físico-deportiva de tiempo libre y ocio, como las modalidades practicadas, el lugar de práctica, el contexto, los motivos de práctica, no práctica o abandono, así como la satisfacción con su práctica.
- La satisfacción con la oferta físico-deportiva, los precios, los espacios, las actividades o el personal.

Para entender la oferta, hay que conocer las características del propio centro físico-deportivo, así como las de todas las entidades que actúan en el mismo sector y que, por lo tanto, condicionarán la actividad de cualquier entidad. Entre los factores a estudiar se encuentran:

- El carácter, titularidad y finalidad de las entidades.
- El entorno de la entidad (ubicación, condiciones de acceso rodado, medios de transporte público, superficies de aparcamiento, adaptación para minusválidos...).

- Los espacios físico-deportivos y unidades de apoyo y servicio complementarios (número, tipo, cobertura, dimensiones, conservación, condiciones higiénicas, acondicionamiento térmico, iluminación, medidas de seguridad...).
- Las ofertas de servicios y actividades (tipos, espacios empleados, horarios, contexto, tipo de interacción, organización, a quién se dirige, número máximo de inscritos...).
- Los recursos humanos (gerente, administrativos, técnicos deportivos, personal de mantenimiento, recepcionistas, personal sanitario...).
- Los recursos comerciales (gestión de la difusión, estrategias de promoción...).

A partir del análisis de mercado y en estrecha relación con éste, se definen los objetivos que se pretende conseguir teniendo en cuenta la capacidad competitiva de la empresa dentro de su sector. Alberto, Hernando y Fernández (1996) aconsejan diseñar y elaborar el programa de acción concreto, definiendo:

- El tipo de programa.
- Espacios a utilizar.
- Personal necesario.
- Calendario, horarios y duración del programa.
- A quién se dirige el programa.
- Previsiones.
- Indicadores de evaluación.
- Análisis de costes y beneficios.
- Modo de divulgación.

Con respecto a este último aspecto, para que una persona pueda acercarse al servicio, previamente debe conocer su existencia; por ello, antes de su puesta en práctica, debemos difundirlo, darlo a conocer.

Otra fase de la organización consiste en la prestación del servicio; pero el sistema no acaba aquí, sino que es cíclico y, en ese sentido, Martín Andrés (1996: 30) expresa que *toda organización es un proceso cerrado y por lo tanto continuo, que no tiene origen ni fin*.

Durante la puesta en práctica se recibe información sobre la repercusión de la actividad en los clientes y sobre el nivel de satisfacción alcanzado por estos. Esta información debe ser empleada para reconducir el servicio y adecuarlo lo más posible a las demandas, necesidades y preferencias de la población.

### **1.2.3. Servicio de actividades físico-deportivas de las universidades españolas**

Centrándonos en las actividades físico-deportivas en la Universidad, hasta 1985 eran reguladas y organizadas por la Federación Española de Deporte Universitario -FEDU-. Con la promulgación de la Ley 11/1983 de autonomía universitaria, toda universidad española adquiere capacidad para definir su política físico-deportiva y, con este fin, se crean los servicios de actividades físico-deportivas universitarias, y desaparece la FEDU.

Los servicios de actividades físico-deportivas son organismos creados por el Consejo de Gobierno de cada Universidad para el desarrollo y funcionamiento de actividades físicas y deportivas dentro de las instituciones universitarias.

No existe un nombre común a todas las universidades españolas para referirse a estos organismos, hasta siete denominaciones diferentes encontramos a lo largo de la extensa geografía universitaria española: Área de Deportes (AD), Dirección General de Deportes (DGD), Secretariado de Deportes (SD), Servicio de Actividades Físicas (SAF), Servicio de Actividades Deportivas (SAD), Servicio de Deportes (SD) o Servicio de Educación Física y Deportes (SEFD).

No obstante, a pesar de ser el término "Servicio de Deportes" el más empleado, a lo largo de este trabajo se utilizará la expresión "Servicio de Actividades Físicas" para cualquier referencia a estos organismos. Consideramos que es la que mejor define la globalidad de los servicios prestados, ya que no sólo se ofertan deportes, sino todo tipo de actividades físicas lúdicas, también conocidas como ludomotrices.

Las actividades físicas y deportivas organizadas por los Servicios de Actividades Físicas pueden ser de dos tipos: intrauniversitarias o interuniversitarias.

Las actividades físico-deportivas intrauniversitarias se desarrollan dentro de la propia universidad y su oferta depende exclusivamente de ella.

Sin embargo, las actividades interuniversitarias se realizan en el ámbito estatal o internacional, participan en ellas diversas universidades y corresponde su organización al Consejo Superior de Deportes (CSD), tal y como señalan la Ley Española del Deporte de 1990 y el Real Decreto 2582/1996 sobre estructura orgánica y funciones del Consejo Superior de Deportes:

*Son competencias del Consejo Superior de Deportes las siguientes:  
(...)*

*j) Coordinar con las Comunidades Autónomas la programación del deporte escolar y universitario cuando tenga proyección nacional e internacional (Ley Española del Deporte, 1990: artículo 8, apartado j).*

*Corresponden a la Dirección General de Deportes las siguientes funciones: (...)*

*b) (...) organizar, en coordinación con las Comunidades Autónomas, competiciones deportivas escolares y universitarias de ámbito nacional e internacional (Real Decreto 2582/1996: artículo 6, apartado 1 h).*

En consonancia con estas dos citas jurídicas, Vizueté (1995) constata cómo:

*Las Comunidades Autónomas tienen las mismas competencias y la misma responsabilidad que el Consejo Superior de Deportes en materia de deporte universitario, en este caso referidas a su ámbito territorial (p. 92).*

En cuanto a las competencias de los Servicios de Actividades Físicas, su capacidad de gestión y organización queda determinada por los estatutos de la universidad a la que pertenecen. En cualquier caso, siempre dependen de un órgano de gobierno universitario -Vicerrector o Rector-, habitualmente del Vicerrector de Extensión Universitaria, según Montiel, Sánchez, Ávalos y Ruiz (1994) y Quesada y Díez (1998).

Como nexo de unión entre las actividades físico-deportivas universitarias, las Comunidades Autónomas y el Consejo Superior de Deportes, en 1988 se creó el Comité Español del Deporte Universitario (CEDU), constituido por representantes de las tres instituciones.

El deporte interuniversitario a nivel internacional está regulado por la Federación Internacional de Deporte Universitario (FIDU) desde su creación en el año 1948. Este organismo se encarga de organizar los años pares los Campeonatos del Mundo Universitario y los años impares las Universiadas de Verano e Invierno.

Independientemente del ámbito -intrauniversitario o interuniversitario-, toda actividad físico-deportiva acaecida en la Universidad tiene como misión fomentar la interrelación de sus miembros y contribuir a su formación integral a través del ejercicio físico y mejora de su salud para una ocupación enriquecedora del tiempo libre del practicante de la actividad física.

En definitiva, los Servicios de Actividades Físicas universitarios deben atender a través de una amplia oferta de cultura física y deportiva a toda la comunidad universitaria.

#### **1.2.4. Comportamientos físico-deportivos de tiempo libre**

El comportamiento es entendido como conducta o manera de actuar de una persona ante unos estímulos o situaciones determinados. Por lo tanto, a la hora de estudiar la práctica físico-deportiva de tiempo libre de la población universi-

taria debemos profundizar en los comportamientos o forma de proceder de los miembros universitarios ante las actividades físico-deportivas de tiempo libre.

Al analizar el comportamiento se pueden buscar las causas que provocan las conductas o, simplemente, describir lo que hacen las personas y a partir de ahí predecir lo que harán en el futuro. Ya que como resalta Skinner (1975):

*Hay una clase de predicción posible sobre el principio de que es probable que la gente haga de nuevo lo que ha hecho frecuentemente; las personas siguen las costumbres porque es habitual hacerlo, manifiestan hábitos de votación o de compra, y así sucesivamente (p. 21).*

Este mismo autor, creador del conductismo, destaca los siguientes tipos de comportamientos:

- El *comportamiento actual* se refiere a cómo se actúa en el presente, en el momento de estudio concreto.
- El *comportamiento pasado* hace referencia a qué se hizo en un período de tiempo ya terminado.
- El *comportamiento encubierto* alude al pensamiento actual.
- El *comportamiento probable* responde a la pregunta “¿qué te gustaría hacer?”; aumenta la probabilidad de que en el futuro se dé un cierto comportamiento.
- El *comportamiento futuro* es el más difícil de investigar y se ve muy condicionado por el resto de comportamientos.

En cuanto a las causas de una conducta, la filosofía de Skinner (1975) determina que pueden ser externas (iluminación, espacio, material, otras personas...) o internas (la actitud o los sentimientos). Con todo, la inclinación de un sujeto hacia uno u otro comportamiento de tiempo libre puede verse influenciada por aspectos externos, como la publicidad o la oferta entre otros, y por aspectos internos, como la actitud o predisposición del sujeto hacia una u otra alternativa.

En otro orden de cosas, conforme al condicionamiento operante de Skinner (1975), todo comportamiento tiene consecuencias y algunas de ellas fortalecen al primero aumentando la probabilidad de que dicha conducta vuelva a ocurrir. Estas consecuencias son denominadas por el autor “reforzadores” del comportamiento, distinguiendo entre “reforzadores positivos” y “reforzadores negativos”. Los reforzadores positivos consolidarán cualquier comportamiento que produzca dichas consecuencias, mientras que los reforzadores negativos afianzarán aquellas formas de actuar que disminuyan o eliminen los resultados negativos.

Llevando esta teoría al ámbito de las actividades físico-deportivas de tiempo libre, se podría destacar como ejemplo de reforzador positivo aquella situación en la que una persona juega con sus amigos un partido de voleibol y se divierte

mucho; esta diversión, consecuencia positiva de su práctica, se convierte en reforzador positivo, aumentando la probabilidad de hacerlo de nuevo en condiciones similares. En contraste, si un individuo con mucho estrés acude a una sesión de relajación y consigue reducir su tensión interna, esta consecuencia refuerza negativamente el comportamiento, ya que aumenta la probabilidad de volver a acudir a esta actividad.

En definitiva, debemos tener en cuenta que tanto aspectos externos como internos condicionan las conductas humanas; así lo refleja Villamarín (1999) al afirmar que:

*El comportamiento se balla, en la mayoría de los casos, doblemente determinado por factores personales y por variables del entorno (p. 66).*

VARIABLES DEL ENTORNO INFLUYENTES EN EL COMPORTAMIENTO FÍSICO-DEPORTIVO (entidades deportivas, características de los espacios, actividades ofertadas, profesionales, publicidad, etc.) ya han sido tratadas en este capítulo; es por ello por lo que nos detendremos en los factores personales como la satisfacción o la motivación.

### **1.2.5. Satisfacción con la práctica físico-deportiva de tiempo libre**

La satisfacción es una percepción subjetiva obtenida por el sujeto antes, durante y después de una vivencia concreta que, para Luna-Arocas y Mundina (1998 a: 149), *consiste en la evaluación afectiva, cognitiva y conductual.*

Estos mismos autores recalcan que el grado de satisfacción del consumidor ayuda a valorar el ajuste entre la oferta y las necesidades de quien consume. Además, añaden que todo estudio de satisfacción debe analizar las motivaciones y expectativas de los usuarios.

El individuo alcanza la satisfacción en la medida que el servicio se adapte a sus gustos, deseos, intereses, pretensiones, necesidades, inquietudes, expectativas, etc; en esta línea se sitúa Martín Andrés (1996: 251) cuando afirma que *un cliente está tanto más satisfecho cuanto que la percepción del servicio coincide o supera sus expectativas.*

Esto refuerza la idea de contemplar en la presente investigación no sólo a quienes practican actividades físico-deportivas de tiempo libre, sino también a los que quieren practicar pero algo se lo impide, así como a los que no desean practicar.

Estos últimos casos pueden verse afectados por un elevado grado de insatisfacción que quizá ha sido producido antes de consumir (puede ser que no se le oferte la actividad que desea practicar ni el horario adecuado, entre otras cosas) durante el consumo del servicio (puede ser que anteriormente practicara, pero la actividad le producía aburrimiento o la consideraba demasiado exigente o no tenía

una buena percepción del monitor) o después de la práctica (en las horas posteriores a la práctica pudiera encontrarse muy cansado o con dolores musculares).

Se hace necesario detectar y conocer los aspectos que hacen a uno sentirse insatisfecho, que le hacen frenar la práctica físico-deportiva; de esta manera se podrán buscar estrategias que reduzcan estos limitadores de la práctica, facilitando el acceso al consumo de los servicios físico-deportivos.

En este sentido Martínez-Tur, García-Buades, Marzo y Gosálvez (1998) aseguran que tanto la percepción de los aspectos estáticos como la de los aspectos variables que intervienen en la experiencia vivida determinan la satisfacción de los individuos. Por ejemplo, el número de espacios o el cuidado de los materiales se mantienen más o menos estables a lo largo del tiempo; por el contrario, el número de personas presentes en la instalación deportiva en el momento que es utilizada por el usuario es variable; no obstante, tanto unos como otros influyen en la percepción del practicante.

Ahora bien, aunque estos aspectos externos –estáticos o variables– ayudan a determinar el grado de satisfacción de una persona, al tratarse de una variable subjetiva, su percepción también depende en gran medida del factor motivacional. Siguiendo este planteamiento Luna-Arocas y Mundina (1998b) aseveran que:

*Todo estudio de satisfacción debe partir del análisis de dos conceptos básicos en la psicología del consumidor; es decir, las motivaciones y las expectativas (p. 171).*

### **1.2.6. Motivaciones hacia la práctica físico-deportiva de tiempo libre**

La motivación es el origen de la conducta y

*se refiere al proceso o condición que puede ser fisiológico o psicológico, innato o adquirido, interno o externo al organismo el cual determina o describe por qué o respecto a qué, se inicia la conducta, se mantiene, se guía, se selecciona o finaliza (Littman, 1958, citado por Cervelló, 1996: 12).*

Tal como expresa Fernández Abascal (2000), *se utiliza para explicar diferentes efectos que pueden constatarse en el comportamiento observable de una persona (p. 25).*

A este respecto, se distinguen dos clases de efectos motivacionales:

Por un lado, el grado de activación motivacional puede provocar el inicio, mantenimiento o finalización de un comportamiento, e incluso variar la intensidad, esfuerzo y persistencia del mismo. En este caso, hablaremos de efectos activadores de la motivación.

Por el otro, se encuentran los efectos selectivos o de direccionalidad, que influyen en la toma de decisiones y elección de los objetivos perseguidos en una conducta.

En función del lugar de procedencia de los agentes causantes del comportamiento hablaremos de dos tipos de motivación:

Motivación intrínseca: si los promotores del comportamiento son intereses internos del individuo (aspiraciones, necesidades o deseos).

Motivación extrínseca: cuando el nacimiento del comportamiento se debe a elementos del entorno exterior denominados estímulos. Existe un interés externo por las tareas.

Con respecto a los efectos motivacionales, la teoría cognitivo-social de Bandura (1986, presentada por Villamarín, 1999) señala las expectativas, las atribuciones causales y las intenciones de meta como variables cognitivas que influyen en los dos efectos motivacionales: activadores y selectivos.

Una expectativa es aquello que el sujeto cree que va a conseguir ante un comportamiento futuro. Bandura distinguió dos tipos de expectativas: las relacionadas con los resultados a obtener y las vinculadas a la autoeficacia. Un ejemplo de estas últimas, denominadas *expectativas de autoeficacia*, constituye el caso de una persona que se apunta a clases de yoga y cree que va a ser capaz de realizar las actividades propuestas por el monitor, mientras que la creencia de que esta práctica le va a hacer sentirse mejor consigo misma se corresponde con una expectativa de resultados, expectativa de acción-resultados o expectativa de conducta-resultados.

Villamarín (1999) sostiene que estas expectativas dependen a su vez de

*la propia conducta en el pasado (éxitos, fracasos, consecuencias experimentadas), la observación del comportamiento de otras personas, la información transmitida a través del lenguaje y la percepción del estado fisiológico del propio organismo* (p. 68).

Sin embargo, las atribuciones causales consisten en procesos cognitivos por los que intentamos buscar las causas que han originado un determinado comportamiento. Comportamiento que ya ha ocurrido -pensamiento retroactivo- (aquí señala Villamarín [1999] la principal diferencia con las expectativas -pensamiento prospectivo-). La interpretación que se haga de las conductas pasadas influye en gran medida en la motivación.

Finalmente, las intenciones de meta como variable cognitiva retroactiva influente en la motivación constituyen los objetivos que se pretende alcanzar con un determinado comportamiento. Desde el punto de vista de Castillo Fernández (2000):

*Los objetivos de logro que nos marcamos cuando nos iniciamos en la práctica de algún tipo de actividad física o deportiva determinan la motivación que presentamos a la hora de practicar y también, en último término, la decisión de abandonar dicha práctica (p. 9).*

Según la teoría motivacional de las metas de logro (Castillo Fernández, 2000), el éxito o el fracaso de una conducta depende de cómo sea enjuiciada por uno mismo en función de su meta de logro, de lo que espera conseguir, es decir, de la intención de meta. Estos autores afirman que las metas de logro presentarán una de las dos orientaciones siguientes: orientación a la tarea u orientación al ego.

En el primer caso, el objetivo se basa en el dominio de la tarea; se busca desarrollar nuevas habilidades, mejorar con respecto a uno mismo independientemente de las competencias de los demás. Antagónicamente, aquellas metas en las que se ansía ser superior a los demás, comparando las competencias propias con las de los otros, constituyen metas de logro orientadas al ego.

No obstante, estas orientaciones no resultan excluyentes, ya que, según Castillo Fernández, Balaguer y Duda (2000):

*Una persona puede presentar una alta orientación al ego y una alta orientación a la tarea, presentar una baja orientación en ambas o estar muy orientada a una perspectiva y muy poco a la otra (p. 39).*

Centrándose en el ámbito físico-deportivo, Castillo Fernández, Balaguer y Duda (2000) manifiestan que las orientaciones a la tarea se asocian con una mayor adherencia a la práctica físico-deportiva, mientras que las orientaciones al ego se relacionan más con las desvinculaciones de la práctica físico-deportiva.



## CAPÍTULO 2

# INVESTIGACIONES SOBRE EL TEMA

### 2.0. Introducción

Este capítulo pretende profundizar en el estado de la cuestión de nuestro objeto de estudio a través de un exhaustivo análisis sobre las conclusiones a las que han llegado otros investigadores que han abordado determinados factores, variables y contrastes sobre las actividades físico-deportivas de tiempo libre. Este análisis ha supuesto el punto de partida a la hora de definir y acotar el objeto de estudio de nuestra investigación, al mismo tiempo que ha favorecido la interpretación de los resultados y la extracción de conclusiones del presente trabajo.

De todas las investigaciones recogidas sólo se analizan aquellas que tienen un mayor interés y relación con los comportamientos, actitudes y motivaciones en torno a la práctica físico-deportiva de tiempo libre, así como con los comportamientos y actitudes en torno a la disponibilidad y ocupación del tiempo libre, como principales aspectos abordados en esta investigación. Desde esta óptica se han dejado de lado todos aquellos estudios que, a pesar de centrarse en las actividades físicas, presentan campos de estudio más orientados hacia la práctica deportiva profesional, la oferta físico-deportiva de tiempo libre o la evolución histórica de la actividad física.

Para una mejor presentación hemos agrupado las conclusiones de estos estudios en torno a los dos grandes focos que iluminan esta investigación. De esta forma, el presente capítulo queda estructurado en dos apartados fundamentales. El primero recoge las conclusiones relativas a la disponibilidad y ocupación del tiempo libre, mientras que el segundo apartado destaca las conclusiones sobre los comportamientos, actitudes y motivaciones en torno a la práctica físico-deportiva de tiempo libre.



Figura 2.1. Focos de estudio que iluminan esta investigación.

Antes de profundizar en los resultados de estos estudios, se recoge a continuación una pequeña presentación del conjunto de trabajos analizados.

Numerosas investigaciones se centran en el individuo como participante, practicante o usuario de las distintas formas de ocupación del tiempo libre, entre las que se destaca la práctica físico-deportiva. Entre ellas, se ha cotejado una notable cantidad de estudios nacionales y varios extranjeros; de estos últimos se subraya el llevado a cabo por Dumazedier (1964) sobre la ocupación del tiempo libre y el ocio en general, así como los realizados por Duda, Fox, Biddle y Armstrong, (1992); Duda y White (1992); White y Duda (1993, 1994) que aportan datos muy relevantes sobre la motivación en las prácticas físico-deportivas de tiempo libre.

INVESTIGACIONES ANALIZADAS SOBRE POBLACIÓN EXTRANJERA			
Autores	Año	Autores	Año
Dumazedier	1964	Boothby, Tungatt, y Townsend	1981
Gill, Gross y Huddleston	1983	Gould, Feltz, y Weiss	1985
Ross, Dotson, Gilbert, y Katz	1985	Brooks	1988
Duda, Fox, Biddle y Armstrong	1992	Duda y White	1992
Aarón y col.	1993	López Franco	1993
White y Duda	1993	Cash, Novy y Grant	1994
White y Duda	1994	Vilhjalmsson y Thorlindsson	1998
Bianchi y Brinnitzer	2000	Quiroga	2001
Fisher	2002	Rhoden	2004

Figura 2.2. Investigaciones analizadas sobre poblaciones extranjeras.

Centrándonos en las investigaciones realizadas en el territorio español, se hace necesario destacar al profesor Manuel García Ferrando como uno de los primeros investigadores preocupados por las prácticas físico-deportivas en el ámbito del tiempo libre en España. Sobresale su amplísima labor investigadora a lo largo de los últimos 20 años. La mayoría de sus estudios analizan el comportamiento físico-deportivo de la población española en general, abarcando todos los grupos de edades y todas las Comunidades Autónomas (García Ferrando, 1990, 1992, 1994, 1997, 1998 y 2001). No obstante, algunas de sus obras se centran en poblaciones más concretas como: la mujer española (1986), los jóvenes españoles (1993b), los universitarios españoles (1993a) o la población valenciana (García Ferrando y Mestre Sancho, 2000).

INVESTIGACIONES NACIONALES ANALIZADAS						
Población	Autores	Año	Autores	Año	Autores	Año
CONJUNTO DE LA POBLACIÓN ESPAÑOLA	Vázquez Prada (citado por López Franco, 1993)	1976	Gil y Montañez	1985	Bañuel	1986b
	Dada	1986	García Ferrando	1986	Paig	1986
	CIS (citado por Ramos, 1994)	1987	Paig, Masnou e Ibañez	1987	Inguierdo, Del Río y Rodríguez	1988
	Paig y Masnou	1988	García Ferrando	1990	Ramos Torres	1990
	Bañuel	1992	García Ferrando	1992	Vázquez	1992
	García Ferrando	1993b	Jalón Gallego	1993	Navarro y Mateo	1993
	FOESSA	1994	García Ferrando	1994	Guivernsa y Dada	1994
	Guivernsa y Dada	1994	Ramos Torres	1994	Martínez-Tar, Tordera y Caballer	1995
	Ramos Torres	1995	Paris	1996a	Aguinaga y Cosas	1997
	García Ferrando	1997	Barba y Mestre	1999	García Ferrando	2001
Martin Sarraso	2002					
POBLACIONES REGIONALES ESPAÑOLAS	Masera	1983	Fernández García	1986	Sánchez Sánchez (citado por López Franco, 1993)	1988
	Generalitat de Catalunya	1991	Nebot y col.	1991	Equipo de Investigación Interdisciplinar en Ocio	1992
	Trigo	1992	Ispiza	1993	Ramos y col.	1993
	Alonso y del Barrio	1994	Cuevas	1994	Del Villar	1994
	Escartí y García	1994	Gil-Platas y Ferrer-Pérez	1994	Junta de Castilla y León	1994
	Masachs, Puente y Blasco	1994	Cabellas y Rovira	1995	Carratalá	1995
	Balaguer, Castilla, y Tordera	1996	García Montes y col.	1996	Martínez-Tar, Tordera y Ramos	1996
	Prove de León	1996	Abó, Ramos y Martínez-Tar	1997	Cantera	1997
	Carrión y Sánchez	1997	García Montes	1997	Martin Albo	1997
	Serrano	1997	Torre, Cárdenas y Ojeda	1997	Cantera	1998
	Carratalá, García y Carratalá	1998	Castillo Fernández y Balaguer	1998	Luna-Arocas	1998
	Luna-Arocas, Mundina	1998b	Martínez-Tar y col.	1998	Prove de León	1998
	Ponsati y col.	1998	Sánchez Pérez y col.	1998	Balaguer, Pastor y Matena	1999
	Carratalá y García	1999	Castilla	1999	Castillo, Tordera y Pastor	1999
	Escalona	1999	Jiménez, Pínez y García-Mas	1999	Luna-Arocas, Mundina y Romá	1999a
	Luna-Arocas, Mundina y Romá	1999b	Llorca, Castillo y Balaguer	1999	Martínez Ros	1999
	Misegor	1999	Carpas	2000	Cosentino	2000a
	Castillo Fernández	2000	Castillo, Balaguer y Dada	2000	Díez y Quesada	2000
	Martin Albo	2000	Torre	2000	Toros, Carrasco y Medina	2000
	Cosentino y Páez	2001	García Montes y col.	2001	Luna-Arocas	2001b
	Toro, Cárdenas y García	2001	Cantera y Davis-Davis	2002	Centro asociado de la UNED d'Elche	2002
	Chillón y col.	2002	García Ferrando y Mestre	2002	López-Cózar y Rebollo	2002
	Parish	2002	Sorquero	2002	Valladas, Del Valle y Ordáiz	2002
Chillón	2003	Martin Albo, Núñez y Navarro	2003	Aribas y Arzuza	2004	
Hellín	2004	Larraz y Prove de León	2004	Rovira, Alóizet y Casas	2004	
POBLACIONES UNIVERSITARIAS	FEDU	1984	Fernández Sierra	1986	Gil Calvo (citado por López Franco, 1983)	1986
	García de la Torre y Antón	1990	García Ferrando	1993a	Álvarez	1994
	Blasco y col.	1996	López Yuste	1999	Pintanel y Capdevila	1999
	Toros, Carrasco y Medina	1999	Hernández Rodríguez	2001	Ruiz Juan	2001
	Ruiz Juan, García Montes y Hernández Rodríguez	2001a	Ruiz Juan, García Montes y Hernández Rodríguez	2001b	Hernández Rodríguez, García y Olla	2002
	Ruiz Juan y García Montes	2003a	Ruiz Juan y García Montes	2003b	Ruiz Juan, García Montes y Hernández Rodríguez	2002
	Pavón y col.	2003	González y Fernández	2004	Pavón y col.	2004

Figura 2.3. Investigaciones españolas analizadas.

Otros muchos autores también han profundizado en el conjunto de la población española para estudiar bien su tiempo libre y ocio, en general, bien sus prácticas físico-deportivas de tiempo libre, en concreto (figura 2.3).

Con el paso de los años, este tema de estudio va adquiriendo mayor interés en España, de manera que proliferan los trabajos al respecto en los últimos 10 años, sobre todo aquellos que centran su preocupación en el nivel regional. Así, hemos encontrado multiplicidad de investigaciones relacionadas con los hábitos físico-deportivos de los **valencianos** (Año, Ramos y Martínez-Tur, 1997; Balaguer, Castillo y Tomás, 1996; Balaguer, Pastor y Moreno, 1999; Cantón y Sánchez, 1997; Carratalá, 1995; Carratalá y García, 1999; Carratalá, García y Carratalá, 1998; Castaño, 1999; Castillo Fernández, 2000; Castillo Fernández y Balaguer, 1998; Castillo Fernández, Balaguer y Duda, 2000; Castillo Fernández, Tomás y Pastor, 1999; Escartí y García, 1994; Escolano, 1999; García Ferrando y Mestre, 2000; Luna-Arocas, 1998, 2001b; Luna-Arocas y Mundina, 1998; Luna-Arocas, Mundina y Romá, 1999a, 1999b; Llorens, Castillo y Balaguer, 1999; Meseguer, 1999; Monera, 1985).

Otros comportamientos motores de tiempo libre muy conocidos empíricamente son los de los habitantes **granadinos** (Chillón, 2003; Chillón y col. 2002; García Montes, 1997; García Montes, y col., 1996; García Montes y col., 2001; López-Cózar y Rebollo, 2002; Sánchez Sánchez, 1988 citado por López Franco, 1993; Torre, 2000; Torre, Cárdenas y Girela, 1997; Torre, Cárdenas y García, 2001; Torre, Carrasco y Medina, 2000) y **catalanes** (Cañellas y Rovira, 1995; Generalitat de Catalunya, 1991; Masach, Puente y Blasco, 1994; Nebot y col., 1991; Sempere, 2002; Rosich, Alsinet y Casas, 2004).

También se han hallado varios trabajos sobre las poblaciones de **Madrid** (Chillón y col., 2002; Chillón, 2003; Fernández García, 1986), otras regiones de **Andalucía** (Casimiro, 2000; Casimiro y Piéron, 2001; Cuevas, 1994; Valderas, del Valle y Ordóñez, 2002; del Villar, 1994), **Islas Baleares** (Gili-Planas y Ferrer-Pérez, 1994; Jiménez, Pérez y García-Mas, 1999; Ponseti y col., 1998; Sánchez Pérez y col., 1998), **Canarias** (Martín Albo, 1997; Martín Albo, Núñez y Navarro, 2003; Serrano, 1997), **Aragón** (Cantera, 1997, 1998; Cantera y Devis-Devis, 2002; Lanuza y Ponce de León, 2004; Perich, 2002), **Galicia** (Trigo, 1992), **Castilla León** (Junta de Castilla y León, 1994), **Murcia** (Hellín, 2004; Martínez Ros, 1999), **Alicante** (Centro asociado de la UNED d'Elche, 2002; Diez y Quesada, 2000), **Navarra** (Martín Almendros, 2000), **Toledo** (Alonso y del Barrio, 1994) o **País Vasco** (Arribas y Arruza, 2004; Equipo de Investigación Interdisciplinar en Ocio, 1992; Ispizua, 1993).

En la Comunidad Autónoma de **La Rioja** no se ha localizado ningún estudio concreto publicado sobre los hábitos físico-deportivos de tiempo libre de sus residentes. Pero sí encontramos trabajos sobre el tiempo libre y el ocio de los jóvenes riojanos producidos por la doctora Ponce de León (1996, 1998).

Algunos investigadores han explorado los comportamientos físico-deportivos de tiempo libre entre los estudiantes **universitarios españoles** (Federación Española de Deporte Universitario (FEDU), 1984; García Ferrando, 1993a; Paris, 1996a; Quesada y Diez, 1998). Del mismo modo, existen investigaciones científicas basa-

das en universidades concretas, como las siguientes: la **Universidad de Almería** (Fernández Sierra, 1986; Hernández Rodríguez, 2001; Hernández Rodríguez, García y Oña, 2002; Ruiz Juan, 2001; Ruiz Juan, García Montes y Hernández Rodríguez, 2001a, 2001b; Ruiz Juan y García Montes, 2002a, 2002b; Ruiz Juan, García Montes y Hernández Rodríguez, 2002), la **Universidad Complutense de Madrid** (Gil Calvo, 1986 citado por López Franco, 1993), la **Universidad Politécnica de Madrid** (Universidad Politécnica de Madrid, 1993), la **Universidad del País Vasco** (González y Fernández, 2004), el **campus universitario de Álava** (García de la Torre y Antón, 1990), la **Universidad de León** (Álvarez, 1994), la **Universidad Autónoma de Barcelona** (Blasco y col., 1996; Pintanel y Capdevila, 1999), la **Universidad Politécnica de Valencia** (López Yeste, 1999) y la **Universidad de Granada** (Torres, Carrasco y Medina, 1999). Pavón, Moreno, Gutiérrez y Sicilia (2003, 2004) analizan tres universidades: las de **Murcia, Valencia y Almería**.

Entre estos trabajos centrados en el ámbito universitario son escasos aquellos que analizan los hábitos físico-deportivos de toda la comunidad universitaria: personal docente e investigador (PDI), personal de administración y servicios (PAS) y alumnos (Hernández Rodríguez, 2001; Hernández Rodríguez, García Montes y Oña Sicilia, 2002). La gran mayoría se basa exclusivamente en el alumnado.

Una vez presentadas las principales investigaciones analizadas en este capítulo, pasamos a exponer sus más importantes conclusiones alcanzadas en lo referente a cada uno de los contenidos a abordar en la presente publicación, los cuales agruparemos bajo dos focos: tiempo libre y práctica físico-deportiva.

## 2.1. Descripción de las aportaciones y conclusiones de las principales investigaciones sobre el tiempo libre

A lo largo de la revisión detallada de cada uno de los estudios presentados se fueron recogiendo los distintos factores y variables analizados referentes a la disponibilidad y ocupación del tiempo libre, así como sus principales resultados y las conclusiones derivadas.

En esta línea, en cuanto a la disponibilidad de tiempo libre se registran tres variables diferentes: *cantidad*, *distribución* y *percepción del tiempo libre*, mientras que la ocupación de tiempo libre es tratada a través de otras tres variables: *ocupación real*, *ocupación deseada* y *satisfacción con la ocupación del tiempo libre*.



Figura 2.4. Variables de tiempo libre analizadas en los estudios revisados.

### 2.1.1. Disponibilidad de tiempo libre

Entre la gran cantidad de investigaciones consideradas en torno al tiempo libre y ocio pocas contemplan la disponibilidad de tiempo libre como variable de estudio a pesar de ser condición necesaria para que se den estas actividades, como ya se ha reflejado a lo largo del capítulo 1 del presente trabajo. Todavía resulta más escasa la atención inferencial de factores asociados al tiempo libre (sexo, edad, estado civil, hábitat, ocupación...).

INVESTIGACIONES QUE ESTUDIAN LA DISPONIBILIDAD DE TIEMPO LIBRE										
POBLACIÓN		INVESTIGACIONES		FACTORES ANALIZADOS						
		Autores	Año	Sexo	Edad	Estado civil	Hábitat	Ocupación	Tipo de días	
<b>POBLACIÓN EXTRANJERA</b>	Hombres y mujeres casados de Jersey	Durandier	1964	*						
	Trabajadores activos de Bélgica, Francia, Alemania	Citado por Zorrilla (1996).	1966	*						
<b>POBLACIÓN ESPAÑOLA</b>	<b>TODAS LAS EDADES</b>	Españoles mayores de 14 años	CIS (citado por Ramos, 1994).	1987	*	*			*	
		Mayores de 15 años de Portugal, Sautart y Sotao	Ipiras	1993	*	*			*	*
		Población española	Ramos	1990	*	*	*		*	
		Población española	Ramos	1995	*	*			*	
	<b>MUJERES</b>	Mujeres granadinas	García Montes	1997		*	*		*	*
		Mujeres granadinas	García Montes y col.	2001		*	*		*	*
		Áreas de casa españolas	Duñón	1986						
		Mujeres españolas	Incierto, Del Río y Rodríguez	1988			*		*	
	<b>JÓVENES</b>	Jóvenes españoles	Gil y Menéndez	1985	*	*				
		Jóvenes riojanos entre 13 y 16 años	Ponce de León	1996	*	*	*	*	*	*
		Jóvenes riojanos entre 13 y 16 años	Ponce de León	1998	*	*	*	*	*	*
		Jóvenes gallegos estudiantes de 2º BUP o 2º FP	Trigo	1992	*				*	*
		Niños y jóvenes españoles	Burba y Mestre	1999						
	Jóvenes españoles 15 y 20 años	Martín Serrano	2002	*	*	*		*	*	
	<b>POBLACIÓN UNIVERSITARIA</b>	Jóvenes universitarios españoles	García Ferrada	1992a					*	*
		Población universitaria alemana	Herrández Rodríguez	2001	*	*	*		*	*
		Población universitaria alemana	Herrández Rodríguez, García y Oña	2002	*	*	*		*	*
		Alemánido alemán: ESNO y Universidad Alemania	Ratz Juan	2001	*	*	*		*	*
Alemánido alemán: ESNO y Universidad Alemania		Ratz Juan, García y Herrández	2001a	*	*	*		*	*	
Alemánido alemán: ESNO y Universidad Alemania	Ratz Juan, García y Herrández	2001b	*	*	*		*	*		

Figura 2.5. Investigaciones que analizan la disponibilidad de tiempo libre por sectores poblacionales.

#### 2.1.1.1. Cantidad de tiempo libre

Centrándonos en la variable cantidad de tiempo libre se describen los resultados obtenidos por los distintos estudios. Para una mejor presentación de los datos

se parte de las investigaciones centradas en poblaciones más generales para ir descendiendo poco a poco hacia una mayor concreción de los colectivos formados por universitarios.

En 1987 el conjunto de la población española mayor de 13 años se beneficiaba de 6 horas y 16 minutos al día de tiempo libre (Centro de investigaciones Sociológicas, 1987, citado por Ramos, 1994).

Sin embargo, para el 53,3% de la población mayor de 15 años de la margen izquierda del río Nervión (Baracaldo, Portugalete, Santurtzi y Sestao) su tiempo libre, en días laborables, no sobrepasa las 3 horas por jornada, mientras que en los días festivos en el 63,5% es superior a 5 horas (Ispizua, 1993).

Similares datos se obtienen entre los jóvenes gallegos estudiantes de BUP o FP: entre 1 y 3 horas diarias, y más de 3 horas los fines de semana y vacaciones (Trigo, 1992).

Por su parte, Ponce de León (1998) en su estudio sobre los jóvenes riojanos estudiantes de 8º de EGB o 2º de ESO, con edades comprendidas entre los 13 y 16 años, aprecia que:

*El 68% de nuestros adolescentes cuenta diariamente con más de dos horas de tiempo libre, mientras que el 31,7% tiene menos de dos horas para sus actividades de tiempo libre (p. 200).*

Según los datos derivados de los diferentes estudios realizados por el INJUVE, desde el año 1984 hasta 1996 se ha producido un incremento progresivo del tiempo libre de niños y jóvenes españoles (Barba y Mestre, 1999).

Considerando a los españoles entre 15 y 29 años, Martín Serrano (2002) obtiene que la población joven española en el año 2000 disponía de 25 horas semanales de tiempo libre, lo que correspondía a un promedio de 3,5 horas al día, aunque el 35% superaba este promedio.

En cuanto a la población universitaria pocos trabajos analizan la variable que nos ocupa.

Hernández Rodríguez (2001) y Hernández Rodríguez, García y Oña (2002), en lo que respecta a la comunidad universitaria almeriense (alumnado, profesorado y personal de administración y servicios), afirman que el 62% tan sólo tienen entre una y dos horas libres en días laborables; ese mismo porcentaje de población afirma disponer de más de 3 horas de tiempo libre los fines de semana. Este aumento de tiempo libre se pronuncia bastante en las épocas de vacaciones donde el 69% de la comunidad universitaria almeriense tiene más de 5 horas libres diarias.

Análogos datos aportan al respecto las investigaciones llevadas a cabo con el alumnado almeriense de enseñanza secundaria postobligatoria y de la Universidad de Almería (Ruiz Juan, 2001; Ruiz Juan, García Montes y Hernández Rodríguez, 2001a; Ruiz Juan, García Montes y Hernández Rodríguez, 2001b).

Según estos estudios, la población universitaria parece disponer de menos tiempo libre en comparación con el resto de españoles. Así lo confirma García Ferrando (1993a) al exponer que los jóvenes universitarios tienen menos tiempo libre frente al resto del colectivo juvenil.

#### 2.1.1.1.1. Sexo y tiempo libre

La mayor parte de los estudios que analizan la variable *cantidad de tiempo libre* hacen un análisis inferencial en relación con el sexo. Todos ellos coinciden al afirmar que el tiempo libre de los hombres supera al de las mujeres.

Ya en 1964 Dumazedier considera necesario distinguir entre el tiempo libre de los hombres y el de las mujeres debido al reparto de tareas que rige el núcleo familiar. Así, en la encuesta realizada en la ciudad de Annecy, Francia, sobre el empleo del tiempo semanal, observa cómo, tras descontar el tiempo dedicado a trabajo remunerado, tareas domésticas y sociales, los hombres casados disponían de más tiempo libre que sus mujeres (20-30 horas libres semanales los primeros y 14-21 horas las segundas).

En 1966 un estudio sobre la distribución del tiempo de trabajo y no trabajo en algunos países de Europa (Bélgica, Francia y Alemania) ratifica esta diferencia entre mujeres y hombres con trabajo remunerado (3-4 horas y 3,5-5 horas diarias respectivamente) (Zorrilla, 1990: 71-72).

Esta disparidad se mantiene entre los españoles de finales de los 90, de manera que ellas disfrutaban de 2 horas menos de tiempo libre al día. Tal desigualdad aumenta ligeramente los sábados y llega a rozar las 3 horas de diferencia los domingos (Centro de Investigaciones Sociológicas, 1987, citado por Ramos, 1994).

Entre la población de la margen izquierda del Nervión (Portugalete, Santurtzi y Sestao), de nuevo la balanza se inclina a favor de los hombres. Casi se duplica el número de hombres que dicen disponer de más de 3 horas en días laborales (58,8%) frente al 33,7% de mujeres. En días festivos, las mujeres se aproximan a los hombres pero sin llegar a igualarlos (Ispizua, 1993).

Profundizando en los jóvenes españoles entre 15 y 29 años de edad, afirma Martín Serrano (2002: 194): *Ellas cuentan con un 8% menos de asueto que ellos.*

Parece ser que las diferencias entre sexos se reducen entre la población universitaria almeriense: se constata en la época de vacaciones mayor cantidad de tiempo disponible en las mujeres en comparación con los hombres (Hernández Rodríguez, 2001; Hernández Rodríguez, García y Oña 2002; Ruiz Juan, 2001; Ruiz Juan, García Montes y Hernández Rodríguez, 2001a; Ruiz Juan, García Montes y Hernández Rodríguez, 2001b).

Esta similitud de tiempo libre entre unos y otras en la Universidad de Almería, donde la mayoría de la población (el 96,8%) es soltera, puede justificarse con el siguiente hallazgo de Ramos (1990):

*El estado civil introducía significativas variaciones, de manera que los solteros y solteras eran los que mantenían situaciones más homogéneas, mientras que los casados se diferenciaban muy tajantemente en sus disponibilidades (p.162).*

#### 2.1.1.1.2. Edad y tiempo libre

Los datos obtenidos por Ispizua (1993), García Montes (1997), García Montes y col. (2001), Hernández Rodríguez (2001) y Hernández Rodríguez, García y Oña (2002) muestran cómo, a medida que aumenta la edad, disminuye el cómputo total de horas libres hasta alcanzar el umbral mínimo alrededor de los treinta años, momento a partir del cual el tiempo disponible se acrecienta a medida que se incrementa la edad. Esta aseveración se representa en la siguiente figura:

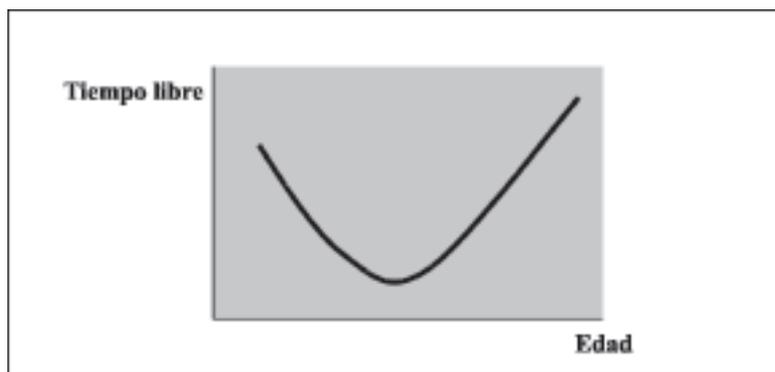


Figura 2.6. Relación entre edad y tiempo libre.

Ispizua (1993), al analizar el tiempo libre de la población mayor de 15 años de la margen izquierda del río Nervión (Baracaldo, Portugalete, Santurtzi y Sestao), apunta que los mayores de 60 años son los que poseen más tiempo libre, seguidos por los menores de 19 años; los treintañeros resultan los más ocupados.

En el colectivo de mujeres granadinas, son las niñas y las mayores las que disponen de más tiempo libre tanto en días laborables como en fines de semana; en el extremo opuesto se encuentran las jóvenes y las adultas (García Montes, 1997; García Montes y col, 2001).

Los resultados obtenidos por Hernández Rodríguez (2001) y Hernández Rodríguez, García y Oña (2002) para los universitarios de Almería ratifican los derivados de los trabajos de Ispizua y García Montes: existe mayor disponibilidad temporal en los mayores de 50 años y en los más jóvenes (entendiendo por estos últimos los que tienen entre 18 y 25 años).

En esta línea, Martín Serrano (2002) señala que los jóvenes españoles menores de 18 años tienen un 12% más de tiempo libre (3 ó 4 horas más a la semana) que quienes tienen entre 25 y 29 años. Esta conclusión ratifica en alguna medida que los jóvenes universitarios dispongan de menos tiempo libre que el resto de la juventud española, dado que todo universitario tiene más de 18 años.

#### 2.1.1.1.3. Estado civil y tiempo libre

Atendiendo al estado civil, en el caso de la población femenina de Granada son las viudas, seguidas por las solteras, las que dicen disponer de más tiempo libre (García Montes, 1997; García Montes y col., 2001).

Entre los jóvenes españoles, los solteros independientes son los más ocupados; les siguen los casados; gozan de más libertad los solteros dependientes (Gil y Menéndez, 1985). Este hecho queda también reflejado por el estudio realizado por Martín Serrano (2002).

El tiempo libre de la población universitaria almeriense también ha sido analizado en relación con el estado civil, descubriendo que los casados son los que menos tiempo dicen tener; en el polo opuesto se encuentran los solteros (Hernández Rodríguez, 2001; Hernández Rodríguez, García y Oña 2002; Ruiz Juan, García Montes y Hernández Rodríguez, 2001a; 2001b).

#### 2.1.1.1.4. Ocupación y tiempo libre

Dentro de un mismo sector de población, la cantidad de tiempo no obligatorio variará en función de la ocupación de cada sujeto, ya que, tal y como afirma Ispizua (1993: 67), la disponibilidad de tiempo: *viene sobre todo motivada por la ocupación prioritaria de los distintos estratos (estudios, trabajo, jubilación)*.

Las amas de casa analizadas por Durán (1986) disfrutaban de 4 horas diarias de asueto.

Izquierdo, Del Río y Rodríguez (1988) analizan la cantidad de tiempo libre disponible de la mujer en función de su ocupación. En este sondeo se percibe cómo disponen de mayor número de horas diarias de tiempo libre aquellas que dicen realizar exclusivamente trabajo remunerado (6 horas y 15 minutos), seguidas, muy de cerca, por quienes se dedican únicamente a trabajo doméstico (5 horas y 45 minutos). Las mujeres que desarrollan ambos tipos de trabajo tan sólo gozan de dos horas diarias de tiempo no obligatorio.

Acercándonos a la población objeto de nuestro estudio Martín Serrano (2002) afirma que apenas existe diferencia entre el tiempo libre de los jóvenes que trabajan y los que tienen dedicación exclusiva a sus estudios. Sin embargo, García Ferrando (1993a) confirma que los jóvenes universitarios disponen de menos tiempo libre que el resto del colectivo juvenil.

Hernández Rodríguez (2001) y Hernández Rodríguez, García y Oña (2002), al estudiar esta variable en función del tipo de colectivo de la Universidad de Almería (personal de trabajo universitario y alumnado), muestran diferencias significativas sólo en vacaciones.

#### 2.1.1.1.5. Síntesis y reflexiones sobre el análisis de la cantidad de tiempo libre

Sintetizando, podríamos afirmar que en los últimos años se ha producido un aumento en el tiempo libre de los españoles. En cualquier caso, parece ser que el tiempo libre de los universitarios es inferior al del resto de los españoles, por lo que este colectivo merece un estudio aislado.

No obstante, a la hora de estudiar la cantidad de tiempo, se hace necesario analizarlo en función del tipo de días, ya que, según nos muestran los estudios revisados, éste varía según se trate de un tipo de días u otro, aumentando considerablemente al pasar de jornadas laborables a fines de semana y de sábados y domingos a vacaciones.

Del mismo modo, variables como el sexo, la edad y el estado civil deben ser tenidas muy en cuenta, puesto que la revisión bibliográfica realizada constata la variabilidad de la cantidad de tiempo libre en función de éstas. Los estudios han constatado que:

- Los hombres disponen de mayor tiempo libre que las mujeres, aunque disminuyen estas diferencias en fines de semana, días festivos y vacaciones y entre personas solteras.
- La relación entre tiempo libre y edad describe una campana de Gauss invertida, donde los de más edad, seguidos de los más jóvenes, son los que mayor disponibilidad temporal presentan, mientras que los de edades intermedias, en torno a los treinta años, coinciden con los más ocupados.
- En cuanto al estado civil, las viudas y los solteros dependientes parecen ser los más libres; en el extremo opuesto se encuentran los solteros independientes y los casados.

#### 2.1.1.2. *Distribución del tiempo libre*

Debemos ser cautos al afirmar que a mayor cantidad de tiempo libre, mayor posibilidad de práctica de actividades de ocio. Indiscutiblemente, la práctica de actividades de ocio depende de la cantidad de tiempo disponible, pero en mayor medida se ve influenciada, entre otras variables, por la distribución de esas horas libres a lo largo del día.

Con respecto a la distribución del tiempo libre a lo largo de la jornada de 24 horas, puede ocurrir que el cómputo total de tiempo no obligatorio diario se aglutine por completo en una franja temporal concreta o, por el contrario, se vea

---

repartido en varias fracciones pequeñas en distintas fases del día. Cuanto más fragmentado se encuentre este tiempo voluntario, más pequeñas serán las porciones de tiempo y, en consecuencia, menos posibilidades se darán de realizar actividades de ocio.

Entre la gran variedad de trabajos consultados, sólo se ha encontrado uno que persiga, entre otros aspectos, la distribución del tiempo libre y la duración de cada fracción de este tiempo. Su autor (Durán, 1986) afirma que el tiempo libre de las amas de casa está conformado por:

*Horas dispersas entre la mañana, el mediodía y la tarde, y sometidas al riesgo de la interrupción por obligaciones familiares imprevistas (p. 94).*

### 2.1.1.3. Percepción de tiempo libre

La percepción que uno tiene de su tiempo no obligatorio constituye otro factor de gran importancia en la práctica de ocio. Cuenca (1995) llega incluso a afirmar que:

*(...) no es un problema, por tanto, de tiempo sino de la percepción que se tiene del mismo y de su utilización de una manera más o menos gratificante (p. 28).*

A la percepción que cada individuo tiene de su tiempo disponible dedicamos el siguiente punto para centrarnos, a continuación, en la ocupación del tiempo libre.

García Ferrando (1993b), al preguntar a la juventud española sobre su disponibilidad de tiempo libre en días laborales, percibió que tan sólo uno de cada cuatro entrevistados percibía que tenían mucho o bastante tiempo libre, frente al 60% que asintió disponer de poco y un 12% de nada de tiempo disponible. Estos porcentajes se invirtieron en la percepción de los fines de semana: el 67% consideró tener mucha disponibilidad y el 31% percibió su tiempo libre en los fines de semana como escaso.

Del trabajo de Izquierdo, Del Río y Rodríguez (1988) se desprende la inexistencia de relación entre la cantidad de tiempo libre y la percepción que se tiene de éste, ya que las mujeres que únicamente realizan trabajo remunerado que cuantitativamente disponen de más tiempo libre (6 horas 15 minutos), son las que más opinan que les resulta escaso (el 60,3%). En contraste, el 43,4% de las "amas de casa" con menos horas libres al día (5 horas 45 minutos) consideran disponer de suficiente tiempo.

De aquí se concluye que la percepción de tiempo libre como suficiente o escaso no depende tanto de la cantidad de tiempo, sino más bien de las expectativas de cada persona.

### ***2.1.2. Ocupación del tiempo libre***

Son numerosas las investigaciones que analizan las actividades de tiempo libre elegidas por el individuo (figura 2.7). Autores como García Cueto y Cerro (1990, citados por López Franco, 1993) afirman que estas actividades están estrechamente relacionadas con las características personales y sociales, de tal manera que éstas vienen a conformar los factores cualitativos del tiempo libre, como son el sexo, la edad, el hábitat, el nivel cultural, social y económico y la ocupación.

La *ocupación del tiempo libre* se ha analizado a través de tres variables: *ocupación real*, *satisfacción con la ocupación del tiempo libre* y *ocupación deseada*. Los resultados y conclusiones más importantes para la ocupación del tiempo libre los iremos desarrollando a lo largo del presente punto en torno a tres apartados definidos por cada una de las tres variables.

INVESTIGACIONES QUE ESTUDIAN LA OCUPACIÓN DE TIEMPO LIBRE								
POBLACIÓN		INVESTIGACIONES		FACTORES ANALIZADOS				
		Autor	A/a	sexo	edad	estatus matrimonial y convivencia	Deporte	Tipos de ocio
<b>POBLACIÓN EXTRANJERA</b>	<b>Alumnado secundaria Río de Janeiro</b>	López Franco	1993	✓			✓	
<b>TODAS LAS EDADES</b>	Españoles mayores de 15 años	García Ferrando	1998				✓	
	Españoles mayores de 15 años	García Ferrando	1992				✓	
	Españoles mayores de 15 años	García Ferrando	1994				✓	
	Españoles mayores de 15 años	García Ferrando	1997				✓	
	Españoles mayores de 15 años	García Ferrando	2001				✓	
	Población española > 6 años	Juárez Gallego	1993	✓	✓		✓	✓
	Españoles	FOESSA	1994				✓	
	Españoles mayores de 14 años	Ramos	1995	✓	✓			
	Población de Bilbao	Equipo de Investigación Interdisciplinar en Ocio	1992					
	Portugales, Suresis y Scotis (>15 años)	Ipema	1993	✓	✓			✓
	Población Valenciana > 15 años	García Ferrando y Mestre	2002					✓
	Madrileños adultos (18-65 años) practicantes de gimnasia de T.L.	Ballañá	1988a	✓	✓		✓	✓
	<b>MUJERES</b>	Mujeres granadinas	García Montes	1997	✓	✓		✓
	Mujeres granadinas	García Montes y col.	2001	✓	✓		✓	✓
<b>JÓVENES</b>	Niños granadinos (7-10 años)	Sánchez Sánchez (López Franco, 1993)	1988				✓	
	Jóvenes españoles (12-17 años)	Vázquez Prada (López Franco, 1993)	1978				✓	
	Jóvenes españoles (15-29 años)	García Ferrando	1993b					
	Jóvenes españoles (20-24 años)	Nasarre y Mateo	1993	✓				
	Jóvenes españoles (14-16 años)	Aguilera y Casas	1997					✓
	Jóvenes españoles (15-29 años)	María Serrano	2002					✓
	Jóvenes gallegos 2º BUP o 2º FP	Trigo	1992					
	Jóvenes de Toledo (12-13 años)	Alonso y del Barrio	1994					
	Jóvenes Castilla y León (15-29 años)	Junta de Castilla y León	1994					
	Adolescentes Valencia (14-18 años)	Monera	1985	✓	✓			
	Adolescentes Valencia (15-17 años)	Carralón	1995	✓				
	Adolescentes Valencia (15-17 años)	Carralón y García	1999	✓				
	Jóvenes riojanos (13-16 años)	Ponce de León	1998	✓				
	Almería (11-12, 15-16 años)	Casimiro	2000a	✓	✓			
Jóvenes de Barcelona (14-18 años)	Scarpone	2002						
Jóvenes de Elche (12-18 años)	UNED d'Elche	2002						
Jóvenes Madrid y Granada (14-18 años)	Chilón	2003						
<b>MAYORES</b>	Personas mayores	Abellán (García Martín, 2002)	1998	✓				
Personas mayores	Riquelme (García Martín, 2002)	1997						
Personas mayores de Granada	López-Cisner y Rebolledo	2002						
<b>POBLACIÓN UNIVERSITARIA</b>	Alumnado U.C.M.	Gel Calvo (López Franco, 1993)	1988					
	Estudiantes Universidad Politécnica de Valencia	López Yeste	1999					
	Población universitaria albacense	Hernández Rodríguez	2001	✓	✓		✓	✓
	Población universitaria albacense	Hernández, García y Oña	2002	✓	✓		✓	✓
	Alumnado Almería ESPO- Universidad	Rodríguez, García y Hernández	2001a	✓	✓			✓
Alumnado Almería ESPO- Universidad	Rodríguez	2001	✓	✓			✓	

Figura 2.7. Investigaciones que analizan la ocupación del tiempo libre.

### 2.1.2.1. *Ocupación real del tiempo libre*

La ocupación real del tiempo libre se ha analizado en diversas poblaciones españolas: niños, jóvenes, adultos, mayores, universitarios, habitantes de una determinada Comunidad Autónoma, etc.

La relación existente entre la variable que nos ocupa y cada una de estas poblaciones la iremos desarrollando a lo largo del presente punto, comenzando por la población española en general para, poco a poco, centrarnos en poblaciones más reducidas.

Para el conjunto de la población española García Ferrando (1990) detecta en 1986 que actividades que favorecen la comunicación y las relaciones con los otros, como *estar con la familia* o *con los amigos* eran las más manejadas en el tiempo libre de los españoles, puesto que las citaban el 79 y el 54% de los encuestados. Del mismo modo, son también actividades muy practicadas, aunque en menor medida, algunas de las denominadas culturales domésticas, porque normalmente se desempeñan en el hogar, como *oír la radio*, *ver la televisión* o *escuchar música*. Le siguen en orden descendente otras prácticas culturales como *ir al cine* o *salir al campo*.

La *práctica deportiva*, objetivo último de nuestra investigación, figura como la novena actividad más señalada por los españoles como forma de empleo de su tiempo libre, con un 31%. Es notable destacar el alto porcentaje de españoles (16%) que señala no hacer *nada en especial*, como puntualiza García Ferrando (1990):

*No se sabe si por falta de oportunidad, falta de imaginación o como respuesta consciente a su propia postura filosófica ante la vida* (p. 68).

En trabajos posteriores de este mismo autor (García Ferrando 1992, 1994, 1997, 2001) y otros (FOESSA, 1994; Ispizua y Monteagudo, 1998) se comparan las actividades de tiempo libre más practicadas por los españoles en 1985 con las de 1990, 1995 y 2000, poniendo de manifiesto que el *estar con la familia* sigue siendo, a lo largo de la década de los 90, la manera de ocupación del tiempo no obligatorio más común. El *estar con los amigos* se ve relegado a la tercera posición, sustituido por ver la televisión (figura 2.8).

Esto posiblemente se deba a la incorporación de este electrodoméstico en la mayoría de los hogares españoles, si bien depende también del sector de la población al que se refiera (por ejemplo, los adolescentes son más proclives a estar con amigos que los adultos, los cuales lo hacen a favor de la familia). Ahora bien, el *hacer deporte* gana importancia como forma de tiempo libre, escalando tres puestos hasta ser, en 1990, la sexta actividad más aprovechada, y retroceder, de nuevo, hasta el puesto octavo en 2000.

POBLACIONES	ACTIVIDADES DE TIEMPO LIBRE MÁS PRACTICADAS		
	PRIMERA	SEGUNDA	TERCERA
Españoles (García Ferrando 2001)	Estar con la familia	Ver la televisión	Estar con amigos
Españoles (Ramos Torres 1995)	Ver la televisión	---	---
Españoles (Ramos Torres 1993)	Ver la televisión	Escuchar música o radio	Leer diarios o revistas
Madridenses físicamente activos (Bañuel, 1986b)	Leer	---	---
Bilbao (Equipo de Investigación Interdisciplinar en Ocio, 1992)	Ver la televisión	Escuchar la radio	Escuchar discos musicales
Margen Iba Nervión (Ispizua, 1993)	Estar con la familia	Ver la televisión	---
Valencia (García Ferrando y Mestre, 2002)	Estar con la familia	Ver la televisión	Estar con los amigos
Mujeres de Granada (García Montes 1997; García Montes y col. 2001)	Medios audiovisuales	Relaciones sociales	Actividades físicas
Mayores de Granada (López-Cozar y Reboño, 2002)	Ver la televisión	Actividades sociales	Actividades físicas
Jóvenes españoles (García Ferrando, 1993b)	Estar con los amigos	Ver la televisión	Escuchar música
Jóvenes españoles (Navarro y Mateo, 1993)	Estar con los amigos	Ver la televisión	Oír la radio
Jóvenes de Barcelona (Semper, 2002)	Actividades sociales	Actividades físico-deportivas	Actividades culturales
Jóvenes leoneses (Junta de Castilla y León, 1994)	Ver la televisión	Escuchar la radio	Leer periódicos y revistas
Jóvenes de Madrid y Granada (Chillón, 2003)	Ver la televisión	Estar con los amigos	Escuchar música
Jóvenes riojanos (Ponce de León, 1998)	Pasear y charlar con los amigos	Ver la televisión	Escuchar música
Jóvenes valencianos (Carratalá, 1995; Carratalá y García, 1999)	Actividades físico-deportivas	Actividades culturales intelectuales y de entretenimiento	Actividades sociales

Figura 2.8. Ocupación real de tiempo libre según los estudios revisados.

En los resultados ofrecidos por Ramos Torres (1995) se refleja la importancia que va tomando la televisión como forma de ocupación del tiempo libre de los españoles, provocando que, las actividades denominadas por éste pasivas, ocupen el primer lugar en la escala de tiempo libre.

Juárez (1993) deja de lado las ocupaciones sociales, prácticas y solidarias para centrarse en las culturales y físicas. Entre éstas, *ver la televisión* vuelve a ser la más señalada por los españoles mayores de 6 años, seguida por *escuchar música o radio* y *leer diarios o revistas*, mientras que tan sólo el 27% dice hacer *actividades físico-deportivas*, porcentaje que coincide con el obtenido por García Ferrando (1992, 1994).

Descendiendo a nivel regional, Buñuel (1986b) se centra en los practicantes madrileños (18-65 años) de lo que él denomina “gimnasias” de tiempo libre. Observa que un alto porcentaje de este colectivo (37,6%) dedica parte de su tiempo libre a *la lectura*; el resto de actividades de tiempo libre las desarrolla menos del 10% de los usuarios de estas actividades físicas. Un dato relevante de este estudio es la escasa, casi nula, atracción que *la televisión* ejerce en este grupo (tan sólo citada como actividad de tiempo libre por el 0,8%). Estos resultados sugieren que la *práctica físico-deportiva* reduce el tiempo invertido en ver *la televisión*.

Sin embargo, esta relación inversa no parece mantenerse entre la población adulta de Bilbao (Equipo de Investigación Interdisciplinar en Ocio, 1992), donde el 91,1% se declara *espectador semanal de televisión* y el 50% realiza *actividades físico-deportivas* en su tiempo libre, lo que supera el índice de práctica nacional. *Escuchar la radio y discos musicales* (84,7 y 69,9% respectivamente), así como *leer la prensa* (58,8%) constituyen actividades con altos niveles de ocupación del tiempo libre de la población de Bilbao.

Ispizua (1993) destaca que, entre las actividades de tiempo no obligatorio de la población de la margen izquierda del río Nervión (Baracaldo, Portugalete, Santurtzi y Sestao), el *estar con la familia* y *ver la televisión* siguen constituyendo las ocupaciones más frecuentes, aunque, si bien con porcentajes más elevados con respecto a la media nacional, son inferiores a las detectadas en Bilbao (76,3 y 69,7% respectivamente, frente al 67 y 57% a nivel nacional). Centrándonos en la *actividad física*, el porcentaje de la margen izquierda coincide con el nacional (27%).

Entre la población de la ciudad de Valencia *estar con la familia* vuelve a ser la ocupación de tiempo libre más importante, declarada por el 79%. En segundo lugar se encuentra *ver la televisión* (71%), seguida por *estar con los amigos* (58%). La práctica de *actividades físicas* ocupa el décimo lugar entre los valencianos con un índice del 36% (García Ferrando y Mestre, 2002).

De la misma manera, el uso y disfrute de los medios audiovisuales y las relaciones sociales son los bloques de actividades más señalados por las mujeres granadinas para ocupar su tiempo libre (63%). Las *actividades físico-deportivas* figuran en tercer lugar en la escala de prácticas de tiempo libre e implican a algo menos de la tercera parte de las granadinas. Las actividades prácticas comparten podio con las motrices, en las que se incluyen *salir al campo* e *ir de excursión* (García Montes, 1997, García Montes y col, 2001).

El estudio realizado por López-Cózar y Rebollo (2002) analiza las prácticas de ocio de los mayores, apreciando que las actividades a las que más tiempo dedican las personas de edad avanzada son *ver la televisión*, las *actividades sociales* y las *prácticas físico-deportivas*, señaladas por un 92,4, un 89,4 y un 78,8% respectivamente. Abellán (1996) y Riquelme (1997), ambos citados por García Martín (2002), corroboran que los mayores en su tiempo libre son fundamentalmente pasivos y domina especialmente el empleo de tiempo libre en *ver la televisión*.

Los estudios centrados en la población joven a nivel nacional aportan los siguientes resultados:

Los medios de comunicación, entre ellos *ver la televisión*, ya en 1976 suponían de las actividades de tiempo libre más ejercidas por los jóvenes españoles entre 12 y 17 años (aproximadamente un 60%) (Vázquez Prada, 1976, citada por López Franco, 1993). Sánchez Sánchez (1988, citado por López Franco, 1993) ratifica la dominancia de esta forma de ocupación de tiempo a finales de los años 80 y Aguinaga y Comas (1997) la reafirman a finales de los noventa. Observan estos últimos una menor dedicación de tiempo en fines de semana en comparación con los días laborales (un 29% del tiempo libre de los domingos, frente al 39% entre semana).

En 1992, los jóvenes españoles entre 15 y 29 años empleaban su tiempo libre principalmente en *estar con los amigos/as*; así lo señalaba el 71% de los encuestados. A 12 y 21 puntos porcentuales de diferencia, se encontraban respectivamente *ver la televisión* y *escuchar música*. La cuarta actividad más empleada por los jóvenes españoles, *estar con la familia*, es manifestada por el 49% de la juventud. Mientras, el 42% indica *practicar actividades físicas*, ocupación que figura en el sexto lugar en el ranking de las actividades de tiempo libre más empleadas, precedida por otra práctica cultural, *leer libros/revistas* (43%) (García Ferrando, 1993b).

Nótese cómo en el estudio realizado en este mismo año sobre la juventud española entre 20 y 24 años por Navarro y Mateo (1993) se obtienen datos similares a los de García Ferrando (1993b), lo que confirma que la juventud española de 1992 empleaba su tiempo libre, sobre todo, en actividades sociales y culturales.

De entre las actividades sociales analizadas en este estudio destacó el *charlar con los amigos* como la más empleada en su tiempo libre (por un 84% de hombres y un 79% de mujeres). La seguían de cerca *charlar con la familia* (54% de hombres y 68% de mujeres) e *ir de discotecas, pubs o bares* (56% de hombres y 45% de mujeres).

Por otra parte, entre las actividades culturales más empleadas en el tiempo libre por los jóvenes españoles, este estudio constata el *ver la televisión/vídeo* (70% hombres y 66% mujeres), *oír la radio* (66% hombres y 64% mujeres), *leer periódicos* (53% de hombres y 38% de mujeres) y *leer revistas y tebeos* (31% de hombres y 33% de mujeres).

En cuanto a las actividades físicas, un alto porcentaje de hombres (40%) manifestó practicar *actividades físico-deportivas* en su tiempo libre frente a un escaso porcentaje de mujeres (16%).

Las actividades del tiempo libre que realiza un individuo no permanecen estables a lo largo del año, sino que, como demuestra Martín Serrano (2002), varían dependiendo de la época temporal:

- Así, las ocupaciones voluntarias de los jóvenes españoles durante los fines de semana son principalmente *estar con los amigos* (señalada por un 40% de

los encuestados), *actividades culturales* y *físico-deportivas* (ambas con un 22%), *divertirse* y *dormir* más allá de lo necesario (20 y 19% respectivamente).

- En vacaciones de verano, el estar con los amigos es sustituido por *viajar* (42%). Las *actividades físico-deportivas* se mantienen en un segundo puesto, pero aumentando el porcentaje de sus practicantes en 17 unidades (39%). *Dormir* más allá de lo necesario mantiene el porcentaje (19%). Como actividades propias nuevas de la estación estival surgen el ir de *campamentos* y a la *playa* (con un 15 y un 14% respectivos de beneficiarios).
- Los encuestados apenas señalan actividades de tiempo libre durante Semana Santa: *viajar* (27%), *actos religiosos* (12%) y *dormir* (10%).
- En Navidad la actividad de tiempo libre por excelencia es *estar con la familia*, indicada por el 32% de los jóvenes, equiparada con *las fiestas familiares* (31%), a las que sigue, a 9 unidades porcentuales, *ir de tiendas*.

Acotando a nivel geográfico, encontramos los siguientes estudios sobre la ocupación del tiempo libre de la juventud:

En el caso concreto de Barcelona (Sempere, 2002), los chicos y chicas con edades comprendidas entre los 14 y los 34 años establecen el mismo orden de prácticas de tiempo libre que el conjunto de la juventud española. Se decantan más por actividades de relación social, como *salir con los amigos*, *ir a discotecas* o *bares*, mientras que las actividades culturales como *ir al cine*, *teatros* y *museos*, *leer* o *ver la televisión*, son las menos elegidas por este sector poblacional. Entre tanto, las *actividades físico-deportivas* ocupan un segundo lugar en el orden de prioridades de su tiempo libre.

De los estudios realizados con jóvenes gallegos estudiantes de 2º de BUP o 2º de FP (Trigo 1992) y con escolares toledanos de 12-13 años (Alonso y del Barrio, 1994) se desprende que las actividades culturales domésticas son más frecuentes en estos colectivos que entre los jóvenes españoles: pasan a ocupar el primer lugar en la escala de prácticas de tiempo libre y relegan a un segundo puesto a las actividades de tipo social, que a nivel nacional dominaba el tiempo voluntario de la juventud. Resulta curioso destacar que, mientras para los jóvenes gallegos las actividades motrices se encuentran entre las menos señaladas, un 53,1% de la juventud toledana dedica mucho tiempo a estas prácticas.

En 1994, la juventud castellano-leonesa de 15 a 29 años también se decantaba fundamentalmente por actividades culturales de tiempo libre caseras. El 92% constató *ver la televisión* a diario, el 79% *escuchar la radio* todos los días y el 76% *leer periódicos o revistas*, frente a un escaso 33% que *practicaba deporte* (Junta de Castilla León, 1994).

Esta predominancia por las actividades audiovisuales (*ver televisión* y *oír música*) también se manifiesta entre los adolescentes y jóvenes de la ciudad de

Elche durante los días laborales (Centro Asociado de la UNED d´Elche, 2002), marcadas por más de un 90% de los entrevistados. No obstante, los fines de semana no llega a 10 unidades el porcentaje de quienes dicen disfrutar de estas formas de tiempo libre. Por su parte las *prácticas físico-deportivas* también disfrutan de mayor afluencia entre semana (en torno al 50% de los adolescentes y jóvenes) frente a los fines de semana (alrededor del 30%). Por el contrario, los jóvenes y adolescentes de Elche dedican gran parte de su tiempo libre en fines de semana a actividades de relación social (*ir a discotecas, cafeterías, estar con los amigos*) y culturales intelectuales (*ir al cine, lectura de libros y revistas*).

Este estudio refleja la influencia del período temporal en las prácticas de tiempo libre.

Por otra parte, *ver la televisión* sigue siendo la ocupación estrella de los adolescentes (14-18 años) madrileños y granadinos: la ve todos los días un alto porcentaje de los encuestados (74,5%) (Chillón, 2003). *Estar con los amigos* (68,8%), *escuchar música* (68,1%), *estar con la familia* (62,4%) y *oír la radio* (46,6%) representan otras opciones bastante elegidas por los jóvenes de Madrid y Granada con una frecuencia diaria. Cerca de un 34% manifiesta hacer *actividades físico-deportivas* todos los días.

Entre los resultados obtenidos por Ponce de León (1998), en los jóvenes riojanos de 13 a 16 años, el *pasear y charlar con los amigos* prevalece junto con *ver la televisión* y *escuchar música*, entre las actividades de tiempo libre (practicadas cada una de ellas por el 93-94% de los encuestados). Las *prácticas físico-deportivas* se mantienen entre las más ejercitadas; aumenta considerablemente el porcentaje de sus beneficiarios (77,1%) con respecto a los datos nacionales de toda la población en general y de la juventud en particular.

Sin embargo, el orden de estas actividades varía entre la juventud de 15 a 17 años de la Comunidad Valenciana, donde ocupan el puesto preferente las *actividades físico-deportivas*, a las que siguen en orden descendente las actividades culturales intelectuales y de entretenimiento, las actividades sociales, las laborales y, por último, las solidarias (Carratalá, 1995, Carratalá y García, 1999).

Profundizando en la población universitaria, Gil Calvo (1986, citado por López Franco, 1993) afirma que el 43% de los jóvenes de la Universidad Complutense de Madrid (18-26 años) emplean su tiempo libre en *ir de bares*.

Hernández Rodríguez (2001), Hernández Rodríguez, García y Oña (2002), Ruiz Juan (2001), Ruiz, García y Hernández (2001b) diferencian las actividades de tiempo libre de la comunidad universitaria almeriense en tres grandes grupos:

- Actividades de relación social y diversión (*estar con la familia, estar con amigos/as, salir con mi pareja o algún chico, salir a tomar algo, ir a bailar, ir al teatro, espectáculos artísticos*).

- Actividades denominadas pasivas por estos autores (*ver televisión y/o vídeo, escribir, escuchar la radio, leer libros, periódicos, revistas, manejar el ordenador, no hacer nada en particular*).
- Y actividades activas y deportes (*actividad física y deportes, pasear, salir al campo, playa, viajar, hacer turismo, fotografía, trabajos manuales, aficiones artísticas, ir de tiendas*).

Estos autores observan también que las actividades de tiempo libre varían en función del período temporal que se estudie, de manera que las *actividades pasivas* (*ver la televisión, escuchar la radio, o manejar el ordenador*) dominan el tiempo libre de los días laborales, mientras que el mayor tiempo en *actividades de relación social y diversión* (*charlar con los amigos, estar con la familia e ir de discotecas o bares*) se ocupa los fines de semana y en *actividades activas y deportes* en vacaciones.

#### 2.1.2.1.1. Sexo y tiempo libre

Los datos obtenidos por Ramos (1995) presentan a los hombres españoles como los principales practicantes de todo tipo de actividades, clasificadas por él en sociales, físico-deportivas y pasivas.

Ahondando en cada una de esas formas de ocupación del tiempo no obligatorio, Juárez (1993) muestra cómo, en comparación con los hombres, un mayor porcentaje de españolas asegura *ver la televisión* (89%, frente al 83% en hombres); en ambos casos se trata de la actividad de tiempo libre más utilizada. En cuanto a la *lectura*, son ellos los que más *leen el periódico* (59%, frente al 45% de mujeres); estos porcentajes se invierten en *la lectura de revistas* (57% ellas y 47% ellos). Pero los mayores contrastes entre sexos se observan en las *prácticas físico-deportivas*: en deporte, en ballet y en danza, con una diferencia de 12 puntos porcentuales a favor de los hombres (37% de los hombres y 25% de las mujeres), así como en *ver espectáculos deportivos*, donde los hombres se distancian hasta 21 puntos (31%, frente al 10% de ellas).

Los estudios realizados acerca de la población juvenil valenciana reflejan cómo tanto los hombres como las mujeres se inclinan por la ejecución del mismo tipo de actividades, a excepción de la *práctica físico-deportiva*, que ocupan el cuarto lugar en el rango de actividades masculinas y el decimocuarto en las femeninas. Si bien el porcentaje de practicantes masculinos supera en todos los casos al de mujeres, excepto en la *lectura, audiencia radiofónica y actividades solidarias*, en las que son ellas las que tienen una mayor disposición (Monera, 1985 y Carratalá 1995, Carratalá y García, 1999).

Casimiro (2000a) asegura que los chicos almerienses de 11-12 y 15-16 años *ven la televisión* más que las chicas.

En la comunidad universitaria almeriense, los fines de semana las mujeres dedican más tiempo que los hombres a las actividades definidas por Hernández Rodrí-

guez (2001), Hernández Rodríguez, García y Oña (2002), Ruiz Juan (2001) y Ruiz, García y Hernández (2001b) *de relación social y diversión*. En lo que respecta a las actividades “pasivas” no se obtienen diferencias significativas por sexos: los porcentajes de unos y otras son similares en días laborales (61%). Sin embargo, los hombres se muestran más activos que las mujeres en cualquier período temporal, dedicando más tiempo a *viajar, ir al campo y practicar actividades físicas*.

#### 2.1.2.1.2. Edad y tiempo libre

Juárez (1993) presenta cómo los españoles de entre 20 y 24 años son los que más tiempo dedican a prácticas culturales como *ver televisión, oír música, leer diarios, revistas o libros, ir al cine*. A medida que descendemos en la edad, disminuye el porcentaje de estos practicantes; pero un mayor decrecimiento se observa al aumentar la edad, de manera que los mayores de 65 años son los que menos dicen invertir su tiempo libre en estas ocupaciones. Sin embargo, los datos de Ramos (1995) nos muestran cómo los mayores de 65 coinciden con los que más tiempo dedican a *ver la televisión* o a *no hacer nada*, mientras que los sujetos entre 19 y 24 años son los que más disfrutan del *cine, teatro u otros espectáculos*, además de las *relaciones sociales*.

En cuanto a la *práctica físico-deportiva*, según Juárez (1993) el grupo formado por los españoles con edades comprendidas entre los 6 y los 13 años resulta el más activo (7 de cada 10). Disminuye la *práctica físico-deportiva* a medida que aumenta la edad; corresponde a los mayores de 65 años la tasa más baja de practicantes (un 4%). Dato que vuelve a ser refutado por Ramos (1995) al observar que los mayores de 65 años son los que más tiempo dedican a estos quehaceres.

Las mujeres granadinas con edades comprendidas entre 10 y 30 años y las ancianas son las que más se refieren a las actividades culturales domésticas, entre las que domina *la televisión* (García Montes, 1997). En relación con las actividades sociales y físico-deportivas, destacan las niñas y jóvenes y priman las relaciones con grupos de amigos. Como expone la autora, seguramente esto se deba a que

*en el entorno estudiantil en que suele desenvolverse este grupo existen actualmente ofertas extraescolares y condiciones que favorecen este hecho* (p. 403).

Con respecto a la población juvenil, Monera (1985) concluyó que actividades como *pasar el tiempo libre con la familia, o prácticas físico-deportivas y pasivas* son inversamente proporcionales a la edad, mientras que *pasar el tiempo libre con un amigo del sexo opuesto* y las actividades culturales intelectuales resultan directamente proporcionales a la edad.

El *consumo televisivo* se manifiesta mayor en los almerienses de 11-12 años que en los de 15-16 (Casimiro 2000a).

Entre la comunidad universitaria almeriense, Hernández Rodríguez (2001) y Hernández Rodríguez, García y Oña (2002) detectan cómo en el colectivo de alumnos a medida que aumenta la edad disminuye el disfrute del tiempo libre con *actividades de relación social* en fines de semana; se incrementan las *prácticas pasivas* en días laborales y se acrecientan las *actividades activas y deportivas* en días laborales y fines de semana, actividades que decrecen en vacaciones.

Por su parte, Ruiz Juan (2001) y Ruiz, García y Hernández (2001b), al centrarse en el colectivo de estudiantes de la universidad de Almería, sólo obtienen diferencias significativas entre la edad y las *actividades de relación social*, no detectando contrastes en las *prácticas pasivas y activas* a causa de la edad.

Volviendo a las investigaciones de Hernández Rodríguez (2001) y Hernández Rodríguez, García Montes y Oña Sicilia (2002), entre el personal universitario, a partir de los 30 años, la relación con las actividades de relación social es positiva y opuesta a la descrita para el colectivo de alumnos: a incrementos de la edad, aumentan estas actividades. Se mantiene la relación positiva con las actividades pasivas, para invertirse con las prácticas activas y deportivas.

#### 2.1.2.1.3. Hábitat y tiempo libre

García Montes (1997) comprueba que la *televisión, la radio, la lectura y la música* son más frecuentes entre las mujeres granadinas que residen en la capital, mientras que las *actividades sociales* se acentúan en las poblaciones mayores de 50.000 y en las menores de 2.000 habitantes.

#### 2.1.2.1.4. Nivel cultural, social, económico y tiempo libre

Los porcentajes de participación en actividades de tiempo libre varían en función del nivel cultural, tal y como se constata en la revisión bibliográfica.

Así, en 1987 la principal actividad de tiempo libre de los españoles sin estudios primarios consistía en *estar con la familia*, señalada por 9 de cada 10 personas, mientras que en la población con estatus cultural alto el *estar con la familia* junto con *estar con los amigos* aparecen como las dos actividades más practicadas, con un 64%. En cuanto a las *actividades físicas*, los porcentajes de las personas con estatus cultural bajo son menores que los de las personas con estudios universitarios, 12% frente a 52% (García Ferrando, 1990).

Ahondando en las actividades culturales, los resultados alcanzados por Juárez (1993) confirman que, en la década de los 60, los grupos con mayor estatus cultural (estudios universitarios de grado superior, de grado medio, bachillerato superior y formación profesional) eran los que más *veían la televisión, escuchaban la radio, leían periódicos, revistas y libros*, y que esta práctica disminuía en los niveles de estudios inferiores (primaria, otros estudios, ningún estudio y analfabeto).

Algo similar ocurría con las *actividades físico-deportivas*, pero con porcentajes de participación bastante más bajos que los de las actividades culturales

comentadas. Los porcentajes de practicantes físico-deportivos oscilaban desde un 44 y 46% de los que poseían estudios universitarios superiores y de bachillerato superior, hasta un 1% de los analfabetos.

Finalmente, se puede observar en este estudio cómo los colectivos de mayor nivel cultural o educativo parecen tener más recursos para el tiempo libre que los de estatus cultural más bajo, ya que los primeros señalan una amplia gama de actividades, mientras que en los segundos se reduce drásticamente el número de actividades realizadas.

En la población juvenil de Río de Janeiro, en 1975 (López Franco, 1993) se detectan diferencias significativas entre los niveles socioeconómicos y las ocupaciones culturales intelectuales, si bien éstas no se hacen extensivas ni a las actividades físicas ni a las sociales.

En esta línea, Buñuel (1986) advierte un mayor porcentaje de lectura entre los que poseen niveles universitarios y bachillerato superior (45,7% y 46,7%), y una mayor dedicación de tiempo libre al aprendizaje de idiomas entre los titulados universitarios o de formación profesional.

En esta línea, el informe FOESSA (1994) destaca que existen patrones de ocupación del tiempo libre distintos por clases sociales. La clase alta se inclina por el deporte, la música y los espectáculos, y la clase media-baja por la familia y la televisión.

#### 2.1.2.1.5. Ocupación y tiempo libre

Según una encuesta realizada por el Ministerio de Cultura en 1985 (Juárez, 1993), los usuarios más frecuentes de actividades culturales son los profesionales por cuenta propia, los directivos, profesionales asalariados, mandos intermedios y oficinistas; en el extremo opuesto se encuentran los jubilados, las amas de casa y los agricultores. En el ámbito físico-deportivo destacan los estudiantes (59%), los directivos con más de seis empleados (52%), y los profesionales asalariados (44%). Los jubilados (5%), las amas de casa (10%) y los agricultores (11%) se corresponden con los que menos se benefician de estas actividades.

Las actividades prácticas o manualidades, como coser o arreglar el jardín, se manifiestan más propias del colectivo de amas de casa (Buñuel, 1986).

En cuanto a las actividades sociales son las mujeres estudiantes o con trabajo remunerado las que más las subrayan como prácticas de tiempo libre (García Montes, 1997).

Dentro de la comunidad universitaria almeriense los alumnos se revelan más sociales que el personal universitario; sin embargo, este último colectivo se muestra más activo en cualquier período temporal y más pasivo entre semana en comparación con los estudiantes (Hernández Rodríguez, 2001; Hernández Rodríguez, García y Oña, 2002).

#### 2.1.2.1.6. Síntesis y reflexiones sobre la ocupación del tiempo libre

Los estudios llevados a cabo hasta el momento reflejan cómo actividades de relación social, sobre todo *estar con los amigos o con la familia*, se mantienen a lo largo de los años entre las más ejercidas en el tiempo libre de los españoles. Algunas actividades, como *ver la televisión*, se han implantado vertiginosamente entre las costumbres de esta población, hasta el punto de ocupar el lugar preferente entre las prácticas de tiempo libre más cultivadas.

Los *hábitos físico-deportivos* resultan cada vez más frecuentes en el tiempo no obligatorio de los españoles, aunque, en todo caso, dominados por las actividades ya comentadas.

Por otro lado, las formas de ocupación del tiempo libre no permanecen estables a lo largo del año, sino que varían con los períodos laborales/no laborales. De esta forma, las *actividades físico-deportivas* son más practicadas en aquellos períodos en los que se tiene mayor disponibilidad de tiempo (fines de semana y vacaciones), por lo que debería existir mayor oferta en este ámbito en estas épocas del año frente a las de los días laborales.

#### 2.1.2.2. Grado de satisfacción con el tiempo libre

En el capítulo 1 veíamos cómo para que las actividades de tiempo libre lo sean también de ocio deben reunir tres condiciones: diversión, descanso y desarrollo, buscando la satisfacción personal. Así pues, a la hora de identificar o no el tiempo libre como espacio de ocio, debemos conocer el grado de satisfacción del individuo con respecto a la ocupación de éste.

La mayoría de los jóvenes dicen sentirse satisfechos con la utilización de su tiempo libre (Trigo, 1992; García Ferrando, 1993b; Ponce de León, 1996); no obstante, tal y como resalta la investigación de Ponce de León (1996):

*Hay un porcentaje elevado situado en una posición neutra, o, mejor dicho, con algunas actividades que realizan están a gusto, con otras no (37,6 por ciento) y, por último, existe un pequeño grupo de adolescentes (8 por ciento) que se encuentra insatisfecho o que su satisfacción en la manera de ocupar su tiempo libre es negativa. (pp. 413-414).*

Estos estudios manifiestan cómo una parte de la población no consigue alcanzar sus expectativas con las actividades de tiempo libre desarrolladas, por lo que no pueden ser consideradas ocio para esta población.

Ante esta problemática, se plantea la siguiente cuestión: ¿las actividades de tiempo libre realizadas voluntariamente coinciden con las más deseadas?

### 2.1.2.3. Ocupación deseada del tiempo libre

Al comparar las actividades que se dice practicar en el tiempo libre con aquellas en las que la gente desearía emplear el tiempo de descanso, se percibe cómo los jóvenes gallegos afirman que les gustaría practicar actividades distintas de las que emplean en su tiempo libre (Trigo, 1992).

Profundizando en el tipo de actividades, los estudios sobre la población española de García Ferrando (1992, 1997, 2001) revelan que *estar con la familia*, a pesar de constituir la actividad más deseada en 1985, 1990, 1995 y 2000, es señalada por un porcentaje muy inferior de los que afirman llevarla a cabo en los cuatro períodos. Esto refleja cómo, a un alto porcentaje de españoles factores externos a su propia voluntad les condicionan a *estar con la familia* en su tiempo liberado. Adquiere, por lo tanto, cierto carácter de obligatoriedad, dejando de ser una actividad puramente libre. *Hacer deporte, ir al cine, salir al campo y de excursión y estar con los amigos* cierran el grupo de las cinco actividades más deseadas, manteniéndose en lo más alto del ranking desde 1985 hasta 2000. No obstante, desde 1985 hasta 1995 el *deseo de práctica físico-deportiva* de los españoles sufrió un ascenso considerable (25% en 1985, 23% en 1990 y un 34% en 1995), pero entre 1995 y 2000 se produce una pérdida porcentual de 6 unidades.

Siguiendo con el mismo autor, en su estudio sobre *tiempo libre y actividades deportivas de la juventud española* (García Ferrando, 1993b) se destacan preferencias similares entre los jóvenes y el conjunto de españoles, ya que las cinco actividades más deseadas por la población española siguen ocupando los puestos principales entre las predilecciones de la juventud, aunque en distinto orden. *Estar con los amigos*, situada en el punto más alto de la escala, es registrada por un 34%; le sigue la *práctica deportiva* con un 27% (un 42% asegura practicarla en la realidad), mientras que *estar con la familia* se ve relegada a un sexto puesto con un 17%. En todos los casos, el porcentaje de preferencia de práctica se revela menor que el de práctica real.

La población de la margen izquierda del río Nervión (Ispizua, 1993) desea más *estar con la familia* que la población española (un 32 y 26% respectivamente); lo mismo ocurre con *estar con los amigos* y *salir al campo*. Por otro lado, las poblaciones vasca y española se muestran igualmente entusiasmadas ante la *práctica deportiva* (21,9 y 23% en 1990). Sin embargo, la *televisión* es preferida en mayor medida por la población de la margen izquierda, ocupando el tercer puesto entre las aspiraciones de tiempo libre con un 23,9%.

Con todo, la actividad más demandada por las mujeres granadinas resulta ser una de las menos practicadas: *viajar*. Las otras dos declaradas como más anheladas, las *prácticas físico-deportivas* y *la familia y las amistades*, comparten lugares señalados en la práctica (García Montes, 1997; García Montes, Hernández, Oña, Godoy y Rebollo, 2001).

La *actividad televisiva* pasa a ser la más solicitada entre los jóvenes de Castilla y León junto con otras prácticas culturales caseras como *oír la radio* y *leer* (Junta de Castilla y León, 1994).

Sin embargo, los adolescentes de Madrid y Granada (Chillón, 2003), apenas demandan *ver la televisión* (15%) a pesar de constituir el medio más empleado para ocupar su tiempo libre (74,5%). Por el contrario, el 70% de estos jóvenes, manifiestan su deseo de *estar con los amigos*, porcentaje de preferencia muy ajustado al de práctica real, ya que el 68,8% admite estar con los amigos diariamente. En cuanto a las *actividades físico-deportivas*, el 40% desea esta forma de ocupación del tiempo libre frente a un 34,4% de practicantes diarios.

Con respecto a la población universitaria, el 63,8% de los estudiantes de la Universidad Politécnica de Valencia asegura preferir *hacer ejercicio* a pasar el tiempo sin hacer nada (López Yeste, 1999).

Todos estos trabajos comparan, a partir de un análisis descriptivo del conjunto de la población objeto de estudio, los resultados obtenidos sobre las actividades de tiempo libre practicadas con los recogidos en torno a las preferencias generales. Pero este proceder no nos ofrece información sobre la proporción de la muestra que practica actividades libres (totalmente voluntarias y queridas) y la de quienes ocupan su tiempo en actividades no deseadas, condicionados por factores distintos a las aspiraciones personales.

Ponce de León (1996, 1998) da respuesta a esta cuestión incluyendo en una misma variable la práctica y la actitud. Así, cada encuestado, a la hora de responder en esta variable, debía indicar, para cada una de las actividades recogidas, una de las cinco respuestas siguientes: *practico y me gusta*, *practico pero no me gusta*, *no practico pero me gustaría*, *no practico y no me gustaría* o *no la conozco*.

Los resultados de esta investigación advierten de cómo la mayoría de los jóvenes riojanos que practican actividades de tiempo libre las eligen libremente y de acuerdo con sus gustos. Muestra de ello es que del 93,4% de los encuestados que dicen pasear y charlar con sus amigos, el 92,6% manifiesta gustarle, frente al 0,8% restante al que no le gusta.

Ponce de León (1996, 1998) también nos descubre que, de las actividades practicadas por los jóvenes riojanos, las que en mayor número de casos resultan impuestas y no les agradan son las culturales (*estudiar más allá de lo necesario*, *leer libros*, *revistas*, *periódicos*, *visitar museos* y *exposiciones*) y las llamadas prácticas (*manualidades*, *coser*, *labores*). En ninguna de estas actividades se obtienen porcentajes superiores a 14 unidades.

No obstante, un 26,8% de esta población asegura no *visitar museos* y *exposiciones* a pesar de que les gustaría hacerlo. En este grupo destacan también actividades como *ir de campamentos* o *colonias* (29,6%) y *manejar el ordenador* (41,8%, frente a un escaso 27% que dice practicar esta actividad y que les gusta).

Se considera elevado el número de riojanos (19,1%) entre 13 y 16 años que afirman *no practicar actividades físico-deportivas* pero que les gustaría.

Entre las actividades que no se practican porque no les complacen resaltan: *estudiar más allá de lo necesario* (51,5%), *tocar instrumentos musicales* (35%), *manualidades, coser y labores* (33,1%) y *visitas a exposiciones y museos* (32,1%).

En definitiva, respecto a las *actividades físico-deportivas* de tiempo libre, estos resultados nos llevan a pensar que existe un porcentaje de quienes declaran hacer *actividades físico-deportivas* en su tiempo libre sin desearlas, si bien es mayor el índice de quienes se consideran físicamente activos y quieren hacer esta actividad.

No obstante, focalizando la atención sobre la juventud riojana, a un alto porcentaje de los que no practican les gustaría hacerlo. Ante estas conclusiones una se pregunta: ¿qué les limita o impide la práctica físico-deportiva?, ¿cómo conseguir que se involucren en ella?

## **2.2. Descripción de las aportaciones y conclusiones de las principales investigaciones sobre la práctica físico-deportiva de tiempo libre**

Al indagar en la bibliografía sobre la práctica físico-deportiva de tiempo libre hemos encontrado numerosos trabajos en los que se profundiza sobre este aspecto (figura 2.9) a través de una gran cantidad de variables que, con el fin de facilitar el análisis de sus principales conclusiones, se han agrupado en torno a cuatro bloques que denominamos: historial de práctica físico-deportiva, actividades físico-deportivas, motivos en torno a la práctica físico-deportiva y orientaciones de meta.

Dentro del primer grupo, historial de práctica físico-deportiva, se aglutinan siete variables, tres de las cuales hacen referencia a los comportamientos físico-deportivos actual, pasado y encubierto; otras tres estudian los años en torno a la práctica físico-deportiva diferenciando entre la edad de inicio, la edad de abandono y los años acumulados de experiencia físico-deportiva y, finalmente, la satisfacción con la propia situación de práctica físico-deportiva es otra de las variables contempladas dentro del historial de práctica.

Al profundizar sobre las actividades físico-deportivas los estudiosos del tema analizan tanto el número, como las modalidades y el contexto de las actividades físico-deportivas practicadas. Además, algunos investigadores estudian las compañías elegidas así como el lugar, la época, la frecuencia e incluso el momento del día en que se hace ejercicio físico. Otra variable detectada entre las investigaciones analizadas, con respecto a las actividades físicas, ha sido las actividades físico-deportivas más deseadas independientemente de su práctica.

En cuanto a los motivos en torno a la práctica físico-deportiva se atiende empíricamente a los motivos que llevan a iniciarse, mantenerse, abandonar o no practicar y, más concretamente, a los motivos que inducen a practicar en la universidad o fuera de ella.

INVESTIGACIONES QUE ESTUDIAN LOS COMPORTAMIENTOS FÍSICO-DEPORTIVOS DE TIEMPO LIBRE									
POBLACIÓN	INVESTIGACIONES		FACTORES ANALIZADOS						
	Autor/a	Año	Sexo	Etnia	Estado civil	Hobby	Nivel cultural y socio-económico	Ocupación	Tipo de club
POBLACIÓN EXTRANJERA	Américanos adultos (18-64 años)	Brodie	1988						
	Niños E.E.U.U. (10-18 años)	Rana y col.	1985	✓					✓
	Adolescentes de Pennsylvania	Austin y col.	1993	✓	✓			✓	
	Jóvenes de Islandia (15-18 años)	Vidjelson y Thorsdottir	1998	✓		✓	✓	✓	
	Mujeres Argentinas (15-28 años)	Bianchi, y Brinckman	2000						
Alemanes Univ. País. de San Luis (Argentina)	Quiroga	2001	✓						
TODAS LAS EDADES	Españoles mayores de 15 años	Peig	1988						
	Españoles mayores de 15 años	García Fernández	1999	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	Españoles mayores de 15 años	García Fernández	1992	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	Españoles mayores de 15 años	García Fernández	1994	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	Españoles mayores de 15 años	García Fernández	1997	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	Españoles mayores de 15 años	García Fernández	1998	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	Españoles mayores de 15 años	García Fernández	2001	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	Españoles mayores de 15 años	Muñoz Alarcón	2000	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	Población catalana (13-83 años)	Generalitat de Catalunya	1991						
	Población de Bilbao	Eq. Investigación Interdisciplinaria Geko	1992						
	Portugales, Sotatos y Sotato (>15 años)	Isipina	1993	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	Población andaluz (15-65 años)	Carreras	1994	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	Población de las Islas Baleares (18-88 años)	Caló Planas y Ferrer Pérez	1994	✓	✓				
	Población de Barcelona (15-58 años)	Caballero y Rivas	1995						
	Población de Granada (> de 18 años)	García Montero col.	1996						
	Isla de La Palma (15-60 años)	Bermejo	1997	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	Región de Murcia (19-65 años)	Martínez Bas	1999	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	Región de Murcia (15-64 años)	Muñoz y Rodríguez	2004	✓	✓				
	Población de Alicante	Díaz y Quirós	2000	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	Población de Valencia	García Fernández y Mestre	2002	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Población de Aragón	Parodi	2002	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
Población de Guipúzcoa	Ardizu y Arregui	2004	✓	✓	✓	✓	✓	✓	
MUJERES	Mujeres españolas	Vázquez	1992	✓	✓		✓		
	Mujeres españolas	Bañal	1992	✓					
	Amas de casa españolas	Durán	1988						
	Mujeres granadinas	García Montero	1997						
	Mujeres granadinas	García Montero y col.	2001						
MAYORES	Personas mayores de Granada	López-Cózar y Robledo	2002						
	Jóvenes españoles (15-29 años)	García Fernández	1999b	✓	✓				
	Jóvenes madrileños (EGE y BUE)	Fernández García	1996	✓					
	Jóvenes escoceses adolescentes (18-17 años)	Del Villar Álvarez	1994						
	Jóvenes de Castilla y León (15-29 años)	Junta de Castilla y León	1994						
	Jóvenes riojanos (15-16 años)	Pérez de Leizaola	1996						
	Jóvenes riojanos (13-16 años)	Pérez de Leizaola	1998						
	Jóvenes granadinos de 2º de BUP	Torres, Cárdenas y García	1997	✓					
	Jóvenes granadinos de 2º de BUP	Torres	2000						
	Jóvenes granadinos de 2º de BUP	Torres, Cárdenas y García	2001	✓					
	Jóvenes valencianos (12-18 años)	Cantona	1997						
	Jóvenes valencianos (12-18 años)	Cantona	1998						
	Jóvenes valencianos (14-16 años)	Ponsell y col.	1998						
	Jóvenes valencianos (16-22 años)	Embarga, Pérez y García-Muñoz	1999	✓	✓	✓		✓	
	Jóvenes valencianos (12-18 años)	Castillo y Sánchez	1997	✓					
Jóvenes valencianos (11-17 años)	Castillo Fernández y Palacios	1999	✓						
Jóvenes valencianos (11-17 años)	Balaguer, Pastor y Morera	1999							
Jóvenes de Almería (11-12 y 15-36 años)	Casimiro y Prión	2001							
Jóvenes de Elche (12-18 años)	UNED a Elche	2002							
Adolescentes de Cádiz	Maldonado, del Valle y Ordóñez	2002	✓						
POBLACIÓN UNIVERSITARIA	Estudiantes universitarios españoles	FEHU	1984						
	Alumnos campo sin universidad de Almería	García de la Torre y Acuña	1999						
	Alumnos campo sin universidad de Almería	García de la Torre y Acuña	2004	✓					
	Alumnos Universidad Politécnica Madrid	UDM	1992						
	Alumnos de las universidades españolas	Paño	1996	✓					
	Estudiantes de la Universidad de Deusto	Sánchez Pérez y col.	1998	✓					
	Estudiantes las Universidades españolas	Quirós y Díaz	1998						
	Alumnos de la Universidad de León	Alvarez	1999	✓				✓	
	Alumnos Universidad Politécnica Valencia	López-Noya	1999						
	Población universitaria almeritana	Hernández Rodríguez	2001	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	Población universitaria almeritana	Hernández, García y Oña	2002	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	Alumnos de Almería E-1993 y Universidad	Rico Izuel	2001	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	Alumnos de Almería E-1993 y Universidad	Rico Izuel, García Hernández	2001a	✓	✓	✓	✓	✓	✓

Figura 2.9. Investigaciones que analizan la práctica físico-deportiva de tiempo libre.

Finalmente, las orientaciones de meta constituyen otra variable altamente tratada en los estudios referentes al tema que nos ocupa y que consideramos fundamental para nuestra investigación.

En el presente apartado se expondrán las principales aportaciones de estas variables atendiendo a la agrupación especificada (figura 2.10).



Figura 2.10. Variables de práctica físico-deportiva de tiempo libre analizadas en los estudios revisados.

### 2.2.1. *Historial de práctica físico-deportiva*

En este apartado se recogen los principales resultados en torno a los comportamientos físico-deportivos, los años de práctica y la satisfacción con su situación actual de práctica físico-deportiva.

#### 2.2.1.1. *Comportamientos físico-deportivos*

Entre los comportamientos físico-deportivos analizados por los distintos estudios del tema se distinguen tres tipos: el actual, el pasado y el encubierto.

El comportamiento físico-deportivo actual hace referencia a la práctica o no de actividad física en la actualidad, mientras que el comportamiento físico-deportivo pasado observa si la población objeto de estudio realizaba ejercicio físico en un período temporal pasado. Por su parte, el comportamiento físico-deportivo encubierto se centra en el pensamiento actual sobre un posible comportamiento físico-deportivo futuro.

Las principales conclusiones obtenidas para cada uno de estos tipos de comportamientos se presentan a continuación.

#### 2.2.1.1.1. Comportamiento físico-deportivo actual

Entre los estudios extranjeros podemos distinguir el llevado a cabo por Brooks (1988), que analizó los progresos de la sociedad americana hacia la práctica de actividad física. Para ello, comparó los datos obtenidos en una muestra formada por adultos americanos (18-64 años) en dos períodos distintos: 1981 y 1984. Los resultados indicaron porcentajes similares de participación (del 46% en 1981, del 46,5% en 1984) para los individuos con edades entre los 25 y 64 años; sin embargo, se detectaron fuertes incrementos en los niveles de actividad de los jóvenes de 18 a 24 años.

Un estudio prospectivo con adolescentes de 12 a 16 años de Pennsylvania (Aarón y col., 1993) muestra cómo la actividad física se encuentra estrechamente relacionada con variables sociodemográficas como el sexo, la raza y la edad. De esta forma, se registra una actividad significativamente mayor en los chicos que en las chicas; lo mismo ocurre en los adolescentes de raza blanca frente a los de otras razas. Del mismo modo, se percibe una asociación negativa entre la actividad física y la edad en las mujeres, pero no en los hombres. Sin embargo, el estatus socioeconómico no parece resultar determinante de la actividad física en los adolescentes.

En Argentina, el 48,22% de las mujeres adolescentes (13-20 años) llevan a cabo actividades físicas en su tiempo libre (Bianchi y Brinnitzer, 2000).

Atendiendo a distintos factores físicos, psicológicos, sociales y demográficos relacionados con la actividad física, Vilhjalmsón y Thorlindsson (1998) llevan a cabo un trabajo con adolescentes islandeses de 15 y 16 años, obteniendo los siguientes resultados:

- Las chicas son físicamente menos activas que los chicos.
- Los adolescentes de clase social alta practican más actividad física.
- La actividad física del padre, de la madre, del hermano mayor y de su mejor amigo se asocia con un mayor nivel de actividad propio. No obstante, la actividad de la hermana mayor y la del profesor no se manifiestan significativas.
- El apoyo social y emocional de los padres y del hermano hace que el adolescente se involucre más en la actividad física; sin embargo, el apoyo de otros adultos, de la hermana y de los amigos no resulta significativo.



Aquellos adolescentes que después del colegio llevan a cabo tareas en casa son más activos que los que realizan trabajo remunerado.

En cuanto a la población española, García Ferrando (1990, 1992, 1994, 1997, 1998, 2001) considera que se da una evolución en el comportamiento físico-deportivo entre los años 1975 y 2000; observa un notable crecimiento (17 unidades) en el porcentaje de practicantes a lo largo de estos años. El 22% de 1975 pasa a un 25% en 1980, a un 34% en 1985, alcanza un 35% en 1990 y un 39% en 1995, porcentaje que se mantiene en 2000. El índice de practicantes registrado en la investigación de Martín Almendros (2000) para la población española es del 63% y casi duplica los últimos datos de García Ferrando (2001). En cualquier caso, resulta evidente el elevado incremento de participación motriz de tiempo libre en los últimos años y se mantiene la influencia de algunos indicadores ya subrayados por García Ferrando en sus estudios (1990, 1992, 1994, 1997, 1998, 2001). Algunas de sus conclusiones son:

- La participación físico-deportiva de los hombres duplica a la de las mujeres (33% H y 17% M en 1980; 46% H y 23% M en 1985), aunque en los últimos años esta diferencia parece que se va acortando (42% H y 26% M en 1990, 48% H y 30% M en 1995 y 46% H y 28% M en 2000).
- La práctica de deporte varía en proporción inversa a la edad: los jóvenes de 15 a 24 años son los más activos (con una tasa del 57% en 2000), mientras que apenas un 22% de los mayores de 55 años realizan alguna actividad de este tipo. Entre la población joven, 15-29 años (García Ferrando, 1993b), se cumple también esta relación entre edad y nivel de práctica: 9 de cada 10 chicos de 15-16 años hacen alguna actividad físico-deportiva, frente a 6 de cada 10 chicas. En el extremo opuesto, nos encontramos a los jóvenes con edades comprendidas entre los 25 y los 29 años con un 44% de participación entre los chicos y un 23% entre las chicas. En cualquier caso, todas las franjas de edad estudiadas en la juventud española aportan índices de práctica superiores a los de la población general.
- En 1985, más del 50% de los solteros ocupan su tiempo libre con esta actividad; se reduce el nivel de práctica a un 25% en los casados y hasta un escaso 12% en los viudos o separados.
- Los niveles de prácticas motrices disminuyen proporcionalmente al nivel de estudios, clase social y ocupación (García Ferrando, 1990):
  - *Las tasas de actividad deportiva son muy superiores entre las personas de status social medio y alto, que entre las personas de status social bajo* (p. 78).
- La mayoría de los estudiantes universitarios (61%) hacen actividades físico-deportivas, superando en gran medida a la población general.

- En cuanto a la participación deportiva por Comunidades Autónomas, en 1985 y 1995, La Rioja, junto con otras regiones, se encuentra por debajo de la media nacional; en esos años Cataluña, Madrid, Baleares y País Vasco presentan los mayores niveles. Sin embargo, en 1990 La Rioja, con un porcentaje del 45% de participación, supera en 10 unidades porcentuales la media nacional, obteniendo el segundo puesto en la jerarquía de práctica deportiva.

El libro *Activitat física i promoció de la salut: Llibre blanc* (Generalitat de Catalunya, 1991) y Cañellas y Rovira (1995) constatan cómo la población catalana es de las más activas físicamente hablando, al registrar que el 72% de los catalanes y el 51% de los barceloneses ocupan su tiempo libre en actividades físico-deportivas.

Lo mismo parece ocurrir en Alicante, donde el 54,5% de la población asegura practicar regularmente una o varias actividades físico-deportivas. El perfil del alicantino físicamente más activo es el siguiente: hombre, menor de 18 años, soltero y estudiante (Díez y Quesada, 2000).

Parece que los andaluces también practican más actividades físico-deportivas que el resto de la población española. Así lo muestran los resultados del estudio realizado por Cuevas (1994), según el cual se alcanza un nivel de participación del 50%. La autora constata las relaciones en los sentidos ya descritos por García Ferrando (1990, 1992, 1994, 1997, 1998, 2000) entre práctica deportiva y los siguientes indicadores: sexo, edad, estado civil, nivel de estudios y ocupación.

El porcentaje de práctica motriz en las Islas Baleares (36,7%), obtenido por Gili-Planas y Ferrer-Pérez (1994), es similar a la media nacional de 1990 (35%), pero se queda por debajo del índice del conjunto de la población española en 1995 y 2000 (39%). El indicador edad influye negativamente en la práctica deportiva de los baleares y domina la participación masculina sobre la femenina.

Así mismo, la participación físico-deportiva de los habitantes de la isla de la Palma se asemeja a la de los españoles en general (40,27%), según los datos obtenidos por Serrano (1997). Este autor asegura que entre los palmeros el compromiso con la práctica declina a medida que aumenta la edad y varía su estado civil y se manifiesta menor cuanto menores sean el nivel socio-económico y cultural y la ocupación.

En 1992, la población de Bilbao, con un 50,9% de practicantes (Equipo de Investigación Interdisciplinar en Ocio, 1992), superaba en casi 16 unidades porcentuales el índice de práctica nacional (35%) obtenido por García Ferrando (1994).

Sin embargo, Ispizua (1993), disiente con los datos expuestos por el Equipo de Investigación Interdisciplinar en Ocio al encontrar que en localidades del País Vasco de Baracaldo, Portugalete, Santurtzi y Sestao, el porcentaje de quienes dicen

hacer deporte en 1992 (27,5%), es inferior a la media nacional (35%) obtenida por García Ferrando (1994).

Atendiendo a las características sociodemográficas de este trabajo, Ispizua (1993) constata que:

- Las diferencias entre sexos de la población de la margen izquierda del Nervión aparecen ligeramente más reducidas que las halladas entre el conjunto de la población española. La participación masculina es del 35,2% y la femenina del 20,2%.
- La edad mantiene una relación en proporción inversa con la práctica, tal y como ocurre con la población española.
- En cuanto al estado civil, casi la mitad de los solteros, un tercio de los divorciados o separados, una quinta parte de los casados y tan sólo una octava de los viudos son físicamente activos.
- Entre la población de Baracaldo, Portugalete, Santurtzi y Sestao, al igual que en la población española, se mantiene una relación proporcional al nivel de estudios, de manera que los que poseen títulos de Bachillerato, Universitarios y de Formación Profesional coinciden con los que más dicen hacer deporte, y los analfabetos y sin estudios primarios, con los que menos.
- En lo que se refiere a la ocupación, casi un 60% de estudiantes practican actividades físico-deportivas, ocupando el primer puesto en la escala de los más activos. Les siguen los trabajadores con casi un 30% y a éstos, muy de cerca, los parados (28%). Las amas de casa (15,1%) y los jubilados (12,1%) se instalan en los últimos puestos y bastante alejados de los primeros.

En cambio, a comienzos del siglo XXI, ocho de cada diez guipuzcoanos hacen ejercicio físico (Arrivas y Arruza, 2004), superando el índice obtenido por Martín Almendros (2000) para el conjunto de la población española (63%) y duplicando la tasa registrada por García Ferrando (38%) también para el conjunto de la población española (2001). En cuanto a la distribución por sexo, los hombres (83,90%) vuelven a manifestarse más activos que las mujeres (75%); no obstante, el índice femenino es muy elevado. En este estudio, además, se confirma la variación de práctica físico-deportiva en función del lugar de residencia.

Por su parte, la población granadina practica menos deporte que el conjunto de la población española (un 34,7%, frente a un 39% señalado por García Ferrando, 1997). El 70,6% de los granadinos que dicen hacer deporte son hombres frente a un escaso 29,4% de mujeres (García Montes y col., 1996).

La población de la región de Murcia también se encuentra por debajo de la media nacional en cuanto al índice de práctica físico-deportiva, según los resultados obtenidos por Martínez Ros (1999). En esta investigación se registra que el 25,4% de los hombres y tan sólo un 15% de las mujeres realizan actividad física

en su tiempo libre. Esta forma de tiempo libre se asocia de forma inversamente proporcional a la edad y directamente proporcional al nivel educativo y al tamaño del municipio.

Puig (1986) y Buñuel (1992) resaltan la incorporación de las mujeres españolas a las actividades físico-deportivas de tiempo libre, con un incremento notable en el nivel de participación desde 1968, cuando tan sólo el 6,8% de las españolas confesaban hacer actividades motrices, hasta 1990, año en el que esta forma de tiempo libre es señalada por el 29% de las mujeres.

Vázquez (1992) constata la influencia de la edad, status socioeconómico y nivel educativo sobre los hábitos deportivos de las mujeres españolas, en las mismas direcciones argumentadas por García Ferrando (1990,1992, 1994) para la población española en general.

Las mujeres granadinas parecen ser motrizmente menos activas, ya que sólo el 23,4% señala hacer alguna práctica de este tipo (García Montes, 1997; García Montes y col. 2001).

Refiriéndose a la población juvenil, entre 1982 y 1986, el porcentaje de práctica físico-deportiva de alumnos de EGB y BUP dentro del colegio San Pablo-CEU de Montepríncipe, Madrid, no supera el 30% (Fernández García, 1986).

Por el contrario, en 1994, la mayoría de los andaluces escolares de entre 10 y 17 años (el 91,28%) realizan actividades físico-deportivas de tiempo libre (Del Villar Álvarez, 1994).

Al centrarnos en Cádiz este porcentaje se reduce hasta el 66,35% de los escolares de 3º y 4º de Secundaria (Valderas, del Valle y Ordóñez, 2002), mientras que en la región de Almería baja hasta el 59,2% entre los escolares de 6º de Primaria (73,3% niños y 43,6% niñas) y hasta el 36,8% de los estudiantes de 4º de Secundaria (47,5% niños y 23,7% niñas) (Casimiro y Pierón, 2001).

Entre los alumnos riojanos escolarizados en 8º de EGB o 2º de la ESO el nivel de práctica asciende hasta el 77,2% (Ponce de León, 1996, 1998), pero se ve reducido entre los escolares de la provincia de Teruel (57,2%) (Cantera, 1997, 1998) y entre los estudiantes de segundo ciclo de la ESO de Mallorca (68%) (Ponseti y col., 1998).

Jiménez, Pérez y García-Mas (1999) detectan, entre la juventud mallorquina de 16 a 27 años, una porción de practicantes físico-deportivos del 47,5%, casi 20 unidades porcentuales por debajo de la actividad registrada por Ponseti y col. (1998) para los de 16-17 años. En cuanto al sexo, vuelven a ser los hombres los más activos, casi duplicando la participación femenina (60,3% y 34,8% respectivamente), sin que se observen diferencias significativas entre las edades estudiadas.

Entre los jóvenes turolenses, Cantera (1997, 1998) detecta diferencias relevantes en función del sexo y del hábitat, pero no respecto a la edad. Sólo una de

cada cinco chicas son activas, frente a uno de cada dos chicos. En el medio urbano los jóvenes turolenses muestran mayor actividad que en el medio rural.

Estas diferencias significativas en cuanto al sexo, a favor de los chicos, son ratificadas por Cantón y Sánchez (1997) en jóvenes de 12 a 14 años y por Castillo Fernández y Balaguer (1998) y Balaguer, Pastor y Moreno (1999) en adolescentes valencianos (11-17 años).

El estudio realizado por el Centro Asociado de la UNED de Elche (2002) revela una decadencia en la práctica físico-deportiva a lo largo de la adolescencia: según los datos obtenidos, mientras que el 64,3% de los adolescentes de 12 años practica alguna actividad motriz, tan sólo interviene el 34% de los que tienen 18 años. Las chicas, a cualquier edad de la adolescencia, se relacionan menos que los chicos con esta forma de tiempo libre.

Ahondando en la población universitaria, en 1984 el 61% de los estudiantes universitarios españoles practicaban actividades físico-deportivas (Federación Española de Deporte Universitario -FEDU-, 1984). Por lo tanto, la población universitaria se encontraba por encima de la población general en práctica deportiva (34%, según García Ferrando, 1990, 1992, 1994, 1997, 1998, 2001).

Los datos obtenidos de la encuesta realizada a todos los alumnos de la Universidad Politécnica de Madrid, durante el curso académico 1990-1991 (Universidad Politécnica de Madrid, 1993), hacen pensar en un estancamiento en la participación motriz de tiempo libre de los universitarios (60,67%).

En la Universidad de Deusto la proporción de práctica físico-deportiva se reduce al 64% de los estudiantes, un 60% de las mujeres y un 90% de los hombres (Sánchez y col., 1998).

No obstante, el análisis realizado en 1990 entre los estudiantes del campus de Álava (García de la Torre y Antón, 1990) muestra una población ligeramente más activa físicamente (el 66,50%). González y Fernández (2004), adentrándose en los estudiantes del campus de Álava, no encontraron diferencias significativas entre la práctica físico-deportiva de hombres y mujeres alumnos de Educación Física, pero sí para el resto de facultades y escuelas. Estos hallazgos nos indican que los estudiantes de Educación Física constituyen un grupo claramente diferenciado del resto de universitarios, por lo que merecen una atención aislada del resto de alumnado.

En 1994 tres de cada cuatro alumnos de la Universidad de León afirmaron emplear parte de su tiempo libre en estas ocupaciones; no se observaron diferencias significativas por razón de sexo, pero sí en cuanto a la ocupación: practicaban el 84,2% de los que trabajaban y el 73,1% de los que no trabajaban (Álvarez, 1994).

Según la investigación desarrollada por López Yeste (1999), casi la totalidad de los estudiantes de la Universidad Politécnica de Valencia (98%) hace práctica físi-

co-deportiva, superando en 37 puntos porcentuales el índice de actividad detectado por García Ferrando (1990) en la población universitaria española (61%).

Sin embargo, de las investigaciones de Hernández Rodríguez (2001) y Hernández Rodríguez, García Montes y Oña Sicilia (2002) se infiere que el alumnado de la Universidad de Almería físicamente activo (44,37%) es inferior al de la media de universitarios nacionales. Esta autora, como novedad, extiende su estudio a la totalidad de la comunidad universitaria, por lo que engloba al personal universitario (PDI y PAS), con un índice de participación motriz bastante superior al de los alumnos (65,34%).

En esta comunidad universitaria de Almería, el porcentaje de hombres que hacen actividades físico-deportivas (62,95%) casi duplica al de mujeres (32,11%). En cuanto a la edad, tanto en el colectivo del personal universitario como en el del alumnado, los más jóvenes son los que más se involucran en las prácticas motrices de tiempo libre (72,72% del personal entre 21 y 30 años, y 45% de los alumnos menores de 25). Disminuye el nivel de actividad a medida que subimos en la escala de edad (50% en el personal mayor de 50 años, y 29% en los alumnos mayores de 25). Los solteros que conviven con otras personas se corresponden con los que más emplean esta forma de ocupar su tiempo libre (el 53,33%), seguidos por los solteros solos (45,82%) y por los casados (45,51%). Ahondando en el colectivo formado por el alumnado, el 45,88% de los que estudian primer ciclo practican actividades físico-deportivas frente a un 35,19% de los estudiantes de segundo ciclo.

No obstante, el estudio longitudinal llevado a cabo por Ruiz Juan (2001) sobre el colectivo de alumnos universitarios almerienses, muestra cómo

*el 45,9% del alumnado de primer ciclo de la Universidad de Almería practicaban actividades físico-deportivas en el curso académico 1996/1997, produciéndose un incremento, de algo más de doce unidades porcentuales, entre el alumnado de segundo ciclo (58%) en el curso académico 1998/1999 (p. 265).*

Este mismo autor añade que los alumnos del turno de asistencia a clase por las mañanas coinciden con los que más practican actividades físico-deportivas en su tiempo libre.

Basándonos en el estudio realizado por Quiroga (2001), podemos afirmar que en la Universidad Nacional de San Luis (Argentina) la actividad físico-deportiva de estudiantes masculinos (75,76%) triplica la femenina (27,1%).

Durante el curso académico 1994-1995, dos de cada tres estudiantes universitarios españoles afirman practicar actividades físico-deportivas; no obstante, un porcentaje muy elevado lo hace fuera del marco universitario: es bajo el índice de quienes lo practican dentro de la universidad (Paris, 1996).

Profundizando en la práctica dentro del marco universitario, Quesada y Díez (1998) muestran cómo sólo uno de cada cuatro estudiantes universitarios españoles practica alguna actividad física o deportiva en su universidad. Destacan los centros de Navarra que tienen como usuarios al 59,95% de sus alumnos matriculados; los siguen en orden decreciente los de Cantabria (49,69%), Extremadura (46,70%) y Asturias (44,12%). La Rioja, con una participación del 13,48% de sus estudiantes, representa la segunda Comunidad Autónoma con menor índice de práctica físico-deportiva dentro de la universidad, lo que nos indica una necesidad imperiosa de conocer la demanda actual, potencial y pasiva de la población universitaria riojana en materia físico-deportiva, con el fin de incentivar la práctica motriz de tiempo libre.

#### 2.2.1.1.2. Comportamiento físico-deportivo pasado

García Ferrando (1990, 1992, 1994, 1997, 1998, 2001) expone cómo con el paso de los años también se ve aumentada la tasa de los que abandonan la práctica físico-deportiva. Entre 1980 y 2000 el nivel de quienes aseguraron que con anterioridad a la encuesta hacían deporte pero que lo habían dejado aumentó en un 17% (10% en 1980, 13% en 1985, 26% en 1990 y 1995 y 27% en 2000). Este porcentaje se ve acrecentado hasta un 20% entre los jóvenes universitarios.

Un mayor porcentaje de las poblaciones de la margen izquierda del río Nervión (Ispizua 1993) y de Alicante (Díez y Quesada, 2000) han abandonado la práctica físico-deportiva, frente a la población española analizada por García Ferrando (1994) (el 38,4% y 36,7%, respectivamente, frente al 26%-27% de los españoles).

Los palmeros (Serrano, 1997) parecen abandonar en menor medida esta forma de ocupación del tiempo libre, con un escaso 13,72%.

Tal y como nos indican García Montes (2001) y García Montes y col. (2001), una de cada cinco granadinas (19,2%) no practica actualmente pero lo hacía con anterioridad.

En el estudio sobre la población joven de García Ferrando (1993b), las mujeres superan a los hombres en el abandono de las actividades físico-deportivas. Limitándonos a los resultados obtenidos para jóvenes en edades universitarias, la décima parte de los hombres y una de cada cuatro mujeres de 17-19 años tenían comportamientos motores en el pasado pero no en el momento de la encuesta. Estos porcentajes de abandono ascienden hasta el 20% en los chicos y hasta el 25% de las chicas entre los 20 y 24 años.

Uno de cada cuatro estudiantes granadinos de tercero de BUP y primero de Bachillerato, deja de practicar actividades motrices. Al considerar independientemente el sexo masculino y femenino, las chicas manifiestan un índice de abandono (39,3%) muy superior al de los chicos (15,3%) (Torre, Cárdenas y García, 2001).



Figura 2.12. *Comportamiento físico-deportivo pasado según los estudios revisados*

Esta proporción de abandono sigue siendo superior para las mujeres entre los jóvenes de Mallorca (16-27 años): 49,8% de las mujeres y 31,2% de los hombres (Jiménez, Pérez y García-Mas, 1999).

Balaguer, Pastor y Moreno (1999) analizan por separado el abandono de actividades deportivas y el de actividades físicas no deportivas, obteniendo los siguientes resultados entre jóvenes valencianos: en el caso de los chicos, el abandono deportivo se observa a partir de los 17 años, mientras que el de las actividades físicas se produce ligeramente desde los 11 años. En las chicas, se invierten estos datos: el abandono en las prácticas deportivas se produce desde el comienzo de la adolescencia, frente al de las actividades físicas, que se da más retardado, a partir de los 16-17 años.

El índice de los que practicaban pero ya no lo hacen se revela relativamente bajo entre los estudiantes de la Universidad de León (16%): el 12,5% corresponde a los hombres y el 19,6% a las mujeres (Álvarez, 1994).

En cuanto a la comunidad universitaria almeriense (alumnos, PDI y PAS), se duplica el grupo de quienes practicaban pero ya no lo hacen (41,2%) (Hernández Rodríguez, 2001; Hernández Rodríguez, García y Oña, 2002). Además, estos investigadores constatan que el índice de abandonos era de un 41,6% entre los estudiantes de primer ciclo en el curso 1996/1997, frente al 31,5% entre los del segundo ciclo en el curso 1998/1999. Esto significa que se produce una reincorporación al mundo físico-deportivo de tiempo libre de un 10% en este sector universitario (Ruiz Juan, 2001; Ruiz Juan, García y Hernández, 2001a).

Un dato importante que se puede detectar en los estudios de García Ferrando (1990, 1992, 1994, 1997, 1998, 2001) lo constituye la gran disminución en la tasa de quienes nunca han practicado actividades físico-deportivas. En 1975, tres de cada cuatro españoles aseguraban no haber hecho nunca deporte. Este nivel de inactividad físico-deportiva se vio reducido a dos tercios de la población mayor de 15 años en 1980, decreciendo hasta el 50% en 1985; en este mismo año Durán (1986) registra un 87% de inactividad entre las amas de casa españolas. Ya en 1990 y 1995 sólo uno de cada tres españoles nunca había participado en actividades físico-deportivas de tiempo libre. En el año 2000 este índice sube ligeramente hasta un 36%.

Este nivel se mantiene entre la población de la margen izquierda del río Nervión, donde el 34,1% de la población mayor de 15 años nunca ha hecho deporte, índice que superan las mujeres en un 8% (42,3%) (Ispizua, 1993). El aumento es considerable (46%) entre los isleños de La Palma (Serrano, 1997).

Existe también un grado de inexperiencia físico-deportiva alto (42,3%) entre las personas mayores granadinas (López-Cózar y Rebollo, 2002). Así mismo, más de la mitad de las mujeres de Granada aseguran no haber hecho nunca actividades físico-deportivas (García Montes, 2001; García Montes, Hernández, Oña, Godoy y Rebollo, 2001).

Sin embargo, sólo un 8,8% de los alicantinos nunca ha practicado este tipo de actividades (Díez y Quesada, 2000). Entre los jóvenes españoles (García Ferrando, 1993b), el índice de inactividad asciende con la edad, de manera que pasa en los varones de un 14%, entre los que tienen 17-24 años, a un 28% entre los que tienen 25-29 años. Las mujeres jóvenes son bastante más inactivas que sus opuestos en género: el 28% de las que no superan los 20 años (15-19) nunca han realizado actividades físico-deportivas en su tiempo libre; asciende este nivel al 39% entre las de 20-24 años y hasta un 55% entre las de 25 y 29 años.

Las chicas jóvenes de Mallorca (16-27 años), junto con los jóvenes de mayor edad (22-27 años) constituyen los grupos con mayor índice de inactividad. El 15,4% de las chicas dicen no haber practicado nunca actividades físico-deportivas, frente al 8,5% de los chicos. Lo mismo ocurre con el 14,1% de los jóvenes mallorquines entre 22 y 27 años en comparación con el 9,8% del grupo de 16 a 21 años (Jiménez, Pérez y García-Mas, 1999).

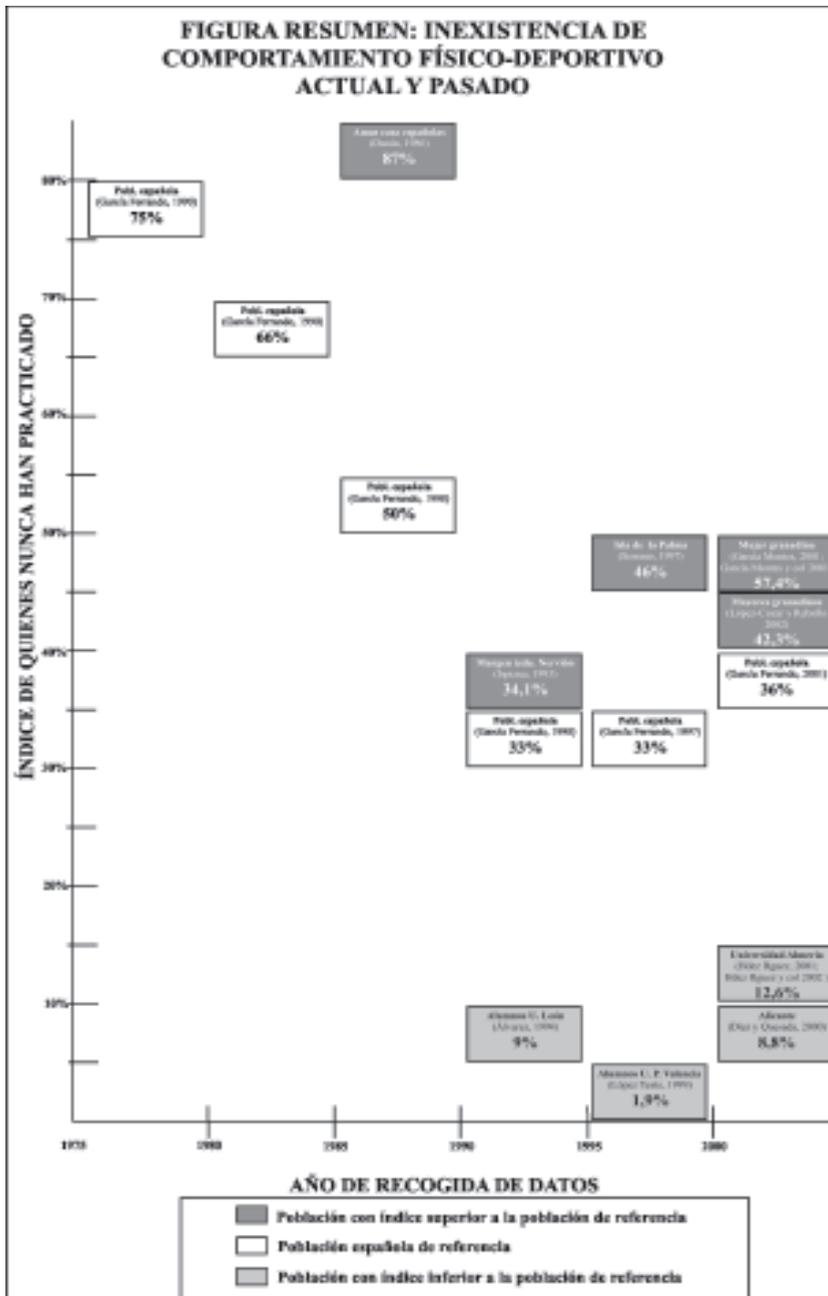


Figura 2.13. Inexistencia de comportamiento físico-deportivo actual y pasado según los estudios revisados

El 9% de los estudiantes de la Universidad de León señala no haber practicado nunca. Es de resaltar que la mayor falta de práctica se localiza en el sexo masculino (10,7%), frente al 7,2% de las mujeres, lo que se opone a los hallazgos del resto de investigaciones, donde las mujeres poseían menos experiencia que los hombres (Álvarez, 1994).

Tan sólo el 1,9% de los alumnos de la Universidad Politécnica de Valencia no ha hecho nunca actividad física (López Yeste, 1999); se sextuplica este nivel de inexperiencia (hasta el 12,6%) entre la comunidad universitaria almeriense, en la que se engloba a alumnos, personal docente e investigador y personal de administración y servicios (Hernández Rodríguez, 2001; Hernández Rodríguez, García y Oña, 2002; Ruiz Juan, 2001; Ruiz Juan, García y Hernández, 2001a).

#### 2.2.1.1.3. Comportamiento físico-deportivo encubierto

En el caso de los adolescentes, la mayoría piensa que hará actividades físico-deportivas en el futuro; así ocurre con los estudiantes de ESO de Mallorca (Ponseti, Gili, Palou y Borrás, 1998). También el 96,56% de los escolares andaluces con edades comprendidas entre los 10 y los 17 años (del Villar, 1994) y el 86,57% de los escolares valencianos de igual edad (Castillo y Balaguer, 1998) creen que practicarán en el futuro. Esta intención de práctica futura disminuye con la edad; en cualquier caso, se manifiesta superior en los chicos.

Entre los estudiantes de la Universidad de León el 64% considera que será físicamente activo en el futuro (Álvarez, 1994).

#### 2.2.1.1.4. Síntesis y reflexiones

La práctica físico-deportiva de los españoles aumenta con el paso de los años. No obstante, esta forma de tiempo libre parece haberse consolidado más entre los hombres, mientras que la participación femenina sigue siendo escasa. ¿A qué se debe esta menor implicación por parte de la mujer?

El estado civil también parece influir en el grado de actividad físico-deportiva: los solteros son los que más practican, por delante de los casados, los viudos y los separados. Quizás se deba a la mayor disponibilidad temporal por parte de los primeros, lo que revela una relación positiva entre ambas variables: tiempo libre y comportamiento físico-deportivo actual. Por otro lado, puede que el descenso en la práctica de los casados, viudos o separados se deba a un cambio en las preferencias de práctica. En cualquier caso, se debería profundizar empíricamente en este aspecto.

Concretando en nuestro macrosistema de la población del estudio, La Rioja, los jóvenes riojanos entre 13 y 16 años practican más actividades físico-deportivas que la media nacional, en general, y que la media juvenil, en particular. Por otra parte, parece que los universitarios son los estudiantes que más practican

actividades motrices de tiempo libre, y que constituyen incluso, el grupo poblacional que aglutina menos gente físicamente inexperta; pero ¿qué ocurre con los universitarios riojanos?

Entre los españoles, a medida que aumenta la edad se produce un descenso drástico en los comportamientos motores hasta alcanzar el umbral máximo entre los 17-18 años, edad a la que se accede al ámbito universitario. Las mujeres son las que más renuncian, mientras que los hombres más jóvenes resultan los más activos físicamente. A partir de este problema, deberían plantearse programas específicos para reducir el abandono en estas actividades y aumentar la adherencia; para ello, previamente se debería ahondar en cuestiones como las siguientes:

- ¿Este abandono es deseado o se ve condicionado por factores externos a la propia práctica físico-deportiva?
- ¿Se pueden paliar esas barreras o limitaciones?
- ¿Cómo facilitar el acceso o regreso a esta forma tan saludable y enriquecedora de tiempo libre?
- ¿Cómo frenar este abandono y aumentar la adhesión y continuidad a las prácticas físico-deportivas?

A estos y a otros interrogantes pretendemos responder en el presente trabajo. No obstante, la mayoría de los estudios nos ofrecen datos bastante optimistas, ya que todos coinciden al afirmar que la mayoría de los encuestados creen que emprenderán actividades motrices en el futuro, lo que presenta una actitud abierta de la población española hacia el ámbito físico-deportivo de tiempo libre y facilita en gran medida el éxito de programas de intervención.

### 2.2.1.2. *Años de práctica físico-deportiva*

En el presente apartado se recogen las principales aportaciones sobre tres variables fundamentales: la edad a la que se comienza la práctica físico-deportiva de tiempo libre, la edad a la que se deja de realizar ejercicio físico y, finalmente, los años de adherencia físico-deportiva.

#### 2.2.1.2.1. *Edad de inicio de práctica físico-deportiva*

Los hombres comienzan a hacer actividades físico-deportivas a edades ligeramente más tempranas que las mujeres; al menos así lo muestran los resultados obtenidos por Jiménez, Pérez y García-Mas (1999), según los cuales la edad media de iniciación de los chicos mallorquines es de 10,99 y la de ellas de 11,62.

Profundizando en las mujeres, García Ferrando (1986) analiza la edad de inicio deportivo de atletas españolas de alto nivel y concluye que el 57% de éstas comenzó a practicar alguna modalidad deportiva antes de los 12 años (17% antes

de los 10 años y 40% entre los 11 y los 12 años). Tan sólo un 8% se inició en la práctica deportiva después de los 16 años.

#### 2.2.1.2.2. Edad de abandono de práctica físico-deportiva

Muchos practicantes abandonan las actividades físico-deportivas de tiempo libre al comenzar los estudios universitarios (Blasco, Capdevila, Cruz, Pintanel y Valiente, 1996).

Ruiz Juan (2001) corrobora esta afirmación al detectar que el 49,5% de los estudiantes universitarios de Almería que han abandonado la práctica de actividades físico-deportivas de tiempo libre lo han dejado en la Universidad, el 43,5% en Educación Secundaria y sólo el 0,7% en Educación Primaria.

#### 2.2.1.2.3. Años de práctica físico-deportivo

El 52% de la población joven de Mallorca (16-27 años) hace más de 5 años que practica actividades físico-deportivas (Jiménez, Pérez y García-Mas, 1999), frente a un escaso 9% que tiene una antigüedad de menos de un año.

Siguiendo con los resultados obtenidos por estos autores, la adherencia a la práctica físico-deportiva de los chicos es superior a la de las chicas.

El grupo de los que hace más de 4 años que se ejercitan motrizmente en la isla de La Palma está formado por el 71,15%. Mientras, el 12,65% presenta una adherencia de entre 2 y 4 años, el 11,56% de entre 1 y 2 años y el 4% restante de menos de un año de antigüedad (Serrano, 1997).

En lo que se refiere a los estudiantes del campus universitario de Álava, García de la Torre y Antón (1990) encuentran un porcentaje algo inferior (68,63%) de los que desarrollan actividades motrices en su tiempo libre desde hace más de 4 años, y se duplica el índice de los que se incorporaron a estos hábitos hace menos de un año (8,55%).

En síntesis, los hombres se inician antes en la práctica físico-deportiva que las mujeres y la abandonan, en un alto porcentaje, al incorporarse al mundo universitario. No obstante, otros universitarios comienzan a practicar cuando ya son miembros de esta institución.

#### 2.2.1.3. Satisfacción con la práctica físico-deportiva

Según el estudio realizado por García Ferrando (1986) el 63% de las mujeres que practican atletismo federado se encuentra satisfecho con su práctica. De éstas el 55% se manifiesta bastante satisfecho y sólo el 8% muy satisfecho. El grado de satisfacción disminuye cuando se contempla a toda la población española físicamente activa: el 41% considera que practica suficiente, frente a un 56% que manifiesta no practicar tanto como quisiera (García Ferrando, 1997).

Estos porcentajes se mantienen estables entre los estudiantes de la Universidad de León, donde el 40% parece estar satisfecho con su actividad físico-deportiva al declarar que practica suficiente, mientras que el 60% restante está insatisfecho al considerar que no practica lo suficiente (Álvarez, 1999). Estos últimos datos nos sugieren que, posiblemente, un pequeño esfuerzo por parte de los servicios de deportes por adaptar la oferta a los gustos y posibilidades de esta población produciría un aumento en la participación físico-deportiva de los universitarios.

Campos (2000) comprueba que el 81% de los españoles se encuentra insatisfecho con su práctica físico-deportiva. Este dato constata el gran desajuste existente entre la oferta físico-deportiva y la diversidad de la demanda que se encuentra en constante evolución. El punto de partida para la búsqueda de consonancia entre la oferta y la demanda debe estribar en el conocimiento minucioso de las características de los demandantes.

A la hora de analizar la satisfacción con la práctica físico-deportiva, estos estudios se centran exclusivamente en el colectivo formado por los que realizan alguna actividad físico-deportiva, pero ¿qué ocurre con los sedentarios?, ¿están satisfechos con su situación físico-deportiva? Aquellos que no practicando se encuentren insatisfechos presentarán mayor disposición a un cambio en su comportamiento físico-deportivo que los no practicantes satisfechos con esta realidad, quienes ofrecerán mayor resistencia al cambio. Las respuestas a estas cuestiones deben erigirse en luces que orientarán las estrategias a utilizar para reducir el sedentarismo por parte de los profesionales del ámbito.

### **2.2.2. Actividades físico-deportivas**

Bajo el epígrafe de actividades físico-deportivas se aglutinan nueve variables en torno a la práctica físico-deportiva de tiempo libre, agrupadas en cinco bloques (figura 2.10).

El primero, denominado actividades físico-deportivas practicadas, trata de describir las actividades motrices realizadas por las distintas poblaciones de estudio atendiendo a tres variables diferentes: número, modalidades y contexto.

El segundo bloque analiza las compañías elegidas para practicar estas formas físicas de tiempo libre.

El tercero se centra en las principales aportaciones sobre los lugares elegidos para la ejercitación motriz.

El cuarto bloque trata sobre los momentos en que se desarrollan estas experiencias de tiempo libre diferenciando entre la época del año, la frecuencia semanal y el momento del día.

Finalmente, en el último bloque se abordan las actividades físico-deportivas preferidas por las distintas poblaciones estudiadas.

### 2.2.2.1. Actividades físico-deportivas practicadas

#### 2.2.2.1.1. Número de actividades físico-deportivas practicadas

La mayor parte de la **población española** físicamente activa practica una única actividad, frente a un grupo más reducido que dice cultivar dos o más modalidades físico-deportivas. Si observamos la evolución que ambos grupos han sufrido a lo largo de los años (García Ferrando, 1990, 1992, 1994, 1997, 1998, 2001), se aprecia cómo el porcentaje de quienes practican una única actividad motriz se mantiene más o menos estable entre 1975 y 1985, mientras que en este mismo período aumenta considerablemente el porcentaje de los que participan en más de una práctica físico-deportiva. En cambio, desde 1985 hasta 2000, es el índice de los practicantes “monodeportivos” el que se incrementa con el paso del tiempo, mientras que el de los sujetos “polideportivos” se mantiene más o menos estable.

	2000	1995	1990	1985	1980	1975
<b>Una actividad físico-deportiva</b>	22%	23%	18%	17%	16%	15%
<b>Dos o más actividades físico-deportivas</b>	16%	16%	17%	17%	9%	7%

Figura 2.14. *Número de actividades físico-deportivas practicadas (Fuente: García Ferrando, 1990, 1992, 1994, 1997, 1998, 2001).*

En Bilbao (Equipo de Investigación Interdisciplinar en Ocio, 1992), Andalucía (Cuevas Zubizarreta, 1994) y Alicante (Díez y Quesada, 2000), los practicantes físico-deportivos superan la media nacional tanto en una modalidad (21,8% en Bilbao y 27,8% en Andalucía y Alicante) como en varias actividades (28,2%, 22,3% y 26,7% respectivamente). En cambio, en Aragón (Perich, 2002) se obtienen índices algo inferiores (17,7% una modalidad y 15,1% varias).

Del estudio de Serrano (1997) se deduce que en la isla de La Palma se triplica (45,27%) el nivel de participación en varias actividades físico-deportivas, pero la porción de participantes en una única modalidad se mantiene ligeramente por debajo de la media nacional (21,54%).

Entre los jóvenes españoles, García Ferrando (1993) detecta cómo la proporción de quienes ejercitan varias modalidades físico-deportivas (30%) casi duplica a la fracción obtenida en la población general (17%). Con todo, la diferenciación se reduce a 5 unidades porcentuales entre los que practican una actividad motriz (23% de los jóvenes y 18% del conjunto de los españoles).

El alumnado de tercero de BUP o primero de Bachillerato de Granada capital, según Torre, Cárdenas y García (2001: 105), presenta porcentajes muy acor-

des con los de la juventud española, aunque sutilmente superiores: *el 26,6% afirma practicar un deporte y un 31,8% practica varios deportes.*

Estos índices se ven acrecentados entre los estudiantes universitarios. Según la Federación del Deporte Universitario (1984), el 26% de los hombres practican un deporte y el 43% realizan varias modalidades. En la Universidad Politécnica de Valencia, uno de cada dos estudiantes practica dos o más actividades físicas o deportivas en su tiempo libre, y uno de cada tres se limita a una única modalidad motriz (López Yeste, 1999).

No obstante, la población universitaria de Almería presenta índices inferiores a la Universidad Politécnica de Valencia tanto en la dedicación a una modalidad, donde el 11,3% de la comunidad universitaria dice situarse, como en la práctica de varias, señalada por el 31% (Hernández Rodríguez, 2001).

#### 2.2.2.1.2. Modalidades físico-deportivas practicadas

La natación y el fútbol son las actividades más practicadas por los españoles encuestados por García Ferrando (1992, 1997, 2001). Les siguen de cerca la gimnasia de mantenimiento, el montañismo y el tenis, el baloncesto, el aeróbic y el footing.

En la margen izquierda del río Nervión (Baracaldo, Portugalete, Santurtzi y Sestao) (Ispizua, 1993), la natación constituye la actividad más practicada (34,7% de los activos), por delante de la danza y la gimnasia (17,5%), el fútbol sala (16,8%), el fútbol (15,4%) y el footing (15%). El baloncesto pasa a ocupar el sexto lugar en el ranking de las actividades motrices más practicadas, seleccionado por un 13,6%, seguido por el ciclismo con un 12,7%.

La autora ahonda en las características sociodemográficas de los practicantes de estas actividades, con las siguientes conclusiones:

Con respecto al sexo, se observa que la natación, la danza y la gimnasia representan actividades principalmente femeninas, ya que los participantes, en su mayoría, son mujeres (52,28% de los nadadores y 77% de los gimnastas). En la otra cara encontramos que el 91% de los futbolistas, el 97,3% de los jugadores de fútbol sala, el 70% de los que hacen footing, el 85% de los baloncestistas y el 78% de los ciclistas son hombres.

En cuanto a la edad, los vascos de la margen izquierda del río Nervión menores de 18 años practican sobre todo fútbol, baloncesto, gimnasia y natación. En cambio, los mayores de edad se decantan por la natación, el fútbol sala, el footing, la gimnasia y el ciclismo.

Para los andaluces (Cuevas, 1994), la natación (11,5%) pasa a constituir la cuarta actividad más practicada, por detrás de la gimnasia de mantenimiento (13,7%), el fútbol sala (13,5%) y el ciclismo (12%) y por encima del fútbol (10,5%) y el tenis y el jogging (10%).

POBLACIONES	LAS CINCO MODALIDADES FÍSICO-DEPORTIVAS MÁS PRACTICADAS				
	PRIMERA	SEGUNDA	TERCERA	CUARTA	QUINTA
Españoles (García Ferrando 2001)	Natación	Fútbol	Gimnasia mantenimiento	Montañismo	Tenis
Margen izquierda Nervión (Ispizua, 1993)	Natación	Danza y gimnasia	Fútbol sala	Fútbol	Footing
Andalucía (Cuevas, 1994)	Gimnasia mantenimiento	Fútbol sala	Ciclismo	Natación	Fútbol
Mallorca (Gili-Planas y Ferrer-Pérez, 1994)	Ciclismo	Fútbol	Footing	Tenis	Natación
Cataluña (Cañellas y Rovira, 1995)	Natación	Footing	Caninar	Ciclismo	Gimnasia mantenimiento
Isla de la Palma (Serrano, 1997)	Natación	Footing	Fútbol	Baloncesto	Fútbol sala
Alicante (Díez y Quesada, 2000)	Natación	Tenis	Atletismo	---	---
Granada (García Montes y col. 1996)	Bicicleta	Caminar	---	---	---
Mayores de Granada (López-Cozar y Rebollo, 2002)	Caminar	Correr	Salir al campo	---	---
Jóvenes españoles (García Ferrando, 1993)	Baloncesto	Fútbol	Natación	Atletismo	Tenis
Jóvenes Madrid y Granada (Chillón y col. 2002)	Fútbol	Natación	Fútbol sala	Ciclismo	Tenis
Jóvenes de Barcelona (Nebot y col, 1991)	Gimnasia	Pelota	Fútbol	Baloncesto	Ciclismo
Alumnos del campus de Álava (García de la Torre y Arón, 1990)	Natación	Fútbol	Baloncesto	Ciclismo	Fútbol sala
Alumnos Universidad de Deusto (Sánchez y col, 1998)	Natación	Aeróbic	Gimnasia	---	---
Alumnos Univ. Politécnica Valencia (López Yesto, 1999)	Natación	Fútbol sala	Footing	Ciclismo	Baloncesto
Alumnos Universidad de Almería (Ruiz Juan, 2001)	Natación	Footing	Fútbol	Baloncesto	Ciclismo

Figura 2.15. Modalidades físico-deportivas más practicadas según los estudios consultados.

En el caso de los mallorquines (Gili-Planas y Ferrer-Pérez, 1994), la actividad estrella es el ciclismo, señalado por un 7,1% de la población; las otras cuatro actividades más frecuentes son el fútbol (4,7%), correr (3,7%) y el tenis empatado con la natación (3,6%). Comparando por sexos, la gimnasia se manifiesta eminentemente femenina (6,7% de las mujeres y 1,6% de los hombres), frente al fútbol, actividad puramente masculina (0,4% de las mujeres y 10% de los hombres).

Cañellas y Rovira (1995) establecen el ranking de actividades más practicadas por los catalanes, formado, en orden decreciente, por las siguientes: natación, footing, caminar, ciclismo y gimnasia de mantenimiento. En el sector formado por las mujeres se mantienen esas mismas modalidades, mientras que en el grupo masculino, la gimnasia de mantenimiento se cambia por el fútbol.

Las modalidades físico-deportivas más cultivadas por la población de la isla de La Palma (Serrano, 1997) son, por este orden: natación (15,5%), footing (15,2%), fútbol (12,7%), baloncesto (11,8%) y fútbol sala (7,8%). La gimnasia de mantenimiento ocupa el sexto puesto junto con la pesca (5%), mientras que el ciclismo, muy practicado por otras poblaciones, pasa a la décima posición (2,6%).

La clasificación de las actividades físico-deportivas más practicadas por los alicantinos está presidida por la natación, el tenis y el atletismo, según los datos obtenidos por Díez y Quesada (2000).

En cambio, la bicicleta y la marcha resultan las más elegidas para ocupar el tiempo libre de los granadinos (García Montes y col., 1996).

Los mayores de 65 años de Granada se decantan principalmente (el 60,5% de los encuestados) por actividades al aire libre como caminar, correr, o salir al campo. Tan sólo un 7,9% declara hacer actividades gimnásticas y de expresión corporal; otro porcentaje similar se reparte equitativamente entre actividades caseras (ejercicios gimnásticos, bicicleta estática), gimnasia de mantenimiento, yoga, musculación y deportes sobre ruedas (López-Cózar y Rebollo, 2002).

Entre la juventud española de comienzos de la década de los 90 (García Ferrando, 1993), la actividad más acogida resulta ser el baloncesto (con un 38% de practicantes), que relega a un segundo plano al denominado deporte rey, el fútbol (36%). La natación completa el podio con un 35% de practicantes. A casi 20 puntos porcentuales, les siguen el atletismo (18%) y el tenis (17%).

En adolescentes de Madrid y Granada, con edades desde los 14 a los 18 años, Chillón y col. (2002) advierten que las actividades físico-deportivas de tiempo libre más practicadas varían en función de las distintas estaciones del año y del carácter del día. Los resultados revelaron que el fútbol, la natación, el fútbol sala, el ciclismo y el tenis son las actividades más practicadas en verano. Los fines de semana, la natación y el tenis desaparecen de la lista de los cinco ejercicios más empleados, para ser sustituidos por el jogging y el baloncesto. En los días laborales, el fútbol, el baloncesto, el fútbol sala y el jogging coinciden con las actividades más frecuentes de los fines de semana y se introduce como novedad en la lista el atletismo.

Jiménez, Pérez y García-Mas (1999) entre la juventud mallorquina diferencian claramente las actividades practicadas por hombres y mujeres:

*Las mujeres practican principalmente, y por orden de preferencia, el aeróbic, la gimnasia, la natación y el baloncesto. En cambio, los hombres, con menos variabilidad en los deportes elegidos, practican en un gran porcentaje fútbol y derivados como el futbito (p. 225).*

Sin embargo, Nebot, Comín, Villalbí y Murillo (1991) no detectan diferencias en el tipo de actividades más empleadas por los escolares de quinto y octavo de

EGB de Barcelona. Tanto en el grupo masculino como en el femenino las modalidades de ejercicio más registradas son gimnasia, pelota, fútbol, baloncesto y ciclismo. No obstante, todas ellas son realizadas en mayor proporción por los chicos que por las chicas.

Por otro lado, Bianchi y Brinnitzer (2000) estudian las experiencias físico-deportivas de las mujeres adolescentes de un colegio de Argentina y observan importantes diferencias en función de la clase social. Así la actividad más ejecutada por la clase alta fue el esquí; en la clase media dominaron las actividades de gimnasio, el voleibol y el balonmano; en contraste, en la clase baja se practicó más el fútbol.

La actividad preferentemente ejercida por los estudiantes universitarios del campus de Álava (García de la Torre y Antón, 1990) es la natación (24,60%). Un 12,65% de los encuestados eligen el fútbol, un 10,75% el baloncesto, un 9,95% el ciclismo y cierra la lista de las cinco actividades más practicadas el fútbol sala con un 6,60% de las respuestas.

La natación (18%) vuelve a erigirse en la actividad reina entre los discentes de la Universidad de Deusto, junto con el aeróbic (12%) y la gimnasia (10%) (Sánchez y col., 1998).

Álvarez (1994), adentrándose en las actividades físico-deportivas en la Universidad de León, diferencia entre la práctica masculina y la femenina de los estudiantes. Mientras los primeros se inclinan hacia el tenis, rugby, fútbol sala, fútbol y baloncesto, ellas se decantan por el tenis, squash, natación, gimnasia de mantenimiento y esquí.

Guardando una enorme coherencia con las investigaciones señaladas hasta el momento, en el escalón más alto de las actividades motrices de tiempo libre más empleadas por los estudiantes de la Universidad politécnica de Valencia se halla la natación, con una participación del 32,2% de los universitarios. El resto de las actividades más practicadas son fútbol sala, footing, ciclismo, y baloncesto (López Yeste, 1999). Entre todas las actividades experimentadas, sólo tres presentan una participación mayoritariamente femenina: gimnasia de mantenimiento, aeróbic y béisbol.

De la investigación llevada a cabo por Ruiz Juan (2001) se desprende que el alumnado de la Universidad de Almería se decanta sobre todo por las siguientes actividades, en orden de preferencia, para ocupar su tiempo libre: natación, footing, fútbol, baloncesto y ciclismo.

Los estudiantes de la Universidad de San Luis, Argentina (Quiroga, 2001), también presentan hábitos físico-deportivos diferentes en función del sexo: mientras que los chicos ocupan su tiempo libre con fútbol, baloncesto y voleibol, las chicas lo hacen con triatlón, gimnasia y voleibol.

### 2.2.2.1.3. Contexto de práctica físico-deportiva

Los datos obtenidos por los trabajos realizados por García Ferrando (2001) nos presentan un aumento lento en el asociacionismo federativo de los practicantes españoles. El autor comprueba que en 1985 tan sólo un 17% de los practicantes realizaban deporte federado y que se produjo un incremento de 3 unidades porcentuales en 2000 (20%). El resto de practicantes no se dedicaba al deporte, sino a otro tipo de actividades motrices, competitivas (juegos deportivos tradicionales o casi deportes) o no competitivas (ejercicios didácticos o actividades libres).

El nivel de federados registrado por Serrano (1997) en Las Palmas de Gran Canaria es muy inferior al de la población general (9,11% de los practicantes), lo que parece indicar una mayor tendencia de esta población hacia actividades motrices distintas de las deportivas.

El 47% de los andaluces físicamente activos practican actividades deportivas competitivas; este grupo está formado principalmente por varones, generalmente solteros y estudiantes. En otro sentido, el 41% se decanta por actividades físicas no competitivas; mayoritariamente se trata de mujeres, personas casadas, con estudios universitarios y con trabajo remunerado (Cuevas, 1994).

Sin embargo, en el estudio dirigido por del Villar (1994), los jóvenes estudiantes andaluces prefieren la práctica deportiva (106,92%) sobre las actividades físicas no competitivas (19,01%). El hecho de que en el primer caso se supere el 100% nos refleja cómo algunos alumnos ejercitan varios deportes.

En cambio, al analizar los resultados aportados por Jiménez, Pérez y García-Mas (1999) se observa que las actividades motrices más practicadas por los jóvenes mallorquines de 14 a 27 años son las no competitivas (ejercicios didácticos o actividades libres): 47,7% de los chicos y 72% de las chicas). No obstante, también resulta considerable el nivel de participación deportiva (38,5% de ellos y 21,3% de ellas). El último lugar lo ocupan los casi deportes y los juegos deportivos tradicionales (13,8% de los chicos y 6,7% de las chicas).

El practicante estudiante del campus de Álava se inclina por las actividades físicas no deportivas ya que García de la Torre y Antón (1990) tan sólo detectan un 19, 10% de federados en algún deporte.

Adentrándonos más en el contexto de práctica, de la investigación llevada a cabo por Álvarez (1994) se desprende que, de los estudiantes de la Universidad de León que participaron en las actividades promovidas por esta institución, el 16,4% (el 49% de las mujeres) se inclinó por actividades no competitivas, las denominadas por el servicio de deportes escuelas deportivas, que se corresponden con el grupo de actividades llamadas por Parlebas (2001) ejercicios didácticos. En contraposición, el 83,5% restante de los participantes en la oferta universitaria lo hace en actividades competitivas: un 49,4% en casi deportes (ligas

internas) y un 34,1% en deportes (equipos federados, trofeo rector, interuniversitarios y campeonato de España).

La participación en actividades deportivas (competiciones federadas, campeonatos de España universitarios, torneos interuniversitarios, ligas universitarias u otras competiciones regladas e institucionalizadas) por parte de los estudiantes de la Universidad de León, usuarios de la oferta universitaria, desciende hasta un 29,79% en 1998, según se desprende de los datos recogidos por Quesada y Díez (1998). En este estudio se refleja cómo estos universitarios son los terceros que más practican deportes, superados por los de la Universidad Alfonso X, Madrid (81,69%) y por los de la privada de Navarra (33,46%). En La Rioja, el 17,78% de los alumnos que cultivan actividades físico-deportivas dentro de la universidad se decantan por la práctica de deportes, por lo que se trata de la quinta universidad con más deportistas en sus instalaciones.

Estos datos, a pesar de no ofrecer información sobre el contexto de práctica de los alumnos universitarios que practican fuera de las universidades, manifiestan que los estudiantes universitarios prefieren actividades físicas distintas de los deportes (ejercicios didácticos, actividades libres, juegos deportivos tradicionales y casi deportes). Así lo prueba López Yeste (1999):

*Al llegar a la etapa universitaria se produce un abandono de la práctica deportiva, pero de práctica situada en el ámbito del deporte federado (el 37,2% de los universitarios abandonan la práctica federada), apareciendo al llegar a la universidad una gran diversidad de formas deportivas (p. 246).*

Ruiz Juan (2001) lo constata con alumnos de la Universidad de Almería, entre los que dominan las prácticas motrices no competitivas; a gran distancia se encuentran los juegos deportivos tradicionales y encuentra escaso el grupo de quienes compiten en deportes.

#### 2.2.2.1.4. Síntesis y reflexiones

La gran mayoría de los deportistas de tiempo libre practica más de una modalidad; este colectivo se ve aumentado entre los jóvenes y más aún entre los universitarios.

Todos los estudios consultados, independientemente de la población estudiada (extranjera o nacional) y de sus variables sociodemográficas, coinciden al señalar la natación y el ciclismo entre las actividades más practicadas. El baloncesto, el tenis, el fútbol, el jogging y la gimnasia constituyen otras de las modalidades más ejercitadas por los españoles.

Parece ser que las mujeres se decantan más por actividades relacionadas con la salud y el cuidado del cuerpo, como la natación, la gimnasia de mantenimien-

to y el aeróbic, mientras que los hombres prefieren el fútbol, el jogging y el baloncesto. Esto nos lleva a pensar que los motivos de práctica variarán en función del sexo: las mujeres se guiarán por los aspectos saludables y de forma física, mientras que ellos se orientarán más por la competición.

#### 2.2.2.2. *Con quién se practican las actividades físico-deportivas*

A la hora de practicar actividades físico-deportivas podemos hacerlo en compañía de amigos, con algún familiar, con otras personas o completamente solos. Los miembros de la familia y los amigos puede influir en la participación físico-deportiva, como así o confirma el estudio de Carratalá Deval, García Ferriol y Carratalá Sánchez (1998):

*El estímulo hacia la práctica deportiva se suele generar en la familia, pero el grupo de los iguales influye notablemente, pudiendo reforzar o inhibir la participación deportiva de sus afines (...) En la infancia y el inicio de la adolescencia, la principal influencia la ejercen los miembros del mismo sexo (...) Más tarde, antes o después del matrimonio, el varón es quien ejerce más influencia en la mujer a la hora de animar o desanimar para que participe en la actividad deportiva. (p. 286).*

Greendorfer (1977, citado por Torre, 2000) asegura que el grupo de amigos y amigas influye en la participación físico-deportiva de las mujeres en todas las etapas de la vida.

Seis de cada diez habitantes físicamente activos de la margen izquierda del río Nervión (Ispizua, 1993) se ejercitan acompañados de amigos (el 65,2% de los hombres y el 53,3% de las mujeres). Mientras que dos de cada diez no practican ni con amigos ni con familiares, el índice de quienes comparten esta forma de ocupación del tiempo libre con familiares es bastante escaso: no llega al 10%.

Este orden de preferencia se mantiene entre la población adulta de Barcelona (Cañellas y Rovira, 1995), donde un 72% se activa físicamente junto con sus amigos, el 52% sin amigos ni familiares y el 33% acompañados de algún miembro de su familia.

Cuevas (1994) en su estudio sobre los hábitos de la práctica deportiva en Andalucía diferencia entre los que ejercen el hábito solos o acompañados, detectando de nuevo un dominio del grupo de quienes lo hacen junto a sus amigos (39%); en segundo lugar y a nueve puntos porcentuales (20%) se sitúan los que practican con otras personas con las que no guardan vínculos de amistad ni familiares. Los practicantes acompañados por familiares (11,5%) se mantienen en el último puesto, siendo superados por los que dicen practicar completamente solos (13%).

Este autor asegura además que los hombres andaluces se inclinan más al ejercicio con amigos, mientras las mujeres tienden a actuar más en solitario o con personas con las que no mantienen vínculos de amistad ni familiares. Los menores de 44 años practican junto a los amigos y por encima de esta edad prefieren verse acompañados por familiares.

Entre los jóvenes mallorquines, tan sólo uno de cada cuatro señala ejercitarse físicamente en solitario (Jiménez, Pérez y García-Mas, 1999). Estos resultados se encuentran en consonancia con las conclusiones obtenidas por Carratalá (1995) y Escartí y García (1994) en las que aseguran que los adolescentes valencianos de entre 13 y 17 años hacen deporte con otras personas.

Torre (2000) detecta cómo el grupo de amigos es el más elegido por los adolescentes de Granada de tercero de BUP o primero de Bachillerato para practicar actividades físico-deportivas (50,5%). A gran distancia se decantan por el club o equipo (8,8%), en solitario (6%), la pareja (5,7%) y sólo un 3,4% por los familiares; el 25,5% restante unas veces practica solo y otras acompañado.

Atendiendo a la población universitaria, el 70,1% de los estudiantes de la Universidad Politécnica de Valencia hace deporte individualmente o con los amigos (López Yeste, 1999).

Como acabamos de ver, un alto porcentaje de los que practican actividades físico-deportivas en su tiempo libre lo hacen acompañados por sus amigos, con lo que seguramente a la hora de elegir el lugar de práctica se tendrá en cuenta que este espacio sea accesible a él y a los amigos con los que desea practicar.

### 2.2.2.3. *Espacios empleados para la práctica físico-deportiva*

En los últimos años, se han incrementado considerablemente en España los parques, plazas, zonas verdes, etc. Con ello han aumentado los que emplean estos espacios para su práctica físico-deportiva: el 38% de los españoles físicamente activos, mientras que un 7% utiliza el propio domicilio (García Ferrando, 2001).

El índice de los físicamente activos que no usan nunca entornos físico-deportivos convencionales para el desempeño de estas actividades es bastante superior entre los andaluces (75,5%) (Cuevas, 1994), mientras que disminuye ligeramente, con respecto a la población en general, entre los barceloneses (42%) (Cañellas y Rovira, 1995) y considerablemente (29,5%) entre los habitantes de Baracaldo, Portugaete, Santurtzi y Sestao (Izpizua, 1993).

Martínez-Tur, Tordera y Ramos (1996) realizaron una investigación en la que analizaban las características de los usuarios de las instalaciones físico-deportivas en función de su titularidad (públicas, semipúblicas, privadas comerciales o privadas restringidas). Los resultados de este estudio manifiestan que:

- *Las instalaciones deportivas públicas* son utilizadas por quienes disponen de menos recursos económicos y culturales, de sexo masculino, con menor edad que en otras instalaciones y en poblaciones de menor tamaño.
- A las *instalaciones deportivas semipúblicas* acuden usuarios con nivel socioeconómico medio, nivel educativo alto, principalmente mujeres, de edad media y de municipios grandes.
- Los usuarios de las *instalaciones deportivas privadas comerciales* son de nivel socioeconómico y educativo mayor, de mayor edad, principalmente mujeres y el tamaño del municipio intermedio.
- En las *instalaciones privadas restringidas* o sin ánimo de lucro, nos encontramos principalmente con hombres más jóvenes, con alto nivel socioeconómico y de estudios y que pertenecen a municipios de gran tamaño o medio-alto.

Volviendo al estudio de García Ferrando (2001), en el año 2000 las instalaciones públicas son elegidas por más de la mitad de los deportistas españoles; un 17% utiliza instalaciones semipúblicas, como los clubes, y tan sólo un 8% se ejercita en los centros físico-deportivos privados comerciales (gimnasios).

El porcentaje de practicantes que emplean instalaciones públicas supera la mitad de los deportistas andaluces (Cuevas, 1994) y de los de la margen izquierda del río Nervión (Ispizua, 1993), alcanzando un 52,4% y un 60% respectivamente.

Cañellas y Rovira (1995) observan una utilización equilibrada de las instalaciones públicas y privadas por parte de los barceloneses.

Sin embargo, según el estudio realizado por Puig, Masnou e Ibáñez (1987), los jóvenes, en su mayoría, emplean instalaciones privadas, aunque los de nivel socioeconómico medio utilizan más las municipales.

De los datos obtenidos por Jiménez, Pérez y García-Mas (1999) se desprende que el tipo de instalaciones utilizadas varía en función del carácter del municipio. Los jóvenes mallorquines de los municipios rurales son los que más se inclinan hacia el uso exclusivo de las instalaciones públicas (59%, frente al 32,7% de Palma). En contraste, el uso exclusivo de instalaciones privadas se manifiesta mayor entre los jóvenes de la capital de provincia (30,6%) que entre los jóvenes del resto de municipios (19,4%).

Del Villar (1994), en su estudio sobre los hábitos físico-deportivos de los escolares andaluces, analiza los espacios de práctica tomando como eje medular el centro de estudios. De esta forma, detecta que el 36,33% de los motrizmente activos practican exclusivamente en el colegio, mientras que algo menos de la mitad aseguran practicar únicamente fuera del centro docente. El grupo más

numeroso (45,90%) indica realizar actividades físico-deportivas de tiempo libre tanto dentro como fuera.

El 61,33% de los estudiantes de la Universidad de León que desarrollan actividades físico-deportivas utilizan el servicio de deportes para su práctica de tiempo libre; el 28% practica sólo en las instalaciones universitarias y el 33,33%, además de emplear el servicio de deportes de la universidad, también usa otras instalaciones no universitarias (Álvarez, 1994). El 38,66% solamente practica fuera de la universidad.

Sin embargo, las instalaciones deportivas de la Universidad Politécnica de Madrid (1993) son poco utilizadas: tan sólo un 8,40% de los estudiantes participan en las ofertas físico-deportivas universitarias.

Al considerar a la comunidad universitaria almeriense en su totalidad (alumnos, personal docente e investigador y personal de la administración y servicios), la relación resulta similar a la obtenida para la Universidad Politécnica de Madrid (1993): domina el grupo formado por quienes sólo practican fuera de la universidad (69%). En el lado opuesto, el 31% dice emplear el Servicio de Deportes de la Universidad de Almería; de ellos un 26% simultanea con prácticas externas a la institución y sólo un 5% utiliza exclusivamente la oferta universitaria (Hernández Rodríguez, 2001; Hernández Rodríguez, García Montes y Oña Sicilia, 2002).

Muchos son los factores que pueden influir en el universitario a la hora de elegir el lugar de práctica físico-deportiva (accesibilidad, calidad de espacios, calidad de actividades, calidad del personal, precio, publicidad ...). Todos y cada uno de estos factores deberán ser estudiados con el fin de intentar ajustar las características de la oferta a las necesidades y deseos de los deportistas.

#### *2.2.2.4. Momento de práctica físico-deportiva*

##### *2.2.2.4.1. Época en la que se practican las actividades físico-deportivas*

De todas formas, debemos tener en cuenta que no todos los que afirman practicar actividades físico-deportivas lo hacen de manera continuada ni uniforme a lo largo del año. Por ello, para conocer mejor los hábitos en materia físico-deportiva debemos profundizar en variables como la época, frecuencia y carácter y momento del día de práctica.

Ross, Dotson, Gilbert, y Katz (1985) investigan el tiempo libre invertido por los jóvenes estadounidenses de 10 a 18 años en actividad física en las distintas estaciones del año. Los datos mostraron que el tiempo libre invertido durante el verano en actividades físicas era muy superior (en torno a las 18 horas y media semanales) al del resto de las estaciones del año. En el polo opuesto se situó el invierno, con sólo 8 horas y media semanales, mientras que la primavera (con

casi 13 horas a la semana) y el otoño (con 10 horas y media) se presentaron como períodos de práctica física intermedia.

Entre los jóvenes turolenses, Cantera (1997, 1998) detecta más actividad física en primavera.

Aun así, según los datos de García Ferrando (1993b, 1997), tanto en el grupo de jóvenes españoles como en la población general, el 39% practica actividades físico-deportivas en todas las épocas del año por igual; otro 39% lo hace más en verano, y un 15% más en invierno.

Todo parece indicar que con la llegada del buen tiempo se acrecienta el interés por esta forma de ocupación del tiempo libre, lo que justifica de nuevo la mayor necesidad de aumentar la oferta en primavera y verano.

#### 2.2.2.4.2. Frecuencia con que se practican las actividades físico-deportivas

García Ferrando (1992, 1997, 2001) detecta un aumento considerable en la frecuencia de práctica físico-deportiva de los españoles en los últimos diez años. En 1985 más de la mitad de los que dijeron practicar lo hacían con una frecuencia inferior a una vez por semana, en tanto que en 1990 este porcentaje se ve disminuido en 14 unidades porcentuales (41%), mientras que el grupo de quienes afirman ejercitarse tres o más veces por semana se hace bastante considerable (30%). En 1995, cuatro de cada diez deportistas practican más de tres veces por semana, proporción que se amplía al 75% en el año 2000.

Los habitantes de la margen izquierda del río Nervión (Baracaldo, Portugalete, Santurtzi y Sestao) (Izpizua, 1993) son más constantes que el resto de los españoles, ya que uno de cada tres practicantes presenta una asiduidad diaria. Esta población incluso supera a la formada por los jóvenes españoles físicamente activos (García Ferrando, 1993b), entre los que el 31% se inclina por una regularidad de tres o más veces por semana. Esta frecuencia se mantiene 7 puntos por encima (37% de los practicantes) entre los jóvenes escolares andaluces (Villar, 1994) y se reduce hasta un 29,4% entre los andaluces en general (Cuevas, 1994).

En Alicante (Díez y Quesada, 2000) más de la mitad de quienes dicen cultivar actividades físico-deportivas de tiempo libre (54%) lo hacen con una regularidad mínima de tres veces semanales.

Los deportistas de Las Palmas de Gran Canaria (Serrano, 1997) parecen encontrarse entre los más regulares al ascender el índice de los que practican más de tres veces por semana hasta un 63,7%.

Sin embargo, la frecuencia de práctica desciende entre los estudiantes universitarios. En 1990 (García de la Torre y Antón) uno de cada cuatro alumnos del campus de Álava practicaba actividades físico-deportivas dos veces por

semana, mientras que el 47,52% dijo hacerlo con una frecuencia superior a tres veces por semana.

Índice similar obtiene López Yeste (1999) para una asiduidad igual o superior a tres veces semanales entre los estudiantes de la Universidad Politécnica de Valencia (el 43,35% de los practicantes). El 83% hace deporte al menos una vez a la semana.

Sólo un 36% de los jóvenes universitarios de Deusto dicen practicar tres o más veces por semana y un 32% dos veces semanales (Sánchez, García, Landabaso y de Nicolás, 1998).

#### 2.2.2.4.3. Momento del día en que se practican las actividades físico-deportivas

Entre los jóvenes turolenses se detecta más actividad física durante los fines de semana (Cantera, 1997, 1998; Cantera y Devís, 2002), coincidiendo con un aumento de la disponibilidad temporal.

Atendiendo al momento del día, todo nos hace pensar que la ejercitación físico-deportiva será mayor en aquellas horas liberadas de toda obligación; sin embargo, no hemos encontrado ningún estudio que relacione estas dos variables, por lo que no puede confirmarse dicha hipótesis, teniendo en cuenta que el momento de práctica puede encontrarse también condicionado por los horarios que fijan los servicios de actividades físico-deportivas.

En el estudio realizado por Año, Ramos y Martínez-Tur (1997) se refleja claramente que en las jornadas laborales la mayor práctica físico-deportiva se produce entre las 19 y las 21 horas, que ésta se reduce por las mañanas y que se nota un ligero ascenso entre las 12 y las 14 horas. En los días festivos y en vacaciones la práctica matinal asciende considerablemente.

#### 2.2.2.5. *Preferencias de práctica físico-deportiva*

Al igual que ocurría en general con las actividades de tiempo libre y ocio, puede suceder que las actividades físico-deportivas más practicadas no sean las más deseadas. Así, la elección de una u otra modalidad físico-deportiva puede verse condicionada por factores externos a las motivaciones y deseos de los practicantes. Con todo, los estudios que analizan esta variable obtienen respuestas similares a las recopiladas para las modalidades más practicadas:

Ispizua (1993), al estudiar los hábitos físico-deportivos de la población de la margen izquierda del río Nervión, tiene en cuenta el tipo de práctica más deseada por los físicamente inactivos, la cual varía en función del sexo:

Las actividades preferidas por los no deportistas de Barakaldo, Portugalete, Santurtzi y Sestao son, en orden decreciente, natación (40,1%), fútbol (11,5%),

danza y gimnasia (10,1%), atletismo (4,6%), baloncesto (3,9%) y ciclismo (3,9%). Estratificando por sexo, la natación, con gran diferencia (58,1%), se erige en la actividad que más les gustaría practicar a las mujeres, seguida por la danza y gimnasia (15%) y el tenis (4,8%). Entre los hombres se observa un gusto más diversificado: dominan el fútbol (23%) y la natación (16,1%), el atletismo y el ciclismo comparten el tercer escalón (7,6%) y el fútbol sala figura como la quinta actividad (6,8%). Atendiendo a la edad, Ispizua (1993) afirma que *la natación ocupa un lugar prioritario, aumentando su número de deportistas potenciales a medida que aumenta la edad* (p. 92).

La lista de las cinco actividades físico-deportivas más deseadas por los estudiantes universitarios del campus de Álava (baloncesto, natación, futbito, fútbol y tenis) no varía sustancialmente de la de las practicadas en la realidad; únicamente el ciclismo, cuarta actividad más practicada, se cae de la lista, para dejar paso al tenis. Si bien sus porcentajes sí que presentan diferencias importantes, el baloncesto, señalado como la práctica preferida por el 17,5% de los encuestados, supera en casi 7 unidades el índice de quienes la practican en la actualidad (10,75%). El futbito (10,55%) y el tenis (6,30%), como actividades que más gustan, también sobrepasan la práctica real. Sin embargo, la natación (14,10) y el fútbol (7,35%) figuran señalados como preferidos por una porción inferior a la de quienes dicen practicarlos actualmente. Resulta necesario resaltar que actividades como balonmano (4,60%) y voleibol (2,70%) son deseadas en mayor medida que su práctica actual (García de la Torre y Antón, 1990).

Los estudiantes de la Universidad Politécnica de Valencia (López Yeste, 1999) se manifiestan más originales en sus gustos físico-deportivos, ya que escogen, como las más deseadas, las siguientes ocupaciones: natación, buceo, esquí, tenis y gimnasia de mantenimiento.

Entre tanto, de los resultados expuestos en las investigaciones de Hernández Rodríguez (2001) y Ruiz Juan (2001) se infiere que el alumnado universitario de Almería mantiene sus predilecciones muy similares a las del resto de poblaciones estudiadas. De esta forma, las cinco actividades más demandadas son: natación, aeróbic, tenis, baloncesto y fútbol.

Los datos de Hernández Rodríguez (2001) y Hernández Rodríguez, García y Oña (2002) reflejan una variación en la escala de preferencias en función de la estacionalidad y del carácter del día. Así, en fines de semana y períodos de vacaciones las actividades más deseadas guardan una estrecha relación con el medio natural: senderismo, montañismo, bicicleta de montaña, natación y escalada coinciden con las más señaladas para los fines de semana; paralelamente, las inclinaciones en vacaciones son natación, montañismo, windsurfing, senderismo y submarinismo.

Los estudiantes varones de la Universidad de San Luis de Argentina (Quiroga, 2001) eligen como actividades preferidas las mismas que practican (fútbol y baloncesto) más balonmano y tenis. De igual forma, las chicas eligen, además de la gimnasia y el voleibol, el balonmano, la natación y el softbal.

### **2.2.3. Motivos en torno a la práctica físico-deportiva**

Conocer por qué o respecto a qué, se rechaza, se inicia, se continúa, o se abandona la práctica físico-deportiva de tiempo libre, facilitará fundamentalmente la adecuación de la oferta físico-deportiva con el fin de provocar actitudes positivas hacia los comportamientos físico-deportivos en el practicante actual, pasado, encubierto, probable y/o futuro, fomentando su incorporación o adherencia a la práctica físico-deportiva. Así lo demuestra la investigación de Pintanel y Capdevila (1999), en la cual se realizó una intervención con estrategias de motivación para activar físicamente a mujeres universitarias sedentarias. Estos autores concluyen que:

*Para facilitar que las personas reinicien una actividad física y salgan del sedentarismo (...) es importante hacer un asesoramiento personalizado, monitorizando y evaluando a cada practicante, ya que a cada persona le impactan cosas diferentes y se motiva por distintas actuaciones (p. 65).*

Martín Albo (1997) y Martín Albo, Núñez y Navarro (2003) resaltan la necesidad de plantear las motivaciones atendiendo a cuatro momentos físico-deportivos: inicio, mantenimiento, cambio y abandono. A continuación analizaremos los resultados más relevantes obtenidos por los estudios que describen los motivos que han influido en estos cuatro momentos.

#### **2.2.3.1. Motivos que llevan a iniciarse o mantenerse en la práctica físico-deportiva**

En cuanto a los motivos que llevan a iniciarse o a mantenerse en la práctica físico-deportiva se destacan fundamentalmente tres, presentados por orden en la figura siguiente:

POBLACIONES	MOTIVOS DE INICIO Y MANTENIMIENTO MÁS SEÑALADOS		
	PRIMERO	SEGUNDO	TERCERO
Españoles (García Ferrando 2001)	Por hacer ejercicio físico	Por diversión y pasar el tiempo	Porque le gusta
Mujeres Iruña Nervión (Iruña, 1992)	Por hacer ejercicio físico	Por diversión y pasar el tiempo	Porque le gusta
Cataluña (Departament de Cataluña, 1993)	Por diversión	Por estar en forma	Por evaluar y relajarse
Cataluña (Cafeluz y Rovins, 1993)	Porque le gusta la actividad	Por realizar ejercicio	Por diversión y evaluar
Andalucía (Cuevas, 1994)	Por diversión	Por hacer ejercicio	Porque le gusta
Alicante (Diz y Quesada, 2000)	Por salud	Por mantenerse en forma	---
Granada (García Montes y col. 1996)	Por salud	Por placer	Por diversión
Mujeres de Granada (García Montes, 1997; García Montes y col. 2000)	Por mantener o mejorar la salud	Para conseguir una buena forma física	Por mantener la línea
Mayores de Granada (López-Cosar y Rebollo, 2003)	Por salud	Por diversión	Por relacionarse
Españoles (Luna-Arocas, 1998)	Por competir	Por relacionarse	---
Españoles (Luna-Arocas y Miranda, 1998); Luna-Arocas, Miranda y Rama, 1999a, 1999b; Luna-Arocas, 2001a)	Por hacer actividad física	Por la necesidad de practicar deporte	Por evaluar
Usuarios de gimnasios de Badajoz (Olasua, Puente y Itasca, 1994)	Por la forma física	Por la reducción del estrés	Por la diversión
Jóvenes andaluces (del Villar, 1994)	Por la diversión	---	---
Jóvenes valencianos (Carratalá, 1995; Carratalá y García, 1999)	Por la forma física y la salud	Por la distracción	Por la imagen social
Jóvenes valencianos (Castillo, Balaguer y Duda, 2000; Castillo y Balaguer, 2001)	Por mejorar la salud	Por diversión	Por estar en buena forma
Jóvenes de Mallorca (Ponsatí y col, 1985)	Por diversión	Por el equipo del colegio	Por mantenerse en forma
Jóvenes de Mallorca (Ruiz de Páez y García-Más, 1999)	Por diversión	Por los amigos	Por el gusto por el deporte
Jóvenes de Granada (Torre, 2000; Torre, Chelouas y Girón, 1997)	Por estar saludable	Por diversión	Por liberar tensiones
Chicos jóvenes (Llorens, Castillo y Balaguer, 1999)	Por la salud	Por la forma física	Por estar con los amigos
Jóvenes Iruña (IGI, Graa y Hualdeburu, 1983)	Por mejorar las habilidades	Por divertirse	Por aprender nuevas actividades
Alumnos de universidades españolas (FEDI, 1984)	Por hacer ejercicio físico	Por diversión	Porque le gusta el deporte
Alumnos Universidad de León (Álvarez, 1994)	Por la diversión	Por hacer ejercicio físico	Porque le gusta el deporte
Alumnos de la Universidad Politécnica de Valencia (López Yuso, 1995)	Por diversión	Por pasar un buen rato con los amigos	Por reducir el estrés
Mujeres universitarias (Cash, Nevy y Grant, 1994)	Por mantener la salud	Por el aspecto físico	Por regularse emocionalmente
Alumnos de la Universidad de Granada (Torre, Carrasco y Medina, 1999)	Por salud	---	---
Alumnos de la Universidad de Almería (Rizo-Juan, 2001; Rizo-Juan y García Montes, 2002); Rizo-Juan, García Montes y Hernández Rodríguez, 2004)	Por la forma física	Por la salud	Porque le gusta hacer ejercicio físico

Figura 2.16. *Motivos de inicio o mantenimiento físico-deportivo según los estudios consultados.*

El deseo de *hacer ejercicio físico*, como atributo fundamental de las actividades físico-deportivas, es el más señalado por los españoles motivadamente activos (ligeramente por encima del 50%) desde 1980 hasta 2000 como motivo que les lleva a practicar este tipo de actividades (García Ferrando, 1992, 1997, 2001). Ya en 1980 la mayoría señalaba que la práctica físico-deportiva les resultaba atractiva por motivos relacionados con la diversión. Este porcentaje disminuye lenta-

mente (81% en 2001: el 44% por *diversión y pasar el tiempo* y el 37% *porque les gusta*) y adquieren mayor importancia los motivos relacionados con la estética y la salud: *mantener y mejorar la salud* (26%) y *mantener la línea* (14%). El hecho de *relacionarse con los amigos* representa otra de las razones más señaladas desde siempre (entre el 21 y 28%) por los españoles para practicar actividades físico-deportivas.

Las mismas razones y con porcentajes similares parecen ser las que inducen a la práctica a los habitantes de Barakaldo, Portugalete, Santurtzi y Sestao (Ispizua, 1993). Pero, tal y como nos advierte la autora, los motivos que llevan a la ejercitación motriz varían en función de la edad y del sexo.

La *diversión* constituye una motivación fundamental para todos los grupos de edad pero, sobre todo, destaca entre los practicantes más jóvenes, entre los 15 y 19 años, junto con *el gusto por el deporte*. Entre los 20 y los 29 años, la *diversión* se sigue manteniendo en cotas altas y cobra gran importancia *el hacer ejercicio*. A partir de los 30, estas razones van perdiendo fuerza sin desaparecer su influencia y adquieren gran interés los hechos de *relacionarse con los amigos* y *mantener la línea*. A partir de los 40 va ganando gran dominio la *prescripción médica*, para alcanzar su índice más alto en los mayores de 70 años.

En cuanto al sexo, mientras que los hombres de esta comarca se ven más impulsados por la *diversión*, razones como *mantener la línea* y la *prescripción médica* son las que más inducen a las mujeres a la práctica físico-deportiva.

La Generalitat de Cataluña (1991) encontró que las razones por las que los catalanes practicaban deporte estribaban sobre todo en la *diversión* (31%), en *estar en forma* (28%), en *evadirse y relajarse* (13%) y en la *salud* (13%). Estas motivaciones aumentan su influencia entre los barceloneses (Cañellas, 1995), que declaran fundamentalmente el *gusto por la actividad* (61%), el *realizar ejercicio* (53%), la *diversión y evasión* (51%), y la *salud* (33%) al igual que el *encontrar amigos* (31%).

Un 27% de los andaluces dicen practicar actividades físico-deportivas por *divertirse* y otro 27% por *hacer ejercicio* (Cuevas, 1994). Porque le *gusta* (15,9%) y por *relacionarse* (11,9%) completan el grupo de los motivos más sugerentes. Los demás inducen a conductas motrices a menos de un 10% de la población andaluza.

En cuanto a las características sociodemográficas los cuatro motivos más influyentes son iguales para los distintos grupos de edad. La *diversión* y el *hacer ejercicio* aumentan su importancia en los andaluces de más de 45 años. Sin embargo, el *gusto por la práctica* y el hecho de *relacionarse* acrecientan su dominio al pasar de los 30 años para disminuir drásticamente a partir de los 45.

Cuevas, en este mismo estudio, observa cómo en el caso de las mujeres el querer *adelgazar* (12,1%) supera al hecho de *relacionarse* (11,2%).

El estado civil y el nivel de estudios no varían los motivos de práctica entre los andaluces. Lo mismo ocurre con la ocupación laboral, a excepción de quienes se dedican al hogar, entre los que el deseo de *adelgazar* es motor importantísimo en este colectivo. Seguramente su coincidencia con los resultados obtenidos para el grupo femenino se deba a que el colectivo de quienes se dedican al hogar está formado principalmente por mujeres.

El trabajo realizado por Buñuel (1992) hace extensibles estas diferencias motivacionales por sexo a la población española en general:

*Los varones señalan la diversión en mayor proporción que las mujeres (52% frente al 38%), así como el estar con los amigos y el gusto por competir. Por su parte, las mujeres citan con mayor frecuencia que los varones el estar motivadas por "mantener la línea" (25% de las mujeres, y el 8% de los varones) (pp. 109-110).*

La salud y mantenerse en forma (señalados por el 52% de los que dicen hacer actividades físico-deportivas) constituyen las razones prioritarias de los alicantinos para ejercitarse motrizmente (Díez y Quesada, 2000).

La población granadina se ve motivada a la práctica físico-deportiva principalmente por salud (43%), placer (28,5%) y diversión (22,7%) (García, Rebollo, Martínez y Oña, 1996).

Según los trabajos de García Montes (1997) y García Montes, Hernández, Oña, Godoy y Rebollo (2000) los motivos relacionados con la mejora del estado físico y la salud también son los más aludidos por las mujeres granadinas. Entre ellos destacan: *mantener o mejorar la salud, conseguir una buena forma física, mantener la línea o la necesidad de hacer ejercicio físico como hábito saludable.*

En esta línea, las personas mayores de Granada (López-Cózar y Rebollo, 2002) se ven impulsados a practicar actividades físico-deportivas principalmente por la salud (89,5%) al mismo tiempo que por diversión (63,2%) y por relacionarse (60,5%).

Luna-Arocas (1998) detectó cómo casi el 30% de los usuarios de un Centro Deportivo se declararon competitivos puros, presentando la necesidad de participar en campeonatos y competiciones deportivas; en cambio, un 27,89% dio mucha importancia a los motivos relacionados con las interacciones sociales. Los estudios de Luna-Arocas y Mundina (1998b), Luna-Arocas, Mundina y Romá (1999a, 1999b) y Luna-Arocas (2001b) determinan tres motivaciones básicas entre los usuarios de un Centro Deportivo para practicar actividades físico-deportivas: *la actividad física* que se desarrolla, *la necesidad de practicar deporte* y *la evasión*. Analizando las diferencias según el sexo, los hombres se motivan más que las mujeres por la *competitividad*, mientras que ellas valoran más la *imagen corporal*.

En los chicos jóvenes deportistas de la década de los 80 (Puig, Masnou e Ibáñez, 1987), los motivos primordiales de práctica eran los amigos y las causas personales; en las chicas coinciden estos motivos en el nivel más alto de influencia pero invirtiendo la prioridad.

Masachs, Puente y Blasco (1994) demuestran que entre los usuarios de gimnasios de Badalona los motivos por los que se mantiene una práctica físico-deportiva no sustituyen a los que le llevaron a iniciarse, sino que estos últimos se mantienen, aunque se añadan otros nuevos, sobre todo los relacionados con la forma física, la salud, la reducción del estrés y la diversión. Además observan que los motivos de salud son más citados por los usuarios con mayor nivel de estudios.

La *diversión*, indicada por el 52% (Villar, 1994), vuelve a constituir el motor principal de la práctica físico-deportiva de los jóvenes andaluces de entre 10 y 17 años. Sin embargo, los estudios llevados a cabo por Carratalá (1995) y Carratalá y García (1999) indican que las razones principales que influyen en la práctica físico-deportiva de los adolescentes valencianos (15-17 años) son aquellas que tienen que ver con la *forma física y la salud* (77,48%); otros factores con gran incidencia resultan los relacionados con la *distensión* (75,10%), como la *relajación, la diversión o el estar con gente agradable*. Motivos como la *imagen social, el disfrute de la naturaleza y la búsqueda de nuevas emociones* son aducidos por algo más del 50% de los adolescentes valencianos. Los chicos, más que las chicas, practican *actividades físico-deportivas* por la *mejora de la forma física y la salud* y por la *obtención de una buena imagen social*.

*Mejorar la salud* sigue representando el motivo más importante para practicar deporte al ampliar el grupo de edad de los jóvenes deportistas valencianos entre los 11 y 18 años. Le siguen en esta escala motivos como *divertirme, estar en buena forma, hacer nuevos amigos y ver a los amigos* (Castillo, Balaguer y Duda, 2000; Castillo y Balaguer, 1998, 2001). Analizando las diferencias por género, los chicos registran en mayor medida que las chicas motivos de aprobación social, de demostración de capacidades y de relación con amigos. Los de salud son señalados en igual medida por los chicos y por las chicas. Atendiendo a la edad, los de aprobación social y demostración de capacidades resultan menos importantes a medida que aumenta la edad. Los de relación con amigos disminuyen su importancia a medida que aumenta la edad en los chicos, mientras que en las chicas permanecen estables. Sin embargo la diversión constituye un motivo cada vez más importante en los chicos, mientras que en las chicas permanece estable con la edad. A partir de estos datos, Castillo y Balaguer (1998, 2001: 26) concluyen que *la motivación intrínseca tiene mayor fuerza en la adherencia al ejercicio*.

White y Duda (1994) y Castillo y Balaguer (1998, 2001) analizaron las relaciones entre los motivos de práctica y las orientaciones de meta, observando que la orientación al ego se relaciona significativamente con los motivos de aproba-

ción social y de demostración de capacidad. Por el contrario, la orientación a la tarea se asocia significativamente con los motivos de relación con amigos y, en el caso de los chicos, también con los de salud.

Cantón y Sánchez (1997) diferencian entre los motivos que llevaron a iniciarse en la práctica físico-deportiva a la juventud valenciana de entre 12 y 14 años y los motivos que inciden en el mantenimiento de esta ejercitación. Respecto a las variables sexo y nivel socioeconómico, se observan diferencias significativas. De esta forma, los niños valencianos, inicialmente, se ven más motivados que las niñas por la *mejora de sus habilidades físicas y técnicas, estar con los amigos, agradar a padres y profesores y competir con otros*. Igualmente, se inclinan más por los siguientes motivos de mantenimiento: *mejora de sus habilidades físicas y técnicas, mejorar la salud y/o aspecto físico, estar con los amigos, agradar a padres y profesores y competir con otros*. En cuanto al nivel socioeconómico, se muestra cómo a medida que éste asciende los jóvenes confiesan en mayor medida haberse iniciado y mantenerse en la práctica físico-deportiva por *agradar a padres y profesores*.

En este mismo estudio, Cantón y Sánchez (1997) comprueban cómo en el inicio de los comportamientos físico-deportivos de los jóvenes valencianos convergen varios motivos paralelamente; en concreto, se detecta que:

- Para aquellos que muestran una motivación inicial en relación con la *mejora de habilidades físicas y técnicas*, el hecho de *competir con otros* no supone un factor influyente en la continuidad deportiva.
- Los valencianos de entre 12 y 14 años, que inicialmente se vieron impulsados al ejercicio físico-deportivo por *agradar a los padres*, no se sienten muy estimulados por la *mejora de habilidades físicas y técnicas* para continuar físicamente activos. Del mismo modo, los que continúan practicando por *intentar mejorar sus habilidades físicas y técnicas* no se iniciaron por *agradar a sus padres*.
- Los niños que comenzaron alguna actividad motriz por *buscar nuevas sensaciones* no suelen deber su continuidad al intento por *agradar a padres y profesores*.
- Quienes señalan *agradar a padres y profesores* como motivos para continuar practicando inicialmente se encontraron menos motivados por la *mejora de las habilidades físicas y técnicas*, por la *mejora de su salud y forma física* así como por la *búsqueda de nuevas sensaciones y emociones*.
- Finalmente, los niños que *buscan nuevas sensaciones* durante su práctica físico-deportiva no comenzaron su actividad motriz motivados por la *mejora de su salud y aspecto físico*.

En la misma línea, Ponseti, Gili Palou y Borrás (1998) valoraron los motivos que indujeron a los alumnos de 14 a 16 años de Mallorca a iniciarse en la prác-

tica físico-deportiva y las razones por las que se mantienen físicamente activos. Los resultados de esta investigación demostraban que el 43,82% se iniciaron por *diversión*, el 13% por *el equipo del colegio*, el 12,72% por *mantenerse en forma* y el 11,61% gracias a sus padres. La *diversión* (52,79%) sigue siendo el motivo más influyente para seguir practicando; la siguen a gran distancia *mantener la forma* (22,13%) y *la intención de dedicarse profesionalmente* (9,85%).

Siguiendo con la población joven de Mallorca, Jiménez Pérez y García-Mas (1999) se centran en los mallorquines entre 16 y 27 años, en los que detectan que la *diversión* continúa constituyendo la causa principal de inicio físico-deportivo. Los *amigos* y el *gusto por el deporte* figuran como otros factores de inicio importantes en esta población. Los motivos más relacionados con la *salud y la forma física* son señalados en mayor medida como factores de mantenimiento de la práctica físico-deportiva.

Torre (2000) y Torre, Cárdenas y Girela (1997) encontraron que *estar saludable, divertirse, liberar tensiones, el gusto por la competición y mantener la línea* eran los motivos más importantes aducidos por los alumnos de 3º de BUP y 1º de Bachillerato de Granada para hacer actividad físico-deportiva. *Encontrarse con los amigos* ocupa la séptima posición. Discriminando en función del sexo, el *gusto por la competición* es señalado principalmente por los chicos, mientras que a las mujeres les mueve más *mantener la línea*.

Torre (2000) analiza el perfil de los deportistas en función de los motivos de práctica; el autor constata que:

- La frecuencia de práctica es mayor entre los chicos que dicen *querer una carrera deportiva, demostrar su habilidad a los demás o divertirse*, además de entre quienes señalan como motivos de práctica el *gusto por la competición* o por *el entrenamiento duro y prolongado*, así como *mantener la línea y encontrarse con los amigos*.
- El futuro de la *práctica físico-deportiva* de los chicos se relacionó significativamente con los siguientes motivos de práctica: el *querer hacer una carrera deportiva, divertirse, el gusto por el éxito y la victoria y liberar tensiones*. En el caso de las chicas se encontró relación significativa con *querer hacer una carrera deportiva y divertirse*.
- Los chicos que señalan como razones que les llevan a practicar el *querer hacer carrera deportiva, el gusto por el éxito y la victoria* así como el *gusto por la competición* se decantan por actividades con carácter competitivo, principalmente el fútbol. Lo mismo ocurre con las chicas que confiesan que el *gusto por la competición* les motiva a practicar actividades físico-deportivas; en este caso se inclinan principalmente por el voleibol y el esquí.

En esta línea, el estudio desarrollado por Castillo, Tomás y Pastor (1999) muestra diferencias significativas en algunos motivos de práctica entre los que

compiten y los que dicen no competir. Los primeros se ven más motivados que los segundos por intentar *ser buenos en el deporte* y por *querer ser una estrella* del deporte.

A este respecto, los nadadores jóvenes de Michigan (Gould, Feltz y Weiss, 1985) destacan el *divertimiento, la forma física, la mejora técnica, el ambiente de equipo y la propia competición* como los motivos que más les inducen a la participación físico-deportiva de competición. Deteniéndonos en las diferencias por sexo, los chicos ponen mayor énfasis en el *éxito deportivo*, mientras que ellas ponen el acento en *la amistad y el divertimiento*.

Lloréns, Castillo y Balaguer (1999) concluyen en su estudio que los motivos relacionados con *la salud y la forma física* son los que más inducen a la práctica físico-deportiva de las chicas adolescentes. También se manifiestan importantes, aunque con menor influencia, las *relaciones con amigos, divertirse y agradar a los padres*. La *mejora de la salud* y el intento de *agradar a los padres* disminuyen conforme avanza la edad.

Estas diferencias observadas en las distintas poblaciones de jóvenes pueden deberse a la edad; así lo observa Puig y Masnou (1998), al referirse a la iniciación físico-deportiva:

*Antes de los 10 años el papel de la familia es decisivo; (...) La situación se invierte totalmente entre los 15 y los 18 años. El papel de la familia aparece como irrelevante en contraposición a la propia iniciativa personal* (p. 46).

En la población joven (9-18 años) de Iowa (Gill, Gross y Huddleston (1983), se obtienen motivos similares a los ya comentados para la población joven española: *mejorar las habilidades, divertirse, aprender nuevas actividades y la salud*.

Bianchi y Brinnitzer (2000) revelan diferencias significativas en las motivaciones de práctica físico-deportiva en función de la clase social. Así, para las adolescentes argentinas de clase alta el factor principal que les lleva a practicar actividades físico-deportivas es el *contacto con la naturaleza*, mientras que para la clase media es el pertenecer a un grupo de pares y para la clase baja el jugar, *divertirse y competir*.

En los universitarios españoles influyen sobre todo los siguientes factores: *hacer ejercicio físico, la diversión y el gusto por el deporte* (FEDU, 1984). Entre los estudiantes de la Universidad de León, se mantienen el *gusto por el deporte, la diversión y hacer ejercicio físico* como las razones que más les impulsan a ocupar su tiempo libre con actividades motrices; para cada una de ellas se registró en torno a un 30% de respuestas (Álvarez, 1994). El resto de motivos son señalados por menos del 3% de los encuestados; entre ellos figuran *encontrarse con los amigos, competir o mantener la línea*, tan importantes para otros colectivos.

Sin embargo, los motivos de participación deportiva de los alumnos de la Universidad Politécnica de Valencia (López Yeste, 1999) están más diversificados: hasta once son señalados por al menos un 20% de los que dijeron practicar alguna actividad físico-deportiva. Entre ellos destaca la *diversión*, citada por tres de cada cuatro practicantes. Al menos el 50% asegura hacerlo por pasar un buen rato con los amigos o por reducir el estrés, el 40% por relajarse y un 20% por evasión. Estos estudiantes valencianos muestran cómo los motivos relacionados con la forma física y la salud son también muy importantes en su práctica físico-deportiva; un alto porcentaje de ellos indica las siguientes opciones: *hacer algo más por mi cuerpo* (39,6%), *mejorar constantemente mi estado físico* (32,1%), *hacer algo para mejorar mi salud* (26%) y *hacer alguna cosa por mi salud* (20,3%). Un 21% afirma *practicar actividades físico-deportivas para sentir nuevas emociones*.

Los resultados obtenidos por Cash, Novy y Grant (1994) certifican que *mantener la salud* y el *aspecto físico* constituyen motivos bastante importantes para la práctica físico-deportiva de las mujeres universitarias. La *regulación emocional* es algo valioso, mientras que los *factores sociales* no les influyen demasiado.

La *salud* vuelve a erigirse en el principal motor de la práctica físico-deportiva de los estudiantes de la Universidad de Granada (Torres, Carrasco y Medina, 1999).

De igual modo, el alumnado de segundo ciclo de la Universidad de Almería (Ruiz Juan, 2001; Ruiz Juan y García Montes, 2002b; Ruiz Juan, García Montes y Hernández Rodríguez, 2001a) se ve inducido a la práctica físico-deportiva fundamentalmente por motivos relacionados con *la forma física y la salud* (un 80,6% señala *estar en forma* y un 73,3% *mantener o mejorar la salud*). El *gusto por el ejercicio físico* junto con *la diversión y relajación* son otros motivos destacados por más del 50% de los estudiantes (70,5%, 68,8% y 65% respectivamente).

Englobando las conclusiones sobre la población universitaria, las chicas hacen actividades físico-deportivas por *mantener o mejorar la forma física, la salud y la imagen personal*. Los estudiantes varones se ven más motivados por *competir, por la capacidad personal, por la aventura, por diversión y por las relaciones sociales*. A medida que aumenta la edad disminuye el interés por la *competición* y se incrementan las motivaciones relacionadas con *la salud* (Pavón, Moreno, Gutiérrez y Sicilia, 2003, 2004).

#### 2.2.3.2. *Motivos para no practicar o para abandonar la práctica físico-deportiva*

En cuanto a los motivos para no practicar o para abandonar la práctica físico-deportiva, según todos los estudios analizados se destacan fundamentalmente tres, presentados por orden en la figura 2.17.

Boothby, Tungatt y Townsend (1981) descubren que los motivos que más inducen al abandono físico-deportivo a la población de Stockton-on-Tees, Cleve-

land e Inglaterra son, en orden decreciente, la *pérdida de interés*, la *falta de facilidades*, la *falta de habilidad*, el *abandono de una organización*, el *cambio de lugar de residencia* y la *falta de tiempo*.

POBLACIONES	MOTIVOS PARA NO PRACTICAR O ABANDONAR MÁS SEÑALADOS		
	PRIMERO	SEGUNDO	TERCERO
Stockton-en-Tees (Boothby, Turgut y Townsend 1981)	Por pérdida de interés	Por falta de facilidades	Por falta de habilidad
Españoles (Martín Almendros, 2000)	Por falta de tiempo	---	---
Margen Idoia Nervión (Ispiza, 1993)	Por falta de tiempo	Por edad	Por salud
Cataluña (Cafelles y Rovira, 1995)	Por falta de tiempo	Por edad	
Andalucía (Cuevas, 1994)	Por falta de tiempo	Por falta de gusto por el ejercicio físico	Por edad
Alicante (Díez y Quesada, 2000)	Por edad	---	---
Granada (García Montes y col. 1996)	Por falta de tiempo	Por edad	Por falta de gusto por el ejercicio físico
Mujeres de Granada (García Montes, 1997; García Montes y col. 2000)	Por falta de tiempo	Por edad	Por falta de gusto por el ejercicio físico
Mayores de Granada (López-Cotar y Rebollo, 2002)	Por falta de tiempo	Por falta de gusto por el ejercicio físico	Por edad
Jóvenes de Granada (Torre, 2000)	Por falta de tiempo	Por pereza	Por falta de instalaciones cercanas
Jóvenes españoles (Paig y Mazono, 1988)	Por cambio de costumbres	Por cambio de amigos	Por tener otros intereses
Alumnos Universidad Politécnica de Madrid (UPM, 1993)	Por falta de tiempo	---	---
Alumnos de la Universidad Politécnica de Valencia (López Yeste, 1999)	Por falta de tiempo	Por pereza	Por estar casado
Alumnos de la Universidad de Granada (Torre, Carrasco y Medina, 1999)	Por salud	---	---
Universidad de Almería (Hernández Rodríguez, 2001; Hernández Rodríguez, García y Oña, 2002; Ruiz Juan, 2001; Ruiz Juan y García Montes, 2002b; Ruiz Juan, García Montes y Hernández Rodríguez, 2001a; Ruiz Juan, García Montes y Hernández Rodríguez, 2002)	Por falta de tiempo	Por pereza	Por tener otras preferencias

Figura 2.17. *Motivos para no practicar o para abandonar según los estudios consultados.*

Martín Almendros (2000) al analizar los determinantes de actividad física y sobrepeso/obesidad en España, descubre que la barrera más frecuente que se encuentra esta población ante la práctica motriz constituye la *falta de tiempo*.

Entre la población activa de Barakaldo, Portugalete, Santurtzi y Sestao (Ispizua, 1993), los principales motivos para no practicar actividad física parecen ser la *falta de tiempo* (39,6%), la *edad* (30,1%) y la *salud* (23%).

Los resultados obtenidos por Cuevas (1994) con la población andaluza y por Cañellas y Rovira (1995) para los barceloneses concuerdan con los de Ispizua (1993): la *falta de tiempo* (22,8% y 64% respectivamente) es lo que principalmente induce a no practicar o a abandonar la práctica, seguida por la *edad avanzada* (13,2% y 12%), la *falta de salud* (10,5% y 12%), la *falta de gusto por el ejercicio físico* (10,7% y 21%), y la *poca decisión* (para los andaluces) (15,7%) y el *cansancio* (para los barceloneses) (24%). Estos motivos se mantienen estables a pesar de la edad, el estado civil o el nivel educativo.

Concuerdan con estos resultados los obtenidos por García Montes y col. (1996) para la población granadina: destacan la *falta de tiempo* (29,4%), la *edad* (15,6%) y la *falta de gusto por el ejercicio físico* (15,6%). Los mismos motivos primordiales se obtienen entre la población femenina granadina (García Montes, 1997; García Montes y col., 2001).

Sin embargo, el 81% de los alicantinos que afirmaron haber abandonado la práctica físico-deportiva dijeron haberlo hecho por la *edad* (Díez y Quesada, 2000). Si tenemos en cuenta que la media de edad de los encuestados es inferior a los 30 años, podemos detectar que esta población no concibe la práctica físico-deportiva como una actividad que puede acompañar al individuo a lo largo de toda su vida.

Estos datos chocan con los obtenidos por López-Cózar y Rebollo (2002) entre las personas mayores de Granada: la *edad* sólo fue marcada como motivo para no practicar por uno de cada cinco encuestados, y se concedía más importancia a razones como la *falta de tiempo* (78,6%) o la *falta de gusto por el ejercicio físico* (60,7%).

Torre (2000), en su estudio sobre la actividad físico-deportiva del alumnado de enseñanzas medias de Granada, diferencia entre los motivos para no practicar y los motivos para abandonar las actividades físico-deportivas. En cuanto a los factores que inducen a no practicar actividades físico-deportivas, los jóvenes estudiantes de 3º de BUP o 1º de Bachillerato de Granada, además de la *falta de tiempo* (80%), el *cansancio* (21,8%) y la *falta de gusto por el ejercicio físico* (20%), indican la *pereza* (55,3%), la *falta de instalaciones cercanas* (24,7%) y la *falta de práctica por parte de sus amigos* (21,2%). En cuanto a los motivos que inducen al *abandono físico-deportivo*, sobresalen tres: la *falta de tiempo* (81,8%) y la *desgana o pereza* (36,5%), coincidentes con los que llevan a no practicar, y el tener otras cosas que hacer (72,6%).

Esta autora observa cómo los chicos que dicen haber abandonado la práctica físico-deportiva por aburrimiento, rechazo de los compañeros o estrés competitivo, así como las chicas que declaran renunciar por poner demasiado énfasis

en ganar, o por no ser tan buenas deportistas como creían, presentan menos posibilidades de ser físicamente activos en el futuro.

Estos motivos distan mucho de los señalados por los jóvenes españoles en la década de los 80 (Puig y Masnou, 1988), entre los que destacan el *cambio de costumbres, cambiar de amigos y tener otros intereses*.

Entre los estudiantes universitarios, la *falta de tiempo* sigue suponiendo el principal motivo para no practicar, tal y como refleja el trabajo realizado por la Universidad Politécnica de Madrid (1993), donde es mencionada por el 73,55% de los no practicantes.

López Yeste (1999) encontró entre las razones más esgrimidas por el alumnado de la Universidad Politécnica de Valencia para no practicar actividades físico-deportivas la *falta de tiempo* (70,6%), la *pereza* (55,3%) y *estar cansado* (23,5%). Las instalaciones deportivas también influyen en gran medida, ya que el 28,8% confiesa no ocupar su tiempo libre en estas actividades por *vivir lejos de las instalaciones deportivas* y otro 23,5% debido a la *inexistencia de instalaciones accesibles*.

Entre la población universitaria almeriense (alumnado, personal docente e investigador y personal de la administración y servicios) que ha abandonado la práctica físico-deportiva la *falta de tiempo, la pereza y la preferencia por otras cosas* fueron las razones principales que llevaron a tomar esa decisión (Hernández Rodríguez, 2001; Hernández Rodríguez, García y Oña, 2002). Más de la mitad del colectivo formado por los que han abandonado alguna actividad física ofertada por el servicio de deportes de la Universidad dice haberlo hecho *porque los horarios no le venían bien*. La *distancia de la instalación* a su domicilio también es remarcada por una parte de este colectivo.

Descendiendo al colectivo formado exclusivamente por los alumnos de la Universidad de Almería (Ruiz Juan, 2001; Ruiz Juan y García Montes, 2002b; Ruiz Juan, García Montes y Hernández Rodríguez, 2001a; Ruiz Juan, García Montes y Hernández Rodríguez, 2002), los motivos de abandono más aludidos son, además de los señalados para toda la población universitaria (*falta de tiempo, pereza y preferencia por otras cosas*), la *incompatibilidad de horarios, la falta de práctica por parte de sus amigos y la distancia al domicilio*. Más de un 50% de los que nunca practicaron declararon no hacerlo debido de nuevo a la *falta de tiempo, a la pereza y al cansancio* fundamentalmente. Otras razones referidas con una frecuencia considerable, aunque por debajo del 25%, son la *falta de gusto por la actividad física, el grupo de amigos no realiza actividad físico-deportiva y la falta de instalaciones cercanas y/o adecuadas*.

Podemos concluir que las razones que llevan a abandonar o a no practicar actividades físico-deportivas no parecen deberse a la falta de cumplimiento de las expectativas de práctica, sino a otros factores, ya que, a simple vista, los motivos señalados no parecen guardar una relación negativa con los de práctica.

### 2.2.3.3. *Motivos para practicar en la universidad o fuera de ella*

Continuando con el colectivo universitario, recordemos que un alto porcentaje de éste ejerce su práctica físico-deportiva fuera de las instalaciones deportivas universitarias y que resulta considerable la proporción de quienes emplean los servicios de deportes universitarios. ¿Cuáles son los motivos que les llevan a practicar en la universidad o fuera de ella?

Cuatro son los principales motivos que llevan a los estudiantes de la Universidad de León a no practicar actividades físico-deportivas en sus instalaciones, según el estudio de Álvarez (1994): *la falta de actividades interesantes* (17,8%), *instalaciones inadecuadas y lejanas* (17%), *la falta de información* (14,3%) y *la pereza* (12,5%).

Hernández Rodríguez (2001) y Hernández Rodríguez, García y Oña (2002) formulan la pregunta en sentido opuesto: “¿Por qué realizas actividad físico-deportiva de forma libre y/o en otras ofertas?”. Las principales causas señaladas por la población universitaria almeriense fueron *la cercanía al domicilio y la asistencia con amigos o familia*. Este motivo resulta muy importante si tenemos en cuenta que un gran número de practicantes hacen actividad física acompañados de sus amigos, mientras que los servicios de deportes universitarios restringen el acceso a la población universitaria.

### 2.2.4. *Orientaciones de meta en la práctica físico-deportiva*

Balaguer, Castillo y Tomás (1996), Castillo (2000) y Castillo, Balaguer y Duda (2000) estudian las diferencias de orientaciones de meta en función del sexo a partir de la versión española del cuestionario de orientación al ego o a la tarea en el deporte (TEOSQ), elaborado por Guivernau y Duda (1994). Los análisis de varianza notificaron que los chicos jóvenes valencianos de entre 11 y 18 años presentan una mayor orientación al ego que las jóvenes valencianas. Estos datos concuerdan con los obtenidos por White y Duda (1994).

Atendiendo al contexto de práctica físico-deportiva, podríamos pensar que aquellos que participan en competiciones deportivas presentarán una mayor orientación al ego; sin embargo los resultados del estudio de Castillo, Tomás y Pastor (1999) revelan la inexistencia de diferencias significativas en la orientación de metas en función de la participación en competiciones deportivas. No obstante, White y Duda (1994) detectaron que los deportistas de alta competición estaban significativamente más orientados al ego que los participantes en actividades físicas no competitivas o con bajos niveles de competición.

Las orientaciones de meta parecen aportar gran información sobre las posibilidades de abandono o adherencia a la práctica físico-deportiva; por lo tanto deben ser tenidas en cuenta en los estudios sobre los comportamientos físico-deportivos. Los resultados obtenidos en numerosos trabajos científicos (Duda,

Fox, Biddle y Armstrong, 1992; Duda y White, 1992; White y Duda, 1993; Fonseca y Paula Brito de, 2000; Castillo, 2000) muestran cómo aquellos que están más orientados al ego, que piensan que los resultados en las actividades físico-deportivas vienen determinados por características genéticas estables, tienen más posibilidades de abandonar la práctica físico-deportiva. En cambio, aquellos más orientados a la tarea, que perciben que el éxito viene determinado por la mejora de su rendimiento, tenderán más a la adherencia en actividades físico-deportivas.

SEGUNDA PARTE

PROCESO EMPÍRICO



## CAPÍTULO 3

# PLANTEAMIENTO DE LA INVESTIGACIÓN

### 3.0. Introducción

La primera parte de esta investigación ha estado configurada por el estado de la cuestión en materia de tiempo libre y actividades físico-deportivas: la conceptualización de estos términos, sus teorías, antecedentes, tendencias, así como un meta-análisis de los estudios e investigaciones realizados hasta el momento.

En las múltiples investigaciones nacionales e internacionales estudiadas y centradas en la práctica físico-deportiva de tiempo libre se ha podido constatar la estrecha asociación que los comportamientos motores de tiempo libre tienen con factores sociodemográficos como el sexo, la edad, el estado civil, etc., y con factores psicológicos como la motivación, la satisfacción, la orientación de meta, etc. Sin embargo, no se ha puesto de manifiesto en estos trabajos la relación de causalidad entre estas dimensiones.

Por otra parte y atendiendo a la población objeto de estos estudios analizados, algunos de ellos se centran en estudiantes universitarios y, en concreto, uno de ellos, el de Hernández Rodríguez (2001) profundiza en la práctica físico-deportiva del conjunto de la comunidad universitaria (alumnado, PDI y PAS), concretamente la de Almería.

Esta primera parte ha dado origen a la formulación de preguntas que han orientado y han dado sentido al presente estudio. Destacamos entre otras las siguientes:

- Las características sociodemográficas de los universitarios riojanos ¿se asocian a sus comportamientos físico-deportivos de tiempo libre?
- De confirmarse esta cuestión, ¿cuáles de ellas influyen en la práctica motriz?
- ¿Cuál es el perfil de la comunidad universitaria riojana practicante de actividades físico-deportivas?
- ¿Qué variables determinan la adherencia o el abandono físico-deportivo?

- ¿Quiénes son los practicantes potenciales de actividades físico-deportivas?
- ¿Qué hacer para captar a los practicantes potenciales?...

En la segunda parte del estudio se aborda el análisis de los comportamientos físico-deportivos experimentados por la comunidad de la Universidad de La Rioja en su tiempo libre. Concretamente en este capítulo se refleja el diseño y la descripción del proceso, las dimensiones y objetivos fundamentales que han guiado el estudio, así como las variables, los instrumentos utilizados y los tratamientos estadísticos aplicados.

A continuación se presenta el diseño del proceso.

### 3.1. Diseño del proceso

El planteamiento de toda investigación sigue un camino que va desde la formulación del problema hasta la respuesta demostrada o justificada. En el presente estudio ese camino ha seguido cinco etapas claramente definidas que van desde la dilucidación del problema hasta la redacción del informe.

#### PRIMERA ETAPA: DILUCIDACIÓN DEL PROBLEMA

Tras decidir el tema de estudio se procede a la revisión de la literatura existente al respecto y, a partir de aquí, a formular el problema de la investigación.

Para localizar la bibliografía presente sobre la práctica físico-deportiva de tiempo libre, se emplearon distintas fuentes de información bibliográfica y documental como catálogos de bibliotecas y bases de datos.

Del análisis de dicha bibliografía se desarrolla un primer capítulo sobre la conceptualización y fundamentación del tema (tiempo libre y actividades físico-deportivas), un segundo dedicado a profundizar en el estado de la cuestión que nos llevó a dejar patente el problema y el diseño de la investigación.

#### SEGUNDA ETAPA: PLANTEAMIENTO DE LA INVESTIGACIÓN

A partir del problema formulado se especificaron los principales focos de interés y sus primeras dimensiones.

En esta fase del trabajo se consideró pertinente tener en cuenta las opiniones, sugerencias e intereses de los alumnos, del personal docente e investigador y del personal de administración y servicios de la Universidad de La Rioja, contexto educativo analizado. Para ello se realizaron *grupos de discusión*, que nos permitieron contrastar los focos y dimensiones definidos como intervinientes con los reconocidos por la propia comunidad universitaria riojana.

Este enfoque cualitativo contribuyó, por un lado, a mejorar y depurar el planteamiento de la investigación, puliendo las dimensiones del estudio, formulando

sus objetivos y definiendo y categorizando las variables que más se ajustaban a los objetivos planteados; por otro, ha permitido elaborar un instrumento de recogida de información adecuado a la población a investigar; por último, ha estado orientado a obtener unos datos que nos permitan analizar el fenómeno de la actividad físico-deportiva de tiempo libre en la comunidad universitaria riojana.

Se elaboraron los instrumentos adecuados para controlar un determinado número de variables tanto en el campo del tiempo libre (dimensiones de disponibilidad y ocupación), como en el de la actividad físico-deportiva (dimensiones de historial de práctica, actividades, motivos y orientaciones de meta) en función de unas variables de identificación (dimensiones personales, laborales o educativas y ambientales).

En el proceso de creación del instrumento surgieron varios cuestionarios. La validación del modelo propuesto, a través del juicio de expertos y del estudio piloto, llevó a reducir su extensión, eliminando algunos ítems así como a añadir y eliminar algunas categorías dentro de determinados ítems, resultando el cuestionario definitivo.

#### TERCERA ETAPA: TRABAJO DE CAMPO

Tras la confección definitiva del cuestionario, se obtuvieron los datos del universo de estudio (comunidad de la Universidad de La Rioja) a través de los registros conseguidos por la propia institución durante el curso académico 2002-2003. A partir de estos datos se procedió a la elaboración del diseño muestral, eligiendo un muestreo por cuotas, utilizando tres variables (colectivo, titulación/departamento/servicio y sexo) para la confección de los perfiles de los entrevistados, de tal forma que la distribución de la muestra fuese idéntica a la distribución del universo de trabajo, para asegurarnos la representatividad de la muestra (Camarero y del Val, 2001).

La recogida de datos se llevó a cabo durante los meses de mayo, junio y julio del curso académico 2002-2003. La propia investigadora se encargó de distribuir en mano, estimular la respuesta y recibir también en mano todos los cuestionarios.

La selección de las unidades muestrales últimas, personas a entrevistar, se realizó mediante un método de rutas. Teniendo en cuenta todos los edificios que conforman el campus universitario y considerando que la asistencia presencial a la Universidad de La Rioja podía variar en función de los distintos días semanales y en distintos momentos de un mismo día, se diseñaron 20 rutas diferentes.

De estas rutas se ha exceptuado el edificio del polideportivo por albergar en él a personas cuya práctica físico-deportiva era perceptiva o inherente, por lo que su inclusión generaría importantes sesgos de selección.

La participación y respuesta generalizada de la comunidad universitaria resultó muy positiva.

---

#### CUARTA ETAPA: TRATAMIENTO ESTADÍSTICO APLICADO

Una vez realizadas todas las encuestas, se procedió al vaciado de los resultados en el paquete software estadístico informático para el ámbito de aplicación de las Ciencias Sociales SPSS versión 11.5.

A partir de la introducción, codificación y grabación de los datos se pasó al análisis estadístico de los mismos.

En un primer momento se llevó a cabo un análisis descriptivo de las variables de estudio a través de tablas de distribución de frecuencias y de la descripción simple de variables.

Posteriormente, y una vez descritas las tendencias centrales y la variabilidad de las distribuciones, se pasó, mediante un análisis inferencial de contrastes, a describir las diferencias significativas en variables cuantitativas, como el número de actividades físico-deportivas practicadas entre submuestras o estratos (colectivo universitario, sexo y titulación). Se utilizó la comparación de medias a través de la prueba t de Student para muestras independientes. Del mismo modo, en variables cualitativas como la situación de práctica físico-deportiva, se implementa la prueba de las diferencias de proporciones.

La relación existente entre variables cuantitativas, como edad y número de actividades físico-deportivas practicadas, se estudia por medio de los coeficientes de correlación, mientras que para variables cualitativas, como tipo de actividades físico-deportivas que practican y orientación de meta, se hace lo propio con las tablas de contingencia.

Finalmente, empleamos el análisis multivariable de dependencia Chi-square Automatic Interaction Detector (CHAID) para explicar la influencia de variables independientes sobre las dependientes.

#### QUINTA ETAPA: REDACCIÓN DEL INFORME

La última etapa viene configurada por la elaboración del informe a partir del análisis reflexivo de los resultados y de la comparación con los obtenidos en otras investigaciones referentes al tema que nos ocupa. En este informe se elevan conclusiones y la prospectiva en torno a la práctica físico-deportiva de tiempo libre.

### **3.2. Descripción del problema objeto de estudio: dimensiones fundamentales de la investigación**

En la sociedad de hoy es ya incuestionable la tendencia a lograr un aumento de la calidad de vida, por un lado a través del incremento progresivo de tiempo libre y, en concreto, a través de las prácticas saludables de tiempo libre entre las que se encuentran las actividades físico-deportivas. Esta preocupación por mejorar la calidad de vida a través de las experiencias físico-deportivas saludables de

tiempo libre es también compartida por la Universidad de La Rioja. Ahora bien, ¿cómo podemos extender la práctica físico-deportiva entre la comunidad universitaria?

Esta cuestión promueve desde un primer momento nuestro interés por este trabajo. En concreto, tal y como se destaca en el título, esta investigación examina los hábitos físico-deportivos de tiempo libre de la comunidad universitaria riojana. En este sentido, y partir de los estudios realizados hasta el momento (capítulo 2), se hace necesario elaborar una propuesta que guíe el proceso de estudio.

Las experiencias y resultados proporcionados por las investigaciones previas reflejan la importancia de contemplar en este tipo de trabajos, por un lado, las características sociodemográficas y, por otro, los aspectos relativos al tiempo libre y ocio. Así, el análisis de los hábitos físico-deportivos de tiempo libre de la población de la Universidad de La Rioja se estructura en torno a tres grandes focos: características identificativas de los universitarios riojanos, su tiempo libre y ocio y su práctica físico-deportiva (ver figura 3.1).



Figura 3.1. *Focos para el estudio de los hábitos físico-deportivos de la comunidad universitaria riojana.*

Por otra parte, consideramos que la práctica físico-deportiva de tiempo libre de la comunidad universitaria tiene que ser estudiada de tal forma que vaya más allá de la simple descripción de las costumbres motrices de los estudiantes. En este sentido, consideramos necesario conocer también las experiencias, actitudes y motivaciones que presenta el Personal Docente e Investigador y el Personal de Administración y Servicios ante esta ocupación saludable de tiempo libre.

En esta línea de trabajo, estamos convencidos de que en la medida en que el Servicio de Actividades Deportivas de la universidad conozca los comportamientos, deseos, preferencias, actitudes y motivaciones experimentados por el conjunto de usuarios potenciales, extensible no sólo a alumnos sino también a PDI y PAS, mayores serán las posibilidades de mejorar la calidad de la oferta, lo que repercutirá a su vez en un posible incremento de la práctica físico-deportiva de tiempo libre.

Desde estas líneas y atendiendo a los focos de estudio planteados, entendemos que es necesario determinar unas cuestiones específicas que estructuren, orienten y den sentido a cada uno de estos focos a investigar. Entre otras se destacan las siguientes:

- ¿Se practican actividades físico-deportivas de tiempo libre entre la comunidad universitaria riojana?
- ¿La diferencia de sexo, edad, estado civil y colectivo universitario influyen en la práctica físico-deportiva de tiempo libre de los universitarios riojanos?
- ¿Se presentan diferentes comportamientos físico-deportivos de tiempo libre en función de las características laborales o educativas de los miembros de la Universidad de La Rioja?
- ¿Son diferentes las situaciones de práctica físico-deportiva de los universitarios riojanos según el lugar de procedencia y de residencia?
- ¿Son diferentes los comportamientos físico-deportivos en función de la cantidad, distribución y percepción de tiempo libre disponible?
- ¿El resto de actividades de tiempo libre practicadas y deseadas influyen en la práctica físico-deportiva?
- ¿La comunidad de la Universidad de La Rioja se encuentra satisfecha con su situación de práctica físico-deportiva actual?
- ¿Qué tipo de actividades físico-deportivas son más practicadas entre la población universitaria riojana?
- ¿Cuándo, con quién y dónde ejercitan estas actividades los universitarios riojanos?
- ¿Cuáles son los motivos que llevan a la comunidad universitaria riojana a iniciarse, mantenerse, abandonar o a no practicar nunca actividades físico-deportivas de tiempo libre?
- ¿Qué razones llevan a los universitarios riojanos a practicar en las instalaciones universitarias o en otros espacios no universitarios?
- ¿Qué orientaciones motivacionales de meta presenta la comunidad universitaria riojana ante la práctica físico-deportiva?

### ***3.2.1. Dimensiones fundamentales de la investigación***

Todas estas preguntas están delimitando los tres grandes focos fundamentales del estudio a partir de los cuales se configuran las dimensiones y los indica-

dores respectivos recogidos en apartados siguientes y que globalmente muestra la figura 3.2 que cierra, a modo de síntesis, este apartado.

### 3.2.1.1. *Foco de análisis 1. Características identificativas*

Las características identificativas de la comunidad universitaria riojana se han estudiado a través de tres dimensiones:

1. Características personales
2. Características laborales o educativas
3. Características ambientales.

### 3.2.1.2. *Foco de análisis 2. Tiempo libre y ocio*

Dos dimensiones estructuran el foco *tiempo libre y el ocio*; éstas son la disponibilidad de tiempo libre y la ocupación del tiempo libre. En cada una de ellas se agrupan tres indicadores diferentes.

#### 1. DISPONIBILIDAD DE TIEMPO LIBRE

Las actividades de tiempo libre, como su propio nombre indica, se desarrollan dentro de un período temporal liberado de obligaciones. Por ello, disponer de tiempo libre es condición necesaria para que se desarrollen actividades físico-deportivas dentro de este ámbito. Algunos estudios tratan de conocer la cantidad de tiempo libre disponible por el individuo al mismo tiempo que se ponen de manifiesto las diferencias existentes en función del tipo de días. Además la práctica de actividades de tiempo libre se ve influenciada por la distribución de esas horas libres a lo largo del día y por la percepción que uno mismo tiene sobre la cantidad de tiempo libre disponible.

Por ello, se han seleccionado los siguientes indicadores:

- a) Cantidad de tiempo libre
- b) Distribución de tiempo libre
- c) Tiempo libre percibido.

#### 2. OCUPACIÓN DEL TIEMPO LIBRE

Toda actividad de tiempo libre debe ser elegida libre y voluntariamente; sin embargo, en no pocas ocasiones, nos vemos influidos en la elección de estas actividades por otros factores externos a nuestros gustos y preferencias. Cuanto más se alejen estas ocupaciones de nuestros deseos y predilecciones, más perderán el carácter de tiempo libre convirtiéndose en actividades obligatorias.

También incluimos en este estudio el grado de satisfacción con la ocupación del tiempo libre, ya que para que las actividades realizadas en el tiempo libre

sean consideradas de ocio deben producir desarrollo personal y/o social, coincidir con sus gustos, deseos y preferencias y satisfacer a quien las practica.

Los indicadores que se proponen son:

- a) Ocupación real del tiempo libre
- b) Ocupación deseada del tiempo libre
- c) Satisfacción con la ocupación de su tiempo libre.

### 3.2.1.3. *Foco de análisis 3. Práctica físico-deportiva*

La práctica físico-deportiva de tiempo libre se ha estudiado a través de cuatro dimensiones: historial de práctica físico-deportiva, actividades físico-deportivas, motivos en torno a la práctica físico-deportiva y orientaciones de meta. Estas dimensiones abarcan quince indicadores (tres, cinco, seis y uno respectivamente).

#### 1. HISTORIAL DE PRÁCTICA FÍSICO-DEPORTIVA

Se hace necesario conocer en un primer momento el historial físico-deportivo de la población universitaria. Para ello se plantean tres indicadores.

Con el primero, se pretende clasificar a los universitarios en función de su situación actual de práctica físico-deportiva; a partir de esta segmentación se diversificará el estudio en un intento por acercarnos a las formas de intervención más adecuadas para cada grupo.

El segundo se refiere a los años de adherencia físico-deportiva.

Con un tercer indicador, se buscará la satisfacción que un individuo muestra con respecto a su práctica físico-deportiva, la cual responde a la relación entre sus experiencias vividas y sus gustos, deseos, intereses, pretensiones, necesidades, inquietudes, expectativas, etc. Aquellos que presenten una mayor satisfacción con su situación actual, mostrarán a su vez una mayor inercia a permanecer en esas condiciones; por el contrario, los que estén insatisfechos se mostrarán más abiertos y flexibles al cambio. Esta hipótesis se hace extensible a todo tipo de practicantes: actual, pasado, encubierto y probable.

Los indicadores son:

- a) Situación de práctica físico-deportiva
- b) Años de práctica físico-deportiva
- c) Satisfacción con la práctica físico-deportiva.

#### 2. ACTIVIDADES FÍSICO-DEPORTIVAS

La dimensión denominada actividades físico-deportivas se configura como la más amplia y variada, ya que recoge en ella indicadores relativos a la tipología de

la actividad, a lo espacial y temporal, así como a las referencias sociales y preferenciales.

Así pues, su estudio se estructura en estos indicadores:

- a) Actividades físico-deportiva practicadas
- b) Lugar utilizado para la práctica
- c) Momento en que se practica
- d) Con quién practica
- e) Modalidades físico-deportivas deseadas.

### 3. MOTIVOS EN TORNO A LA PRÁCTICA FÍSICO-DEPORTIVA

Para poder plantear líneas de intervención que resulten efectivas con vistas a fomentar la incorporación y adherencia físico-deportiva, mitigando el abandono, se necesita conocer los motivos por los que se rechaza, se inicia, se continúa o se abandona la práctica físico-deportiva de tiempo libre.

Siguiendo a Martín Albo (1997) y Martín Albo, Núñez y Navarro (2003), se estudiarán las motivaciones atendiendo a los siguientes momentos físico-deportivos: inicio, mantenimiento, abandono o falta de práctica.

Por último, también incluimos, en este análisis de las motivaciones en torno a la práctica físico-deportiva, los motivos que suscitan la práctica físico-deportiva dentro de la universidad o fuera.

De este modo, los indicadores planteados son los que se presentan a continuación:

- a) Motivos de inicio físico-deportivo
- b) Motivos de mantenimiento físico-deportivo
- c) Motivos de abandono físico-deportivo
- d) Motivos por los que nunca ha practicado
- e) Motivos por los que practica en las instalaciones universitarias
- f) Motivos por los que practica fuera de la universidad.

### 4. ORIENTACIONES DE META

En el capítulo anterior se constataba cómo algunos autores -entre ellos Duda, Fox, Biddle y Armstrong, 1992; Duda y White, 1992; White y Duda, 1993; Fonseca y Paula Brito de, 2000; Castillo, 2000- encontraron relación entre las orientaciones de meta que presenta un deportista y la adherencia a la práctica físico-deportiva. Por ello consideramos que esta relación cumple un papel fundamental y decisivo en los comportamientos y hábitos físico-deportivos de los universitarios riojanos.

Esta dimensión viene configurada por un único indicador:

Orientaciones motivacionales en la práctica físico-deportiva

En definitiva, tres son los focos y nueve las dimensiones con sus respectivos indicadores, como recoge la figura 3.2, que han marcado las pautas del presente estudio.

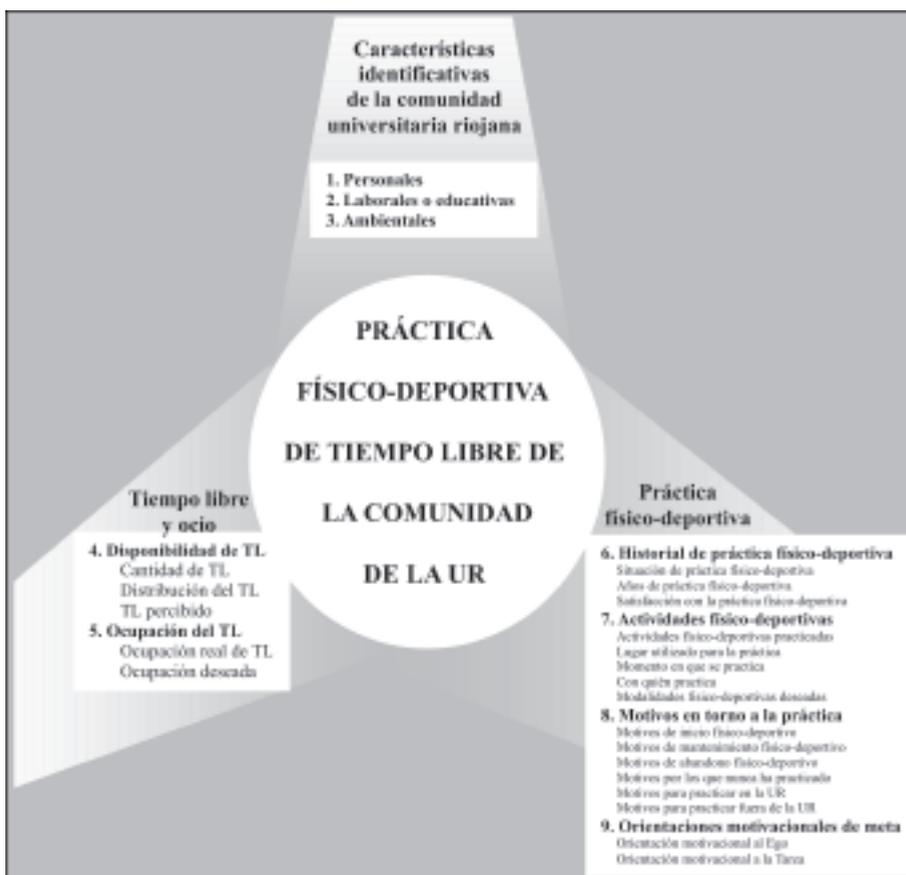


Figura 3.2. Modelo de estudio de los hábitos físico-deportivos de la comunidad universitaria riojana.

### 3.3. Objeto de la investigación

Una vez expuestas las dimensiones con sus indicadores correspondientes se plantean los objetivos que se pretenden alcanzar con esta investigación. Estos giran fundamentalmente en torno a un objetivo general:

**Conocer y valorar la demanda real y potencial de actividades físico-deportivas como forma de utilizar el tiempo libre entre la comunidad universitaria de La Rioja.**

Con el fin de concretar más se plantean los siguientes objetivos más específicos:

1. Estimar las “cotas” de práctica físico-deportiva del sector universitario riojano (practicantes *actuales*, practicantes *pasados*, practicantes *encubiertos* y practicantes *probables*).
2. Conocer el grado de satisfacción de la colectividad universitaria de La Rioja con respecto a su práctica de actividades físicas o deportivas.
3. Observar con respecto a la práctica físico-deportiva las actividades más practicadas, las más deseadas, lugar donde se llevan a cabo, contexto y personas que eligen para desarrollarlas.
4. Profundizar en los motivos que llevaron o llevan a la comunidad universitaria riojana a iniciarse, mantenerse, abandonar, no realizar nunca actividades físico-deportivas o practicar en las instalaciones de la universidad o en las de fuera de ésta.
5. Valorar en qué medida influyen los motivos de inicio de la práctica físico-deportiva y las orientaciones de meta en la adhesión a esta forma de ocupación del tiempo libre.
6. Constatar la existencia de determinadas variables predictoras de la práctica físico-deportiva, al relacionar globalmente todas.
7. Definir los perfiles de los universitarios riojanos en función de diferentes comportamientos, actitudes y motivaciones en torno a la práctica físico-deportiva.

### **3.4. Variables**

#### **3.4.1. Clasificación de las variables**

En coherencia con las dimensiones e indicadores del apartado 3.2 y los objetivos planteados, se definen las variables implicadas en esta investigación.

Atendiendo a las relaciones causa-efecto analizadas, estas variables se han dividido en independientes y dependientes, registradas todas ellas en el cuestionario elaborado para el presente estudio.

Las variables independientes se estructuran en dos grupos: las de identificación y las intervinientes.

Las variables de identificación describen las características de la muestra analizada. Éstas a su vez se clasifican en personales, académicas y ambientales.

Las intervinientes que se corresponden con el foco dos -tiempo libre- se clasifican, en función de lo que miden, en variables comportamentales, actitudinales y motivacionales (Santesmases, 2001).

El estado de la cuestión nos hace pensar que todas estas variables independientes son relevantes en el objeto de estudio que nos ocupa, por lo que trataremos de averiguar las relaciones existentes entre estas variables y las dependientes.

Las variables dependientes son aquellas cuyo comportamiento queremos explicar por medio de las independientes. Su clasificación está en función de lo que miden resultando variables comportamentales, actitudinales y motivacionales.

En las tablas siguientes (figuras 3.3-3.5) se presentan las distintas variables de la investigación clasificadas por focos, dimensiones e indicadores. Así mismo, se especifican los objetivos a los que se dará respuesta con el estudio de las distintas variables.

Al tratarse de una investigación sobre la práctica físico-deportiva, la mayoría de los objetivos (del 1 al 5) se alcanzan con el estudio de las variables dependientes. Las variables independientes, tanto de identificación como intervinientes, relativas al tiempo libre y ocio, ayudarán a determinar variables predictoras de la práctica físico-deportiva, atendiendo al objetivo 6, así como a definir algunos perfiles de los universitarios riojanos en función de los diferentes grados de práctica físico-deportiva, dando respuesta al objetivo 7.

De esta forma, las variables de la dimensión historial de práctica físico-deportiva tratan de determinar las cotas de práctica físico-deportiva (objetivo 1) y el grado de satisfacción con su práctica de actividades físicas o deportivas (objetivo 2). Las variables de la dimensión de actividades físico-deportivas permiten conocer las actividades más practicadas, las más deseadas, lugar donde se llevan a cabo, contexto y personas con quienes las practican (objetivo 3). Los motivos por los que se rechaza, inicia, se continúa o se abandona la práctica físico-deportiva, así como las razones para practicar dentro o fuera de la universidad (objetivo 4), son atendidos a través de las variables de la dimensión motivos en torno a la práctica físico-deportiva. La influencia de los motivos de inicio y de las orientaciones de meta sobre la adhesión a la práctica físico-deportiva (objetivo 5) requiere el estudio conjunto de las variables relativas al historial, a las de los motivos y a las de las orientaciones de meta. Finalmente, los objetivos 6 y 7 se alcanzan gracias a las relaciones entre todas las variables, dependientes, independientes de identificación e independientes intervinientes, expresadas en la figura 3.6 que cierra el apartado.

<b>VARIABLES INDEPENDIENTES: IDENTIFICACIÓN</b>				
<b>FOCO</b>	<b>DIMENSIONES</b>	<b>VARIABLES INDEPENDIENTES</b>	<b>Nº var.</b>	<b>Ítem nº</b>
<b>CARACTERÍSTICAS IDENTIFICATIVAS</b>	<b>Personales</b>	Sexo	1	1
		Edad	1	2
		Estado civil	1	3
	<b>Laborales o Educativas</b>	Colectivo universitario	1	
		Departamento, Servicio o Titulación	1	4
		Antigüedad en la UR	1	5
		Curso más alto matriculado	1	6 (al.)
		Tipo de dedicación	1	6 (PDI,PAS)
		Turno laboral/clases	1	7
	<b>Ambientales</b>	Lugar de procedencia	1	8
		Lugar de residencia	3	9
Medio de transporte empleado		1	10	
Tiempo de desplazamiento		1	11	
<b>TOTAL VARIABLES INDEPENDIENTES: IDENTIFICACIÓN</b>			<b>15</b>	<b>1-11</b>

Figura 3.3. Variables independientes de identificación.

<b>VARIABLES INDEPENDIENTES: INTERVINIENTES</b>					
<b>FOCO</b>	<b>DIMENSIONES</b>	<b>VARIABLES INDEPENDIENTES</b>	<b>Nº var.</b>	<b>Ítem nº</b>	
<b>TIEMPO LIBRE Y OCIO</b>	<b>Disponibilidad de tiempo libre</b>	Comportamental	Cantidad de TL.	4	12
			Distribución de TL.	6	13
		Actitudinal	TL percibido	4	15
	<b>Ocupación del tiempo libre</b>	Comportamental	Ocupación real del TL.	21	14
			Ocupación deseada del TL.	21	17
		Actitudinal	Satisfacción con el TL.	1	16
<b>TOTAL VARIABLES INDEPENDIENTES INTERVINIENTES</b>			<b>57</b>	<b>12-17</b>	

Figura 3.4. Variables independientes intervinientes.

VARIABLES DEPENDIENTES							
FOCO	DIMENSIONES	OBJET	VARIABLES DEPENDIENTES		N° Var.	Ítem nº	
PRÁCTICA FÍSICO DEPORTIVA	Historial de práctica físico-deportiva	1	Comportamental	Situación de práctica	2	18, 32	
		5		Años de práctica	3	19, 27	
		2	Actitudinal	Satisfacción con la práctica	1	30	
	Actividades físico-deportivas	3	Comportamental	Actividades practicadas	57	23, 26	
				Lugar de práctica	2	23	
				Momento de práctica	14	23,26	
				Con quién practica	4	23,26	
		Actitudinales	Actividades deseadas	50	31		
	Motivos en torno a la práctica físico-deportiva	4 5	Motivaciones	Motivos de inicio	40	20	
				Motivos de mantenimiento	40	22	
				Motivos de abandono	44	28	
				Motivos para no practicar nunca	36	29	
				Motivos de práctica en la universidad	8	24	
				Motivos de práctica fuera de la universidad	9	25	
	Orientaciones de Meta	5	Motivaciones	Orientaciones motivacionales	2	21	
	<b>TOTAL VARIABLES DEPENDIENTES</b>					<b>310</b>	<b>18-32</b>

Figura 3.5. Variables dependientes.

TOTAL VARIABLES INVESTIGACIÓN

382

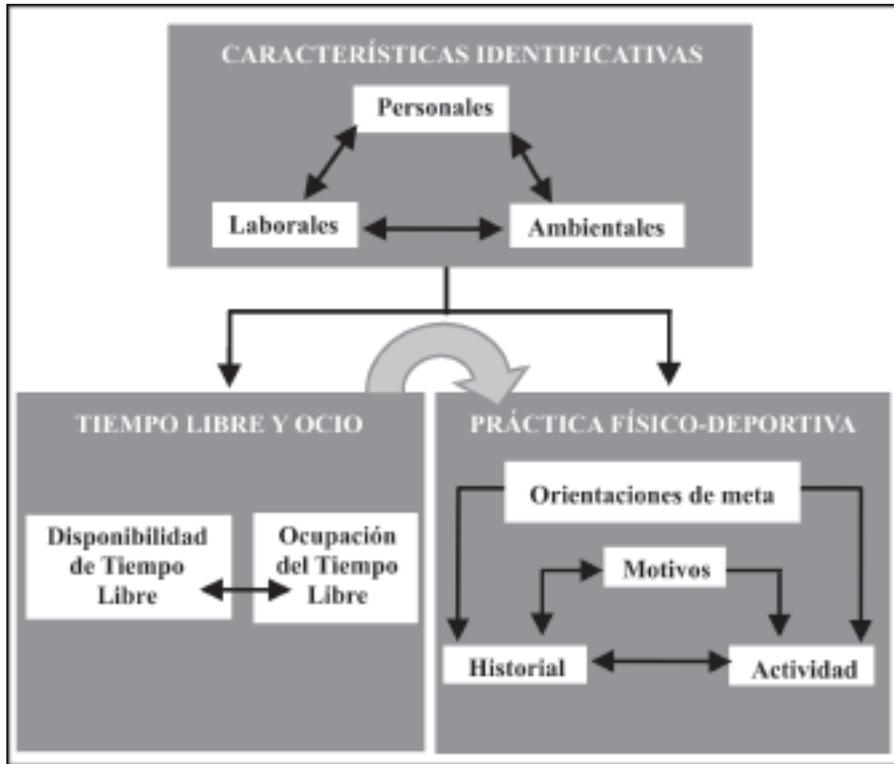


Figura 3.6. *Relación entre variables.*

### 3.4.2. *Definición de las variables*

A lo largo de este apartado se justificará la necesidad de las trescientas ochenta y dos variables contempladas en el estudio y se determinarán las categorías o valores que pueden adoptar las distintas variables.

#### 3.4.2.1. *Variables independientes: variables de identificación*

Las quince variables de identificación conforman las dimensiones personal, laboral o educativa y ambiental de nuestro estudio.

##### 3.4.2.1.1. *Variables personales*

Las tres variables de identificación nos permiten conocer las características personales de los sujetos participantes. Además de contemplar necesaria su existencia, porque nos permite clasificar la muestra, estas variables las consideramos discriminatorias al entender que la práctica físico-deportiva de tiempo libre se ve

afectada por las diferencias de estas variables. Esta opción se ha verificado en la generalidad de los estudios revisados en el capítulo 2.

1. SEXO. Esta variable adopta las siguientes categorías:
  - Hombre
  - Mujer.
2. EDAD. Los valores de esta variable los hemos agrupado en los siguientes intervalos:
  - Entre 18 y 30
  - Entre 30 y 45 años
  - Mayores de 45 años.
3. ESTADO CIVIL. Se define por ser:
  - Soltero/a y vivo solo/a
  - Soltero/a pero comparto piso con otras personas (padres, hermanos/as u otros)
  - Casado/a
  - Divorciado/a o separado/a
  - Viudo/a
  - No contesta.

#### 3.4.2.1.2. Variables laborales o educativas

Las seis variables de identificación laborales o educativas vienen definidas por el colectivo universitario, el departamento/servicio/titulación, la antigüedad en la Universidad de La Rioja, el curso más alto matriculado, el tipo de dedicación y turno de trabajo o clases.

##### 1. COLECTIVO UNIVERSITARIO

La comunidad universitaria riojana, en cuanto a las labores desempeñadas, se divide en tres colectivos claramente diferenciados:

- Alumnos
- Personal Docente e Investigador -PDI-
- Personal de Administración y Servicios -PAS-.

##### 2. TITULACIÓN, DEPARTAMENTO, SERVICIO

El alumnado se agrupa en torno a la titulación en que estudia, que en la Universidad de La Rioja puede ser:

Diplomatura en Ciencias Empresariales  
Diplomatura en Enfermería  
Diplomatura en Relaciones Laborales  
Diplomatura en Trabajo Social  
Diplomatura en Turismo  
Ingeniería Industrial  
I.T.A. en Hortifructicultura y Jardinería  
I.T.A. en Industrias Agrarias y Alimentarias  
I.T.I. en Electricidad  
I.T.I. en Electrónica Industrial  
I.T.I. en Mecánica  
I.T. en Informática de Gestión  
Licenciatura en Administración Dirección de Empresas  
Licenciatura en Ciencias del Trabajo  
Licenciatura en Derecho  
Licenciatura en Enología  
Licenciatura en Filología Hispánica  
Licenciatura en Filología Inglesa  
Licenciatura en Historia y CC de la Música  
Licenciatura en Humanidades  
Licenciatura en Matemáticas  
Licenciatura en Química  
Maestro en Educación Física  
Maestro en Educación Infantil  
Maestro en Educación Musical  
Maestro en Lengua Extranjera (Francés)  
Maestro en Lengua Extranjera (Inglés)

Del mismo modo el Personal Docente e Investigador pertenece a un Departamento de los siguientes:

Agricultura y Alimentación  
Derecho  
Expresión Artística  
Filologías Modernas  
Ingeniería Mecánica  
Química  
Escuela de Enfermería  
Escuela de Turismo  
Ciencias Humanas y Sociales

Economía y Empresa  
Filologías Hispánica y Clásicas  
Ingeniería Eléctrica  
Matemáticas y Computación  
U.P. de Trabajo Social  
Escuela de Relaciones Laborales

Finalmente el Personal de Administración y Servicios se agrupa en función del servicio para el que trabaja:

Unidad Administrativa de un Departamento  
Unidad Administrativa de una Escuela Universitaria Adscrita  
Actividades Deportivas  
Asesoría Jurídica  
Biblioteca  
Comunicación  
Control Interno  
Control Presupuestario y Patrimonial  
Direcciones Facultativas  
Gabinete de Planificación  
Gestión Académica e Investigación  
Gestión de Personal y Retribuciones  
Gestión Financiera y Compras  
S. Informático  
Laboratorios  
Obras, Instalaciones y Consumos  
S. Prevención de Riesgos Laborales  
Publicaciones  
Secretaría de Rectorado  
Consejo Social  
U. Administrativa Centro de Ciencias Humanas, Jurídicas y Sociales  
U. Administrativa Centro de Enseñanzas Científicas y Técnicas  
Extensión y Atención a la Comunidad Universitaria  
Fundación Universidad de La Rioja

### 3. ANTIGÜEDAD

La cantidad de años que una persona lleve perteneciendo a la comunidad universitaria puede ser un indicador de posibles diferencias en la dimensión de la oferta. De este modo, un individuo que acabe de entrar en la Universidad desconocerá más la oferta físico-deportiva universitaria que aquellos que lleven bas-

tantes años dentro de esta comunidad. Así pues, la antigüedad universitaria también puede incidir en la variable “lugar de práctica”.

Los valores de esta variable los hemos agrupado en los siguientes intervalos:

- Menos de un año
- Entre 2 y 5 años
- Entre 6 y 10 años
- Más de 10 años.

#### 4. CURSO MÁS ALTO MATRICULADO

En el colectivo de alumnos estimamos de interés esta variable porque permite la caracterización de los estudiantes. Al desconocer si es especialmente discriminatoria, en este estudio se pretende averiguar si existen diferencias en la práctica físico-deportiva por esta variable.

La definimos por los siguientes valores:

1º . . . . . // 2º . . . . . // 3º . . . . . // 4º . . . . . // 5º . . . . .

#### 5. TIPO DE DEDICACIÓN

El PDI y el PAS universitario pueden tener dedicación exclusiva a la universidad o dedicación parcial. Un elevado porcentaje de estos últimos compagina su labor universitaria con otros trabajos fuera de esta institución, lo que repercutirá en la disponibilidad de tiempo libre y la práctica físico-deportiva. Por ello nos interesa conocer el tipo de dedicación:

- Parcial
- Exclusiva.

#### 6. TURNO LABORAL Y/O DE CLASES

La comunidad universitaria riojana es heterogénea en cuanto al horario laboral y/o de clases. Se pone de manifiesto que hay alumnos y PDI que sólo tienen clases por las mañanas, otros que encuentran sus clases concentradas en la tarde, existen quienes acuden a clases por la mañana y por la tarde, e incluso se da el caso de que no asistan a clase, por los proyectos de fin de carrera, tesis doctorales u otros asuntos.

Del mismo modo hay PAS con horario laboral exclusivamente matinal, otros con jornada de tarde y otros que reparten su trabajo entre la mañana y la tarde.

Entendemos que esta distribución académica o laboral influye directamente en la disponibilidad de tiempo libre y por lo tanto en la práctica físico-deportiva. En consecuencia, definimos esta variable por los siguientes valores:

- Mañana
- Tarde
- Mañana y tarde
- Ninguno.

#### 3.4.2.1.3. Variables ambientales

Las seis variables ambientales se encuentran definidas por el lugar de procedencia, el lugar de residencia, el medio de transporte empleado y el tiempo de desplazamiento.

##### 1. LUGAR DE PROCEDENCIA

De los estudios analizados en el capítulo anterior se desprende que la ocupación del tiempo libre varía de unas poblaciones a otras; es por ello por lo que pensamos que esta variable puede presentar diferencias en cuanto al tema que nos ocupa. La comunidad universitaria de la Universidad de La Rioja está constituida por alumnos y personal procedente de:

- Logroño
- De otros municipios riojanos
- De otras Comunidades Autónomas.

##### 2. LUGAR DE RESIDENCIA

Igualmente el lugar de residencia (que no tiene por qué coincidir con el de procedencia) puede incidir en la práctica físico-deportiva de tiempo libre de los universitarios y varía en función de la época temporal. Se determinan tres períodos diferentes que originan las tres variables siguientes:

###### a) *En días lectivos*

- Logroño
- Otros municipios riojanos
- Otras Comunidades Autónomas.

###### b) *En fines de semana y festivos*

- Logroño
- Otros municipios riojanos
- Otras Comunidades Autónomas.

###### c) *En vacaciones*

- Logroño
- Otros municipios riojanos
- Otras Comunidades Autónomas.

### 3. MEDIO DE TRANSPORTE

El medio de transporte empleado variará el tiempo invertido en desplazamientos y, por lo tanto, de forma indirecta modificará la cantidad de tiempo libre disponible, lo que nos lleva a definir esta variable por las distintas posibilidades que se pueden presentar y que conforman las siguientes categorías:

- Ninguno, voy andando
- Bicicleta
- Autobús
- Moto
- Coche
- Otro.

### 4. TIEMPO DE DESPLAZAMIENTO

Del mismo modo, el tiempo invertido en desplazamiento modificará también la cantidad de tiempo libre disponible, razón por la cual nos ha llevado a considerarlo como variable de estudio, quedando esta definida por las siguientes categorías:

- Menos de 10 minutos
- Entre 10 y 20 minutos
- Entre 20 y 30 minutos
- Entre 30 y 45 minutos
- Más de 45 minutos.

#### 3.4.2.2. *Variables independientes: variables intervinientes de tiempo libre*

Las variables intervinientes, que conforman las dimensiones de disponibilidad y ocupación de tiempo libre, se estructuran en dos bloques. En el primero se agrupan las llamadas variables **comportamentales**, que se refieren al carácter objetivo de esas dimensiones, y, en el segundo, las variables **actitudinales**, que aluden al carácter subjetivo de esa disponibilidad y ocupación del tiempo libre.

De las comportamentales las que reflejan la disponibilidad se explican a través de la cantidad y la distribución de tiempo libre con cuatro y seis variables respectivamente, mientras que la de ocupación real de tiempo libre se amplía a través de veintiuna.

De las actitudinales las que reflejan la disponibilidad se explican a través de cuatro variables que aglutinan la cantidad de tiempo libre percibido, mientras que las veintiuna encaminadas a la ocupación deseada se complementan con otra de satisfacción con el tiempo libre.

### 3.4.2.2.1. Variables comportamentales

Las variables comportamentales enfocadas a conocer tanto la cantidad como la distribución del tiempo libre se presentan con un carácter cuantitativo interválico a lo largo de sus diez variables (cuatro más seis respectivamente), mientras que las veintiuna encaminadas a conocer ocupación real del tiempo libre lo hacen en una escala cualitativa nominal.

A continuación se muestran los tres indicadores que integran los comportamientos del tiempo libre.

#### 1. CANTIDAD DE TIEMPO LIBRE

Este indicador viene configurado por cuatro variables cuantitativas medidas a través de una escala interválica y definidas a partir de los diferentes períodos temporales. A continuación se presenta cada una de estas variables con sus respectivas categorías:

##### a) *Cantidad de tiempo libre en días laborales*

- Menos de 1 hora
- Entre 1 y 2 horas
- Entre 2 y 3 horas
- Entre 3 y 5 horas
- Más de 5 horas.

##### b) *Cantidad de tiempo libre en sábados*

- Menos de 1 hora
- Entre 1 y 2 horas
- Entre 2 y 3 horas
- Entre 3 y 5 horas
- Más de 5 horas.

##### c) *Cantidad de tiempo libre en domingos y festivos*

- Menos de 1 hora
- Entre 1 y 2 horas
- Entre 2 y 3 horas
- Entre 3 y 5 horas
- Más de 5 horas.

##### d) *Cantidad de tiempo libre en vacaciones*

- Menos de 1 hora
- Entre 1 y 2 horas

- Entre 2 y 3 horas
- Entre 3 y 5 horas
- Más de 5 horas.

## 2. DISTRIBUCIÓN DE TIEMPO LIBRE

Este indicador viene configurado por seis variables cuantitativas medidas a través de una escala interválica y definidas a partir de la estructuración de diferentes períodos temporales de las 24 horas del día. A continuación se presenta cada una de estas variables con sus respectivas categorías:

### a) *Por la mañana (entre las 7 y las 9 horas)*

- Menos de 1 hora
- Entre 1 y 2 horas.

### b) *A media mañana (entre las 9 y las 14 horas)*

- Menos de 1 hora
- Entre 1 y 2 horas
- Entre 2 y 3 horas
- Más de 3 horas.

### c) *A medio día (entre las 14 y las 17 horas)*

- Menos de 1 hora
- Entre 1 y 2 horas
- Entre 2 y 3 horas.

### d) *A media tarde (entre las 17 y las 22 horas)*

- Menos de 1 hora
- Entre 1 y 2 horas
- Entre 2 y 3 horas
- Más de 3 horas.

### e) *Por la noche (entre las 22 y las 24 horas)*

- Menos de 1 hora
- Entre 1 y 2 horas.

### f) *Por la noche (entre las 24 y las 7 horas)*

- Menos de 1 hora
- Entre 1 y 2 horas.

### 3. OCUPACIÓN REAL DEL TIEMPO LIBRE

Este indicador viene configurado por veintiuna variables cualitativas y la escala en este caso es nominal dicotómica. La selección de estas variables se efectúa a partir de las distintas prácticas de tiempo libre constatadas en las distintas teorías y estudios revisados que conforman el estado de la cuestión. Las variables comportamentales de ocupación real de tiempo libre se ponen de manifiesto a continuación:

- a) *Estar con la familia*
- b) *Estar con los amigos*
- c) *Salir con mi pareja o algún chico/a*
- d) *Ir al cine, teatro, espectáculos artísticos...*
- e) *Ver televisión y/o vídeo*
- f) *Escuchar la radio o música*
- g) *Leer libros, periódicos o revistas*
- h) *Jugar con videojuegos, consolas o manejar el ordenador*
- i) *Actividades físicas y deportivas*
- j) *Salir al campo, de excursión o viajar*
- k) *Fotografía*
- l) *Trabajos manuales, coser, pintar...*
- m) *Tocar instrumentos musicales*
- n) *Ir de tiendas*
- o) *Visitas culturales*
- p) *Cursos culturales*
- q) *Realizar trabajos sociales*
- r) *Estudiar más allá de lo necesario*
- s) *Juegos de salón*
- t) *Juegos de mesa*
- u) *Nada en particular*
- v) *Otras...*

#### 3.4.2.2.2. Variables actitudinales

Las variables actitudinales enfocadas a conocer tanto el tiempo libre percibido como la satisfacción con la ocupación de su tiempo libre se presentan con un carácter cuantitativo interválico en sus cinco variables (cuatro más una respectivamente), mientras que las veintiuna encaminadas a conocer la ocupación deseada del tiempo libre lo hacen en una escala cualitativa nominal.

A continuación se muestran los tres indicadores que integran las actitudes con las que se percibe el tiempo libre.

#### 1. TIEMPO LIBRE PERCIBIDO

Este indicador viene configurado por cuatro variables cuantitativas medidas a través de una escala interválica y definidas a partir de los diferentes períodos temporales. A continuación se presenta cada una de estas variables con sus respectivas categorías:

##### a) *Días laborales*

- Mucho
- Bastante
- Suficiente
- Poco
- Muy poco.

##### b) *Sábados*

- Mucho
- Bastante
- Suficiente
- Poco
- Muy poco.

##### c) *Domingos y Festivos*

- Mucho
- Bastante
- Suficiente
- Poco
- Muy poco.

##### d) *Vacaciones*

- Mucho
- Bastante
- Suficiente
- Poco
- Muy poco.

#### 2. SATISFACCIÓN CON LA OCUPACIÓN DE SU TIEMPO LIBRE

Esta variable numérica emplea la siguiente escala interválica:

- Muy satisfecho/a

- Satisfecho/a
- Indiferente
- Insatisfecho/a
- Muy insatisfecho/a.

### 3. OCUPACIÓN DESEADA DEL TIEMPO LIBRE

Este indicador viene configurado por veintiuna variables cualitativas y la escala en este caso es nominal dicotómica. Estas variables coinciden con la de la ocupación real del tiempo libre, con el fin de poder cruzarlas. Las variables actitudinales de ocupación deseada de tiempo libre se ponen de manifiesto a continuación:

- a) *Estar con la familia*
- b) *Estar con los amigos*
- c) *Salir con mi pareja o algún chico/a*
- d) *Ir al cine, teatro, espectáculos artísticos...*
- e) *Ver televisión y/o vídeo*
- f) *Escuchar la radio o música*
- g) *Leer libros, periódicos o revistas*
- h) *Jugar con videojuegos, consolas o manejar el ordenador*
- i) *Actividades físicas y deportivas*
- j) *Salir al campo, de excursión o viajar*
- k) *Fotografía*
- l) *Trabajos manuales, coser, pintar...*
- m) *Tocar instrumentos musicales*
- n) *Ir de tiendas*
- o) *Visitas culturales*
- p) *Cursos culturales*
- q) *Realizar trabajos sociales*
- r) *Estudiar más allá de lo necesario*
- s) *Juegos de salón*
- t) *Juegos de mesa*
- u) *Nada en particular*
- v) *Otras...*

#### 3.4.2.3. Variables dependientes: la práctica físico-deportiva

Las variables dependientes aquí recogidas configuran el tercer foco de estudio. Éste viene integrado por cuatro dimensiones que responden a la vertiente físico-deportiva de nuestro estudio plasmada a través del historial de práctica, las activi-

dades, los motivos y las orientaciones de meta en torno a las experiencias físico-deportivas. Estas dimensiones abarcan, además de los comportamientos físico-deportivos pasados, presentes y futuros de la comunidad universitaria riojana, las valoraciones, preferencias, motivaciones y necesidades de esta población en el ámbito físico-deportivo de tiempo libre. Para ello, se ha implementado una batería de variables representativas de cada uno de estos fenómenos, de tal forma que contamos con una serie de variables **comportamentales**, que tratarán de explicar los comportamientos, un grupo de variables **actitudinales**, que reflejarán las valoraciones y preferencias, y otras variables **motivacionales** encargadas de mostrar las motivaciones y necesidades de los universitarios riojanos en cuanto a la práctica físico-deportiva de tiempo libre.

La selección de estas variables se efectúa a partir del análisis y de las reflexiones de los distintos estudios e investigaciones revisados en el capítulo 2 y que conforman el estado de la cuestión.

La mayoría de estas variables son cualitativas medidas a través de escalas no métricas, carentes de significado cuantitativo y, más concretamente, escalas nominales y ordinales. Con todo, algunas variables dependientes son cuantitativas o numéricas y, por lo tanto, se van a medir con escalas métricas, bien interválicas, bien proporcionales o de razón (Sánchez Carrión, 1992; Santesmases, 2001), que se indicará en cada caso.

De las ochenta variables dependientes comportamentales, cinco están encaminadas a conocer la situación y años de práctica y setenta y cuatro a explicar las características de dicha práctica.

Las cincuenta y una variables actitudinales reflejan la satisfacción con la práctica (una) y las modalidades físico-deportivas deseadas (cincuenta).

Las ciento setenta y nueve variables motivacionales contemplan los motivos que llevan tanto a iniciarse, mantenerse, abandonar o no practicar actividades físico-deportivas (ciento sesenta), como aquellas razones que aluden al lugar elegido para la ejercitación (diecisiete), así como las que se dirigen a determinar las orientaciones motivacionales de los sujetos hacia la práctica físico-deportiva (dos).

#### 3.4.2.3.1. Variables comportamentales

Estas variables se centran en los comportamientos físico-deportivos, concretamente en los que hacen referencia a la situación, años y características de práctica.

##### 1. SITUACIÓN DE PRÁCTICA FÍSICO-DEPORTIVA

El indicador de situación de práctica físico-deportiva viene configurado por dos variables: una relativa a la práctica pasada y presente y otra encauzada a conocer la intención de práctica futura; ello clasificará a los sujetos en practicantes actuales, pasados, encubiertos y probables.

a) *Comportamiento físico-deportivo actual y pasado*

Variable de tipo cualitativo y con registro de escala nominal con respuesta única. Las categorías establecidas son:

- No practico ni practicaba
- No practico pero antes practicaba
- Practico pero antes no practicaba
- Practico y practicaba.

b) *Comportamiento físico-deportivo encubierto*

Variable de tipo cuantitativo con registro de escala métrica interválica con respuesta única que pretende conocer la intención de practicar actividades físico-deportivas en el futuro. Los valores establecidos son:

- Sí, con seguridad
- Probablemente sí
- Ahora no lo sé
- Probablemente no
- No, con seguridad.

2. AÑOS DE PRÁCTICA FÍSICO-DEPORTIVA

Con este indicador se pone de manifiesto una perspectiva más objetiva acerca de la práctica físico-deportiva complementando las variables anteriores.

Se trata de tres variables cuantitativas o numéricas registradas mediante escalas proporcionales o de razón. La respuesta de los encuestados fue libre; sin embargo, para facilitar el análisis se recodificaron en escalas interválicas.

a) *Edad de comienzo de práctica*

- Menos de 5 años
- Entre 6 y 10 años
- Entre 11 y 15 años
- Entre 16 y 20 años
- Más de 20 años.

b) *Edad de abandono de práctica*

- Menos de 10 años
- Entre 11 y 15 años
- Entre 16 y 20 años
- Más de 20 años.

c) *Años de adberencia a la práctica*

Esta variable no se hace explícita como tal en el cuestionario, sino que se obtiene, en el caso de haber abandonado la práctica, de la diferencia entre las dos variables presentadas (edad de abandono menos edad de comienzo) o, en el supuesto de que continúen practicando, de la diferencia entre la variable personal edad y la edad de comienzo, resultando una variable cuantitativa recodificada en las siguientes categorías:

- Menos de 1 año
- Entre 2 y 5 años
- Entre 6 y 10 años
- Más de 10 años.

### 3. ACTIVIDADES FÍSICO-DEPORTIVAS PRACTICADAS

Indicador definido por la modalidad físico-deportiva, el contexto de práctica y número de actividades con un total de cincuenta y cinco variables.

#### a) *Modalidad físico-deportiva*

Recoge cincuenta modalidades físico-deportivas practicadas en el tiempo libre de los universitarios riojanos. Se trata de variables cualitativas medidas mediante escala nominal dicotómica.

- |                      |                        |                            |
|----------------------|------------------------|----------------------------|
| 1. Andar             | 2. Aquaeróbic          | 3. Aeróbic                 |
| 4. Atletismo         | 5. Bádminton           | 6. Baloncesto              |
| 7. Balonmano         | 8. Bolos               | 9. Caza                    |
| 10. Ciclismo         | 11. Danza              | 12. Escalada               |
| 13. Esgrima          | 14. Espeleología       | 15. Esquí                  |
| 16. Fitness          | 17. Footing            | 18. Frontenis              |
| 19. Fútbol 11        | 20. Fútbol Sala        | 21. Gimnasia Mantenimiento |
| 22. Gimnasia Rítmica | 23. Hockey             | 24. Judo                   |
| 25. Jiu-Jitsu        | 26. Kárate             | 27. Malabares              |
| 28. Montañismo       | 29. Musculación        | 30. Natación               |
| 31. Paddle           | 32. Pala               | 33. Patinaje               |
| 34. Pelota           | 35. Petanca            | 36. Pesca                  |
| 37. Piragüismo       | 38. Preparación Física | 39. Relajación             |
| 40. Remo             | 41. Rugby              | 42. Squash                 |
| 43. Taekwondo        | 44. Taichí             | 45. Tenis                  |
| 46. Tenis de mesa    | 47. Tiro               | 48. Tonificación           |
| 49. Vela             | 50. Voleibol           |                            |

b) *Contexto de práctica*

Las cuatro variables establecidas bajo este indicador siguen la tipología descrita por Parlebas (2001). Son también variables cualitativas medidas a través de una escala nominal, de entre las que se ha de elegir al menos una variable para cada modalidad señalada anteriormente. Las categorías son las siguientes:

1. No competición con técnico [ejercicios didácticos]
2. No competición sin técnico [actividades físicas libres]
3. De competición no federada [juegos deportivos tradicionales o casi deportes]
4. De competición federada [deporte].

c) *Número de actividades practicadas*

Esta variable cuantitativa no aparece como tal en el instrumento de medida, sino que se deduce de las variables de modalidades físico-deportivas.

4. LUGAR DE PRÁCTICA FÍSICO-DEPORTIVA

Para cada una de las modalidades señaladas anteriormente se debe marcar una de las dos variables, de escala nominal, aquí precisadas.

a) *Universidad*

b) *Instalaciones no universitarias*

5. MOMENTO DE PRÁCTICA FÍSICO-DEPORTIVA

Las catorce variables pretenden recabar información sobre la época del año (tres), la frecuencia (tres), los días (tres) y momentos del día (cinco) en que se practican las actividades físico-deportivas consignadas anteriormente.

Las variables correspondientes a la época del año y a los días en que se practica son variables cualitativas medidas por escalas nominales que aceptan varias respuestas. Las variables correspondientes a la frecuencia y momento del día en que se practica una determinada actividad físico-deportiva, son también cualitativas de escala ordinal. A continuación especificamos las categorías de cada variable:

a) *Época del año*

Para cada una de las modalidades reflejadas en el apartado 3a) se debe marcar una de las tres variables nominales siguientes:

1. Verano, Navidad y/o Semana Santa
2. Época lectiva
3. Todo el año.

b) *Frecuencia de práctica*

Para cada una de las modalidades reflejadas en el apartado 3a) se debe marcar una de las tres variables ordinales siguientes:

- Más de 3 veces a la semana
- Entre 1 y 3 veces por semana
- Menos de una vez por semana.

c) *Días de práctica*

Para cada una de las modalidades reflejadas en el apartado 3a) se debe marcar una de las tres variables nominales siguientes:

1. Días laborales
2. Fines de semana
3. Todos los días.

d) *Momento del día*

Para cada una de las modalidades reflejadas en el apartado 3a) se debe marcar una de las cinco variables ordinales siguientes:

1. Entre las 7 y las 9 horas
2. Entre las 9 y las 14 horas
3. Entre las 14 y las 17 horas
4. Entre las 17 y las 22 horas
5. Entre las 22 y las 24 horas.

6. CON QUIÉN PRACTICA

Resulta relevante conocer con quién se practican las actividades físico-deportivas, sobre todo para los responsables de los servicios de actividades físico-deportivas, que son los que planifican la oferta de las mismas.

Para cada una de las modalidades reflejadas en el apartado 3a) se debe marcar una de las cuatro variables cualitativas dicotómicas siguientes:

- a) *En solitario*
- b) *Con amigos*
- c) *Con familiares*
- d) *Con otras personas*

3.4.2.3.2. *Variables actitudinales*

Estas cincuenta y una variables se centran en los valores y preferencias físico-deportivos; concretamente con una variable cuantitativa interválica se mide

la satisfacción con la práctica físico-deportiva y, con un bloque de cincuenta variables cualitativas nominales dicotómicas, las preferencias físico-deportivas.

#### 1. SATISFACCIÓN CON LA PRÁCTICA FÍSICO-DEPORTIVA

Al igual que la satisfacción con el tiempo libre, esta variable es numérica y emplea la misma escala interválica:

- Muy satisfecho/a
- Satisfecho/a
- Indiferente
- Insatisfecho/a
- Muy insatisfecho/a.

#### 2. ACTIVIDADES DESEADAS

Recogen las modalidades físico-deportivas que la comunidad universitaria riojana prefiere practicar. Son variables cualitativas en escala nominal y coinciden con las variables comportamentales modalidades físico-deportivas practicadas (recogidas en el apartado 3a). Se pueden consignar todas las variables que se consideren necesarias.

- |                      |                        |                            |
|----------------------|------------------------|----------------------------|
| 1. Andar             | 2. Aquaerobic          | 3. Aerobic                 |
| 4. Atletismo         | 5. Bádminton           | 6. Baloncesto              |
| 7. Balonmano         | 8. Bolos               | 9. Caza                    |
| 10. Ciclismo         | 11. Danza              | 12. Escalada               |
| 13. Esgrima          | 14. Espeleología       | 15. Esquí                  |
| 16. Fitness          | 17. Footing            | 18. Frontenis              |
| 19. Fútbol 11        | 20. Fútbol Sala        | 21. Gimnasia Mantenimiento |
| 22. Gimnasia Rítmica | 23. Hockey             | 24. Judo                   |
| 25. Jiu-Jitsu        | 26. Kárate             | 27. Malabares              |
| 28. Montañismo       | 29. Musculación        | 30. Natación               |
| 31. Paddle           | 32. Pala               | 33. Patinaje               |
| 34. Pelota           | 35. Petanca            | 36. Pesca                  |
| 37. Piragüismo       | 38. Preparación Física | 39. Relajación             |
| 40. Remo             | 41. Rugby              | 42. Squash                 |
| 43. Taekwondo        | 44. Taichí             | 45. Tenis                  |
| 46. Tenis de mesa    | 47. Tiro               | 48. Tonificación           |
| 49. Vela             | 50. Voleibol           |                            |

### 3.4.2.3.3. *Variables motivacionales*

Las ciento setenta y nueve variables encargadas de medir motivaciones se dividen, por una parte, en aquellas que explican la situación de práctica (ciento sesenta), de las que cuarenta configuran los distintos motivos de inicio, cuarenta los de mantenimiento, cuarenta y cuatro los de abandono y las treinta y seis restantes explican el no haber practicado nunca; por otra, las diecisiete variables que describen las razones que llevan a elegir un lugar u otro de práctica. Por otro lado, se define una variable encargada de medir las orientaciones de meta presentadas por los universitarios ante las actividades físico-deportivas.

Todas estas variables son cualitativas y se miden a través de escalas nominales dicotómicas.

#### 1. MOTIVOS DE INICIO FÍSICO-DEPORTIVO

Las variables que presenta este indicador son las siguientes:

- a) *Por diversión*
- b) *Por estar en forma*
- c) *Por evadirme y/o relajarme*
- d) *Por mantener o mejorar la forma*
- e) *Para competir*
- f) *Para hacer una carrera deportiva*
- g) *Me gustaba hacer ejercicio*
- h) *Porque estaba de moda*
- i) *Porque estaba bien visto*
- j) *Porque mis amigos lo realizaban*
- k) *Porque me gustaba el deporte*
- l) *Porque me permitía conocer a nueva gente*
- m) *Para mejorar mi autoestima*
- n) *Por mantener la línea*
- o) *Porque mis familiares lo realizaban*
- p) *Por satisfacer a mis padres*
- q) *Por satisfacer a mi pareja*
- r) *Porque me gustaba hacer cosas en las que soy bueno*
- s) *Porque me gustaba buscar la aprobación social*
- t) *Porque me gustaba demostrar mis capacidades*
- u) *Para ganar. Para ser el mejor*
- v) *Por pertenecer a un grupo*

- w) *Porque me gustaba recibir elogios*
- x) *Porque me gustaba participar*
- y) *Por mejorar mis habilidades físicas y técnicas*
- z) *Por aprender cosas nuevas*
- aa) *Por una campaña de promoción*
- bb) *Por los beneficios físicos y psicológicos*
- cc) *Para mejorar mi aspecto físico*
- dd) *Por prescripción médica*
- ee) *Para estar en contacto con la naturaleza*
- ff) *Para estar al aire libre*
- gg) *Por hacer una actividad positiva*
- hh) *Para sentir emociones*
- ii) *Para buscar y correr riesgos*
- jj) *Por entrenarme*
- kk) *Por descargar agresividad*
- ll) *Por acompañar a otra persona*
- mm) *Por adelgazar*
- nn) *Por obligación.*

## 2. MOTIVOS DE MANTENIMIENTO FÍSICO-DEPORTIVO

Este indicador presenta las mismas variables que el anterior:

- a) *Por diversión*
- b) *Por estar en forma*
- c) *Por evadirme y/o relajarme*
- d) *Por mantener o mejorar la forma*
- e) *Para competir*
- f) *Para hacer una carrera deportiva*
- g) *Me gusta hacer ejercicio*
- h) *Porque está de moda*
- i) *Porque esta bien visto*
- j) *Porque mis amigos lo realizan*
- k) *Porque me gusta el deporte*
- l) *Porque me permite conocer a nueva gente*
- m) *Para mejorar mi autoestima*
- n) *Por mantener la línea*

- o) *Porque mis familiares lo realizan*
- p) *Por satisfacer a mis padres*
- q) *Por satisfacer a mi pareja*
- r) *Porque me gusta hacer cosas en las que soy bueno*
- s) *Porque me gusta buscar la aprobación social*
- t) *Porque me gusta demostrar mis capacidades*
- u) *Para ganar. Para ser el mejor*
- v) *Por pertenecer a un grupo*
- w) *Porque me gusta recibir elogios*
- x) *Porque me gusta participar*
- y) *Por mejorar mis habilidades físicas y técnicas*
- z) *Por aprender cosas nuevas*
- aa) *Por una campaña de promoción*
- bb) *Por los beneficios físicos y psicológicos*
- cc) *Para mejorar mi aspecto físico*
- dd) *Por prescripción médica*
- ee) *Para estar en contacto con la naturaleza*
- ff) *Para estar al aire libre*
- gg) *Por hacer una actividad positiva*
- hh) *Para sentir emociones*
- ii) *Para buscar y correr riesgos*
- jj) *Por entrenarme*
- kk) *Por descargar agresividad*
- ll) *Por acompañar a otra persona*
- mm) *Por adelgazar*
- nn) *Por obligación.*

### 3. MOTIVOS DE ABANDONO FÍSICO-DEPORTIVO

Las variables de este indicador se expresan en los siguientes términos:

- a) *Falta de tiempo*
- b) *Termino cansado/a o fatigado/a de la jornada laboral o de estudio*
- c) *Falta de habilidad*
- d) *Falta de interés*
- e) *Pereza*
- f) *Desinterés*

- g) *Falta de instalaciones*
- h) *Falta de hábito*
- i) *Estudios*
- j) *Aburrimiento*
- k) *Otras preferencias en la ocupación del tiempo libre*
- l) *Resulta caro*
- m) *Instalaciones lejanas al domicilio o lugar de estudio o trabajo*
- n) *Falta de gusto por hacer ejercicio físico*
- o) *Demasiada edad para hacer ejercicio físico*
- p) *Falta de salud*
- q) *Lesiones*
- r) *Escasa cultura física*
- s) *No tiene sentido*
- t) *Instalaciones inadecuadas*
- u) *Se dejaron de ofertar las actividades que practicaba*
- v) *Falta de información*
- w) *Las instalaciones estaban a menudo ocupadas o saturadas*
- x) *No le veo utilidad*
- y) *Me enfadé con el entrenador, con los compañeros o con la directiva*
- z) *Mis padres no me dejaban*
- aa) *No le gusta a mi pareja*
- bb) *Mis amigos no hacen*
- cc) *Porque dejé el centro donde estudiaba*
- dd) *Horario incompatible con mis obligaciones*
- ee) *Cambio de horarios de la actividad que estaba realizando*
- ff) *Mis padres no practican*
- gg) *Falta de apoyo y estímulo*
- hh) *Falta de formación físico-deportiva*
- ii) *No tengo con quién practicarlo*
- jj) *Me casé*
- kk) *No destacaba*
- ll) *Cambio de residencia*
- mm) *Prescripción médica*
- nn) *Mis amigos lo dejaron*

- oo) *No se cumplieron mis expectativas*
- pp) *Énfasis competitivo atribuible a la propia actividad o al entrenador*
- qq) *No participar demasiado*
- rr) *Te aleja de las amistades.*

#### 4. MOTIVOS QUE LE HAN LLEVADO A NO PRACTICAR NUNCA

Esta macrovariable presenta similares variables que la anterior:

- a) *Falta de tiempo*
- b) *Termino cansado/a o fatigado/a de la jornada laboral o de estudio*
- c) *Falta de habilidad*
- d) *de interés*
- e) *Pereza*
- f) *Desinterés*
- g) *Falta de instalaciones*
- h) *Falta de hábito*
- i) *Estudios*
- j) *Aburrimiento*
- k) *Otras preferencias en la ocupación del tiempo libre*
- l) *Resulta caro*
- m) *Instalaciones lejanas al domicilio o lugar de estudio o trabajo*
- n) *Falta de gusto por hacer ejercicio físico*
- o) *Falta de salud*
- p) *Lesiones*
- q) *Escasa cultura física*
- r) *No tiene sentido*
- s) *Instalaciones inadecuadas*
- t) *No se ofertan las actividades que me interesan*
- u) *Falta de información*
- v) *Las instalaciones estaban a menudo ocupadas o saturadas*
- w) *No le veo utilidad*
- x) *Mis padres no me dejaban*
- y) *No le gusta a mi pareja*
- z) *Mis amigos no hacen*
- aa) *Horario incompatible con mis obligaciones*
- bb) *Mis padres no practican*

- cc) *Falta de apoyo y estímulo*
- dd) *Falta de formación físico-deportiva*
- ee) *No tengo con quién practicarlo*
- ff) *No destacaba*
- gg) *Prescripción médica*
- hh) *Porque te aleja de las amistades.*

En cuanto a los motivos para practicar en un sitio u otro, diferenciamos entre los motivos para practicar en la universidad y motivos para practicar fuera. En ambos casos se emplean escalas nominales y variables parecidas, tal y como se puede observar.

#### 5. MOTIVOS PARA PRACTICAR EN LA UNIVERSIDAD

- a) *Los horarios me vienen bien*
- b) *Los espacios son más adecuados*
- c) *Por las actividades que se imparten*
- d) *Mis amigos también practican en la universidad*
- e) *Da más prestigio social*
- f) *Cercanía de las instalaciones*
- g) *Más económico.*

#### 6. MOTIVOS PARA PRACTICAR FUERA DE LA UNIVERSIDAD

- a) *Los horarios me vienen bien*
- b) *Los espacios son más adecuados*
- c) *Por las actividades que se imparten*
- d) *Mis amigos también practican fuera de la universidad*
- e) *Da más prestigio social*
- f) *Cercanía de las instalaciones*
- g) *Más económico*
- h) *Porque ya practicaba en ellas antes de pertenecer a la comunidad universitaria.*

#### 7. ORIENTACIONES MOTIVACIONALES

Las dos variables que integran este indicador son la orientación motivacional al ego y la orientación motivacional a la tarea. Sus principales rasgos han quedado expuestos en el capítulo uno.

Las categorías que recogen ambas variables se han establecido de acuerdo con las señaladas en la versión española del cuestionario de orientación al ego o a la tarea en el deporte (TEOSQ), elaborado por Guivernau y Duda (1994); las catego-

rías impares recogen algunas propiedades de la orientación hacia el ego, mientras que las pares hacen lo propio con determinadas peculiaridades de la orientación a la tarea y de esta manera se encuentran distribuidas en las dos variables.

a) *Orientación motivacional al ego*

- (1) Cuando fui el único que podía realizar una determinada acción
- (3) Cuando pude practicar mejor que mis amigos
- (5) Cuando los demás no pudieron hacerlo tan bien como yo
- (7) Cuando los demás se hacían un lío y yo no
- (9) Cuando gané a los demás
- (11) Cuando fui quien consiguió la puntuación más alta
- (13) Cuando fui el mejor
- (15) Cuando fui más hábil que los demás.

b) *Orientación motivacional a la tarea*

- (2) Cuando fui capaz de seguir esforzándome y practicar duro
- (4) Cuando le vi el truco a una nueva acción
- (6) Cuando logré hacer algo que no había conseguido hacer antes
- (8) Cuando mediante esfuerzo y dura práctica aprendí una nueva habilidad
- (10) Cuando trabajé realmente duro
- (12) Cuando el haber aprendido algo me produjo ganas de ir y practicar más
- (14) Cuando algo nuevo que había aprendido me salió muy bien
- (16) Cuando lo hice lo mejor que pude.

### **3.5. Población y muestra**

Una vez planteados los objetivos de nuestra investigación y estudiadas las variables, se hace necesario determinar la muestra sobre la que vamos a trabajar, es decir, con quiénes vamos a llevar a cabo la investigación para que, con un exacto rigor científico, se garantice la representación de la población y, consecuentemente, se dé fiabilidad a la generalización de los resultados.

#### **3.5.1. Población**

La población entendida como García Jiménez (2002: 62), supone *el conjunto más amplio de sujetos que reúnen las características básicas que queremos estudiar*. Con ello, la población objeto de esta investigación estará integrada por

los miembros de la comunidad universitaria de la Universidad de La Rioja que reúnan algunas de las siguientes condiciones:

- Alumnos de primer y segundo ciclo de titulaciones presenciales
- Personal de Administración y Servicios que realicen sus tareas laborales en el campus
- Todo el Personal Docente e Investigador que desarrolle su trabajo en el campus.

Se ha excluido a todo alumno de titulaciones no presenciales, y que por lo tanto cursa sus estudios a través de Internet desde cualquier población española sin necesidad de presentarse físicamente en las aulas universitarias riojanas para recibir clase. La barrera geográfica le impide convertirse en practicante potencial de las instalaciones deportivas de esta institución.

Así mismo se ha excluido también a los alumnos de algún curso de postgrado, doctorado y curso para la obtención del Certificado de Aptitud Pedagógica –CAP– por ser miembros eventuales. La barrera temporal les impide convertirse en practicantes potenciales de las instalaciones deportivas de la Universidad de La Rioja.

Con ello, la comunidad universitaria de la Universidad riojana está constituida por un total de 7.965 individuos, cifra recogida durante el curso académico 2002-2003. Si descontamos a los alumnos de las titulaciones “on line” (1.115 alumnos entre las licenciaturas de Historia y Ciencias de la Música y de Ciencias del Trabajo) y a los 503 matriculados en algún curso de postgrado, doctorado o en el CAP, nuestro universo de trabajo se integra por un total de 6.347 personas.

Atendiendo a la labor desempeñada, este universo de trabajo se distribuye en tres colectivos diferentes: alumnado, personal docente e investigador (PDI) y personal de administración y servicios (PAS).

El alumnado, con 5.691 matriculados, representa al 89,66% de la población objeto de estudio; el personal docente e investigador, con 429 sujetos, se corresponde con un 6,75% de la comunidad observada y, por último, con tan sólo 227 miembros, el personal de administración y servicios constituye el 3,57% de esta población.

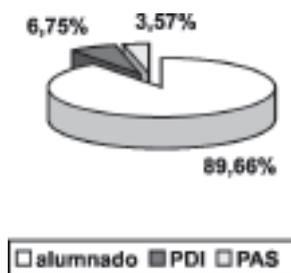


Figura 3.7. Sectores de población según la tarea desempeñada.

Entre la población universitaria riojana se constata un equilibrio entre ambos sexos: el 51,26% son mujeres frente a un 48,74% de hombres. Adentrándonos en cada uno de los colectivos laborales, esta proporción sólo se mantiene entre el alumnado. Mientras que el sector del personal de administración y servicios está formado preferentemente por mujeres (64,31%), el colectivo de PDI es predominantemente masculino (62,70%).

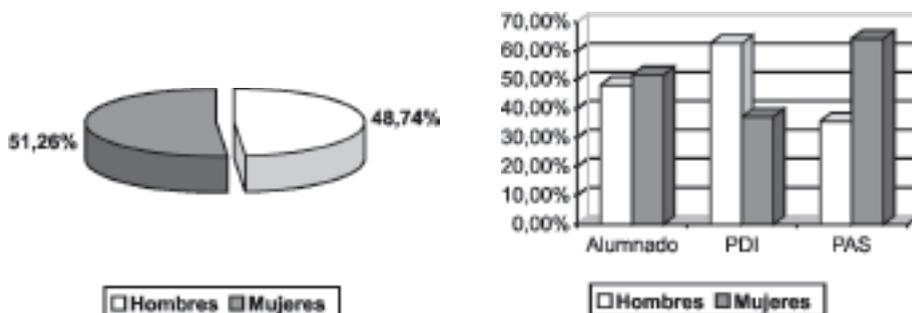


Figura 3.8. Sectores de población según sexo.

La Universidad de La Rioja es una institución muy reciente, con sólo 13 años de antigüedad, y consta de una población eminentemente joven: así el 93,8% tiene menos de 30 años.

Este porcentaje se ve incrementado entre el personal de administración y servicios (95,8%), que obtiene una media de 32 años. Los estudiantes representan, como no podía ser de otra manera, el colectivo de más baja edad, alcanzando una media de 22 años: el 99,8% no supera los 25. El personal docente e investigador es el sector más heterogéneo: abarca edades entre los 23 y los 68 años; a pesar de ello, su media (35) no supera los 40 años y el 86,5% es menor de 30. Estos datos constatan que todos los colectivos que conviven en la Universidad de La Rioja están formados por personas jóvenes.

En concordancia con la edad, la población universitaria riojana es predominantemente soltera (95%): tan sólo encontramos un 4% de casados; el 1% restante está conformado por divorciados, separados o viudos.

Adentrándonos en cada colectivo, los alumnos son eminentemente solteros (98,3%), comparten vivienda ocho de cada diez, mientras que tan sólo el 14% viven solos. Entre el personal universitario aumenta en gran medida el grupo de casados (36% del PDI y 27,1% del PAS) y disminuye drásticamente el porcentaje de quienes, estando solteros, comparten piso (41,6% del PDI y 50% del PAS). Los índices de divorciados o separados son mínimos en ambos colectivos: el 2%.

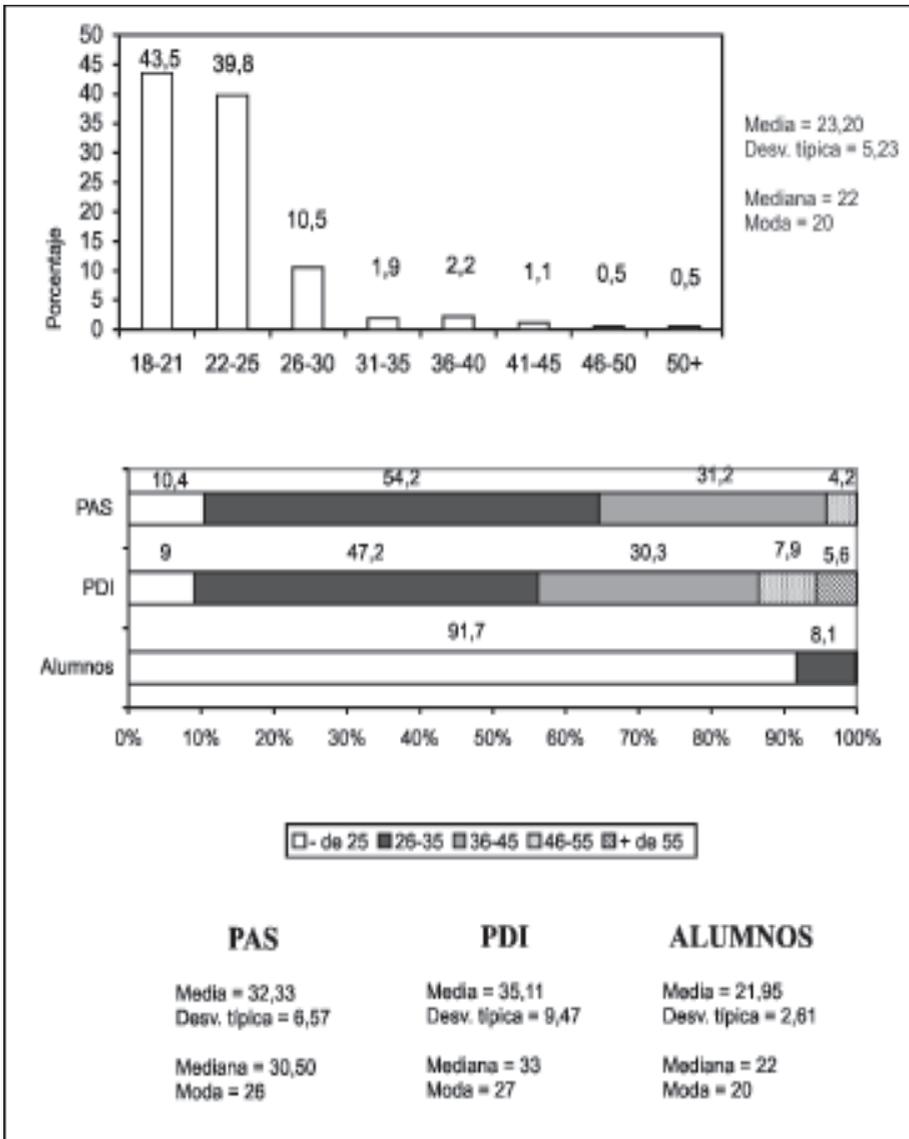


Figura 3.9. Distribución de la población universitaria riojana en función del colectivo y edad.

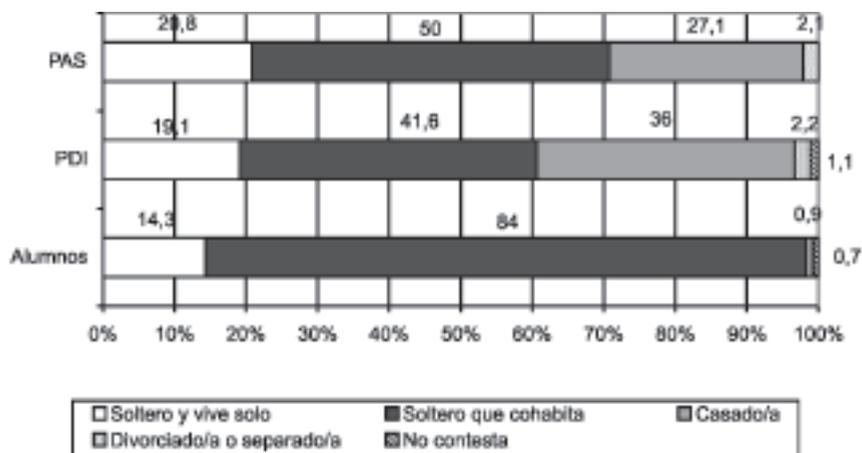


Figura 3.10. Distribución de la población universitaria riojana en función del colectivo y estado civil.

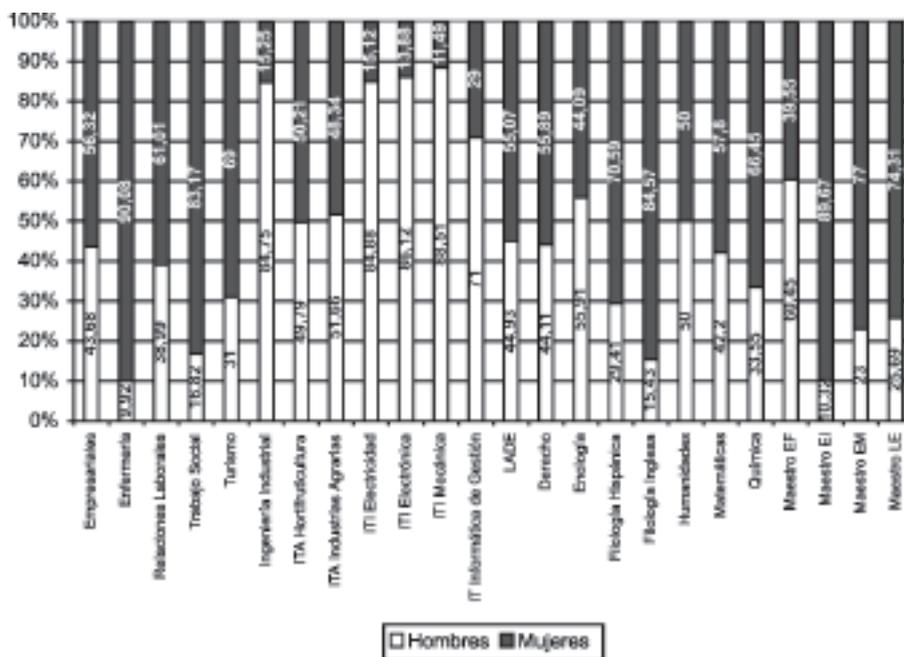


Figura 3.11. Distribución del alumnado por titulación y sexo.

Centrándonos en el colectivo de estudiantes, al profundizar en cada una de las titulaciones, observamos cómo el alumnado de las titulaciones de Ingeniería Industrial, ya sean técnicas o superiores, consta eminentemente de hombres; en otras

titulaciones, como, por ejemplo, Humanidades, se mantiene un equilibrio entre ambos sexos. No obstante, la mayoría de los estudios impartidos son seguidos por un mayor número de chicas; de entre ellos destacan Enfermería (90%), Maestro en las especialidades de Educación Infantil, Educación Musical y Lengua Extranjera (89,67%, 77% y 74,31% respectivamente), así como las Filologías (84,57% en Inglesa y 70,59% en Hispánica).

Por otro lado, los 5.691 alumnos matriculados se encuentran muy repartidos entre las distintas titulaciones del campus universitario riojano. Empresariales es la única titulación que alberga a más de un 10% de los estudiantes. Destacamos también las titulaciones de Administración y Dirección de Empresas (8,32%) y Derecho (7,76%) junto con las Ingenierías Técnicas de Mecánica, Electrónica e Industrias Agrarias (7,34%, 6,71% y 6,32% respectivamente) como las más cursadas en la Universidad de La Rioja.

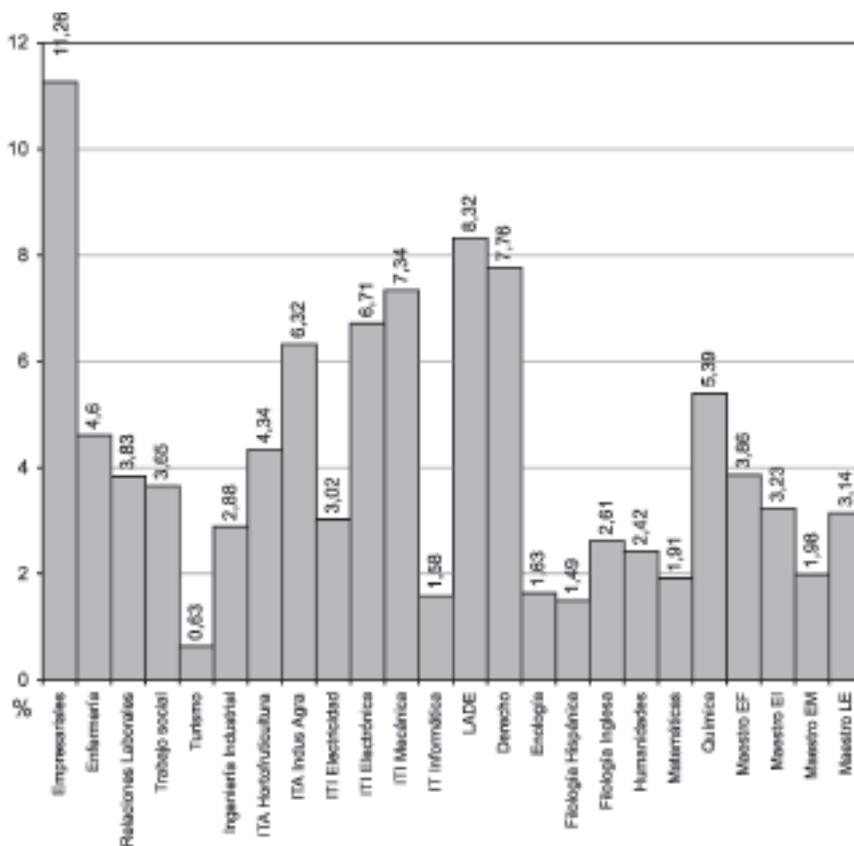


Figura 3.12. Distribución del alumnado por titulaciones.

De igual manera, se ha estratificado al personal docente e investigador en función del centro y departamento a los que pertenecen. Mientras que el 51,6% del PDI depende al Centro de Ciencias Humanas, Jurídicas y Sociales, el 44,9% se corresponde con el Centro Científico Técnico y tan sólo un 3,4% conforman el PDI de las Escuelas Adscritas.

Entre los departamentos más numerosos en cuanto al número de PDI que integran se encuentran Economía y Empresa (13,5%), Derecho (9%) y Ciencias Humanas y Sociales (9%), por parte del Centro de Ciencias Humanas, Jurídicas y Sociales; y los departamentos de Matemáticas y Computación (11,2%), Agricultura y Alimentación (10,1%) e Ingeniería Mecánica (10,1%), por el Centro Científico Técnico.

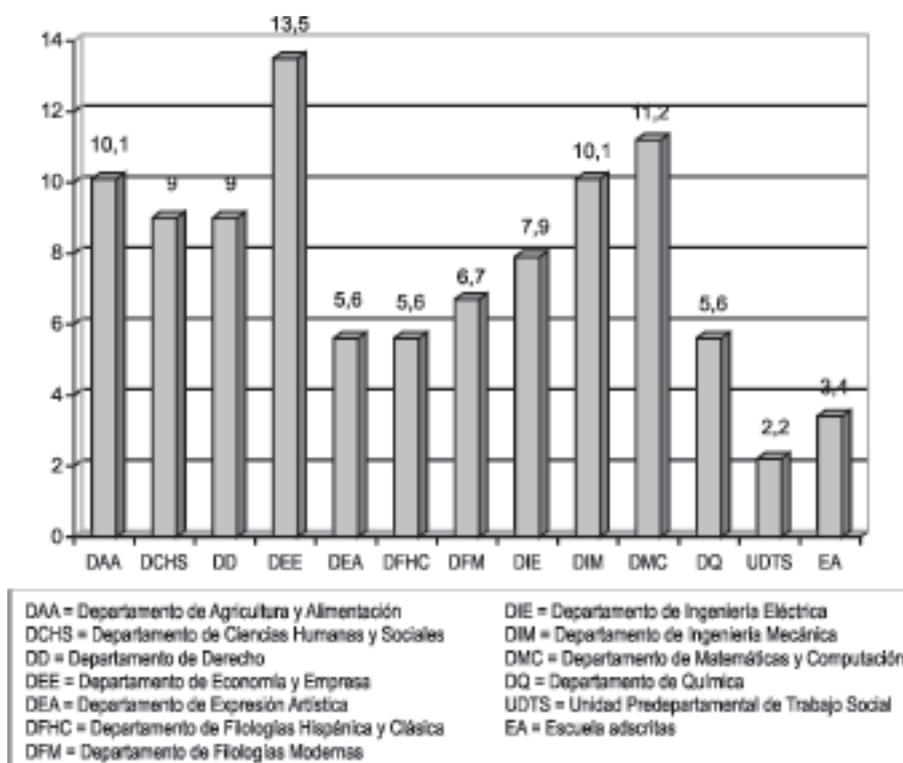


Figura 3.13. Distribución del profesorado por departamentos.

Respecto a la variable laboral o educativa *antigüedad en la Universidad de La Rioja*, se observa que tan sólo uno de cada cuatro universitarios riojanos se encuentra vinculado a la UR desde hace más de cinco años mientras que uno de

cada cinco dice haber entrado a formar parte de la universidad riojana en el presente curso académico.

Por otra parte, nueve de cada diez universitarios riojanos desempeñan sus obligaciones laborales académicas por la mañana, frente a seis de cada diez que dedican parte de la tarde a sus obligaciones universitarias.

En cuanto al lugar de procedencia (figura 3.14), la mayoría (89%) es riojana, concretamente, el 64,7% de Logroño y el 24,3% de la provincia. El 11% restante procede de otra comunidad autónoma.



Figura 3.14. Distribución de la población universitaria riojana en función del lugar de procedencia.

No obstante, como puede apreciarse en los datos recogidos en la figura 3.15, durante los días lectivos el 84,4% de los encuestados reside en la capital riojana, un 12% en otra población de esta región y tan sólo un 3,7% lo hace fuera de la comunidad autónoma. En cambio, los fines de semana tan sólo seis de cada diez se quedan en Logroño, frente a un 30% que dice pasar estos días en otra localidad riojana y a un 11% que sale de la comunidad autónoma. En las épocas estivales el índice de universitarios que residen en Logroño se encuentra por debajo del 50%, aumentando en gran medida las salidas a otras poblaciones de La Rioja (21,9%) o a otras provincias (32,5%).



Figura 3.15. Distribución de la población universitaria riojana en función del lugar de residencia en días laborales, fines de semana y vacaciones.

Por otro lado, podríamos decir que tan sólo el 44,9% realiza actividad física durante el desplazamiento a la universidad, ya que un 43,4% se traslada andando y un escaso 1,4% lo hace en bicicleta. El 55% restante utiliza como medio de transporte un vehículo a motor: autobús, moto o coche. Esta relación se mantiene más o menos estable en los tres colectivos.

Dado que Logroño y su comunidad autónoma son pequeños, el 87,2% de la población universitaria riojana invierte menos de 30 minutos en desplazarse desde su domicilio a la universidad; uno de cada tres encuestados dedica menos de diez minutos. Tan sólo un 4% emplea más de 45 minutos en este traslado.

### 3.5.2. Muestra

Considerando que la muestra debe ser una parte o un subconjunto de la población a estudiar que represente fielmente las características de ésta, a la hora de su selección se ha atendido escrupulosamente a las pautas establecidas por Camarero Rioja y del Val Cid (2001).

#### 3.5.2.1. Tamaño muestral

El universo de trabajo de esta investigación asciende a 6.347 sujetos, dato determinante del tamaño de la muestra.

Para poblaciones estadísticamente finitas (compuestas por menos de 100.000 unidades), como es nuestro caso, emplearemos la fórmula expresada por Santesmases (2001:85):

$N = \frac{Z^2 p q M}{EM^2 (M-1) + Z^2 p q}$	N = tamaño muestral	q = (1-p)
	Z = Nivel de confianza en unidades	M = Tamaño de la población
	P = proporción en la población	EM = error de muestreo

De esta forma, estimando un nivel de confianza del 95%, equivalente a una desviación estándar con respecto a la media de 2 unidades Z, un error de muestreo de  $\pm 2$  sigmas y una proporción de la población del 50%, la amplitud de la **muestra** debería ascender a **1.794 sujetos**.

#### 3.5.2.2. Tipo de muestreo

El método de muestreo a utilizar será por cuotas y proporcional.

**Muestreo por cuotas.** Para una selección por cuotas se establecen tres niveles:

- I nivel Segmentación según las tareas desempeñadas (alumnos, PDI y PAS).
- II nivel Segmentación por titulación para los alumnos y por departamentos para el PDI.
- III nivel Segmentación de cada grupo por sexo.

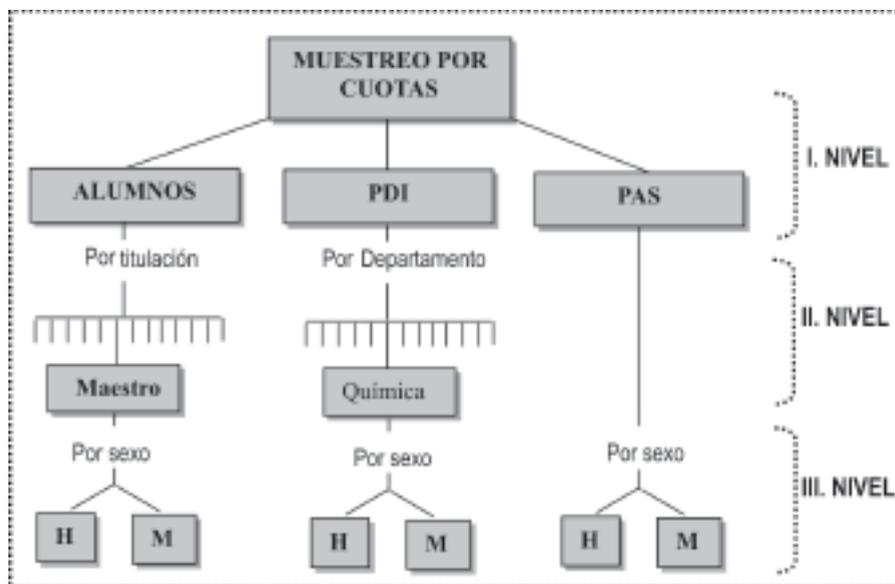


Figura 3.16. Muestreo por cuotas en tres niveles.

En cada uno de estos estratos y subestratos, fijamos la cuota (número de sujetos que conformarán el colectivo en la muestra). Finalmente la elección de los encuestados se efectúa de forma no aleatoria sin más requisito que reunir las características de uno de los grupos que se desea estudiar hasta obtener la cuota de cada grupo seleccionado.

Este método da origen a una muestra representativa de la población, más aún si se realiza de manera escrupulosa, y permite, además, una cierta libertad a la hora de seleccionar al entrevistado.

**Muestreo proporcional.** Se utiliza un muestreo proporcional ya que los pesos de cada estrato de la muestra se fijan proporcionalmente al peso de cada colectivo dentro del conjunto de la población universitaria de La Rioja. El hecho de conocer perfectamente la población de estudio y su distribución nos permite fijar la muestra por cuotas, reproduciendo la distribución exacta del universo de trabajo.

De esta forma la muestra se fija de la siguiente forma:

En el I nivel los datos obtenidos de la distribución de la población de la Universidad de La Rioja, según la tarea desempeñada (figura 3.16), se transforman en porcentajes respecto al total del universo (6.347). Posteriormente se distribuyen los estratos muestrales, manteniendo estas proporciones, y se obtiene así el número de sujetos que conformarán cada uno de los colectivos de la muestra (figura 3.17).

	UNIVERSO	PORCENTAJE	MUESTRA PREVISTA	MUESTRA DEFINITIVA
TOTAL	6347	100%	1794	1340
ALUMNOS	5691	89,66%	1609	1203
PDI	429	6,75%	121	89
PAS	227	3,57%	64	48

Figura 3.17. *Distribución de la muestra en el primer nivel.*

Seguidamente en los niveles II y III la selección del muestreo es diferente dependiendo del colectivo de ocupación. Así pues, del sector alumnos se toman los grupos en función de la titulación estudiada y del sexo, y se fija el número de cada uno de ellos (es decir la cuota) en proporción a la segmentación de ambas variables (titulación y sexo).

Se transforman los datos de la segmentación de los alumnos, en función de estas dos variables, en porcentajes respecto al total de estudiantes (5.691). Posteriormente, se aplica esta distribución porcentual al total del alumnado de la muestra prevista (1.609), tal y como se muestra a continuación.

TITULACIÓN	POBLACIÓN			PORCENTAJE			MUESTRA PREVISTA			MUESTRA DEFINITIVA		
	Total	Hombres	Mujeres	Total	Hombres	Mujeres	Total	Hombres	Mujeres	Total	Hombres	Mujeres
Empresariales	641	280	361	11,26%	4,82%	6,34%	181	79	102	136	59	77
Enfermería	262	26	236	4,6%	0,46%	4,14%	74	7	67	55	5	50
Relaciones Laborales	218	85	133	3,83%	1,59%	2,33%	62	24	38	47	18	29
Trabajo Social	208	35	173	3,65%	0,61%	3,04%	59	10	49	44	7	37
Turismo	36	11	25	0,67%	0,19%	0,44%	11	4	7	7	3	4
Ingeniería Industrial	164	139	25	2,88%	2,44%	0,44%	46	39	7	35	31	4
ITA Hortifruticultura	247	123	124	4,34%	2,16%	2,18%	70	35	35	52	25	27
ITA Industrias Agrarias	360	186	174	6,32%	3,27%	3,05%	102	53	49	77	40	37
ITI Electricidad	172	146	26	3,02%	2,57%	0,45%	49	42	7	36	31	5
ITI Electrónica	382	329	53	6,71%	5,78%	0,93%	108	93	15	80	70	10
ITI Mecánica	418	370	48	7,34%	6,59%	0,84%	118	104	14	87	78	9
IT Informática Gestión	90	64	26	1,58%	1,13%	0,45%	25	18	7	20	14	6
LADE	474	213	261	8,32%	3,74%	4,58%	134	60	74	101	44	56
Derecho	442	195	247	7,78%	3,42%	4,36%	125	55	70	94	41	53
Biología	93	52	41	1,63%	0,93%	0,72%	26	13	13	19	11	8
Filología Hispánica	85	25	60	1,49%	0,44%	1,05%	24	7	17	18	5	13
Filología Inglesa	149	23	126	2,63%	0,49%	2,21%	42	7	35	31	5	26
Humanidades	138	69	69	2,42%	1,21%	1,21%	39	20	19	29	15	14
Matemáticas	109	46	63	1,91%	0,81%	1,10%	31	13	18	23	10	13
Química	207	103	104	5,39%	1,81%	3,58%	87	29	58	85	22	43
Maestro Edac. Física	220	133	87	3,86%	2,34%	1,52%	62	37	25	46	27	19
Maestro Edac. Infantil	184	19	165	3,23%	0,34%	2,89%	52	5	47	39	5	34
Maestro Edac. Musical	113	26	87	1,98%	0,46%	1,52%	32	7	25	24	5	19
Maestro Lengua Extranj.	179	46	133	3,14%	0,81%	2,33%	50	13	37	38	9	29
<b>TOTAL ALUMNOS</b>	<b>5091</b>	<b>2744</b>	<b>2947</b>	<b>100%</b>	<b>48,2%</b>	<b>51,8%</b>	<b>1609</b>	<b>776</b>	<b>833</b>	<b>1200</b>	<b>588</b>	<b>623</b>

Figura 3.18. Distribución de la muestra de alumnos en el segundo y tercer nivel.

El sector formado por el **personal docente e investigador** se distribuye por cuotas generadas por la segmentación conjunta de las variables departamento y sexo (nivel II y III).

En este caso son los datos de la segmentación del PDI, basados en estas dos variables, los que se transforman en porcentajes respecto al total del colectivo

(429). Después, se aplica esta segmentación porcentual al total del PDI de la muestra (121), obteniendo los resultados siguientes.

DEPARTAMENTO	POBLACIÓN			PORCENTAJE			MUESTRA PREVISTA			MUESTRA DEFINITIVA		
	Total	Hombres	Mujeres	Total	Hombres	Mujeres	Total	Hombres	Mujeres	Total	Hombres	Mujeres
Agricultura y Alimentación	43	22	21	10,02%	5,13%	4,89%	12	7	5	9	5	4
Ciencias Humanas y Sociales	37	22	15	8,62%	5,13%	3,49%	10	6	4	8	5	3
Derecho	33	22	11	7,89%	5,13%	2,58%	9	6	3	7	5	2
Economía y Empresa	54	32	22	12,59%	7,46%	5,13%	15	9	6	12	7	5
Expresión Artística	24	15	9	5,69%	3,50%	2,19%	7	4	3	5	3	2
Filología Hispánica y Clásica	26	17	9	6,06%	3,90%	2,16%	8	5	3	5	3	2
Filología Moderna	27	13	14	6,30%	3,03%	3,27%	8	4	4	6	2	4
Ingeniería Eléctrica	31	28	3	7,27%	6,53%	0,7%	9	8	1	7	6	1
Ingeniería Mecánica	41	37	4	9,55%	8,63%	0,92%	11	10	1	9	8	1
Matemáticas y Computación	53	37	16	12,35%	8,63%	3,72%	15	10	5	12	7	5
Química	27	21	6	6,30%	4,90%	1,40%	8	6	2	5	3	2
Trabajo Social	11	5	6	2,54%	1,17%	1,37%	3	1	2	3	1	1
Enfermería	22	12	10	5,13%	2,80%	2,33%	6	4	2	3	2	1
<b>TOTAL PDI</b>	<b>429</b>	<b>280</b>	<b>146</b>	<b>100%</b>	<b>66%</b>	<b>34%</b>	<b>121</b>	<b>80</b>	<b>41</b>	<b>89</b>	<b>87</b>	<b>32</b>

Figura 3.19. Distribución de la muestra de PDI en el segundo y tercer nivel.

Sin embargo, el sector formado por el **personal de administración y servicios** se distribuye por cuotas generadas exclusivamente por la segmentación de la variable sexo, debido al escaso número de individuos que conforman cada uno de los servicios universitarios (nivel III).

	POBLACIÓN			PORCENTAJE			MUESTRA PREVISTA			MUESTRA DEFINITIVA		
	Total	Hombres	Mujeres	Total	Hombres	Mujeres	Total	Hombres	Mujeres	Total	Hombres	Mujeres
<b>TOTAL PAS</b>	<b>227</b>	<b>81</b>	<b>146</b>	<b>100%</b>	<b>35,7%</b>	<b>64,3%</b>	<b>64</b>	<b>23</b>	<b>41</b>	<b>48</b>	<b>16</b>	<b>32</b>

Figura 3.20. Distribución de la muestra de PAS en el tercer nivel.

### 3.5.2.3. Selección de las unidades muestrales últimas

Una vez señalados los perfiles de las personas a encuestar, se plantean los criterios básicos que han de respetarse a la hora de seleccionar a los sujetos:

- Se deberá recorrer todo el campus universitario, pasando por cada uno de los edificios, exceptuando las instalaciones físico-deportivas para evitar sesgos importantes en cuanto al objeto principal del estudio, la práctica físico-deportiva.
- Dentro de cada edificio se deberá acudir a los distintos espacios (aulas, salas, cafeterías, pasillos, jardines, etc.).
- Es conveniente visitar un mismo edificio en diferentes días de la semana e incluso a distintos horarios con el fin de evitar sesgos originados por los horarios de estudio o trabajo.
- Se evitará entrar en las aulas en hora de clase con el fin de impedir que todos los alumnos encuestados de una titulación se correspondan con un mismo curso.
- Ha de seleccionarse a toda persona que nos encontremos, de manera que sea miembro de la universidad riojana, pertenezca a uno de los grupos muestrales en los que no se haya superado la cuota elegida y no haya respondido ya al cuestionario.

## 3.6. Instrumentos

Los instrumentos son considerados como los medios técnicos que se utilizan tanto para el registro objetivo de la conducta resultante como para facilitar el tratamiento experimental propio de cada investigación.

Para intentar cubrir los objetivos de esta investigación se creyó conveniente recoger la mayor variedad de datos de la población a la que el presente estudio iba dirigido. Para ello había que elegir los instrumentos adecuados o bien confeccionarlos si no existían ya elaborados.

### 3.6.1. Instrumento cualitativo: grupos de discusión

Con el fin de estudiar empíricamente y contextualizar la práctica físico-deportiva de tiempo libre en la comunidad universitaria de la Universidad de La Rioja se utilizó, en una primera fase, la técnica de los grupos de discusión. Se formalizaron tres grupos focales distintos atendiendo a los siguientes criterios:

1. Cada uno de los grupos debía ser homogéneo en cuanto al colectivo universitario, por lo que resultaron tres grupos: uno de PDI, otro de PAS y otro de alumnado.

2. Cada uno de los grupos debía ser heterogéneo, en cuanto a la titulación en el caso de los alumnos, en cuanto al departamento para el grupo de PDI y en cuanto al servicio para el del PAS.
3. Cada uno de los grupos debía estar equilibrado en lo correspondiente a la variable sexo.

Con estos grupos focales pretendemos acercarnos, de forma general y espontánea, al conocimiento que la población universitaria riojana tiene sobre los conceptos, significados, percepciones y experiencias relativas a la práctica físico-deportivas de tiempo libre.

Se invitó personalmente a un total de doce personas para cada grupo focal señalando una fecha, hora y lugar para la realización de cada reunión. Finalmente, accedió un total de veintiún voluntarios: ocho en el grupo de discusión estudiantil, siete en el constituido por el PDI y seis en el formado por el PAS.

En cada uno de los grupo de discusión se intentó crear un ambiente agradable y relajado que inspirara confianza, con el fin de favorecer la interacción entre los participantes y la investigadora; se usó el tuteo para propiciar un mayor clima de confianza buscando que los resultados fueran más fiables.

Cada reunión comenzó con una presentación de la finalidad del trabajo y, posteriormente, se trató de estimular una discusión libre guiada a partir de cuatro preguntas sobre su práctica físico-deportiva de tiempo libre:

1. ¿Qué variables consideraréis que pueden influir en la práctica físico-deportiva de tiempo libre?
2. ¿Qué esperáis de las experiencias físico-deportivas?
3. ¿Qué tipo de actividades físico-deportivas os interesan más?
4. ¿Qué propondrías para mejorar la calidad de la oferta físico-deportiva de Logroño?

Con carácter previo se elaboró el siguiente protocolo que sirvió para la estructura y seguimiento de cada grupo focal, buscando unificar criterios e identificar las características de las distintas sesiones y que, al mismo tiempo, la información proveniente de estos grupos de discusión fuera la materia sustancial del análisis de contenido.

<b>PROTOCOLO PARA EL SEGUIMIENTO Y ANÁLISIS DE LOS GRUPOS DE DISCUSIÓN</b>		
Fecha de la sesión: _____	Colectivo _____	
Número de voluntarios participantes:	Hombres _____	Mujeres _____
<b>Preguntas para la discusión:</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Qué variables consideraréis que pueden influir en la práctica físico-deportiva?</li> <li>• ¿Qué esperáis de la práctica físico-deportiva?</li> <li>• ¿Qué tipo de actividades físico-deportivas os interesan más?</li> <li>• ¿Qué propondrías para mejorar la calidad de la oferta físico-deportiva de Logroño? ¿Y del servicio de deportes de la Universidad?</li> <li>• ¿Qué problemas detectáis en la oferta físico-deportiva de Logroño? ¿Y del servicio de deportes de la Universidad?</li> </ul>		
<b>Observaciones:</b>		

Figura 3.21. *Protocolo para el seguimiento y análisis de los grupos de discusión.*

El desarrollo de cada grupo de discusión fue registrado en una grabadora de voz (SONY IC recorder ICD-47) con el fin de reproducir con exactitud los comentarios más significativos de cada una de las sesiones de cara a su posterior análisis cualitativo.

La formación de estos grupos focales fue necesaria para comprender mejor las relaciones de la población objeto de estudio con la práctica físico-deportiva de tiempo libre; además proporcionaron información fundamental sobre algunos de sus conceptos, experiencias, creencias e intereses en relación con la práctica físico-deportiva de tiempo libre.

### **3.6.2. Instrumento cuantitativo: cuestionario**

A la hora de elaborar el cuestionario se han tenido en cuenta los distintos focos, dimensiones, objetivos, indicadores y variables formulados en los apartados anteriores. Así mismo, se ha pretendido utilizar un lenguaje adaptado a la población objeto de estudio para la práctica físico-deportiva de tiempo libre.

A partir de estas premisas se comenzó a diseñar el cuestionario inicial estructurándolo en torno a tres focos. El primero engloba los factores identificativos a través de preguntas sobre aspectos personales, laborales o educativos y ambien-

tales; el segundo pretende recabar información sobre el tiempo libre, mientras que el tercer foco se centra en la práctica físico-deportiva de tiempo libre.

A partir de las citadas dimensiones (figura 3.2) se formularon ítemes que recogieran información relevante para cada una de las variables consideradas en este estudio.

Una vez confeccionado el primer cuestionario se procedió a la validación de su contenido a través de dos procedimientos:

- El juicio de expertos, donde se valoró la comprensibilidad, el contenido y la estructura del instrumento.
- El test preliminar a un grupo piloto que, por un lado, pretendía medir la comprensibilidad y, por otro, recogía algunas preguntas abiertas, con el fin de comprobar la inclusión de todas las alternativas posibles en las respuestas contempladas, detectando nuevas posibilidades a consignar.

Los resultados obtenidos en estos dos procesos de validación, descritos detenidamente en el siguiente apartado, dieron lugar a la configuración del cuestionario definitivo, con un total de 32 preguntas (se recogen a continuación tal y como fue presentado, así como la hoja de respuestas).

## CUESTIONARIO PARA CONOCER LOS HÁBITOS FÍSICO-DEPORTIVOS ENTRE LA POBLACIÓN DE LA UNIVERSIDAD DE LA RIOJA

### CUESTIONARIO 3: Alumnos

Estamos realizando un estudio sobre la práctica físico-deportiva en el tiempo libre. El objetivo primordial es detectar posibles desajustes entre la oferta físico-deportiva y las demandas y necesidades de la comunidad universitaria de La Rioja, que puedan impedir o dificultar la práctica real. Para ello, es necesario conocer una serie de aspectos sobre sus hábitos de práctica físico-deportiva.

Le rogamos que responda con la mayor sinceridad posible, favoreciendo la obtención de un diagnóstico fiable y válido, que nos permita enumerar una serie de medidas de adecuación de la oferta físico-deportiva a las necesidades reales.

El cuestionario es totalmente anónimo, garantizándose el secreto de las respuestas.

#### INSTRUCCIONES PARA RELLENAR EL CUESTIONARIO:

- **Todas las respuestas deben ir en la hoja de respuestas y no en este cuadernillo de preguntas.**
- Marque con una "X" el número o números que corresponda o correspondan a la/s respuesta/s elegida/s por usted.

Cuadernillo de preguntas

P.1. Sexo  
(V) Varón  
(M) Mujer

Hoja de respuestas

P.1.  V  M

Como soy mujer, pongo una "X" en el cuadro "M" de la hoja de respuestas

- Si te equivocas, pinta por completo el error cometido y vuelve a marcar con una "X" el cuadro correcto.

Cuadernillo de preguntas

P.1. Sexo  
(V) Varón  
(M) Mujer

Hoja de respuestas

P.1.  V  M

Soy mujer, me he equivocado marcando "V". Para solucionarlo, pinto el recuadro entero y a continuación pongo una "X" en el cuadro de la opción "Mujer", el "M".

- Si la respuesta a dar es numérica, se escribirá un dígito en cada casilla

Cuadernillo de preguntas

P.2. Edad

Hoja de respuestas

P.2.

**RECUERDE:** Todas las respuestas deben ir en la hoja de respuestas y no en este cuadernillo de preguntas

- P.1.** Sexo  
(V) Varón  
(M) Mujer
- P.2.** Edad
- P.3.** Estado Civil  
(1) Soltero/a y vivo solo/a  
(2) Soltero/a pero comparto piso con otras personas (padres, hermanos/as u otros)  
(3) Casado/a  
(4) Divorciado/a o separado/a  
(5) Viudo/a  
(6) No Contesta
- P.4.** Titulación que estudia
- |   |  |
|---|--|
| (1) Diplomatura en Ciencias Empresariales         | (15) Licenciatura en Derecho                       |
| (2) Diplomatura en Enfermería                     | (16) Licenciatura en Enología                      |
| (3) Diplomatura en Relaciones Laborales           | (17) Licenciatura en Filología Hispánica           |
| (4) Diplomatura en Trabajo Social                 | (18) Licenciatura en Filología Inglesa             |
| (5) Diplomatura en Turismo                        | (19) Licenciatura Historia y Ciencias de la Música |
| (6) Ingeniería Industrial                         | (20) Licenciatura en Humanidades                   |
| (7) I.T.A. en Hortofruticultura y Jardinería      | (21) Licenciatura en Matemáticas                   |
| (8) I.T.A. en Industrias Agrarias y Alimentarias  | (22) Licenciatura en Química                       |
| (9) I.T.I. en Electricidad                        | (23) Maestro en Educación Física                   |
| (10) I.T.I. en Electrónica Industrial             | (24) Maestro en Educación Infantil                 |
| (11) I.T.I. en Mecánica                           | (25) Maestro en Educación Musical                  |
| (12) I.T. en Informática de Gestión               | (26) Maestro en Lengua Extranjera (Francés)        |
| (13) Licenciad. Administración Dirección Empresas | (27) Maestro en Lengua Extranjera (Inglés)         |
| (14) Licenciatura en Ciencias del Trabajo         |  |
- P.5.** ¿Cuántos años lleva siendo miembro de la comunidad universitaria riojana?
- P.6.** Curso más alto en el que se encuentra matriculado  
(1) Primero (3) Tercero (5) Quinto  
(2) Segundo (4) Cuarto (6) Cursos de Tercer Ciclo
- P.7.** ¿Qué turno de clases tiene durante el presente curso académico?  
(1) De mañana  
(2) De tarde  
(3) De mañana y tarde
- P.8.** ¿En dónde se encuentra su domicilio familiar habitual?  
(1) En Logroño  
(2) En otro municipio de La Rioja  
(3) En otra Comunidad Autónoma. ¿Cuál?
- P.9.** Indique, por favor, dónde vive habitualmente en las siguientes temporadas
- |                                |                                |                                |
|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|
| <u>a) Días Lectivos</u>        | <u>b) Fines de Semana</u>      | <u>c) Vacaciones</u>           |
| (1) Logroño                    | (1) Logroño                    | (1) Logroño                    |
| (2) Otro municipio de La Rioja | (2) Otro municipio de La Rioja | (2) Otro municipio de La Rioja |
| (3) Otra Comunidad Autónoma    | (3) Otra Comunidad Autónoma    | (3) Otra Comunidad Autónoma    |
| ¿Cuál?                         | ¿Cuál?                         | ¿Cuál?                         |
- P.10.** ¿Qué medio de transporte emplea para acudir a la universidad habitualmente?  
(1) Ninguno, voy andando  
(2) Bicicleta  
(3) Autobús  
(4) Moto  
(5) Coche  
(6) Otro ¿Cuál?
- P.11.** ¿Cuánto tiempo tarda en desplazarse desde su domicilio hasta la universidad?  
(1) Menos de 10 minutos  
(2) Entre 10 y 20 minutos  
(3) Entre 20 y 30 minutos  
(4) Entre 30 y 45 minutos  
(5) Más de 45 minutos

### SOBRE TIEMPO LIBRE Y OCIO

**P.12.** ¿De cuánto tiempo libre dispone al día si descuenta el tiempo dedicado al trabajo, estudio, desplazamientos, obligaciones domésticas y familiares, actividades religiosas o políticas, demandas fisiológicas? Indique la media de horas diarias en días laborales, sábados, domingos y festivos, y vacaciones.

a) Días Laborales                      b) Sábados                      c) Domingos y Festivos                      d) Vacaciones

- |                       |                       |                       |                       |
|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| (1) Menos de 1 hora   |
| (2) Entre 1 y 2 horas |
| (3) Entre 2 y 3 horas |
| (4) Entre 3 y 5 horas |
| (5) Más de 5 horas    |

**P.13.** Con respecto a los días laborales, ¿en qué momento o momentos del día suele disponer de tiempo libre? Indique la cantidad de horas libres en cada momento

<b>(1) Por la mañana (entre las 7 y 9 horas)</b>			
(1.1) Menos de 1 h	(1.2) Entre 1 y 2 h		
<b>(2) A medio mañana (entre las 9 y 14 horas)</b>			
(2.1) Menos de 1 h	(2.2) Entre 1 y 2 h	(2.3) Entre 2 y 3 h	(2.4) Más de 3 h
<b>(3) A medio día (entre las 14 y 17 horas)</b>			
(3.1) Menos de 1 h	(3.2) Entre 1 y 2 h	(3.3) Entre 2 y 3 h	
<b>(4) A medio tarde (entre las 17 y 22 horas)</b>			
(4.1) Menos de 1 h	(4.2) Entre 1 y 2 h	(4.3) Entre 2 y 3 h	(4.4) Más de 3 h
<b>(5) Por la noche (entre las 22 y 24 horas)</b>			
(5.1) Menos de 1 h	(5.2) Entre 1 y 2 h		
<b>(6) Entre las 24 y las 7 horas</b>			
(6.1) Menos de 1 h	(6.2) Entre 1 y 2 h	(6.3) Entre 2 y 3 h	(6.4) Más de 3 h

**P.14.** ¿Qué hace en su tiempo libre? Puede marcar más de una opción

- (1) Estar con la familia
- (2) Estar con los amigos
- (3) Salir con mi pareja o algún/a chico/a
- (4) Ir al cine, teatro, espectáculos artísticos...
- (5) Ver televisión y/o video
- (6) Escuchar la radio o música
- (7) Leer libros, periódicos o revistas
- (8) Jugar con videojuegos, consolas o manejar el ordenador
- (9) Actividades físicas (pasear, salir a correr, trabajos de jardinería...) y/o deportivas (nadar, correr, fútbol...)
- (10) Salir al campo, de excursión, viajar
- (11) Fotografía
- (12) Trabajos manuales, coser, pintar...
- (13) Tocar instrumentos musicales
- (14) Ir de tiendas
- (15) Visitas culturales (museos, edificios históricos, exposiciones, monumentos...)
- (16) Realizar cursos culturales (Inglés, informática...)
- (17) Realizar trabajos sociales (Cruz Roja, protección civil, cuidar ancianos...)
- (18) Estudiar más allá de lo necesario, por interés, por gusto
- (19) Juegos de salón (fútbol, billar...)
- (20) Juegos de mesa (cartas, ajedrez, parchís...)
- (21) Nada en particular
- (22) Otra: ¿qué??

**P.15.** En cuanto a la cantidad de tiempo libre de que dispone, considera que tiene:

<b>a) Días Laborales:</b>	(1) Mucho	(2) Bastante	(3) Normal	(4) Poco	(5) Muy Poco
<b>b) Sábados:</b>	(1) Mucho	(2) Bastante	(3) Normal	(4) Poco	(5) Muy Poco
<b>c) Domingos y Fiestas:</b>	(1) Mucho	(2) Bastante	(3) Normal	(4) Poco	(5) Muy Poco
<b>d) Vacaciones:</b>	(1) Mucho	(2) Bastante	(3) Normal	(4) Poco	(5) Muy Poco

**P.16.** ¿Qué grado de satisfacción tiene con respecto a la ocupación de su tiempo libre?

- (1) Muy satisfecha
- (2) Satisfecha
- (3) Unas veces satisfecha y otras no
- (4) Insatisfecha.
- (5) Muy insatisfecha

**P.17.** Muchos factores influyen en la manera de ocupar nuestro tiempo libre. Si sólo dependiera de sus gastos personales ¿en qué actividades le gustaría emplear su tiempo libre? **Puede marcar más de una opción**

- (1) Estar con la familia
- (2) Estar con los amigos
- (3) Salir con mi pareja o algún/a chica/a
- (4) Ir al cine, teatro, espectáculos artísticos...
- (5) Ver televisión y/o vídeo
- (6) Escuchar la radio o música
- (7) Leer libros, periódicos o revistas
- (8) Jugar con videojuegos, consolas o manejar el ordenador
- (9) Actividades físicas (gases, subir escaleras, trabajos de jardinería...) y/o deportivos (nata, corra, fútbol...)
- (10) Salir al campo, de excursión, viajar
- (11) Fotografía
- (12) Trabajos manuales, coser, pintar...
- (13) Tocar instrumentos musicales
- (14) Ir de tiendas
- (15) Visitas culturales (museos, edificios históricos, exposiciones, monumentos...)
- (16) Realizar cursos culturales (inglés, informática...)
- (17) Realizar trabajos sociales (Cruz Roja, protección civil, cuidar ancianos...)
- (18) Estudiar más allá de lo necesario, por interés, por gusto
- (19) Juegos de salón (fútbol, billar...)
- (20) Juegos de mesa (cartas, ajedrez, parchís...)
- (21) Nada en particular
- (22) Otra: ¿qué?

**SOBRE PRÁCTICA FÍSICO-DEPORTIVA**

**P.18.** ¿Practica y/o ha practicado alguna actividad físico-deportiva extraacadémica o extralaboral?  
**Atención:** Se incluyen dentro de las actividades físico-deportivas hábitos como pasear, subir escaleras, trabajos de jardinería...

(1) No practico ni practicaba → **Pasar a P.29.**

(2) No practico pero antes practicaba

(3) Practico pero antes no practicaba

(4) Practico y practicaba

**Sólo para los que practican y/o practicaban**

**P.19.** Para los que practican y/o practicaban  
 Señale la edad que tenía cuando comenzó la práctica físico-deportiva

- P.20. Para los que practican y/o practicaban.** Marque con una "x" los motivos que le llevaron a iniciarse por primera vez en la práctica físico-deportiva. Recuerde, puede marcar más de una
- (1) Por diversión.
  - (2) Para estar en forma
  - (3) Para evadirme y/o relajarme
  - (4) Para mantener o mejorar la forma
  - (5) Para competir
  - (6) Para hacer una carrera deportiva
  - (7) Me gustaba hacer ejercicio
  - (8) Porque estaba de moda.
  - (9) Porque estaba bien visto
  - (10) Mis amigos lo realizaban. Me permitía estar con mis amigos
  - (11) Porque me gustaba el deporte
  - (12) Porque me permitía conocer nueva gente, hacer relaciones sociales
  - (13) Para mejorar mi autoestima
  - (14) Por mantener la línea
  - (15) Porque mis familiares lo realizaban
  - (16) Por satisfacer a mis padres
  - (17) Por satisfacer a mi pareja
  - (18) Me gustaba hacer cosas en las que soy bueno
  - (19) Me gustaba buscar aprobación social
  - (20) Me gustaba demostrar mis capacidades
  - (21) Para ganar. Para ser el mejor
  - (22) Por pertenecer a un grupo
  - (23) Me gustaba recibir elogios
  - (24) Me gustaba participar
  - (25) Por mejorar mis habilidades físicas y técnicas
  - (26) Por aprender cosas nuevas. Por tener nuevas experiencias
  - (27) Por una campaña de promoción
  - (28) Por los beneficios físicos y psicológicos
  - (29) Para mejorar mi aspecto físico
  - (30) Por prescripción médica
  - (31) Para estar en contacto con la naturaleza
  - (32) Para estar al aire libre
  - (33) Por hacer una actividad positiva
  - (34) Para sentir emociones
  - (35) Para buscar y correr riesgos
  - (36) Por entrenarme
  - (37) Por descargar agresividad
  - (38) Por acompañar a otra persona
  - (39) Por adelgazar
  - (40) Por obligación
  - (41) Otra: ¿cuál?
- P.21. Para los que practican y/o practicaban.** ¿Cuándo se sintió con más éxito en las últimas prácticas de alguna actividad físico-deportiva? Puede marcar más de una opción
- (1) Cuando fui el único que podía realizar una determinada acción
  - (2) Cuando fui capaz de seguir esforzándome y practicar duro
  - (3) Cuando pude practicar mejor con mis amigos
  - (4) Cuando le vi el truco a una nueva acción
  - (5) Cuando los demás no pudieron hacerlo tan bien como yo
  - (6) Cuando logré hacer algo que no había podido hacer antes
  - (7) Cuando los demás se hacían un lío y yo no
  - (8) Cuando mediante esfuerzo y dura práctica aprendí una nueva habilidad
  - (9) Cuando gané a los demás
  - (10) Cuando trabajé realmente duro
  - (11) Cuando fui quien consiguió la puntuación más alta.
  - (12) Cuando el haber aprendido algo nuevo me produjo ganas de ir y practicar más
  - (13) Cuando fui el mejor
  - (14) Cuando algo nuevo que había aprendido me salió muy bien
  - (15) Cuando fui más hábil que los demás
  - (16) Cuando lo hice lo mejor que pude

**P.22.** Para los que practican y practicaban, (si usted practica pero no practicaba, pase a la pregunta 23). ¿Cuáles diría que son los motivos por los que sigue practicando en la actualidad?

- (1) Por diversión.
- (2) Para estar en forma
- (3) Para evadirme y/o relajarme
- (4) Para mantener o mejorar la forma
- (5) Para competir
- (6) Para hacer una carrera deportiva
- (7) Me gusta hacer ejercicio
- (8) Porque está de moda.
- (9) Porque está bien visto
- (10) Mis amigos lo realizan. Me permite estar con mis amigos
- (11) Porque me gusta el deporte
- (12) Porque me permite conocer nueva gente. Hacer relaciones sociales
- (13) Para mejorar mi autoestima
- (14) Por mantener la línea
- (15) Porque mis familiares lo realizan
- (16) Por satisfacer a mis padres
- (17) Por satisfacer a mi pareja
- (18) Me gusta hacer cosas en las que soy bueno
- (19) Me gusta buscar aprobación social
- (20) Me gusta demostrar mis capacidades
- (21) Para ganar. Para ser el mejor
- (22) Por pertenecer a un grupo
- (23) Me gusta recibir elogios
- (24) Me gusta participar
- (25) Por mejorar mis habilidades físicas y técnicas
- (26) Por aprender cosas nuevas. Por tener nuevas experiencias
- (27) Por una campaña de promoción
- (28) Por los beneficios físicos y psicológicos
- (29) Para mejorar mi aspecto físico
- (30) Por prescripción médica
- (31) Para estar en contacto con la naturaleza
- (32) Para estar al aire libre
- (33) Por hacer una actividad positiva
- (34) Para sentir emociones
- (35) Para buscar y correr riesgos
- (36) Por entretenerme
- (37) Por descargar agresividad
- (38) Por acompañar a otra persona
- (39) Por adular
- (40) Por obligación
- (41) Otra: ¿cuál?

**P.23.** Si practica en la actualidad, responda a esta pregunta; si no, pase a la pregunta 26. En el presente curso académico (2002-2003), incluyendo el verano del 2002, ¿qué actividades físicas o deportivas realiza o ha realizado? Recuerda que dentro de las actividades físico-deportivas se incluyen hábitos como pasear, subir escaleras, trabajos de jardinería, etc. Al mismo tiempo díganos, de cada una de ellas, el lugar y la época del año, la frecuencia de práctica, el tipo de días y el momento del día en que las realiza o realizaba, el contexto de práctica y con quién hace cada actividad.

**P.24.** Para los que en la pregunta anterior (P.23) han comentado que hacen alguna actividad en la universidad. Señale los motivos por los que practica en las instalaciones deportivas de la universidad. Puede marcar más de una opción

- (1) Los espacios son más adecuados
- (2) Las actividades se imparten con más calidad
- (3) Los monitores me caen muy bien
- (4) Los horarios de las actividades me vienen bien
- (5) Me pilla muy cerca del lugar de estudio/trabajo y/o de casa
- (6) Porque mis amigos practican en la universidad
- (7) Porque me resulta más económico
- (8) Porque la actividad no se oferta en otro sitio.
- (9) Por los servicios de transporte
- (10) Por sus servicios complementarios (bar, sauna, solárium, hidromasaje...)
- (11) Porque da más prestigio
- (12) Otra: ¿cuál?

**P.25.** Para los que en la P.23 han comentado que hacen alguna actividad fuera de la Universidad. Señale los motivos por los que practica fuera de la universidad. Puede marcar más de una

- (1) Los espacios son más adecuados
- (2) Las actividades se imparten con más calidad
- (3) Los monitores me caen muy bien
- (4) Los horarios de las actividades me vienen bien
- (5) Me pilla muy cerca del lugar de estudio/trabajo y/o de casa
- (6) Porque mis amigos practican fuera de la universidad
- (7) Porque me resulta más económico
- (8) Porque la actividad no se oferta en la universidad
- (9) Por los servicios de transporte
- (10) Por sus servicios complementarios (bar, sauna, solarium, hidromasaje...)
- (11) Porque da más prestigio
- (12) Porque no existe el espacio deportivo necesario en la universidad
- (13) Porque ya practicaba en ellas antes de pertenecer a la comunidad universitaria
- (14) Por practicar con mi familia
- (15) Otra: ¿cuál?

**P.26.** Para los que practicaban (si usted no practicaba, pase a la pregunta 30). En años anteriores al presente curso académico (2002-2003), ¿qué actividades físicas o deportivas ha realizado? Recuerda que dentro de las actividades físico-deportivas se incluyen hábitos como pasear, subir escaleras, trabajos de jardinería, etc. Al mismo tiempo díganos, de cada una de ellas, la frecuencia de práctica, el contexto de práctica y con quién hacía cada actividad.

**P.27.** Para los que practicaban pero ya no practican (si sigue practicando pase a la pregunta 30). Señale la edad que tenía cuando abandonó la práctica físico-deportiva

**P.28.** Para los que practicaban pero ya no practican. Marque con una "X" los motivos que le llevaron a abandonar la práctica físico-deportiva. Puede marcar más de una opción

- (1) Por falta de tiempo
- (2) Termine cansado/a o fatigado/a de la jornada laboral o de estudio
- (3) Por falta de habilidad
- (4) Por falta de interés
- (5) Por pereza
- (6) Por desinterés
- (7) Por falta de instalaciones
- (8) Por falta de hábito
- (9) Por los estudios
- (10) Por aburrimiento
- (11) Porque tenía otras preferencias para ocupar mi tiempo libre
- (12) Porque me resultaba caro
- (13) Porque las instalaciones están lejos del domicilio o lugar de estudio o trabajo
- (14) Porque no me gusta hacer ejercicio físico
- (15) Por tener demasiado edad para hacer ejercicio
- (16) Por falta de salud
- (17) Por lesiones
- (18) Escasa cultura física
- (19) No tiene sentido
- (20) Instalaciones inadecuadas
- (21) Se dejaron de ofertar las actividades que practicaba
- (22) Por falta de información
- (23) Las instalaciones estaban a menudo ocupadas y/o saturadas
- (24) No le veo utilidad
- (25) Me enfadé con el entrenador, con los compañeros o con la directiva
- (26) Mis padres no me dejaban
- (27) No le gusta a mi novia/o o pareja
- (28) Mis amigos no hacen
- (29) Porque dejé el centro donde estudiaba
- (30) Horario incompatible con mis obligaciones
- (31) Cambios de horarios de la actividad que estaba realizando
- (32) Mis padres no practican
- (33) Falta de apoyo y estímulo
- (34) Falta de formación físico-deportiva
- (35) No tengo con quién practicarlo
- (36) Me cansé
- (37) Porque no destacaba
- (38) Por cambio de residencia
- (39) Por prescripción médica
- (40) Porque mis amigos lo dejaron
- (41) Porque no se cumplieron mis expectativas
- (42) Por el énfasis competitivo atribuible a la propia actividad o al entrenador
- (43) Por no participar demasiado
- (44) Porque te aleja de las amistades
- (45) Otra: ¿cuál?

### **Sólo para los que no practican ni han practicado**

**P.29.** Marque los motivos por los que no practica ni ha practicado. Puede marcar más de una opción

- (1) Por falta de tiempo
- (2) Terrino cansado/a o fatigado/a de la jornada laboral o de estudio
- (3) Por falta de habilidad
- (4) Por falta de interés
- (5) Por pereza
- (6) Por desinterés
- (7) Por falta de instalaciones
- (8) Por falta de hábito
- (9) Por los estudios
- (10) Por aburrimiento
- (11) Porque tenía otras preferencias para ocupar mi tiempo libre
- (12) Porque me resulta caro
- (13) Porque las instalaciones están lejos del domicilio o lugar de estudio o trabajo
- (14) Porque no me gusta hacer ejercicio físico
- (15) Por tener demasiada edad para hacer ejercicio
- (16) Por falta de salud
- (17) Por lesiones
- (18) Escasa cultura física
- (19) No tiene sentido
- (20) Instalaciones inadecuadas
- (21) No se ofertan las actividades que me interesan
- (22) Por falta de información
- (23) Las instalaciones están a menudo ocupadas y/o saturadas
- (24) No le veo utilidad
- (25) Mis padres no me dejaban
- (26) No le gusta a mi novia/o o pareja
- (27) Mis amigos no hacen
- (28) Horario incompatible con mis obligaciones
- (29) Mis padres no practican
- (30) Falta de apoyo y estímulo
- (31) Falta de formación físico-deportiva
- (32) No tengo con quién practicarlo
- (33) Me casé
- (34) Porque no destaco
- (35) Por prescripción médica
- (36) Porque te aleja de las amistades
- (37) Otra ¿cuál?

### **Para todos**

**P.30.** Independientemente de que haga o no ejercicio, incluso de que haya realizado o no algún tipo de actividad físico-deportiva, ¿podría decirme, por favor, qué grado de satisfacción tiene con respecto a su práctica físico-deportiva?

- (1) Muy satisfecho/a
- (2) Satisfecho/a
- (3) Unas veces satisfecho/a y otras no
- (4) Insatisfecho/a.
- (5) Muy insatisfecho/a

**P.31.** Si sólo dependiera de sus gustos personales, ¿cuál actividades físico-deportivas le gustaría efectuar? Puede marcar más de una opción

- |                |                         |                      |                    |
|----------------|-------------------------|----------------------|--------------------|
| (0) Ninguna    | (13) Espeleología       | (26) Malabares       | (39) Remo          |
| (1) Aeróbic    | (14) Esquí              | (27) Montañismo      | (40) Rugby         |
| (2) Aeróbic    | (15) Fitness            | (28) Musculación     | (41) Squash        |
| (3) Atletismo  | (16) Fútbol             | (29) Natación        | (42) Taekwondo     |
| (4) Bádminton  | (17) Promenis           | (30) Paddle          | (43) Taichí        |
| (5) Baloncesto | (18) Fútbol 11          | (31) Pala            | (44) Tenis         |
| (6) Balonmano  | (19) Fútbol Sala        | (32) Patinaje        | (45) Tenis de mesa |
| (7) Boles      | (20) Gim. Mantenimiento | (33) Pelota          | (46) Tiro          |
| (8) Cam        | (21) Gimnasia Rítmica   | (34) Petanca         | (47) Tonificación  |
| (9) Ciclismo   | (22) Hockey             | (35) Pesca           | (48) Vela          |
| (10) Danza     | (23) Judo               | (36) Piragüismo      | (49) Voleibol      |
| (11) Escalada  | (24) Ju-Jitsu           | (37) Prepara. Física | (50) Otra: ¿cuál?  |
| (12) Esgrima   | (25) Karate             | (38) Relajación      |                    |

**P.32.** ¿Cree usted que practicará alguna actividad física o deportiva en el futuro?

- (1) Sí, con seguridad
- (2) Probablemente sí
- (3) Ahora no lo sé
- (4) Probablemente no
- (5) No, con seguridad

Fig.3.22.

**HOJA DE RESPUESTAS 3: Alumnos**

**RECUERDE:** Todas las respuestas deben ir en esta hoja de respuestas y no en el cuadernillo de preguntas

- Marque con una "X" el número o números que corresponda o correspondan a la/s respuesta/s elegida/s por usted.
- Si te equivocas, pinta por completo el error cometido y vuelve a marcar con una "X" el cuadro correcto.
- Si la respuesta a dar es numérica, se escribirá un dígito en cada casilla

P.1. 

V	M
---	---

P.2. 

--	--

P.3. 

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

P.4. 

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----

P.5. 

--	--

P.6. 

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

P.7. 

1	2	3
---	---	---

P.8. 

1	2	3	¿Cuál?
---	---	---	--------

 \_\_\_\_\_

P.9. a) 

1	2	3	¿Cuál?
---	---	---	--------

 \_\_\_\_\_

b) 

1	2	3	¿Cuál?
---	---	---	--------

 \_\_\_\_\_

c) 

1	2	3	¿Cuál?
---	---	---	--------

 \_\_\_\_\_

P.10. 

1	2	3	4	5	6	¿Cuál?
---	---	---	---	---	---	--------

 \_\_\_\_\_

P.11. 

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

**SOBRE TIEMPO LIBRE Y OCIO**

P.12. a) 

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

b) 

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

c) 

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

d) 

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

P.13. 

1	2	3	4	5	6
11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28
29	30	31	32	33	34
35	36	37	38	39	40
41	42	43	44	45	46
47	48	49	50	51	52
53	54	55	56	57	58
59	60	61	62	63	64

P.14. 

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	¿Qué?
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	-------

P.15. a) 

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

b) 

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

c) 

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

d) 

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

P.16. 

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

P.17. 

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	¿Qué?
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	-------

**SOBRE PRÁCTICA FÍSICO-DEPORTIVA**

P.18. 

1	2	3	4
---	---	---	---

P.19. 

--	--

P.20. 

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	¿Cuál?
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	--------

 \_\_\_\_\_

P.21. 

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----

P.22. 

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	¿Cuál?
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	--------

 \_\_\_\_\_

**P.23.**

ACTIVIDADES	LUGAR UTILIZADO (a)	ESPEC. PRA. (b)	FRECUENCIA PRACTICA (c)	DÍAS (d)	MOMENTO DEL DÍA QUE PRACTICA (a)	EN	CONTEXTO PRACTICA (f)	CON QUIEN PRACTICA (g)
	Universidad (1) Gimnasio (2) Institución Pública (3) Instituto de desarrollo (4) Medio urbano o rural (5) Verano, Navidad, Sem. Sta. (1) Epoca lectiva (2)	Más de 5 veces a la semana (1) Entre 2-5 veces por semana (2) 1 vez por semana (3) Más de 1 vez por semana (4) Días laborales (1) Fines de semana (2) Entre los 7 y los 9 horas (1) Entre los 9 y las 14 horas (2) Entre las 14 y las 17 horas (3) Entre las 17 y las 22 horas (4) Entre las 22 y las 24 horas (5) Entre las 24 y las 7 horas (6)	No completada con éxito (1) No completada sin éxito (2) De completada no federada (3) De completada federada (4)	En solitario (1) Con amigos (2) Con familiares (3) Con otra persona (4)				

**P.24.**  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10  11  12

**P.25.**  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10  11  12  13  14  15

**P.26.**

ACTIVIDADES	FRECUENCIA PRACTICA (c)	CONTEXTO PRACTICA (f)	CON QUIEN PRACTICA (g)
	Más de 5 veces a la semana (1) Entre 2-5 veces por semana (2) 1 vez por semana (3) Más de 1 vez por semana (4)	No completada con éxito (1) No completada sin éxito (2) De completada no federada (3) De completada federada (4)	En solitario (1) Con amigos (2) Con familiares (3) Con otra persona (4)

**P.27.**

**P.28.**  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10  11  12  13  14  15  16  17  18  19  20  21  22  
23  24  25  26  27  28  29  30  31  32  33  34  35  36  37  38  39  40  41  42  43  44  
45 ¿Cuál?

**P.29.**  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10  11  12  13  14  15  16  17  18  
19  20  21  22  23  24  25  26  27  28  29  30  31  32  33  34  35  36  
37 ¿Cuál?

**P.30.**  1  2  3  4  5  6  7

**P.31.**  0  1  2  3  4  5  6  7  8  9  10  11  12  13  14  15  16  17  18  19  20  21  22  23  24  
25  26  27  28  29  30  31  32  33  34  35  36  37  38  39  40  41  42  43  44  45  46  47  48  49  
50 ¿Cuál?

**P.32.**  1  2  3  4  5

MUCHAS GRACIAS POR SU COLABORACIÓN

### 3.7. Validez y fiabilidad del instrumento de medida

Dos son las características técnicas que debe reunir cualquier instrumento de medida para que pueda ser considerado riguroso en sus mediciones: la validez y la fiabilidad.

- **Validez** es el grado en que un instrumento de medida mide y refleja, exactamente, aquello que quiere medir.
- **Fiabilidad** es el grado de estabilidad de un instrumento de medida; supone un grado de confianza en sus resultados, de forma que al pasarlo a diferentes sujetos o a uno solo en diferentes ocasiones, respetando unas condiciones estables, obtengamos los mismos resultados.

En este apartado se pretende evaluar y, en la medida de lo posible, aumentar estas dos características tanto en el instrumento de medida como en los datos obtenidos a través de éste.

#### 3.7.1. Validez del instrumento

En nuestro estudio, para determinar la validez del cuestionario, se ha utilizado la validez de contenido y la validez de constructo.

##### 3.7.1.1. Validez del contenido

La validación del contenido del cuestionario se efectuó a través de dos procedimientos: el juicio crítico de expertos y un test preliminar a un grupo piloto.

##### JUICIO DE EXPERTOS

En el juicio de expertos colaboraron un total de ocho profesores investigadores universitarios, todos ellos doctores, cuatro de los cuales son especialistas de educación física y los otros cuatro en técnicas de investigación social.

A todos ellos se les entregó un cuestionario junto con el protocolo de validación que se adjunta. Este protocolo se estructuró en dos partes: la sintética y la específica (Sierra Bravo, 1998).

La sintética se centró en el análisis de los aspectos globales del cuestionario. Se les pidió a los expertos que valorasen globalmente, de 1 (totalmente en desacuerdo) a 5 (totalmente de acuerdo), las siguientes características del cuestionario: presentación, instrucciones para contestar, facilidad, dimensiones, orden y extensión.

**VALIDACIÓN: Juicio de expertos****Introducción**

Para conocer los hábitos de práctica físico-deportiva de la población universitaria riojana se ha elaborado un cuestionario para cada uno de los tres colectivos presentes en la Universidad de La Rioja: Personal Docente e Investigador, Personal de Administración y Servicios, y Alumnos. Estos tres cuestionarios son muy similares, las únicas diferencias se localizan en dos preguntas, la 4 y la 6.

En la pregunta 4, mientras que al Personal Docente e Investigador se le consulta a qué Departamento corresponde, al Personal de Administración y Servicios se le pregunta por el servicio al que pertenece. Sin embargo, el alumnado debe señalar la titulación en la que se encuentra matriculado.

En la pregunta número 6, el personal universitario, tanto PDI como PAS, debe indicar si su dedicación a la universidad es parcial o exclusiva. En cambio, a los alumnos se les sondea sobre el curso más alto en el que se encuentran matriculados.

El resto de preguntas son similares para los tres colectivos.

Cada uno de estos cuestionarios se compone de 32 preguntas recogidas en 4 dimensiones:

La primera dimensión pretende registrar una serie de datos personales, académicos y profesionales, considerados por numerosos autores como variables influyentes en la práctica físico-deportiva.

La segunda dimensión pretende conocer la cantidad de tiempo libre disponible, así como la distribución, las formas de ocupación reales y deseos de ocupación de ese tiempo libre.

La tercera dimensión pretende conocer cuáles son o han sido los comportamientos, las motivaciones y los deseos físico-deportivos de la población objeto de estudio, así como sus perspectivas de futuro.

Por último, con la cuarta dimensión de estos cuestionarios, se proyecta recabar información acerca del conocimiento, grado de satisfacción y la percepción de necesidades de la oferta físico-deportiva de la universidad por parte de la comunidad universitaria.

**Protocolo de validación**

Con el fin de mejorar y pulir posibles imperfecciones en el presente cuestionario, solicitamos su ayuda como experto, en el tema que nos ocupa, para valorar este cuestionario. Para facilitarle esta tarea, se le adjunta un protocolo de actuación en el que se contemplan dos bloques.

El primero de ellos trata de valorar aspectos específicos de cada una de las preguntas de los cuestionarios. Aquí se le solicita que señale para cada pregunta su grado de acuerdo o desacuerdo con cada uno de los apartados indicados.

El segundo y último bloque trata de valorar aspectos globales sobre las características del cuestionario como conjunto.

Figura 3.23. *Protocolo de validación.*

**BLOQUE I: ASPECTOS ESPECÍFICOS**

Atendiendo a cada pregunta, señale su grado de acuerdo o desacuerdo con los siguientes apartados:

	La pregunta es pertinente con el objetivo a medir					Su redacción no condiciona las respuestas				La pregunta es clara				Se utilizan términos cercanos a los encuestados				Se incluyen todas las alternativas posibles en las respuestas contempladas			
	Totamente de acuerdo	De acuerdo	Indiferente	Desacuerdo	Totamente en desacuerdo	Totamente de acuerdo	De acuerdo	Indiferente	Desacuerdo	Totamente en desacuerdo	Totamente de acuerdo	De acuerdo	Indiferente	Desacuerdo	Totamente en desacuerdo	Totamente de acuerdo	De acuerdo	Indiferente	Desacuerdo	Totamente en desacuerdo	
Pregunta 1																					
Pregunta 2																					
Pregunta 3																					
Pregunta 4 PDI																					
Pregunta 4 PAS																					
Pregunta 4 Alar																					
Pregunta 5																					
Pregunta 6 PDI																					
Pregunta 6 PAS																					
Pregunta 6 Alar																					
Pregunta 7																					
Pregunta 8																					
Pregunta 9																					
Pregunta 10																					
Pregunta 11																					
Pregunta 12																					
Pregunta 13																					
Pregunta 14																					
Pregunta 15																					
Pregunta 16																					
Pregunta 17																					
Pregunta 18																					
Pregunta 19																					
Pregunta 20																					
Pregunta 21																					
Pregunta 22																					
Pregunta 23																					
Pregunta 24																					
Pregunta 25																					
Pregunta 26																					
Pregunta 27																					
Pregunta 28																					
Pregunta 29																					
Pregunta 30																					
Pregunta 31																					
Pregunta 32																					

**Comentarios:**

---



---



---



---



---



---



---



---

## BLOQUE II: ASPECTOS GLOBALES DEL CUESTIONARIO

2.- La presentación del cuestionario es:

Muy adecuada       Adecuada       Normal       Poco adecuada       Nada adecuada

3.- Las instrucciones para contestar el cuestionario son:

Muy adecuadas       Adecuadas       Normales       Poco adecuadas       Nada adecuadas

4.- El cuestionario resulta:

Muy fácil de contestar       Fácil de contestar       Normal de contestar       Difícil de contestar       Muy difícil de contestar

5.- Las dimensiones para conocer las demandas y necesidades físico-deportivas diría que son:

Muy pertinentes       Pertinentes       Indiferentes       Poco pertinentes       Nada pertinentes

6.- El orden de las preguntas es:

Muy adecuado       Adecuado       Normal       Poco adecuado       Nada adecuado

7.- En cuanto a la extensión o amplitud, diría que el cuestionario es:

Muy largo       Largo       Normal       Corto       Muy corto

Comentarios:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

GRACIAS POR SU COLABORACIÓN

Los resultados medios obtenidos sobre el valor máximo de 5 fueron los siguientes:

EVALUACIÓN SINTÉTICA DEL CUESTIONARIO	
Presentación del cuestionario	4,7
Instrucciones para contestar	4,7
Facilidad del cuestionario	3,7
Pertinencia de las dimensiones	4,3
Orden de las preguntas	4,3
Extensión del cuestionario	2,4

Figura 3.24. Juicio de expertos: Evaluación sintética del cuestionario.

Como puede apreciarse, la presentación, las instrucciones para contestar, la pertinencia de las dimensiones y el orden de las preguntas obtuvieron una puntuación alta (superior a 4). Por el contrario, la extensión del cuestionario fue la característica peor valorada (por debajo de los 3 puntos): coincidió la mayoría en que *era demasiado largo*, si bien, al mismo tiempo, todos reconocieron que *no era fácil reducirlo sin perder exhaustividad*.

En la parte específica los expertos analizaron cada ítem por separado, indicando su grado de acuerdo o desacuerdo en cuanto a los apartados siguientes: pertinencia con el objetivo a medir, no influencia de la redacción en la respuesta, claridad en el lenguaje empleado, adecuación del lenguaje a los encuestados, inclusión de todas las alternativas posibles.

<b>EVALUACIÓN ESPECÍFICA DEL CUESTIONARIO</b>					
<b>Valoración Media</b>					
<b>Pregunta</b>	<b>Pertinencia</b>	<b>No influencia en la respuestas</b>	<b>Claridad del lenguaje</b>	<b>Adecuación al encuestado</b>	<b>Todas las alternativas de respuesta</b>
1	4,7	4,7	4,7	4,7	4,7
2	4,7	4,7	4,7	4,7	4,7
3	4,7	3,7	4,3	4,7	3,4
4	4,7	4,7	4,7	4,7	3,4
5	4,3	4,7	4,7	4,7	4,7
6	4,7	4,7	4,7	4,7	4,7
7	4,7	4,7	4,7	4,7	3,7
8	4,3	4,7	4,7	4,7	3,4
9	4,3	4,7	4,7	4,7	3
10	4,3	4,7	4,7	4,7	4,7
11	4,3	4,7	4,7	4,7	3,7
12	4,3	4,3	4,3	4,3	3,7
13	4,7	4,7	4,3	4,7	4,3
14	4,3	4	4	4,3	4,7
15	4,7	4,7	4,7	4,7	3,3
16	4,3	4,3	4	4,3	4,3
17	4,3	4	4	4,3	4,3
18	4,7	4,7	4,7	4,7	3,7
19	4,7	4,7	4,7	4,7	4,7
20	4,7	3,7	4,3	4,7	4,3
21	4,7	4,3	4,3	4,3	4,3
22	4,7	4,3	4,3	4,7	4
23	4,7	4,7	4,3	4,7	4,3
24	4,7	4,3	4,3	4,7	4
25	4,7	4,3	4,3	4,7	4,3
26	4,7	4,7	4,3	4,7	4,3
27	4,7	4,7	4,7	4,7	4,7
28	4,7	4,3	4,3	4,7	4,3
29	4,7	4,3	4,3	4,7	4,3
30	4	3,7	4,3	4,7	4,3
31	4,7	4,3	4,3	4,7	4,3
32	4,7	4,7	4,7	4,7	4,7

Figura 3.25. Juicio de expertos: Evaluación específica del cuestionario.

En general, el grado de valoración en todos los ítems y para todos los aspectos es bastante alto: no se encuentra ninguna puntuación por debajo de 3 y dominan las superiores a 4.

Por último, se les pidió a los expertos que completasen su evaluación haciendo todas las observaciones que considerasen oportunas, mediante expresión libre, de forma que nos sirvieran de guía a la hora de configurar el cuestionario definitivo.

Las aportaciones obtenidas del juicio de expertos son las siguientes:

Con relación a los aspectos globales del cuestionario, se indicó que se debía incluir alguna pregunta que mostrara los hábitos hacia el ejercicio físico no deportivo como son el hábito de subir escaleras, la higiene postural, los trabajos de jardinería, etc. Ante esta observación, se modificó la redacción de las preguntas 14 y 17 –en sus opciones 9 para ambas–, así como las preguntas 18, 23, 26 y 31.

Sobre las recomendaciones específicas de cada ítem los expertos subrayaron que la pregunta número 13, en los apartados 1 y 5, no podía tener más de dos horas, luego se debían eliminar las opciones 1.3 y 1.4; el apartado 3 no podía abarcar más de tres horas, luego se suprimió la opción 3.4. Las preguntas 15 y 16 expresaban demasiadas subdivisiones y con cinco ofrecería mayor validez.

#### GRUPO PILOTO

Tras modificar el instrumento de medida atendiendo a estas observaciones y con el fin de asegurarnos en mayor medida su validez, aplicamos esta última versión del cuestionario a un grupo piloto formado por una muestra de 20 sujetos. Mediante esta aplicación se demuestra la comprensibilidad del mismo al no solicitar ninguno de los encuestados aclaración de las preguntas, de lo que se deducía que los ítemes están bien redactados. Durante este test preliminar se mide el tiempo empleado en responderlo, que osciló entre los 30 y 40 minutos.

En definitiva, con la aplicación de estos dos métodos queda demostrada la validez del contenido del cuestionario diseñado para esta investigación.

#### 3.7.1.2. *Validez de constructo*

La validez de constructo se refiere a la representatividad tanto de los indicadores como de la muestra (Sierra Bravo, 1998) y se realiza a través de dos métodos: la depuración de la información obtenida y el análisis factorial exploratorio.

#### DEPURACIÓN DE LA INFORMACIÓN OBTENIDA

Con la intención de aumentar la validez de los ítemes y de la muestra llevamos a cabo un proceso de depuración de datos atendiendo a las estrategias señaladas por Díaz de Rada (1999).

En primer lugar tratamos de eliminar todos aquellos valores ajenos al recorrido de cada una de las variables. Así, por ejemplo, en la variable estado civil (ítem

3, categorías de la 1 a la 6) cualquier valor inferior a “1” o superior a “6” no tendría lugar y, por lo tanto, pasaría a definirse como valor perdido. No obstante, al analizar los valores de cada una de las variables del cuestionario no se encontró ningún error al respecto, por lo que todos los valores registrados se adecuaban al recorrido de su variable.

En esta misma línea, al comparar las respuestas obtenidas en las preguntas filtro y las preguntas filtradas, no se detectó ningún error en el seguimiento de las mismas (preguntas filtro). Así pues, al tomar como pregunta filtro la número 18, la cual hace referencia a la situación de práctica, se comprueba que:

- Todos los encuestados que dicen no practicar ni haber practicado ninguna actividad físico-deportiva (pregunta 18, opción 1) dejan sin responder todas aquellas preguntas específicas para quienes realizan y/o realizaban alguna actividad físico-deportiva (preguntas de la 19 a la 28, ambas incluidas), tal y como se les especifica.
- Del mismo modo, ninguno de los que dicen haber practicado pero no practican en la actualidad (pregunta 18, opción 2) responde a las preguntas destinadas a conocer quiénes efectúan algún tipo de actividad físico-deportiva en la actualidad (preguntas número 23, 24 y 25), a las de que nunca han practicado (pregunta 29) y a las de que practican y practicaban (pregunta 22).
- Quienes practican en la actualidad pero no lo hacían en el pasado dejan sin responder todas aquellas preguntas orientadas a la práctica en el pasado (preguntas número 26, 27 y 28), a las de que nunca han practicado (pregunta 29) y a las de quienes practican y practicaban (pregunta 22).
- Continuando con la pregunta 18 como filtro, ninguno de los que practican y practicaban ya en el pasado responde a las cuestiones dirigidas a los que han abandonado la práctica físico-deportiva (preguntas 27 y 28) y a los que nunca han practicado (pregunta 29).

Considerando como pregunta filtro la número 23a, que hace referencia al lugar empleado para desarrollar sus actividades físico-deportivas por los actualmente activos físicamente, se detecta que:

- Ninguno de aquellos que sólo emplean instalaciones de la Universidad de La Rioja señala sus motivos por los que practicar fuera de la universidad (pregunta 25).
- Todos los que sólo utilizan instalaciones no universitarias dejan sin indicar los motivos por los que practicar en la universidad (pregunta 24).

Centrándonos en la tercera estrategia aconsejada por Díaz de Rada (1999), se muestra una consistencia lógica entre las preguntas 14 y 18. Todos aquellos

encuestados que dicen practicar actividades físicas y/o deportivas en la actualidad (pregunta 18, opciones 3 y 4) señalan este tipo de actividades como tareas empleadas para ocupar su tiempo libre (pregunta 14, opción 9). Por el contrario, todos los que niegan su participación en actividades físico-deportivas en la actualidad (pregunta 18, opciones 1 y 2) no citan la alternativa físico-deportiva como forma de ocupar su tiempo libre (figura 3.26).

CONSISTENCIA LÓGICA ENTRE LAS PREGUNTAS 14 Y 18					
P. 18 ¿Practica alguna actividad físico-deportiva en la actualidad?		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	No (opciones 1 y 2)	1060	59.1	59.1	59.1
	Sí (opciones 3 y 4)	734	40.9	40.9	100.0
Total		1794	100.0	100.0	

De los sujetos que dicen ser físicamente activos (P.18 opciones 3 y 4) ¿quiénes afirman ocupar su tiempo libre en actividades físicas y/o deportivas (p.14 opción 9)?

P.14 ¿Qué hace en su tiempo libre? Actividades físicas y/o deportivas (opción 9)		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Sí	734	100.0	100.0	100.0

De los sujetos que dicen no ser físicamente activos (P.18 opciones 1 y 2) ¿quiénes no ocupan su tiempo libre en actividades físicas y/o deportivas (p.14 opción 9)?

P.14 ¿Qué hace en su tiempo libre? Actividades físicas y/o deportivas (opción 9)		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	No	1060	100.0	100.0	100.0

Figura 3.26. Consistencias lógicas entre preguntas 14 y 18.

En lo que se refiere a la representatividad de las respuestas obtenidas por cada variable, se detecta una mortalidad experimental en algunos ítems causada por los “valores perdidos” o por las “no respuestas”:

<b>MORTALIDAD EXPERIMENTAL</b>		
Aquellos que alguna vez han practicado actividades físico-deportivas que señalan los motivos que les llevaron a iniciarse (p.20)	Válidos	1329
	Perdidos	22
Aquellos que alguna vez han practicado actividades físico-deportivas que señalan las orientaciones de meta (p.21)	Válidos	1268
	Perdidos	83
Aquellos que practican y practicaban actividades físico-deportivas que señalan los motivos que le llevan a continuar practicando (p.22)	Válidos	655
	Perdidos	22
Aquellos que practicaban actividades físico-deportivas que señalan las actividades que realizaban (p.26)	Válidos	1293
	Perdidos	1
Aquellos que practicaban pero ya no practican que señalan la edad de abandono (p.27)	Válidos	589
	Perdidos	29
Aquellos que practicaban pero ya no practican que señalan los motivos que les llevaron a abandonar (p.28)	Válidos	610
	Perdidos	8
Aquellos que nunca han practicado que señalan los motivos que les llevaron a no practicar (p.29)	Válidos	437
	Perdidos	6
Aquellos que practican en la universidad que señalan los motivos que les llevan a elegir el lugar de práctica (p.24)	Válidos	291
	Perdidos	21
Aquellos que practican fuera de la universidad que señalan los motivos que les llevan a elegir el lugar de práctica (p.25)	Válidos	607
	Perdidos	63

Figura 3.27. Mortalidad experimental de los ítems.

Dado que este estudio pretenden relacionar variables entre sí y con el fin de realizar comparaciones entre los coeficientes obtenidos, se ha optado por depurar los datos mediante el procedimiento de Casewise o Listwise, permitiendo que todos los estadísticos se calculen con el mismo tamaño muestral (Díaz de Rada, 1999). Este procedimiento consiste en eliminar todos aquellos encuestados con “valores perdidos” o con “no respuestas” en cualquiera de los ítems. Al llevarlo a cabo en este trabajo se pierde la proporcionalidad de la muestra con el

universo de estudio, lo que provoca, al tratarse de un muestreo por cuotas, una reducción de su representatividad.

Con el fin de mantener dicha representatividad se produce un reajuste muestral (eliminando y añadiendo nuevas encuestas), hasta conseguir que su distribución sea idéntica a la de la población.

Como consecuencia de estos procesos, el tamaño muestral inicial previsto para 1.794 sujetos se ve disminuido finalmente a 1.340 sujetos, lo que supone una pérdida de 454 unidades, que representa una mortandad del 25,3%, como se indica en la figura 3.17 del apartado 3.5.2.2 dedicado a la población y a la muestra.

Haciéndonos eco de Camarero y del Val (2001), podemos afirmar que:

*Si se considera una muestra como una miniatura de la población, es decir se construye de manera que la distribución de la muestra sea idéntica a la distribución de la población, nada impide asegurar que esta muestra será representativa de la población (p. 56).*

Por todo ello, estos procesos, ya de por sí, parecen confirmar y aumentar la validez de constructo; no obstante, para reforzar esta afirmación decidimos efectuar un análisis factorial exploratorio, al que le dedicamos el apartado siguiente.

#### ANÁLISIS FACTORIAL EXPLORATORIO

Inicialmente algunas de las dimensiones formuladas para la presente investigación reúnen una gran cantidad de variables (figura 3.28), lo que complica y prolonga la interpretación de los datos.

DIMENSIONES	VARIABLES INDEPENDIENTES		Nº variables	ITEM Nº
3.1.2. Ocupación del tiempo libre	Comportamental	Ocupación real del TL	21	14
	Actitudinal	Ocupación deseada TL	21	17
3.2.3. Motivos en torno a la práctica físico-deportiva	Motivaciones	Motivos de inicio	40	20
		Motivos mantenimiento	40	22
		Motivos de abandono	44	28
		Motivos para no practicar nunca	36	29

Figura 3.28. Variables para someter al análisis factorial exploratorio.

Con el fin de facilitar la información contenida en estas variables iniciales sin perder la validez de los indicadores, se pretende agrupar el conjunto de variables

iniciales en un número menor de variables denominadas factores, a partir de un análisis factorial de componentes principales (AFCP).

Antes de cada análisis factorial se han eliminado todas las opciones señaladas por menos del 1% de los encuestados y, a partir de aquí, se ha comprobado la legitimidad de la aplicación del AFCP realizando unos tests previos:

- En primer lugar se ha analizado la correlación entre las variables iniciales, a través de la matriz de correlaciones.
- En segundo lugar se estudia el determinante de dicha matriz: cuanto más cercano a cero, más adecuados serán los datos para efectuar el análisis factorial.
- El test de esféricidad de Bartlett, que comprueba si la matriz de correlaciones difiere de la matriz de identidad. Un nivel de significatividad menor de 0,05 indica la utilidad del análisis factorial con estos datos.
- El índice de adecuación de muestreo de Kaiser-Meyer-Olkin (KMO), que compara los valores de los coeficientes de correlación observados con los valores de los coeficientes parciales. Si su magnitud es cercana a 1, señala una predicción muy buena de una variable a partir de las otras variables. En cambio, si adopta valores inferiores a 0,5, se desprecia la adecuación muestral.

Si se cumplen estos prerrequisitos, se aplica el AFCP observando los siguientes pasos:

- A partir de las variables iniciales se realiza la factorización, a través del método de las componentes principales, fijándonos en la varianza total explicada por la solución factorial.
- A continuación se realiza una rotación Varimax para facilitar la interpretación de los resultados en ejes ortogonales y se toman las cargas factoriales superiores a 0,3.

Una vez explicado el procedimiento seguido, se presentan los resultados de los análisis factoriales exploratorios en la dimensión *ocupación del tiempo libre*, así como en los indicadores de *motivos de inicio*, *mantenimiento*, *abandono* y *motivos para no practicar nunca* de la dimensión denominada *motivos para la práctica físico-deportiva* que son los que albergan mayor número de variables.

#### OCUPACIÓN DEL TIEMPO LIBRE

La ocupación de tiempo libre ha sido formulada a través de cuarenta y dos variables iniciales, veintiuna en cada indicador, tal y como nos muestra la figura 3.29. Como la variable *nada en particular* ha sido señalada por menos del 1% de los sujetos, para el análisis factorial de componentes principales se elimina dicha variable de ambos indicadores, razón por la cual se señala en gris en la figura 3.29.

Ocupación real	Ocupación deseada
Estar con la familia	Estar con la familia
Estar con los amigos	Estar con los amigos
Salir con mi pareja o algún chico/a	Salir con mi pareja o algún chico/a
Ir al cine, teatro, espectáculos artísticos, ...	Ir al cine, teatro, espectáculos artísticos, ...
Ver televisión y/o video	Ver televisión y/o video
Escuchar la radio o música	Escuchar la radio o música
Leer libros, periódicos o revistas	Leer libros, periódicos o revistas
Jugar con videojuegos, consolas o manejar el ordenador	Jugar con videojuegos, consolas o manejar el ordenador
Actividades físicas y deportivas	Actividades físicas y deportivas
Salir al campo, de excursión o viajar	Salir al campo, de excursión o viajar
Fotografía	Fotografía
Trabajos manuales, coser, pintar ...	Trabajos manuales, coser, pintar ...
Tocar instrumentos musicales	Tocar instrumentos musicales
Ir de tiendas	Ir de tiendas
Visitas culturales	Visitas culturales
Cursos culturales	Cursos culturales
Realizar trabajos sociales	Realizar trabajos sociales
Estudiar más allá de lo necesario	Estudiar más allá de lo necesario
Juegos de salón	Juegos de salón
Juegos de mesa	Juegos de mesa
Nada en particular	Nada en particular

Figura 3.29. Variables iniciales de ocupación del tiempo libre.

Tests	Valores
Matriz de correlaciones	Variables correlacionadas
Determinante de la matriz correlaciones	0,00002
Significación del test de esfericidad de Bartlett	0,000
Índice de Kaiser-Meyer-Olkin	0,768

Figura 3.30. Test previos al AFCP de ocupación del tiempo libre.

Variables	F.1	F.2	F.3	F.4	F.5	F.6	F.7	F.8	F.9	F.10	F.11	F.12	F.13	F.14	
34.87	0,732														
37.87	0,781														
34.84	0,828														
37.84	0,587														
34.86	0,807														
37.86	0,485														
37.20		0,774													
37.09		0,587													
34.19		0,337													
34.20		0,398													
37.14			0,827												
34.14			0,588												
34.88				0,791											
37.88				0,783											
34.85				0,286											
37.85				0,387											
37.11					0,648										
37.13					0,479										
37.16					0,468										
37.10					0,407										
34.13						0,538									
37.13						0,584									
34.81							0,540								
37.81							0,839								
34.82								0,834							
37.82								0,337							
34.83									0,879						
37.83									0,860						
34.11										0,681					
34.13										0,671					
34.16										0,424					
34.10										0,384					
34.18											0,888				
37.18											0,735				
34.17												0,859			
37.17												0,768			
34.89													0,810		
37.89													0,713		
34.12														0,831	
37.12														0,712	
Varianza	15,8%	6,4%	5,2%	4%	3,9%	3,7%	3,6%	3,4%	3,2%	3,1%	3%	2,8%	2,7%	2,6%	40,8%

Figura 3.31. Matriz factorial rotada de ocupación del tiempo libre.

Al analizar los resultados de la matriz de correlaciones de las cuarenta variables restantes (figura 3.30), podemos comprobar que es altamente significativa, cumpliéndose todos los requisitos previos que justifica la aplicación del AFPC.

La factorización a través de componentes principales resume las cuarenta variables iniciales de ocupación de tiempo libre en **catorce factores latentes. Entre todos ellos explican el 63,5% de la varianza total** (figura 3.31).

La figura siguiente recoge en la primera columna los números con los que se designan las distintas variables y en este caso los dos primeros se refieren al número del ítem y los dos últimos a su apartado (ejemplo 14.07: ítem número 14, apartado 07); las restantes columnas expresan el valor numérico de las cargas factoriales.

A continuación se analizarán los catorce factores resultantes:

- **Factor 1: Actividades culturales de primer orden.** Este factor explica el 15,8% de la varianza total y recoge las ocupaciones tanto reales como deseadas en *leer libros, periódicos o revistas / ir al cine, teatro, espectáculos artístico / escuchar la radio o música.*
- **Factor 2: Juegos de mesa y salón.** Explica el 6,43% de la varianza total incluyendo la práctica real y deseada de los *juegos de mesa / salón.*
- **Factor 3: Ir de tiendas.** Este factor tan sólo capta esta ocupación real y deseada de tiempo libre, representando el 5,25% de la varianza total.
- **Factor 4: Actividades relacionadas con las telecomunicaciones.** Este factor explica el 4% de la varianza total y recoge las ocupaciones tanto reales como deseadas en *jugar con videojuegos, consolas o manejar el ordenador / ver televisión y/o vídeo.*
- **Factor 5: Actividades culturales de segundo orden deseadas.** Explica el 3,9% de la varianza total incluyendo la práctica deseada de *fotografía / visitas culturales / cursos culturales / salir al campo, de excursión o viajar.*
- **Factor 6: Tocar instrumentos musicales.** Este factor tan sólo capta esta ocupación real y deseada de tiempo libre, representando el 3,70% de la varianza total.
- **Factor 7: Estar con la familia.** Tan sólo aglutina esta actividad real y deseada, representando el 3,62% de la varianza total.
- **Factor 8: Estar con los amigos.** Explica el 3,4% de la varianza total y recoge exclusivamente esta actividad real y deseada.
- **Factor 9: Estar con la pareja.** Este factor tan sólo atrae esta ocupación real y deseada de tiempo libre, representando el 3,23% de la varianza total.
- **Factor 10: Actividades culturales de segundo orden reales.** Explica el 3,11% de la varianza total incluyendo, en este caso, exclusivamente la

práctica real de *fotografía / visitas culturales / cursos culturales / salir al campo, de excursión o viajar*.

- **Factor 11: Actividades culturales de tercer orden.** Este factor, tan sólo capta la ocupación real y deseada de tiempo libre en *estudiar más allá de lo necesario*, representando el 3% de la varianza total.
- **Factor 12: Trabajos sociales.** Explica el 2,82% de la varianza total, reuniendo únicamente esta ocupación real y deseada de tiempo libre.
- **Factor 13: Actividades físicas.** Este factor aclara el 2,7% de la varianza total y agrupa la práctica real y deseada de actividades físico-deportivas.
- **Factor 14: Trabajos manuales.** Define el 2,6% de la varianza total y representa exclusivamente los trabajos manuales reales o deseados.

Estos resultados constatan la necesidad de establecer análisis diferenciados para atender algunas actividades sociales. La existencia de los factores números 7 “estar con la familia”, 8 “estar con los amigos” y 9 “estar con la pareja” nos confirma dicha necesidad. Lo mismo ocurre para determinadas actividades culturales. La existencia de los factores números 1 “actividades culturales de primer orden”, 5 y 10 “actividades culturales de segundo orden” y 11 “actividades culturales de tercer orden” confirma la necesidad de analizar de manera diferenciada estas actividades.

OCUPACIÓN DE TIEMPO LIBRE	
VARIABLES INICIALES	FACTORES RESULTANTES
Leer libros, periódicos o revistas ("1407": real y "1707": deseada)	Factor 1: Actividades culturales de primer orden
Ir al cine, teatro, espectáculos artísticos, ... ("1404": real y "1704": deseada)	
Escuchar la radio o música ("1406": real y "1706": deseada)	
Juegos de salón ("1420": real y "1720": deseada)	Factor 2: Juegos de mesa y salón
Juegos de mesa ("1419": real y "1719": deseada)	
Ir de tiendas ("1414": real y "1714": deseada)	Factor 3: Ir de tiendas
Jugar con videojuegos, consolas o manejar el ordenador ("1408": real y "1708": deseada)	Factor 4: Actividades relacionadas con telecomunicaciones
Ver televisión y/o vídeo ("1405": real y "1705": deseada)	
Fotografía ("1711": deseada)	Factor 5: Actividades culturales de segundo orden deseadas
Visitas culturales ("1715": deseada)	
Cursos culturales ("1716": deseada)	
Salir al campo, de excursión o viajar ("1710": deseada)	
Tocar instrumentos musicales ("1413": real y "1713": deseada)	Factor 6: Tocar instrumentos musicales
Estar con la familia ("1401": real y "1701": deseada)	Factor 7: Estar con la familia
Estar con los amigos ("1402": real y "1702": deseada)	Factor 8: Estar con los amigos
Salir con mi pareja o algún chico/a ("1403": real y "1703": deseada)	Factor 9: Estar con la pareja
Fotografía ("1411": real)	Factor 10: Actividades culturales de segundo orden reales
Visitas culturales ("1415": real)	
Cursos culturales ("1416": real)	
Salir al campo, de excursión o viajar ("1410": real)	
Estudiar más allá de lo necesario ("1418": real y "1718": deseada)	Factor 11: Actividades culturales de tercer orden
Realizar trabajos sociales ("1417": real y "1717": deseada)	Factor 12: Trabajos sociales
Actividades físicas y deportivas ("1409": real y "1709": deseada)	Factor 13: Actividades físicas
Trabajos manuales, coser, pintar ... ("1412": real y "1712": deseada)	Factor 14: Trabajos manuales

Figura 3.32. Factores resultantes para la ocupación del tiempo libre.

## MOTIVOS DE INICIO FÍSICO-DEPORTIVO

Los motivos por los que se inicia la práctica físico-deportiva han sido formulados a través de cuarenta variables iniciales tal y como nos muestra la figura 3.33. Para el análisis factorial de componentes principales se han eliminado todas aquellas razones señaladas por menos del 1% de los encuestados. Éste resultó ser el caso de un total de quince motivos, señalados en amarillo en la figura 3.33: *para hacer una carrera deportiva, porque estaba de moda, porque estaba bien visto, porque mis familiares lo realizaban, por satisfacer a mis padres, por satisfacer a mi pareja, me gustaba buscar la aprobación social, para ganar, por pertenecer a un grupo, me gustaba recibir elogios, por una campaña de promoción, por prescripción médica, para buscar y correr riesgos, por acompañar a otra persona, por obligación.*

MOTIVOS DE INICIO FÍSICO-DEPORTIVO	
Por diversión	Para ganar. Para ser el mejor
Por estar en forma	Por pertenecer a un grupo
Por evadirme y/o relajarme	Porque me gustaba recibir elogios
Por mantener o mejorar la forma	Porque me gustaba participar
Para competir	Por mejorar mis habilidades físicas y técnicas
Para hacer una carrera deportiva	Por aprender cosas nuevas
Me gustaba hacer ejercicio	Por una campaña de promoción
Porque estaba de moda	Por los beneficios físicos y psicológicos
Porque estaba bien visto	Para mejorar mi aspecto físico
Porque mis amigos lo realizaban	Por prescripción médica
Porque me gustaba el deporte	Para estar en contacto con la naturaleza
Porque me permitía conocer a nueva gente	Para estar al aire libre
Para mejorar mi autoestima	Por hacer una actividad positiva
Por mantener la línea	Para sentir emociones
Porque mis familiares lo realizaban	Para buscar y correr riesgos
Por satisfacer a mis padres	Por entrenarme
Por satisfacer a mi pareja	Por descargar agresividad
Porque me gustaba hacer cosas en las que soy bueno	Por acompañar a otra persona
Porque me gustaba buscar la aprobación social	Por adelgazar
Porque me gustaba demostrar mis capacidades	Por obligación

Figura 3.33. Variables iniciales de motivos de inicio físico-deportivo.

Al analizar los resultados de la matriz de correlaciones de las veinticinco variables restantes (figura 3.34) se comprueba que cumple todos los requisitos necesarios para el AFCP.

Tests	Valores
Matriz de correlaciones	Variables correlacionadas
Determinante de la matriz correlaciones	0,004
Significación del test de esfericidad de Bartlett	0,000
Índice de Kaiser-Meyer-Olkin	0,884

Figura 3.34. Tests previos al AFCP de motivos de inicio físico-deportivo.

La factorización a través de componentes principales resume las veinticinco variables iniciales de motivos de inicio físico-deportivo **en seis factores, llegando a explicar el 50,7% de la varianza total (figura 3.35).**

A continuación se hará una descripción de cada uno de los seis factores resultantes:

- Factor 1: **Motivos de forma física.** Este factor explica el 23% de la varianza total y recoge las razones siguientes: *por evadirme y relajarme / para estar en forma / para mantener o mejorar la forma / por los beneficios físicos o psicológicos / para descargar agresividad / para mejorar mi autoestima.*
- Factor 2: **Motivos de gusto por la actividad.** Explica el 8% de la varianza total comprendiendo los motivos: *por diversión / porque me gustaba el deporte / porque me gustaba hacer ejercicio / para competir / por entrenarme.*
- Factor 3: **Motivos relacionados con la tarea y las relaciones sociales.** Este factor capta motivos como *por aprender cosas nuevas / para hacer una actividad positiva / me gustaba participar / por mejorar mis habilidades físicas y técnicas / porque mis amigos lo realizaban / porque me permitía conocer a gente nueva.* Representa el 5,9% de la varianza total.
- Factor 4: **Motivos de esperanza de belleza.** Este factor explica el 5,2% de la varianza total y recoge las razones siguientes: *por mantener la línea / por mejorar mi aspecto físico / por adelgazar.*
- Factor 5: **Motivos relacionados con el ego.** Explica el 4,5% de la varianza total, e incluye *el gusto por demostrar sus capacidades / el gusto por hacer cosas en las que se es bueno / las emociones.*
- Factor 6: **Motivos medioambientales.** Este factor tan sólo reúne dos argumentos: *para estar en contacto con la naturaleza / para estar al aire libre;* representa el 4% de la varianza total.

Variables	F. 1	F. 2	F. 3	F. 4	F. 5	F. 6	
20.03	0,701						
20.02	0,616						
20.04	0,570						
20.28	0,491						
20.37	0,444						
20.13	0,416						
20.01		0,683					
20.11		0,651					
20.07		0,581					
20.05		0,563					
20.36		0,325					
20.26			0,601				
20.10			0,592				
20.12			0,549				
20.33			0,545				
20.24			0,520				
20.25			0,346				
20.14				0,737			
20.39				0,735			
20.29				0,687			
20.20					0,620		
20.18					0,606		
20.34					0,569		
20.31						0,858	
20.32						0,832	
% de la Varianza	23%	8%	5,9%	5,2%	4,5%	4%	50,7%

Figura 3.35. Matriz factorial rotada de motivos de inicio físico-deportivo.

MOTIVOS DE INICIO FÍSICO-DEPORTIVO	
Variables iniciales	Factores resultantes
Por evadirme y/o relajarme (2003)	<b>Factor 1: Motivos de forma física</b>
Por estar en forma (2002)	
Por mantener o mejorar la forma (2004)	
Por los beneficios físicos y psicológicos (2028)	
Por descargar agresividad (2037)	
Para mejorar mi autoestima (2013)	
Por diversión (2001)	<b>Factor 2: Motivos de gusto por la actividad</b>
Porque me gustaba el deporte (2011)	
Me gustaba hacer ejercicio (2007)	
Para competir (2005)	
Por entrenarme (2036)	
Por aprender cosas nuevas (2026)	<b>Factor 3: Motivos relacionados con la tarea y las relaciones sociales</b>
Por hacer una actividad positiva (2010)	
Porque me gustaba participar (2012)	
Por mejorar mis habilidades físicas y técnicas (2033)	
Porque mis amigos lo realizaban (2024)	
Porque me permitía conocer a nueva gente (2025)	
Por mantener la línea (2014)	<b>Factor 4: Motivos de esperanza de belleza</b>
Para mejorar mi aspecto físico (2039)	
Por adelgazar (2029)	
Porque me gustaba demostrar mis capacidades (2020)	<b>Factor 5: Motivos relacionados con el ego</b>
Porque me gustaba hacer cosas en las que soy bueno (2018)	
Para sentir emociones (2034)	
Para estar en contacto con la naturaleza (2031)	<b>Factor 6: Motivos medioambientales</b>
Para estar al aire libre (2032)	

Figura 3.36. Factores resultantes para los motivos de inicio físico-deportivo.

## MOTIVOS DE MANTENIMIENTO FÍSICO-DEPORTIVO

Los motivos por los que continúa ejercitándose la población universitaria riojana han sido formulados a través de cuarenta variables iniciales tal y como nos muestra la figura 3.37. Para el análisis factorial de componentes principales se han eliminado todas aquellas razones señaladas por menos del 1% de los encuestados. Éste resultó ser el caso de un total de siete motivos, consignados en amarillo en la figura 3.37: *porque está bien visto, por satisfacer a mi pareja, porque me gusta buscar aprobación social, me gusta recibir elogios, por una campaña de promoción, por acompañar a otra persona y por obligación.*

MOTIVOS DE MANTENIMIENTO FÍSICO-DEPORTIVO	
Por diversión	Para ganar. Para ser el mejor
Por estar en forma	Por pertenecer a un grupo
Por evadirme y/o relajarme	Porque me gusta recibir elogios
Por mantener o mejorar la forma	Porque me gusta participar
Para competir	Por mejorar mis habilidades físicas y técnicas
Para hacer una carrera deportiva	Por aprender cosas nuevas
Me gusta hacer ejercicio	Por una campaña de promoción
Porque está de moda	Por los beneficios físicos y psicológicos
Porque está bien visto	Para mejorar mi aspecto físico
Porque mis amigos lo realizan	Por prescripción médica
Porque me gusta el deporte	Para estar en contacto con la naturaleza
Porque me permite conocer a nueva gente	Para estar al aire libre
Para mejorar mi autoestima	Por hacer una actividad positiva
Por mantener la línea	Para sentir emociones
Porque mis familiares lo realizan	Para buscar y correr riesgos
Por satisfacer a mis padres	Por entrenarme
Por satisfacer a mi pareja	Por descargar agresividad
Porque me gusta hacer cosas en las que soy bueno	Por acompañar a otra persona
Porque me gusta buscar la aprobación social	Por adelgazar
Porque me gusta demostrar mis capacidades	Por obligación

Figura 3.37. Variables iniciales para los motivos de mantenimiento físico-deportivo.

Tests	Valores
Matriz de correlaciones	Variables correlacionadas
Determinante de la matriz correlaciones	0,000185
Significación del test de esfericidad de Bartlett	0,000
Índice de Kaiser-Meyer-Olkin	0,919

Figura 3.38. Tests previos al AFCP para los motivos de mantenimiento físico-deportivo.

La matriz de correlaciones de las treinta y tres variables restantes (figura 3.38) muestra la adecuación de la aplicación del AFCP.

La factorización a través de componentes principales resume las treinta y tres variables iniciales de ocupación de tiempo libre en **ocho factores** que, conjuntamente, **explican el 56,34% de la varianza total** (figura 3.39).

- Factor 1: **Motivos hedonistas y de forma física.** Aglutina los motivos *por diversión / para estar en forma / para evadirme o relajarme / porque me gusta hacer ejercicio / porque me gusta el deporte / por mantener o mejorar la forma / por los beneficios físicos y psicológicos / por mejorar las habilidades físicas y técnicas*; representa el 26,7% de la varianza total.
- Factor 2: **Motivos relacionados con la tarea.** Explica el 5,7% de la varianza total y recoge las siguientes razones: *porque me gusta participar / por hacer una actividad positiva / por aprender cosas nuevas / por pertenecer a un grupo / porque me permite conocer nueva gente / por entrenarme / porque mis amigos lo realizan.*
- Factor 3: **Motivos de esperanza de belleza.** Este factor, atrae a los argumentos consiguientes: *por mejorar mi aspecto físico / por mantener la línea / por adelgazar / por descargar agresividad / para mejorar mi autoestima*; representa el 5% de la varianza total.
- Factor 4: **Motivos relacionados con el ego.** Explica el 5% de la varianza total, e incluye *para ganar / me gusta hacer cosas en las que soy bueno / me gusta demostrar mis capacidades / para competir.*
- Factor 5: **Motivos medioambientales.** Este factor representa las razones: *para estar en contacto la naturaleza / para estar al aire libre*; supone el 3,8% de la varianza total.
- Factor 6: **Motivos familiares y profesionales.** Explica el 3,7% de la varianza total; reúne cuatro motivos: *porque mis familiares lo realizan / por satisfacer a mis padres / porque está de moda / para hacer una carrera deportiva.*
- Factor 7: **Motivos de desafío.** Este factor aclara el 3,2% de la varianza total y agrupa al deseo de *sentir emociones y de buscar y correr riesgos.*
- Factor 8: **Motivos de salud.** Define el 3,2% de la varianza total y representa exclusivamente la *prescripción médica.*

Variables	E.1	E.2	E.3	E.4	E.5	E.6	E.7	E.8	
22.81	0,755								
22.82	0,738								
22.83	0,725								
22.87	0,680								
22.11	0,676								
22.84	0,636								
22.38	0,432								
22.25	0,486								
22.34		0,634							
22.33		0,666							
22.36		0,662							
22.32		0,575							
22.12		0,510							
22.36		0,481							
22.10		0,354							
22.20			0,713						
22.14			0,688						
22.39			0,678						
22.37			0,588						
22.13			0,587						
22.21				0,712					
22.18				0,708					
22.30				0,623					
22.85				0,599					
22.31					0,837				
22.32					0,774				
22.15						0,499			
22.16						0,716			
22.88						0,695			
22.86						0,229			
22.15							0,694		
22.34							0,517		
22.39								0,934	
% de Varianza	36,7%	5,7%	9%	9%	3,8%	3,7%	3,2%	3,2%	56,44%

Figura 3.39. Matriz factorial rotada para los motivos de mantenimiento físico-deportivo.

<b>MOTIVOS DE MANTENIMIENTO FÍSICO-DEPORTIVO</b>	
<b>VARIABLES INICIALES</b>	<b>FACTORES RESULTANTES</b>
Por diversión (2201)	<b>Factor 1: Motivos hedonistas y de forma física</b>
Por estar en forma (2202)	
Por evadirme y/o relajarme (2203)	
Me gusta hacer ejercicio (2207)	
Porque me gusta el deporte (2211)	
Por mantener o mejorar la forma (2204)	
Por los beneficios físicos y psicológicos (2228)	
Por mejorar mis habilidades físicas y técnicas (2225)	
Porque me gusta participar (2224)	<b>Factor 2: Motivos relacionados con la tarea</b>
Por hacer una actividad positiva (2235)	
Por aprender cosas nuevas (2226)	
Por pertenecer a un grupo (2222)	
Porque me permite conocer a nueva gente (2212)	
Por entrenarme (2236)	
Porque mis amigos lo realizan (2210)	
Para mejorar mi aspecto físico (2229)	<b>Factor 3: Motivos de esperanza de belleza</b>
Por mantener la línea (2214)	
Por adelgazar (2239)	
Por descargar agresividad (2237)	
Para mejorar mi autoestima (2213)	
Para ganar. Para ser el mejor (2221)	<b>Factor 4: Motivos relacionados con el ego</b>
Porque me gusta hacer cosas en las que soy bueno (2218)	
Porque me gusta demostrar mis capacidades (2220)	
Para competir (2205)	
Para estar en contacto con la naturaleza (2231)	<b>Factor 5: Motivos medioambientales</b>
Para estar al aire libre (2232)	
Porque mis familiares lo realizan (2215)	<b>Factor 6: Motivos familiares y profesionales</b>
Por satisfacer a mis padres (2216)	
Porque está de moda (2208)	
Para hacer una carrera deportiva (2206)	
Para sentir emociones (2235)	<b>Factor 7: Motivos de desafío</b>
Para buscar y correr riesgos (2234)	
Por prescripción médica (2230)	<b>Factor 8: Motivos de salud</b>

Figura 3.40. Factores resultantes para los motivos de mantenimiento físico-deportivo.

## MOTIVOS DEL ABANDONO FÍSICO-DEPORTIVO

Cuarenta y cuatro variables constituyen inicialmente los motivos por los que se abandona la práctica físico-deportiva (ver figura 3.41). Para el análisis factorial de componentes principales se han eliminado todas aquellas razones señaladas por menos del 1% de los encuestados. Éste resultó ser el caso de un total de treinta y dos motivos para el abandono, sombreados en la figura 3.41, quedando tan sólo estos doce: *por falta de tiempo, termino cansado o fatigado de la jornada laboral o de estudio, por falta de interés, por pereza, por desinterés, por falta de instalaciones, por falta de hábito, por los estudios, porque tenía otras preferencias para ocupar mi tiempo libre, porque las instalaciones están lejos del domicilio o lugar de estudio o trabajo, porque dejé el centro donde estudiaba, porque el horario era incompatible con mis obligaciones.*

MOTIVOS DE ABANDONO FÍSICO-DEPORTIVO	
Por falta de tiempo	Las instalaciones estaban a menudo ocupadas y/o saturadas
Termino cansado/a o fatigado/a de la jornada laboral o de estudio	No le veo utilidad
Por falta de habilidad	Me enfadé con el entrenador, con los compañeros o con la directiva
Por falta de interés	Mis padres no me dejaban
Por pereza	No le gusta a mi pareja
Por desinterés	Mis amigos no hacen
Por falta de instalaciones	Porque dejé el centro donde estudiaba
Por falta de hábito	Horario incompatible con mis obligaciones
Por los estudios	Cambio de horarios de la actividad que estaba realizando
Por aburrimiento	Mis padres no practican
Porque tenía otras preferencias para ocupar mi tiempo libre	Falta de apoyo y estímulo
Porque me resultaba caro	Falta de formación físico-deportiva
Porque las instalaciones están lejos del domicilio o lugar de estudio o trabajo	No tengo con quién practicarlo
Porque no me gusta hacer ejercicio físico	Me costó
Por tener demasiado edad para hacer ejercicio físico	Porque no destacaba
Por falta de salud	Por cambio de residencia
Por lesiones	Por prescripción médica
Escasa cultura física	Porque mis amigos lo dejaron
No tiene sentido	Porque no se cumplían mis expectativas
Instalaciones inadecuadas	Por el énfasis competitivo atribuible a la propia actividad o al entrenador
Se dejaron de ofertar las actividades que practicaba	Por no participar demasiado
Por falta de información	Porque te aleja de los amistades

Figura 3.41. Variables iniciales de motivos de abandono físico-deportivo.

Estas doce variables cumplen los requisitos necesarios para poder aplicar el AFCP, tal y como muestra la figura 3.42.

Tests	Valores
Matriz de correlaciones	Variables correlacionadas
Determinante de la matriz correlaciones	0,170
Significación del test de esfericidad de Bartlett	0,000
Índice de Kaiser-Meyer-Olkin	0,72

Figura 3.42. Tests previos al AFCP de motivos de abandono físico-deportivo.

La factorización a través de componentes principales resume las doce variables iniciales de motivos de mantenimiento físico-deportivo en **tres factores**, que llegan a **explicar el 46,63% de la varianza total** (figura 3.43).

Variables	F. 1	F. 2	F. 3	
28.06	0,751			
28.04	0,710			
28.05	0,681			
28.11	0,609			
28.30		0,782		
28.09		0,782		
28.01		0,711		
28.07			0,646	
28.08			0,555	
28.13			0,534	
28.29			0,422	
28.02			0,401	
% de la Varianza	23%	8%	5,9%	50,7%

Figura 3.43. Matriz factorial rotada de motivos de abandono físico-deportivo.

- Factor 1: **Motivos de escaso interés.** Este factor explica el 25% de la varianza total y recoge las razones siguientes: *por desinterés / por falta de interés / por pereza / porque tenía otras preferencias para ocupar el tiempo libre.*
- Factor 2: **Motivos temporales.** Explica el 12,6% de la varianza total y comprende los motivos: *por falta de tiempo / por los estudios / porque los horarios eran incompatibles con mis obligaciones.*
- Factor 3: **Motivos relacionados con la oferta y el hábito.** Este factor capta motivos como *por falta de instalaciones / por falta de hábito / porque las instalaciones están lejos del domicilio o lugar de estudio o trabajo / porque dejé el centro donde estudiaba / por cansancio.* Representa el 9% de la varianza total.

MOTIVOS DE ABANDONO FÍSICO-DEPORTIVO	
Variables iniciales	Factores resultantes
Per desinterés (2806)	<b>Factor 1: Motivos escaso de interés</b>
Por falta de interés (2804)	
Por pereza (2805)	
Porque tenía otras preferencias para ocupar mi tiempo libre (2811)	
Por falta de tiempo (2830)	<b>Factor 2: Motivos temporales</b>
Por los estudios (2809)	
Horario incompatible con mis obligaciones (2801)	
Por falta de instalaciones (2807)	<b>Factor 3: Motivos relacionados con la oferta y el hábito</b>
Por falta de hábito (2808)	
Porque las instalaciones están lejos del domicilio o lugar de estudio o trabajo (2815)	
Porque dejé el centro donde estudiaba (2829)	
Termino cansado/a o fatigado/a de la jornada laboral o de estudio (2802)	

Figura 3.44. Factores resultantes para los motivos de abandono físico-deportivo.

#### MOTIVOS PARA NO HABER PRACTICADO NUNCA

Las razones por las que nunca se ha practicado actividades físico-deportivas han sido formuladas a través de treinta y cuatro variables iniciales, tal y como nos muestra la figura 3.45. Para el análisis factorial de componentes principales se han eliminado todas aquellas razones señaladas por menos del 1% de los sujetos. Éste resultó ser el caso de un total de trece motivos, sombreados en la figura

3.45: *por falta de instalaciones, por aburrimiento, por falta de salud, porque no tiene sentido, porque las instalaciones son inadecuadas, porque no le veo utilidad, porque mis padres no me dejaban, porque no le gusta a mi pareja, porque mis padres no practican, porque no destaco, por prescripción médica, porque te aleja de las amistades.*

MOTIVOS PARA NO HABER PRACTICADO NUNCA	
Por falta de tiempo	No tiene sentido
Termino cansado/a o fatigado/a de la jornada laboral o de estudio	Instalaciones inadecuadas
Por falta de habilidad	No se ofertan las actividades que me interesan
Por falta de interés	Por falta de información
Por pereza	Las instalaciones estaban a menudo ocupadas y o saturadas
Por desinterés	No le veo utilidad
Por falta de instalaciones	Mis padres no me dejaban
Por falta de hábito	No le gusta a mi pareja
Por los estudios	Mis amigos no hacen
Por aburrimiento	Horario incompatible con mis obligaciones
Porque tenía otras preferencias para ocupar mi tiempo libre	Mis padres no practican
Porque me resultaba caro	Falta de apoyo y estímulo
Porque las instalaciones están lejos del domicilio o lugar de estudio o trabajo	Falta de formación físico-deportiva
Porque no me gusta hacer ejercicio físico	No tengo con quién practicarlo
Por falta de salud	Porque no destaco
Por lesiones	Por prescripción médica
Escasa cultura física	Porque te aleja de las amistades

Figura 3.45. Variables iniciales de motivos para no haber practicado nunca.

Al analizar los resultados de la matriz de correlaciones de las veintitrés variables restantes (figura 3.46), se comprueba que cumplen todos los requisitos necesarios para el AFCP.

Tests	Valores
Matriz de correlaciones	Variables correlacionadas
Determinante de la matriz correlaciones	0,005
Significación del test de esfericidad de Bartlett	0,000
Índice de Kaiser-Meyer-Olkin	0,841

Figura 3.46. Tests previos al AFPC de motivos para no haber practicado nunca.

La factorización a través de componentes principales resume las veintitrés variables iniciales de motivos para no haber practicado nunca en **seis factores**, llegando a **explicar el 55,9% de la varianza total** (figura 3.47).

Variables	F. 1	F. 2	F. 3	F. 4	F. 5	F. 6	
29.14	0,787						
29.06	0,769						
29.04	0,710						
29.11	0,625						
29.05	0,485						
29.03	0,478						
29.01		0,739					
29.02		0,726					
29.09		0,697					
29.28		0,603					
29.06		0,439					
29.13			0,777				
29.21			0,640				
29.23			0,638				
29.12			0,606				
29.32				0,731			
29.27				0,690			
29.22				0,511			
29.30				0,475			
29.31					0,776		
29.18					0,716		
29.17						0,770	
% Varianza	23,2%	9%	6,8%	6,3%	5,7%	4,8%	55,9%

Figura 3.47. Matriz factorial rotada para los motivos para no haber practicado nunca.

A continuación se hará una descripción de cada uno de los seis factores resultantes:

- Factor 1: **Motivos de escaso interés.** Este factor explica el 23,2% de la varianza total y recoge las razones siguientes: *porque no me gusta hacer ejercicio / por desinterés / por falta de interés / porque tengo otras preferencias para ocupar mi tiempo libre / por pereza / por falta de habilidad.*
- Factor 2: **Motivos temporales.** Explica el 9% de la varianza total y comprende los motivos: *por falta de tiempo / porque termino cansado o fatigado de la jornada de trabajo o estudio / por los estudios / porque los horarios son incompatibles con mis obligaciones / por falta de hábito.*
- Factor 3: **Motivos relacionados con la oferta.** Este factor capta motivos como *porque las instalaciones están lejos del domicilio o de la universidad / porque no se ofertan las actividades que me interesan / las instalaciones están a menudo ocupadas o saturadas / porque me resulta caro.* Representa el 6,8% de la varianza total.
- Factor 4: **Motivos sociales.** Este factor explica el 6,3% de la varianza total y recoge las razones siguientes: *porque no tengo con quién practicarlo / porque mis amigos no hacen / por falta de información / por falta de apoyo y estímulo.*
- Factor 5: **Motivos de escasa preparación.** Explica el 5,7% de la varianza total; incluye la *falta de formación físico-deportiva y la escasa cultura física.*
- Factor 6: **Motivos de salud.** Este factor tan sólo reúne un argumento: *por lesiones;* representa el 4,8% de la varianza total.

<b>MOTIVOS PARA NO HABER PRACTICADO NUNCA</b>	
<b>Variables iniciales</b>	<b>Factores resultantes</b>
Porque no me gusta hacer ejercicio físico (2914)	<b>Factor 1: Motivos escaso de interés</b>
Por desinterés (2906)	
Por falta de interés (2904)	
Porque tenía otras preferencias para ocupar mi tiempo libre (2911)	
Por pereza (2905)	
Por falta de habilidad (2903)	
Por falta de tiempo (2901)	<b>Factor 2: Motivos temporales</b>
Término cansado/a o fatigado/a de la jornada laboral o de estudio (2902)	
Por los estudios (2909)	
Horario incompatible con mis obligaciones (2928)	
Por falta de hábito (2908)	
Porque las instalaciones están lejos del domicilio o lugar de estudio o trabajo (2913)	<b>Factor 3: Motivos relacionados con la oferta</b>
No se ofertan las actividades que me interesan (2921)	
Las instalaciones estaban a menudo ocupadas y o saturadas (2923)	
Porque me resultaba caro (2912)	
No tengo con quién practicarle (2932)	<b>Factor 4: Motivos sociales</b>
Mis amigos no hacen (2927)	
Por falta de información (2922)	
Falta de apoyo y estímulo (2930)	
Falta de formación físico-deportiva (2931)	<b>Factor 5: Motivos de escasa preparación</b>
Escasa cultura física (2918)	
Por lesiones (2917)	<b>Factor 6: Motivos de salud</b>

Figura 3.48. Factores resultantes para no haber practicado nunca.

### **3.7.2. Fiabilidad del instrumento**

A través del análisis de fiabilidad vamos a medir en qué medida *una variable está libre de error aleatorio y, por tanto, proporciona resultados consistentes* (Santesmases, 2001: 229).

En nuestro caso, para obtener la fiabilidad como consistencia interna de las escalas de medida entre más de dos ítems, se optó por calcular el coeficiente alfa de Cronbach, también denominado coeficiente Kuder-Richardson 20. Éste medirá, según nos expresa Díaz de Rada (1999), la capacidad que tiene cada ítem de medir el concepto objeto de análisis. Empleamos el coeficiente estandarizado basado en la media de las correlaciones entre todos los ítems, obteniendo el grado de fiabilidad de cada variable.

En aquellas ocasiones en que el concepto es medido a través de dos ítems se comprueba la fiabilidad a través del coeficiente de correlación.

Como puede observarse en la figura 3.49, todos los valores obtenidos del alfa de Cronbach superan el 0,6; destaca que más de la mitad rebasan el valor óptimo de 0,7. Del mismo modo, todos los valores del coeficiente de correlación superan el 0,3. Por lo tanto podemos afirmar la fiabilidad de las variables ante lo que pretenden medir.

		Preguntas	Nº de factores	$\alpha$ de Cronbach estandarizada	Coefficiente de correlación
Cantidad de tiempo libre disponible		12	4	0,8195	-----
Ocupación del tiempo libre	Actividades culturales de primer orden	14 y 17	6	0,7497	-----
	Juegos de mesa y salón	14 y 17	4	0,7602	-----
	Ir de tiendas	14 y 17	2	-----	0,562
	Actividades telecomunicaciones	14 y 17	4	0,7554	-----
	Actividades culturales de segundo orden deseadas	17	4	0,7012	-----
	Tocar instrumentos musicales	14 y 17	2	-----	0,416
	Estar con la familia	14 y 17	2	-----	0,609
	Estar con los amigos	14 y 17	2	-----	0,479
	Estar con la pareja	14 y 17	2	-----	0,616
	Actividades culturales de segundo orden reales	14 y 17	4	0,6692	-----
	Actividades culturales de tercer orden	14 y 17	2	-----	0,371
	Trabajos sociales	14 y 17	2	-----	0,416
	Actividades físicas	14 y 17	2	-----	0,308
Trabajos manuales	14 y 17	2	-----	0,418	
Percepción de la cantidad de tiempo libre disponible		15	4	0,8253	-----
Motivos de inicio físico-deportivo	Motivos de forma física	20	7	0,7414	-----
	Motivos hedonistas	20	5	0,7112	-----
	Motivos relacionados con la tarea y sociales	20	6	0,7065	-----
	Motivos de esperanza de belleza	20	3	0,7252	-----
	Motivos relacionados con el ego	20	3	0,6278	-----
	Motivos medioambientales	20	2	-----	0,582
Orientaciones de meta		21	16	0,7524	-----
Motivos de mantenimiento físico-deportivo	Motivos hedonistas	22	8	0,8899	-----
	Motivos relacionados con la tarea	22	7	0,7745	-----
	Motivos de esperanza de belleza	22	5	0,8259	-----
	Motivos relacionados con el ego	22	4	0,7396	-----
	Motivos medioambientales	22	3	0,6362	-----
	Motivos familiares	22	4	0,6022	-----
	Motivos de desafío	22	2	-----	0,6159
	Motivos de salud	22	1	-----	-----
Motivos por los que se practica en las instalaciones UR		24	12	0,7117	-----
Motivos por los que se practica fuera de la UR		25	15	0,7039	-----
M. abandono físico-deportivo	Motivos de escaso interés	28	4	0,6524	-----
	Motivos temporales	28	3	0,6875	-----
	Motivos relacionados con la oferta	28	5	0,6510	-----
Motivos por los que nunca se ha practicado	Motivos de escaso interés	29	6	0,7702	-----
	Motivos temporales	29	5	0,6005	-----
	Motivos relacionados con la oferta	29	4	0,6425	-----
	Motivos sociales	29	4	0,6492	-----
	Motivos de escasa preparación	29	2	-----	0,6242
	Motivos de salud	29	1	-----	-----
Actividades físico-deportivas que desearía efectuar		31	50	0,8460	-----

Figura 3.49. Análisis de fiabilidad del instrumento.

### 3.8. Tratamientos aplicados

La naturaleza de la información recogida en este estudio nos permite utilizar variados procedimientos para el análisis y tratamiento de los datos (figura 3.50).

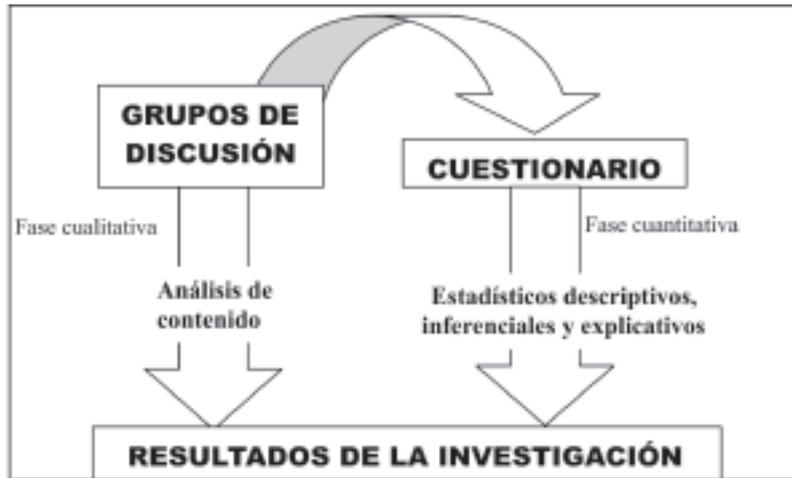


Figura 3.50. Procedimientos para el análisis y tratamiento de los datos.

La información que dimana de los grupos de discusión, llevados a cabo en el contexto investigado, se ha analizado por métodos cualitativos, concretamente a través de un análisis de contenido.

La información procedente de los cuestionarios ha seguido un tratamiento cuantitativo a través de la aplicación estadística descriptiva, inferencial y explicativa, empleando en cada nivel las técnicas detalladas en la figura 3.51.

NIVEL ESTADÍSTICO	NÚMERO DE VARIABLES	TIPO DE ESCALAS	
		Escalas no métricas o categóricas	Escalas métricas o numéricas
Descriptivo	Univariados	Distribución de frecuencias	Media
		Moda	Mediana
		-----	Desviación Típica
Inferencial	Bivariados	Tablas de contingencia	Matriz de correlaciones
		Diferencia de proporciones	Prueba T de Student para muestras independientes
		Coefficiente V de Cramer (nominales)	Coeficiente de correlación
		Coefficiente D de Sommers (ordinales)	
Explicativo	Multivariados	Chi-Square Automatic Interaction Detector (CHAID)	

Figura 3.51. Técnicas estadísticas aplicadas.

---

## ANÁLISIS DE CONTENIDO

Tras la transcripción de los relatos registrados en los grupos de discusión, se lleva a cabo el análisis de contenido referente a los planteamientos que sobre el tema de la práctica físico-deportiva de tiempo libre presenta la comunidad universitaria riojana. Para ello se han extraído de los tres grupos focales (alumnos, PDI y PAS) todos aquellos relatos que, implícita o explícitamente, hacen referencia a uno de los tres focos de estudio presentados en el apartado 2 del presente capítulo (características identificativas de los practicantes, tiempo libre y ocio y práctica físico-deportiva).

Este análisis reflexivo de contenido permitió, por una parte, identificar las dimensiones y los indicadores potenciales de esta investigación y, por otra, completar el análisis de resultados cuantitativo con una visión más subjetiva de las características físico-deportivas de tiempo libre (figura 3.50).

Respecto a la información proveniente de los cuestionarios administrados a la muestra de la comunidad universitaria riojana, tras su codificación numérica se realizó un análisis cuantitativo en las dimensiones univariada, bivariada y multivariada.

### NIVEL DESCRIPTIVO UNIVARIADO

Con el análisis descriptivo de todas y cada una de las variables que intervienen en nuestra investigación se describen las características del conjunto de datos muestrales. Para ello, este estudio se ha realizado teniendo en cuenta los tipos de variables que intervienen en la investigación: variables independientes de identificación (personales, laborales o educativas y ambientales), variables intervinientes (disponibilidad y ocupación del tiempo libre) y variables dependientes (práctica físico-deportiva).

Con tal fin se han utilizado la distribución de frecuencias, las medidas de posición central (media, mediana y moda) y las medidas de dispersión (desviación típica). Este tratamiento constituirá el punto de partida de los análisis posteriores.

### NIVEL INFERENCIAL BIVARIADO

La estadística inferencial delimita qué diferencias de las halladas se deben al azar y cuáles no. Con este análisis bivariado podemos encontrar las diferencias que sufre una variable por los cambios producidos en otra. Desde esta perspectiva se van a poner de relieve las relaciones existentes para cada combinación posible de pares de variables de esta investigación; para ello fijamos un análisis de confianza del 95 por ciento.

Para sistematizar mejor este análisis se dividirá en tres subapartados que se corresponden con los tres bloques de variables (independientes de identificación, intervinientes y dependientes). En cada uno de estos bloques se parte de

un análisis relacional que posteriormente, sólo para aquellos pares relacionados significativamente, se completa con un análisis de contrastes:

- El **análisis relacional** pretende, por un lado, averiguar qué pares de variables se encuentran relacionados significativamente y, por otro, reflejar la magnitud de dichas relaciones. Para ello se han aplicado los coeficientes V de Cramer para variables nominales, D de Sommers para variables ordinales y el coeficiente de correlación para variables métricas.
- El **análisis de contrastes** pretende, por un lado, ratificar la significatividad en las diferencias detectadas entre dos muestras y, por otro, señalar el sentido de estas diferencias. Los estadísticos empleados en esta vertiente han sido las diferencias de proporciones para variables categóricas (nominales u ordinales) y la t de student para muestras independientes en el caso de variables métricas.

Este análisis inferencial nos lleva a una primera aproximación tanto de los potenciales predictores de la práctica físico-deportiva como de los posibles descriptores de algunos perfiles relacionados con los comportamientos físico-deportivos.

#### NIVEL EXPLICATIVO MULTIVARIADO

A partir de los resultados del análisis inferencial se establecen unas hipótesis que serán contrastadas a través del análisis de dependencia Chi-square Automatic Interaction Detector (CHAID). Este análisis multivariable explica la influencia de variables independientes sobre las dependientes, lo que nos indicará las causas reales del historial de práctica físico-deportiva, de las actividades físico-deportivas practicadas, de los motivos de práctica físico-deportiva y de las orientaciones de meta.

Finalmente, este análisis explicativo multivariado se complementa con la descripción de perfiles relacionados con las distintas experiencias físico-deportivas a partir de tablas de contingencia multivariadas.



## CAPÍTULO 4

# ANÁLISIS DE LOS RESULTADOS

### 4.0. Introducción

En el capítulo anterior se definió el problema de la investigación, se presentó el plan a seguir en el diseño del trabajo y se describieron tanto la muestra como las variables implicadas. El presente capítulo pretende esclarecer el problema general y las cuestiones específicas en particular.

Se trata de describir los hábitos físico-deportivos de tiempo libre de la comunidad universitaria riojana al mismo tiempo que detectar, por medio de los análisis pertinentes, las variables con mayor peso en la diferenciación significativa de los perfiles de práctica físico-deportiva de tiempo libre en la Universidad de La Rioja.

Para ello, el análisis de los resultados ha seguido dos fases fundamentales: fase cualitativa y fase cuantitativa.

En la primera fase se tratará de analizar el contenido de los relatos obtenidos en los grupos de discusión sobre los planteamientos de la práctica físico-deportiva de tiempo libre de la comunidad universitaria riojana.

En la segunda fase se pretende analizar, a través de diferentes técnicas estadísticas, los datos recogidos a través del cuestionario. Esta fase a su vez se divide en tres partes claramente diferenciadas.

En la primera de ellas se lleva a cabo un **análisis descriptivo** de las variables de estudio a partir de tablas de distribución de frecuencias y de la descripción simple de variables. Fundamentalmente recoge la descripción tanto de las variables independientes intervinientes como de las dependientes; se excluyen las independientes de identificación, cuya descripción se llevó a cabo al presentar la población de estudio (capítulo 3, apartado 3.5.1). Este análisis ofrecerá una primera aproximación a los comportamientos y actitudes del conjunto de la comunidad universitaria riojana ante la disponibilidad y ocupación del tiem-

po libre, para profundizar a continuación en sus comportamientos, actitudes y motivaciones ante la práctica físico-deportiva de tiempo libre.

En la segunda parte se realiza un **análisis relacional bivariable** por medio de los *coeficientes de correlación* y de las *tablas de contingencia* y un **análisis inferencial de contrastes** a partir de las *diferencias de proporciones*. Con ello se pretende saber si los comportamientos, actitudes y motivaciones físico-deportivos se relacionan entre sí, así como con las conductas y actitudes del tiempo libre, sin olvidar, al mismo tiempo, las características personales, laborales, educativas y ambientales. En caso de que exista asociación se indica en qué sentido y con qué magnitud. De esta forma, podremos diferenciar aquellos universitarios que, al presentar unas características personales, laborales, educativas o ambientales, así como ciertas conductas o actitudes ante el tiempo libre, muestran determinados comportamientos, actitudes o motivaciones ante la práctica físico-deportiva.

Finalmente, se lleva a cabo un **análisis multivariable** de dependencia *Chi-square Automatic Interaction Detector (CHAID)* para explicar la influencia de variables independientes sobre las dependientes. Este tratamiento de los datos reflejará las principales causas de la práctica físico-deportiva de los universitarios, revelando los aspectos clave sobre los que deben intervenir los profesionales de la educación física y el deporte con el fin de incrementar la práctica físico-deportiva de los universitarios como forma saludable del tiempo libre.

Con todo ello, al mismo tiempo que se describe el comportamiento de las variables objeto de estudio, se constata las relaciones y diferencias existentes entre ellas y se controlan las mismas con el fin de poder revelar las peculiaridades de aquellos universitarios practicantes actuales o potenciales. Se indican los perfiles universitarios en torno a la práctica físico-deportiva de tiempo libre, y se destacan las principales causas de los comportamientos, actitudes y motivaciones físico-deportivas.

#### 4.1. Fase cualitativa

Para analizar los resultados obtenidos en los grupos de discusión, se procede a la transcripción de los datos registrados por grupos focales, guiándonos por el protocolo elaborado para el seguimiento y análisis de estas sesiones.

Así, para cada grupo focal la reproducción de los relatos se estructura en torno a las cuatro cuestiones fundamentales planteadas en cada sesión de trabajo:

- Variables influyentes en la práctica físico-deportiva de tiempo libre.
- Expectativas de la comunidad universitaria riojana en torno a la práctica físico-deportiva.
- Actividades físico-deportivas más demandadas.
- Propuestas para mejorar la calidad de la oferta físico-deportiva.

A partir de esta organización se estudian y engloban las valoraciones realizadas por la comunidad universitaria riojana con el fin de comprender mejor la realidad del contexto investigado y, al mismo tiempo, enriquecer las conclusiones procedentes del análisis cuantitativo.

A continuación se presentan los resultados obtenidos para cada grupo focal:

#### **4.1.1. Grupo focal de personal docente e investigador**

Este grupo de Personal Docente e Investigador estuvo compuesto por un total de siete profesores e investigadores, cuatro hombres y tres mujeres, de edades comprendidas entre los 28 y los 54 años. Cuatro de estos voluntarios pertenecían al Centro de Ciencias Humanas Jurídicas y Sociales representando a los departamentos de Economía y Empresa, Expresión Artística, Filologías Hispánica y Clásicas y Filologías Modernas, mientras que los tres restantes estaban adscritos al Centro de Enseñanzas Científicas y Técnicas perteneciendo a los departamentos de Ingeniería Mecánica, Matemáticas y Computación y Químicas.

Los resultados registrados para cada cuestión planteada se analizan a continuación:

##### VARIABLES INFLUYENTES EN LA PRÁCTICA FÍSICO-DEPORTIVA DE TIEMPO LIBRE

El Personal Docente e Investigador destaca la falta de tiempo como uno de los factores más influyentes en la práctica físico-deportiva. Así lo refleja el relato de uno de los profesores participantes:

*A mi me gusta el deporte; siempre he hecho mucho deporte; me gusta, y la pena que no tengo más tiempo para hacer más deporte. El tiempo y las obligaciones son lo que me impide practicar más.*

Por otro lado, el profesorado también destaca la importante incidencia que tiene la formación físico-deportiva sobre la práctica motriz de tiempo libre:

*A los más mayores nos falta una educación físico-deportiva; la gente que hace deporte es gente que se ha enganchedo desde la juventud, a muchos nos falta esa tradición desde pequeños que no hemos tenido.*

No obstante, todos coinciden al destacar el interés personal como el factor más influyente en el hábito físico-deportivo. Así se sintetiza en los relatos de algunos profesores al respecto:

*Yo no tengo tiempo pero he decidido dedicar una hora al día para hacer footing; así que todos los días me voy a las nueve de la noche, y no tengo tiempo, pero dejo todo y me voy; luego lo importante es proponérselo.*

*A mí me parece esencial el interés puesto en estas prácticas de tiempo libre. Puede ser que no dispongas de mucho tiempo libre e incluso que no hayas recibido una educación por y para la práctica deportiva, pero si te atraen estas actividades, haces todo lo posible por dedicarles parte de tu tiempo.*

#### EXPECTATIVAS DE LA COMUNIDAD UNIVERSITARIA RIOJANA EN TORNO A LA PRÁCTICA FÍSICO-DEPORTIVA

La segunda cuestión planteada en los grupos focales hace referencia a lo esperado de la práctica físico-deportiva.

La mayoría de los profesores e investigadores participantes vienen a coincidir en la necesidad de que las actividades físico-deportivas les reporte calidad de vida. Así se desprende del discurso siguiente:

*Mi objetivo es obtener beneficios saludables consiguiendo mejorar mi calidad de vida.*

Algunos de los profesores destacaron la necesidad hedonista de estas prácticas. En esta línea uno de los profesores señalaba lo siguiente:

*El entretenimiento es algo fundamental; yo, como haga algo que no me guste y que no me entretenga, me aburro.*

#### ACTIVIDADES FÍSICO-DEPORTIVAS MÁS DEMANDADAS

En conjunción con las expectativas, el PDI demanda sobre todo: actividades relacionadas con la salud: cursos de espalda, actividades acuáticas, tonificación, reeducación postural.

Atendiendo al contexto de práctica este colectivo se inclina por los ejercicios didácticos y actividades libres:

*En mi caso particular las actividades dirigidas por un monitor especialista me ofrecen mucha seguridad sobre el buen hacer de la actividad, y la organización y secuenciación adecuada de las sesiones.*

*Yo, en cambio, prefiero ir a nadar por mi cuenta; de esa forma me organizo mi tiempo sin depender de un horario establecido por una actividad estructurada y periódica.*

Finalmente uno de los profesores declara su preferencia por los juegos deportivos tradicionales:

*A mí lo que me interesa es jugar a pala con mis amigos y familiares los sábados por la mañana.*

Ninguna de las intervenciones menciona las actividades federadas, lo que nos indica la falta de interés de este colectivo por los deportes.

#### PROPUESTA PARA MEJORAR LA CALIDAD DE LA OFERTA FÍSICO-DEPORTIVA

Una de las propuestas planteadas con mayor insistencia se refiere a la implantación de espacios físico-deportivos.

*En mi opinión se hace necesaria la construcción de una piscina en el campus universitario.*

*Yo creo que el número de piscinas disponibles para uso invernal en la capital riojana es escaso.*

*Hace falta que el Ayuntamiento habilite carriles bici que recorran toda la ciudad, permitiendo el desplazamiento en bicicleta por toda la capital riojana sin necesidad de exponerse a riesgos circulatorios. De esta forma aumentaría en gran medida la utilización de este medio de transporte más saludable.*

Por otro lado, se reclama una mayor organización de actividades físicas no deportivas:

*Las entidades físico-deportivas deberían plantear más actividades al aire libre y actividades no competitivas.*

Al mismo tiempo, el Personal Docente e Investigador sugiere la necesidad de estimular la cultura físico-deportiva:

*A mí me parece que se debe hacer algo para intentar aumentar la cultura deportiva de nuestra Comunidad Autónoma.*

#### **4.1.2. Grupo focal de personal de administración y servicios**

El grupo de Personal de Administración y Servicios estuvo compuesto por un total de seis sujetos, tres hombres y tres mujeres, de edades comprendidas entre los 30 y los 50 años.

Bajo estas líneas se analizan los resultados recogidos para cada cuestión planteada.

#### VARIABLES INFLUYENTES EN LA PRÁCTICA FÍSICO-DEPORTIVA DE TIEMPO LIBRE

A diferencia del PDI, el PAS identifica como principales condicionantes de la práctica físico-deportiva de tiempo libre dos factores relacionados con el contexto.

Desde este análisis, las ocupaciones familiares constituyen un elemento destacado por diferentes sujetos del grupo focal. Tal y como señala uno de dichos sujetos:

*Cuando acabamos aquí de trabajar nos vamos a casa para hacernos cargo de las tareas domésticas, de los niños pequeños o adolescentes e incluso de personas mayores que tenemos a nuestro cargo; una vez finalizadas estas tareas, nos encontramos tan cansadas que lo que menos nos apetece es ir a hacer actividad física.*

Entre las valoraciones realizadas por el Personal de Administración y Servicios en relación con esta primera pregunta, cobra especial relevancia la cercanía o lejanía de las instalaciones físico-deportivas, tal y como se recoge en algunas manifestaciones hechas al respecto:

*El problema, quizás, es que a pesar de que las instalaciones del polideportivo estén dentro del campus éstas se encuentran muy lejos.*

*Al terminar nuestra jornada laboral nos vamos del campus y es muy difícil volver ese mismo día a hacer una práctica deportiva.*

*La gente que tiene instalaciones deportivas debajo de su domicilio tiene la posibilidad de llegar a casa, descansar y después bajar tranquilamente a hacer un poco de ejercicio.*

*A la gente que no hace es muy difícil engancharla si las instalaciones están lejos.*

#### EXPECTATIVAS DE LA COMUNIDAD UNIVERSITARIA RIOJANA EN TORNO A LA PRÁCTICA FÍSICO-DEPORTIVA

Las exigencias del Personal de Administración y Servicios coinciden con las de PDI al agruparse en torno a dos grandes aspectos: hedonistas y de salud. Veamos dos formas de definir estas expectativas:

*A mí personalmente lo que me motiva a realizar ejercicio es que me lo paso bien.*

*Yo voy a gimnasia de mantenimiento con la esperanza de conseguir un buen estado físico y mental.*

*La práctica deportiva me permite liberar las tensiones acumuladas en el trabajo y las tareas familiares.*

#### ACTIVIDADES FÍSICO-DEPORTIVAS MÁS DEMANDADAS

Así mismo, las actividades relacionadas con la salud y, más concretamente, aquellas actividades que ayudan a liberar tensiones aparecen en el discurso de varios administrativos participantes en el grupo focal:

*Nuestro colectivo deseamos sobre todo actividades saludables como yoga, fitness, relajación o tai-chí.*

Además se decantan por los ejercicios didácticos:

*Necesitamos alguien que nos oriente; además, con un monitor se marca una obligación: he pagado y tengo que ir para aprovechar el dinero invertido.*

A este colectivo le llaman muy poco la atención los juegos deportivos tradicionales y los deportes.

#### PROPUESTAS PARA MEJORAR LA CALIDAD DE LA OFERTA FÍSICO-DEPORTIVA

De forma paralela, algunos administrativos participantes consideran necesaria la oferta de actividades físicas no deportivas.

*En la línea de mis compañeros, para mejorar la calidad de la oferta físico-deportiva se deberían ofertar nuevas actividades físicas que no se llamen deportivas y que simplemente sean actividades para pasártelo bien.*

Unida a lo anterior, se plantea la necesidad de ampliar los horarios de algunas actividades:

*Algunas actividades se ofertan a unas horas muy concretas, lo que limita su acceso.*

Continuando con las actividades, las mujeres señalan la importancia de organizar la oferta de los padres de forma paralela a la de los hijos:

*Se deberían proponer paralelamente actividades para los hijos y para los padres; de esa forma, mientras los padres esperan a que los hijos realicen una actividad, los padres pueden aprovechar el tiempo ejercitándose físicamente.*

En cuanto a los espacios físico-deportivos, se vuelve a considerar escasa la existencia de piscinas climatizadas:

*Una de las actividades físicas saludables más demandadas por la sociedad es la natación; sin embargo, tan sólo disponemos de tres piscinas climatizadas en todo Logroño si excluimos las de los gimnasios privados.*

Este colectivo reclama la necesidad de una educación para el ocio físico-deportivo, tal y como se ve claramente reflejado en el relato de una de las participantes:

*Deberíamos recibir formación deportiva; a nosotros nadie nos ha enseñado a disfrutar con el deporte.*

#### **4.1.3. Grupo focal de estudiantes**

El grupo de estudiantes estuvo compuesto por un total de ocho sujetos, cuatro hombres y cuatro mujeres, de edades comprendidas entre los 18 y los 30 años. Cuatro de estos voluntarios pertenecían al Centro de Ciencias Humanas Jurídicas y Sociales matriculados en las siguientes titulaciones: Administración y Dirección de Empresas, Derecho, Humanidades y Magisterio. Los otros cuatro estaban adscritos al Centro de Enseñanzas Científicas y Técnicas y pertenecían a las titulaciones de Enología, Ingeniería Técnica Industrial en Electrónica, Matemáticas y Químicas.

A continuación se estudian los resultados registrados para cada una de las cuestiones planteadas:

##### VARIABLES INFLUYENTES EN LA PRÁCTICA FÍSICO-DEPORTIVA DE TIEMPO LIBRE

Ante las variables influyentes en la práctica físico-deportiva, los estudiantes destacan sobre todo la titulación estudiada, como señalan algunos de los voluntarios:

*Los alumnos de Magisterio de Educación Física van al polideportivo a practicar de todo; hay gente que está en tres, cuatro, cinco y seis competiciones.*

*En cambio, los estudiantes de la titulación de Derecho y Economía apenas tenemos tiempo de practicar actividades deportivas.*

*Deportes muy concretos atraen a alumnos de titulaciones muy concretas; este es el caso de los ingenieros agrónomos con el fútbol.*

Por último, los alumnos hacen referencia a la gente con la que se practica como aspecto relevante en la práctica físico-deportiva:

*Si practicas con gente con la que te sientes a gusto, es más probable que continúes con este hábito.*

##### EXPECTATIVAS DE LA COMUNIDAD UNIVERSITARIA RIOJANA EN TORNO A LA PRÁCTICA FÍSICO-DEPORTIVA

El grupo de alumnos se muestra como el más heterogéneo en cuanto a sus expectativas expresadas; éstas se han agrupado en torno a cuatro aspectos: descanso, competición, relaciones sociales y hedonismo.

Con respecto a la esperanza de descanso merece destacar el siguiente argumento:

*No podría soportar la carga que llevo de estudio sin un desabogo a través de la práctica deportiva.*

Entre las valoraciones en relación a la competición se manifiesta como ejemplo la siguiente:

*Una de las cosas que más me atrae de la práctica físico-deportiva es la competición. En este sentido, lo que yo espero de la práctica deportiva es la competición de los fines de semana.*

En el grupo de estudiantes son las chicas las que más se preocupan por los aspectos sociales tal y como se demuestra en los siguientes testimonios:

*Cuando practico actividades deportivas busco fundamentalmente conocer gente nueva y relacionarme socialmente.*

*Nosotras pensamos más en las relaciones sociales que ellos. Ellos piensan más en la competición y no tanto en lo que es la dimensión social.*

Tanto ellos como ellas están de acuerdo al afirmar que:

*Es importante que este tipo de prácticas ofrezcan entretenimiento.*

#### ACTIVIDADES FÍSICO-DEPORTIVAS MÁS DEMANDADAS

Al preguntar a los alumnos qué actividades físico-deportivas prefieren, estos, en contraposición con el PDI y PAS, se decantan sobre todo por los deportes:

*Desde el colegio o instituto nos hemos habituado a participar en deportes federados y ahora continuamos haciéndolos.*

No obstante, también muestran interés por las actividades libres:

*De vez en cuando nos gusta ir por nuestra cuenta a esquiar, andar en bici, hacer footing...*

Los juegos deportivos tradicionales son más requeridos por los estudiantes varones:

*No necesito que nadie me organice; mis amigos y yo quedamos mucho para jugar partidillos entre nosotros.*

Mientras que los ejercicios didácticos son más reclamados por las alumnas:

*A las chicas nos gusta menos la competición; preferimos aprender cosas nuevas, por lo que nos apuntamos más a los cursos organizados.*

#### PROPUESTAS PARA MEJORAR LA CALIDAD DE LA OFERTA FÍSICO-DEPORTIVA

Para los alumnos el principal problema detectado radica en el coste económico de la práctica físico-deportiva:

*El poder realizar una práctica físico-deportiva de calidad hay que pagarlo muy caro.*

Finalmente, de acuerdo con los otros dos grupos focales, se destacan la falta de piscinas y carriles bici:

*Se deberían unir los carriles bici ya existentes, de tal forma que bordeasen toda la ciudad.*

*La Universidad de La Rioja debería construir una piscina climatizada.*

#### **4.1.4. Síntesis del análisis cualitativo**

Una vez realizado el estudio cualitativo de cada uno de los grupos focales, pasamos a exponer un resumen de las principales características del conjunto de dichos colectivos.

La falta de tiempo y las ocupaciones ineludibles (trabajo remunerado, estudios y tareas domésticas), junto con la escasa cultura físico-deportiva, el interés, las personas con quienes se practica y la cercanía o lejanía de las instalaciones físico-deportivas, son los factores más reconocidos por la comunidad universitaria riojana como condicionantes de su práctica físico-deportiva.

Los tres colectivos de la universidad riojana (PDI, PAS y alumnado) vienen a coincidir en la importancia del hedonismo en las prácticas físico-deportivas de tiempo libre.

El personal universitario (PDI y PAS) destaca la calidad de vida como principal expectativa de la práctica físico-deportiva de tiempo libre.

En cambio, el alumnado, además de buscar el divertimento a través del ejercicio físico, espera descansar de los estudios; las chicas aspiran a relacionarse socialmente, mientras que los chicos prefieren competir.

Los ejercicios didácticos constituyen las actividades físico-deportivas más demandadas por el conjunto de la población universitaria riojana, así lo señalan los tres colectivos (PDI, PAS y alumnado).

Los deportes y juegos deportivos tradicionales son muy solicitados por los estudiantes y por algunos profesores varones, pero no los demanda mucho el Personal de Administración y Servicios.

Por su parte, el personal universitario (PDI y PAS) se inclina fundamentalmente por actividades relacionadas con la salud.

Las propuestas planteadas con mayor insistencia común por los tres colectivos se refieren a la construcción de más piscinas climatizadas y a la creación de un carril bici que recorra toda la ciudad logroñesa.

Por otro lado, el personal universitario (PDI y PAS) sugiere la necesidad de ampliar la oferta de actividades no deportivas, así como ofrecer una educación para el ocio físico-deportivo.

De forma paralela, el alumnado considera necesario bajar los precios de las instalaciones y actividades.

Las diferencias detectadas en los grupos de discusión en cuanto al sexo, colectivo universitario y titulación que se estudia refuerzan la necesidad de considerar estas características (la personal, la laboral y la educativa) como variables importantes del estudio y, por lo tanto, deben estar presentes en el cuestionario.

Del mismo modo, dada la importancia que la comunidad universitaria parece otorgar a la cercanía o lejanía de las instalaciones físico-deportivas como condicionante de la práctica físico-deportiva, se hace necesario incluir, en la dimensión ambiental del estudio, indicadores que hagan referencia a la distancia existente entre el domicilio y las instalaciones universitarias.

Para la discusión y conclusiones finales de la presente investigación, recogidas en el capítulo 5, se retomarán conjuntamente los resultados de este apartado con los del análisis cuantitativo expuesto a continuación.

## **4.2. Fase cuantitativa**

Los resultados registrados a través de los cuestionarios se analizan estadísticamente en tres niveles: descriptivo univariado, inferencial bivariado y explicativo multivariado.

A continuación se presentan los resultados obtenidos para cada nivel de análisis.

### **4.2.1. Análisis descriptivo**

A lo largo de este apartado se describirá el comportamiento aislado de cada una de las variables del estudio, excepto de las variables independientes de identificación dado que éstas han sido ya comentadas en la descripción de la población a partir de la muestra seleccionada (capítulo 3, apartado 5.1).

En primer lugar se presentará el análisis univariado de las variables independientes intervinientes y posteriormente se completará el análisis con la descripción de las variables dependientes.

#### 4.2.1.1. Descripción de las variables independientes intervinientes

Este grupo de variables pretende describir, por un lado, la disponibilidad de tiempo libre de la comunidad universitaria riojana y, por otro, la ocupación de ese tiempo liberado.

##### 4.2.1.1.1. Disponibilidad de tiempo libre

Esta dimensión viene configurada por la cantidad y por la distribución del tiempo libre disponible y por lo tanto presenta el carácter objetivo de ese tiempo libre; posteriormente otras dimensiones aludirán a la percepción subjetiva que los universitarios riojanos tienen del mismo.

#### 1. CANTIDAD DE TIEMPO LIBRE

En los resultados de la figura 4.1 se percibe que, en días laborales, el 33,6% de los universitarios riojanos cuenta diariamente con más de tres horas de tiempo libre, mientras que el 51,2% tiene entre una y tres horas para sus actividades libres y un 15,1% dispone de menos de una hora al día.

TIEMPO LIBRE DIARIO	DÍAS LABORALES	SÁBADOS	DOMINGOS Y FESTIVOS	VACACIONES
Más de 5 horas	9,9%	56,4%	63,1%	74,6%
Entre 3 y 5 horas	23,7%	26,6%	22,8%	15,6%
Entre 2 y 3 horas	24%	7,4%	6,9%	4,3%
Entre 1 y 2 horas	27,2%	5,5%	3,9%	2,8%
Menos de 1 hora	15,1%	4,1%	3,3%	2,6%
<b>TOTAL</b>	<b>100%</b>	<b>100%</b>	<b>100%</b>	<b>100%</b>

Figura 4.1. Cantidad de tiempo libre disponible.

Podemos advertir un aumento considerable de tiempo libre en los fines de semana y festivos. Ocho de cada diez encuestados dicen tener más de tres horas libres, entre un 13 y un 11% asegura gozar de una a tres horas de tiempo libre los sábados y domingos, y tan sólo un 4% disfruta de menos de una hora.

En los períodos de vacaciones, tal y como era de esperar, se incrementan las horas aptas para actividades de tiempo libre. Nueve de cada diez disponen de más de tres horas diarias, reduciéndose a un 7% el índice de quienes sólo se benefician, diariamente, de una a tres horas.

## 2. DISTRIBUCIÓN DEL TIEMPO LIBRE

En relación con la distribución del tiempo libre se percibe cómo en los días laborales éste se concentra principalmente en la franja horaria entre las 17 y las 22 horas (un 28,8% tienen más de dos horas libres).

## 3. PERCEPCIÓN DEL TIEMPO LIBRE

En cuanto a la percepción que el universitario tiene sobre su tiempo libre (figura 4.2), una proporción bastante elevada, el 32,5%, piensa que dispone de suficiente tiempo libre en días laborales, si bien un 12% mejora su percepción diciendo que dispone de bastante o mucho tiempo. El grupo más numeroso (55,5%) opina que su tiempo libre es escaso entre semana.

PERCEPCIÓN DE TIEMPO LIBRE	DÍAS LABORALES	SÁBADOS	DOMINGOS Y FESTIVOS	VACACIONES
Mucho	3,2%	10,2%	15,7%	20%
Bastante	8,8%	23,4%	26,8%	26,3%
Suficiente	32,5%	43,6%	41,9%	35,3%
Poco	31%	13,5%	10,8%	8,4%
Muy poco	24,5%	7,2%	4,0%	3,0%
TOTAL	100%	100%	100%	100%

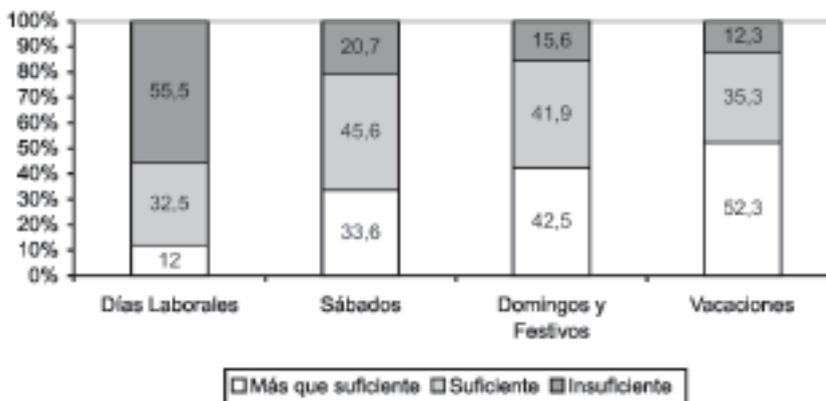


Figura 4.2. Auto percepción del Tiempo Libre.

Al hablar de fines de semana, se incrementa considerablemente el índice de quienes aseguran disfrutar de tiempo más que suficiente para sus actividades no obligatorias (33,6% los sábados y 42,5% los domingos y festivos); en estos días se produce un aumento de hasta 40 unidades porcentuales entre los que se muestran satisfechos con la cantidad de horas de asueto.

Las apreciaciones más positivas se alcanzan en los períodos vacacionales, donde tan sólo un 12,3% de la comunidad universitaria riojana asegura que su tiempo libre es insuficiente.

#### 4.2.1.1.2. Ocupación del tiempo libre

Esta dimensión se define a través del comportamiento de tres indicadores diferentes; por un lado, la ocupación real de tiempo libre; por otro, la ocupación deseada de tiempo libre; finalmente, el grado de satisfacción con respecto a la ocupación del tiempo libre.

##### 1. OCUPACIÓN REAL DEL TIEMPO LIBRE

La mayor parte de la comunidad universitaria riojana ocupa su tiempo libre en *estar con los amigos* (80,7%), lo que supera en más de 25 unidades porcentuales a otras actividades sociales como *estar con la familia* (55,4%), o con *la pareja* (51,6%). Estas dos últimas ocupan los puestos cuarto y quinto en la lista de las experiencias de tiempo libre de los universitarios riojanos.

Las actividades culturales de primer orden son las segundas más empleadas en el tiempo libre de los universitarios encuestados (73,9%); entre ellas destacan *escuchar la radio o música* (50,3%), *ir al cine, teatro o espectáculos artísticos* (46,1%) y *leer libros, periódicos o revistas* (45,2%).

Las nuevas tecnologías guardan un lugar destacado entre los universitarios riojanos, puesto que el tiempo libre del 67,8%: la frecuencia registrada por *ver la televisión y/o vídeo* (63,3%) casi triplica a la obtenida ante el *manejo de videojuegos, consolas, informática e internet* (24,7%).

El resto de actividades de tiempo libre son señaladas por menos de la mitad de los encuestados entre ellas se encuentran las prácticas físico-deportivas (41,5%), que se convierten en la sexta ocupación de tiempo libre.

Por otro lado, un tercio de la comunidad universitaria riojana emplea su tiempo no obligatorio en actividades culturales de segundo orden, sobre todo en *viajar* (29,6%). Del mismo modo, uno de cada tres encuestados señala *ir de tiendas*.

Las actividades restantes son practicadas por menos de la cuarta parte de los universitarios riojanos.

ACTIVIDADES DE TL.AGRUPADAS	%	ACTIVIDADES DE TL.DESGLOSADAS	%
Estar con los amigos	80,7	Estar con los amigos	80,7
Actividades Culturales de primer orden	73,9	Escuchar la radio o música	50,3
		Ir al cine, teatro, espectáculos artísticos,...	46,1
		Leer libros periódicos o revistas	45,2
Nuevas Tecnologías	67,8	Ver televisión y/o vídeo	63,3
		Manejar videojuegos, consolas, ordenador	24,7
Estar con la familia	55,4	Estar con la familia	55,4
Salir con mi pareja	51,6	Salir con mi pareja o algún chico/a	51,6
Activ. Físico-deportivas	41,5	Actividades físicas y deportivas	41,5
Actividades Culturales de segundo orden	37,8	Salir al campo, de excursión o viajar	29,6
		Visitas culturales	11,7
		Cursos culturales	8,1
		Fotografía	3,3
Ir de tiendas	31,7	Ir de tiendas	31,7
Juegos	21,8	Juegos de salón	9,3
		Juegos de mesa	18,5
Tocar instrumentos musicales	9,9	Tocar instrumentos musicales	9,9
Trabajos manuales, coser, pintar...	6,3	Trabajos manuales, coser, pintar...	6,3
Actividades Solidarias	5,9	Actividades solidarias	5,9
Actividades Culturales de tercer orden	4,9	Estudiar más allá de lo necesario	4,9

Figura 4.3. Actividades ejercidas en el tiempo libre.

## 2. OCUPACIÓN DESEADA DEL TIEMPO LIBRE

Las actividades de relación con los amigos, así como las culturales de primer orden, además de resultar las más ejercidas por los universitarios riojanos, son las más deseadas (73,1% y 68,1% respectivamente). Como actividad preferida entre las experiencias culturales de primer orden, destaca *ir al cine, teatro o espectáculos artísticos* (48,8%), y supera en casi tres unidades porcentuales a su práctica real. En contraposición, *escuchar la radio o música* (38,4%), actividad cultural de primer orden a la que más se dedica la población de la UR, se ve relegada a la tercera acción cultural más deseada.

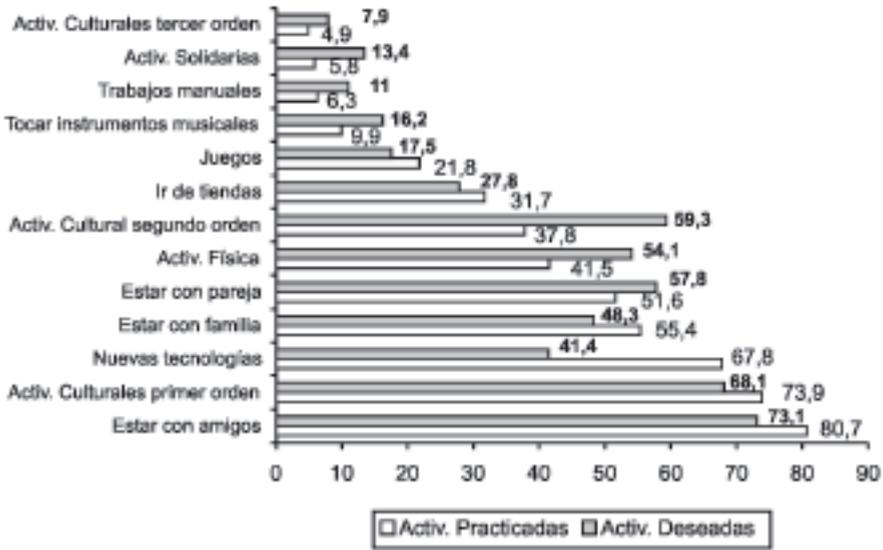


Figura 4.4. Actividades de tiempo libre practicadas y deseadas.

Otras actividades de tiempo libre en las que disminuyen sus índices de preferencia sobre los de práctica real son *estar con la familia* (48,3%), *las nuevas tecnologías* (41,4%), *ir de tiendas* (27,8%) y *los juegos* (17,5%). Éstas ocupan el sexto, octavo y noveno puesto entre las prácticas deseadas de tiempo libre.

El resto de experiencias de tiempo libre aumentan sus porcentajes de preferencia frente a los de práctica real. Así, un 12,6% más de los que se ejercitan desearía efectuar actividades físicas en su tiempo libre (54,1%).

Las *actividades culturales de segundo orden* (59,3%) junto con *estar con la pareja* (57,8%) superan a las actividades físicas en el deseo de práctica.

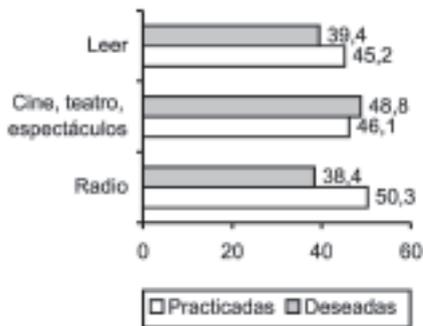


Figura 4.5. Activ. Culturales de 1<sup>er</sup> orden practicadas y deseadas.

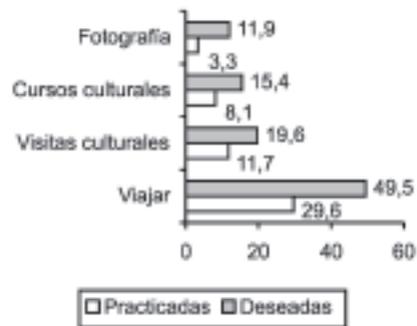


Figura 4.6. Activ. Culturales 2<sup>o</sup> orden practicadas y deseadas.

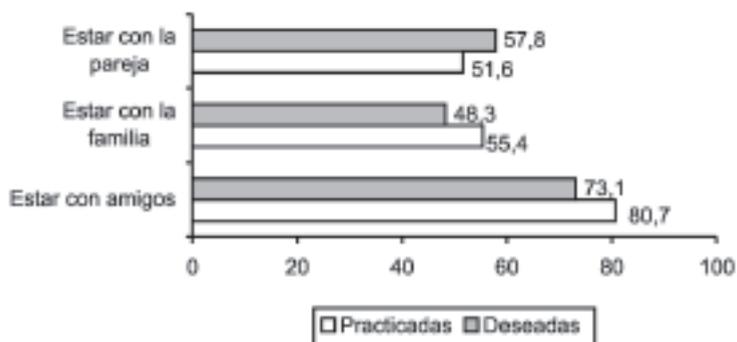


Figura 4.7. Actividades Sociales practicadas y deseadas.

### 3. SATISFACCIÓN CON LA OCUPACIÓN DEL TIEMPO LIBRE

El 63,1% de los encuestados se muestra contento con respecto a su ocupación del tiempo libre, un 51,2% declara estar muy satisfecho y el 11,9% restante satisfecho. A un 8% no le gusta su forma de ocupar su tiempo libre (5% insatisfecho y 3% muy insatisfecho).



Figura 4.8. Grado de satisfacción con la ocupación del tiempo libre.

#### 4.2.1.2. Descripción de las variables dependientes

Una vez descrito el foco: tiempo libre y ocio, el presente apartado se ocupa de las variables dependientes referentes a la práctica físico-deportiva agrupadas en cuatro dimensiones: historial de práctica físico-deportiva, actividades físico-deportivas, motivos en torno a la práctica físico-deportiva y orientaciones de meta.

##### 4.2.1.2.1. Descripción del historial de práctica físico-deportiva

Estas variables que definen el historial de práctica se describen agrupadas en tres indicadores: situación de práctica físico-deportiva de la comunidad univer-

sitaria riojana, los años de adhesión y el grado de satisfacción con su situación físico-deportiva.

### 1. SITUACIÓN DE PRÁCTICA FÍSICO-DEPORTIVA

La situación de práctica físico-deportiva describe los comportamientos motores actuales, pasados, encubiertos y probables a partir de las variables *comportamiento físico-deportivo actual y pasado*, *comportamiento físico-deportivo encubierto* y la ya descrita *ocupación deseada de tiempo libre en actividades físicas*.

Del análisis de la variable *comportamiento físico-deportivo actual y pasado* observamos que el 41,5% de la comunidad universitaria riojana practica actividades físico-deportivas en su tiempo libre, es practicante actual; de estos practicantes actuales el 38,1% ya practicaba con anterioridad, practicante pasado, frente a un escaso 3,4% que no se ejercitaba físicamente en el pasado.

Como contrapartida se constata que las actividades físico-deportivas no forman parte del tiempo libre de más de la mitad de los encuestados (58,5%). El 32,2% ha perdido el hábito, ya que a pesar de no practicar en la actualidad asegura haberlo hecho en algún momento de su vida (practicante pasado), mientras que un porcentaje bastante elevado, el 26,3%, afirma no haber practicado nunca.

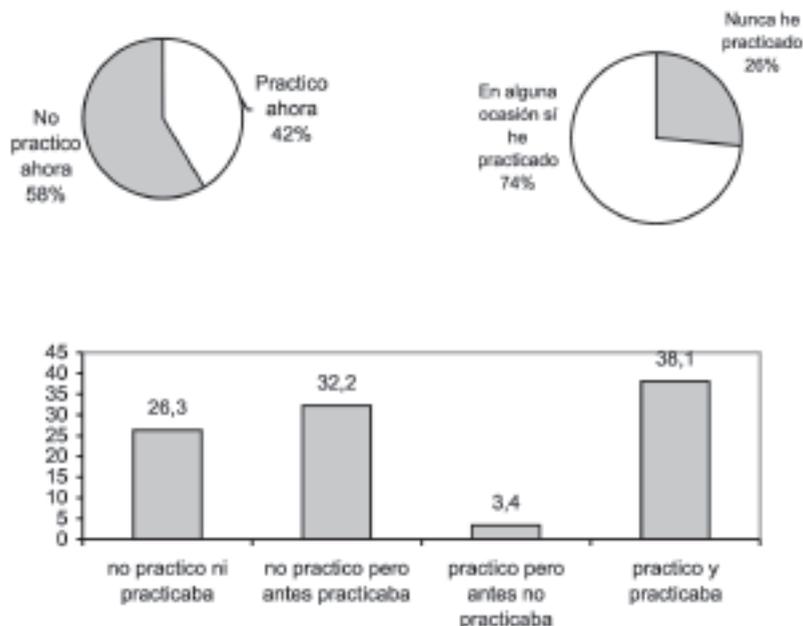


Figura 4.9. Comportamiento físico-deportivo actual y pasado.

Hay que destacar que, el 41,2% de los universitarios riojanos que no practican actividades físico-deportivas en su tiempo libre afirma desear hacerlo, lo que nos indica que si somos capaces de encontrar y solucionar las barreras que impiden el acceso a esta forma de tiempo libre, este comportamiento físico-deportivo probable podría convertirse en comportamiento físico-deportivo futuro. Con ello, si al mismo tiempo consiguiéramos consolidar la adherencia de los practicantes actuales, aumentaríamos la cota de universitarios físicamente activos en 24,10 unidades porcentuales.

Centrándonos en el comportamiento físico-deportivo encubierto, el 71,7% de la comunidad universitaria riojana cree que realizará actividades físico-deportivas de tiempo libre en el futuro. Tan sólo un 6,7% opina que no practicará esta forma de tiempo libre, mientras que el 21,7% asegura no saberlo.



Figura 4.10. *Comportamiento físico-deportivo encubierto.*

## 2. AÑOS DE PRÁCTICA FÍSICO-DEPORTIVA

La mayoría de los universitarios riojanos se iniciaron en la práctica físico-deportiva durante la infancia (el 57,9% antes de los 11 años) adelantándose a la edad media ( $10,75 \pm 5,35$ ). Por otro lado, uno de cada tres tuvo su primer contacto durante la adolescencia, mientras que tan sólo un 7,8% empleó por vez primera esta forma de tiempo libre después de los 18 años.

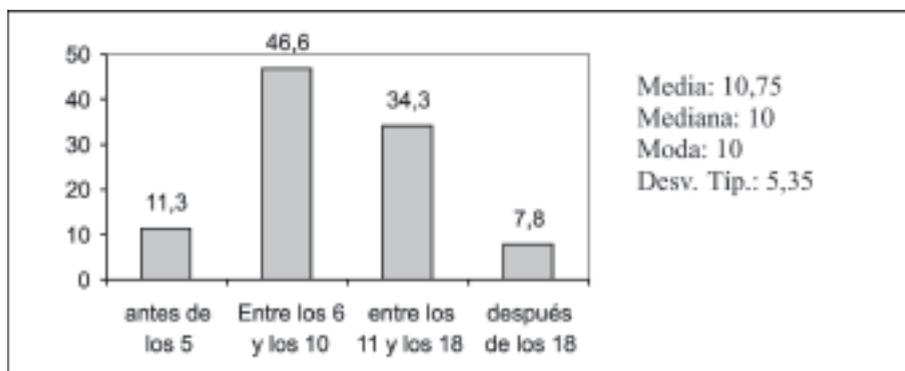


Figura 4.11. Edad de inicio en la práctica físico-deportiva de tiempo libre.

En contraposición, más de la mitad de la comunidad universitaria riojana abandona su ejercitación física antes de los 19 años (un 46,2% entre los 16 y los 18 años y un 13,5% antes de los 16). Destacan los 18 años como la edad en la que más abandonos se registran (un 20,4%), coincidiendo con el acceso a la Universidad.

En la franja de edad en la que se suelen completar los estudios universitarios (19-23 años) tres de cada diez universitarios riojanos renuncian a la práctica motriz de tiempo libre.

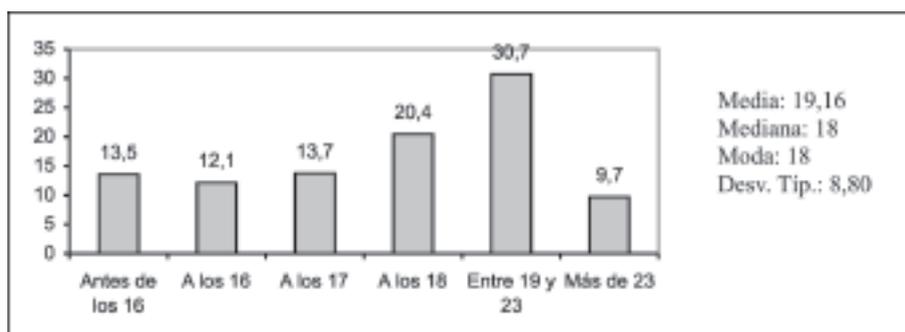


Figura 4.12. Edad de abandono en la práctica físico-deportiva de tiempo libre.

Respecto a la adherencia a la práctica físico-deportiva, más de la mitad (51,61%) de los que en algún momento han practicado o practican actividades físico-deportivas de tiempo libre lo han venido haciendo durante más de diez años. Las dos porciones más pequeñas son las formadas por los que tienen una experiencia físico-deportiva de tiempo libre menor a cinco años (21%) y, en el lado opuesto, por los que han sido físicamente activos más de 15 años (19,4%).

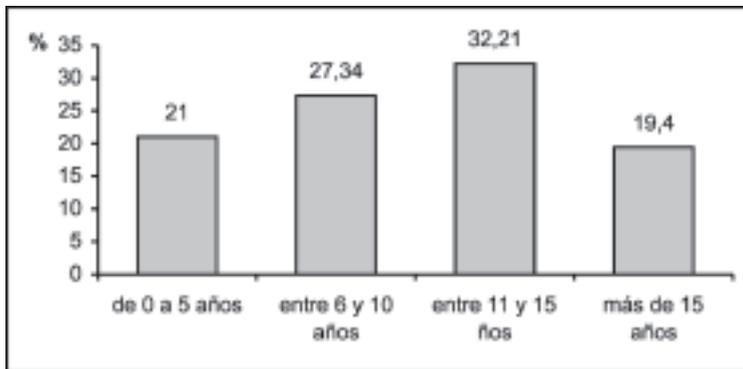


Figura 4.13. Años de adherencia a la práctica físico-deportiva de tiempo libre.

Entre los que abandonan esta forma de tiempo libre, se percibe cómo una cuarta parte (24,8%) lo hace en los cuatro primeros años de ejercicio, cuando todavía no se ha consolidado el hábito saludable. Otro 25% se retira entre el quinto y séptimo año de experiencia físico-deportiva. Las tres cuartas partes de abandono se producen antes de superar la década de práctica.

En contraste, el 72,3% de los universitarios riojanos físicamente activos en la actualidad comenzó a practicar hace más de diez años; el 42,4% lleva entre 11 y 15 años de experiencia; y el 29,9% restante practica desde hace más de 15 años.

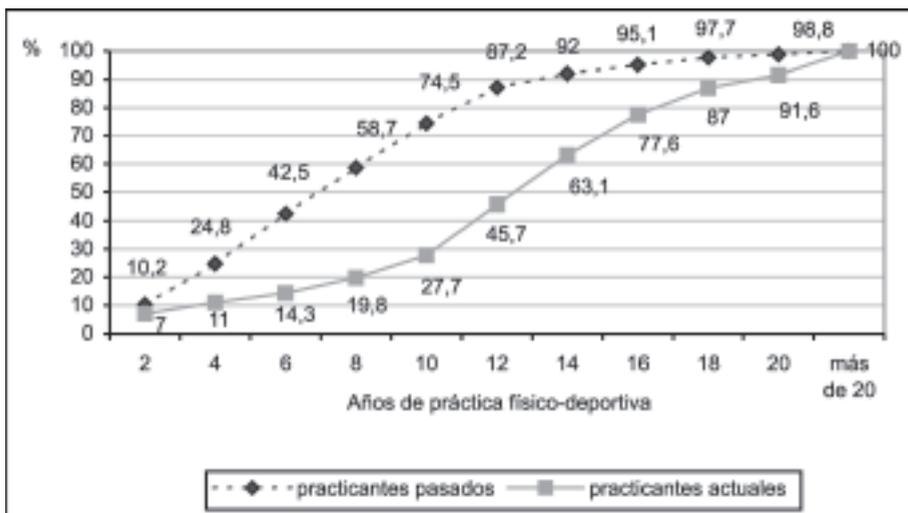


Figura 4.14. Años de adherencia a la práctica físico-deportiva de T.L.: practicantes pasados y actuales.

### 3. SATISFACCIÓN CON LA PRÁCTICA FÍSICO-DEPORTIVA

A pesar de obtener un índice alto (50%) de universitarios riojanos que se sienten muy satisfechos con su situación de práctica físico-deportiva, el porcentaje de quienes se muestran descontentos es mayor del deseado (20,4%). Si a ello le sumamos el 15,7% de los que unas veces se sienten satisfechos y otras veces no, podríamos apreciar cómo un 36,1% de la comunidad universitaria riojana es susceptible de cambios en esta faceta de la ocupación de su tiempo libre.

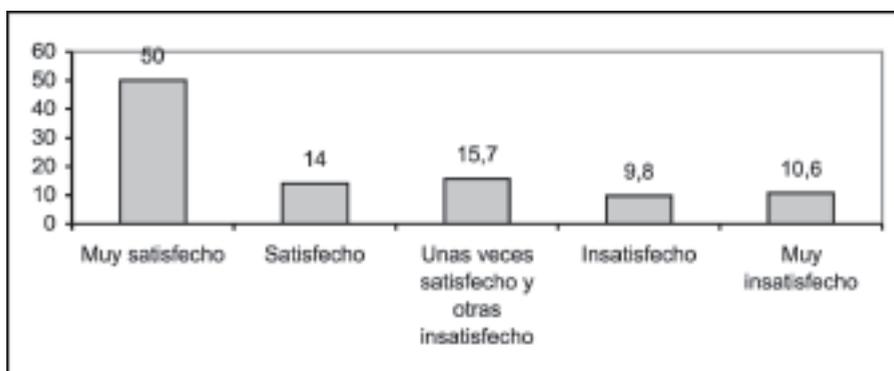


Figura 4.15. Grado de satisfacción con la ocupación del tiempo libre.

#### 4.2.1.2.2. Descripción de las actividades físico-deportivas

La descripción de estas variables que definen las actividades físico-deportivas se presentan agrupadas en cinco indicadores: actividades físico-deportivas practicadas, lugar de práctica físico-deportiva, momento de práctica físico-deportiva, con quién practica actividades físico-deportivas y actividades físico-deportivas deseadas.

##### 1. ACTIVIDADES FÍSICO-DEPORTIVAS PRACTICADAS

Dentro de los que en el pasado eran físicamente activos, se observa que la porción de los que afirman practicar una actividad motriz (48,2%) es superior a la formada por los que ejercitan dos o tres (40,6%); el 11,2% restante efectúa más de tres prácticas físicas.

Entre quienes, en el momento de recogida de datos, respondieron realizar alguna tarea física o deportiva, el índice de los que sólo ejercen una actividad, pierde cuatro unidades porcentuales con respecto a las prácticas del pasado. Sin embargo, los porcentajes de los que desarrollan más de una modalidad se ven ligeramente elevados (ver figura 4.16). Por ello, podemos afirmar que en la actualidad los universitarios se vinculan a un mayor número de actividades físico-deportivas que en el pasado.

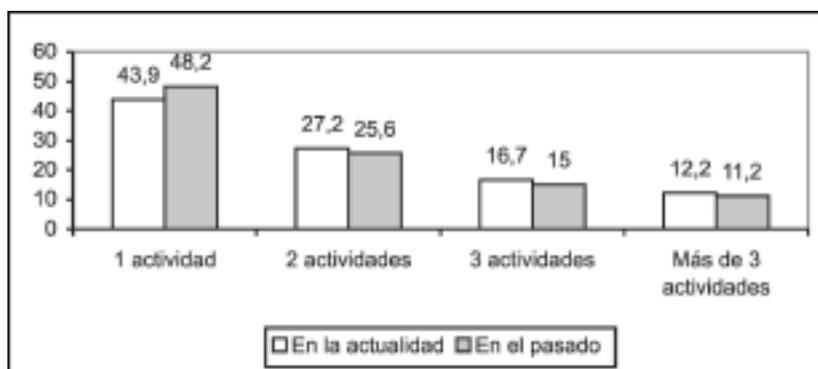


Figura 4.16. Grado de satisfacción con la ocupación del tiempo libre.

Dentro de las modalidades físico-deportivas practicadas, los datos revelan cómo la práctica pasada se encontraba mucho más diversificada que lo que está en el presente.

Así, en el pasado, la actividad *reina* es el fútbol 11 con un 27,09% de adeptos; le sigue, a seis puntos porcentuales, el baloncesto; la natación, con un 15,40% de incondicionales, es la tercera modalidad más ejercitada; el aeróbic (12,22%) cierra el cupo de las prácticas con un índice de participación superior al 10%. En orden decreciente, completan la lista de las actividades más realizadas en el pasado el tenis (8,82%), el atletismo (8,60%), el ciclismo (8,28%), el fútbol sala (7,97%), el voleibol (7,01%) y el frontenis (6,90%).

En la actualidad, el fútbol 11 sigue ocupando el lugar preferente, pero en este caso con un 3% menos de participación. La natación pasa al segundo puesto aumentando ligeramente su proporción (16,18%). El fútbol sala (13,66%), el ciclismo (12,41%), el baloncesto (12,23%), el frontenis y el aeróbic (ambos con un 11,33%) se mantienen en la lista de las diez actividades más ejercitadas. Modalidades como atletismo, tenis y voleibol son desplazadas por otras nuevas como musculación (11,87%), footing (11,69%) y esquí (8,27%).

ACTIVIDAD	PASADO		PRESENTE	
	%	Rango	%	Rango
Fútbol 11	27,09%	1	24,28%	1
Baloncesto	20,82%	2	12,23%	5
Natación	15,40%	3	16,18%	2
Aeróbic	12,22%	4	11,33%	9
Tenis	8,82%	5	6,11%	
Atletismo	8,60%	6	4,49%	
Ciclismo	8,28%	7	12,41%	4
Fútbol Sala	7,97%	8	13,66%	3
Voleibol	7,01%	9	2,69%	
Frontenis	6,90%	10	11,33%	8
Musculación	4,35%		11,87%	6
Footing	6,26%		11,69%	7
Esquí	6,16%		8,27%	10

Figura 4.17. *Las diez modalidades físico-deportivas más practicadas en el pasado y en la actualidad.*

Al adentrarnos en el contexto de práctica, resulta interesante destacar cómo, tanto en la práctica pasada como en la actual, las actividades físicas libres son las más ejercitadas, si bien en el presente existe un 23,5% más de partidarios que en el pasado (56,73% y 33,22% respectivamente). Los ejercicios didácticos (20,30%), a pesar de ser los segundos más perseguidos actualmente, han sufrido una pérdida de cuatro unidades porcentuales respecto al pasado.

En esta misma línea, como puede apreciarse en la figura 4.18, los juegos deportivos tradicionales y los deportes han sufrido un declive con el paso de los años; sobre todo los deportes, que han saltado de un 30% de asociados en el pasado a un escaso 13,47% hoy.

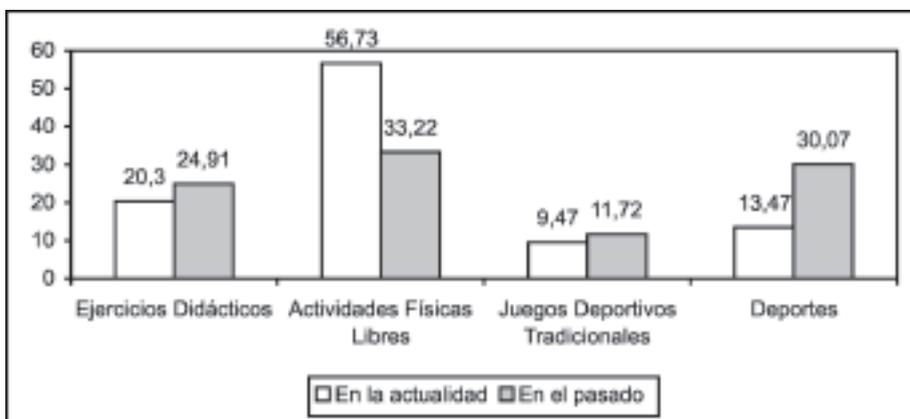


Figura 4.18. Contextos de práctica en el pasado y en la actualidad.

## 2. LUGAR DE PRÁCTICA FÍSICO-DEPORTIVA

Los universitarios riojanos tienen la posibilidad de practicar actividades físico-deportivas en la Universidad de La Rioja gracias a las instalaciones existentes en el campus universitario destinadas a tal fin. A pesar de ello, tan sólo un 29,32% de los físicamente activos utiliza las instalaciones del Servicio de Deportes universitario para sus prácticas de tiempo libre. De los cuales, un 14,75% realiza actividades físico-deportivas tanto en espacios universitarios como en otras instalaciones; el 14,57% restante se ejercita exclusivamente en las instalaciones de la UR.

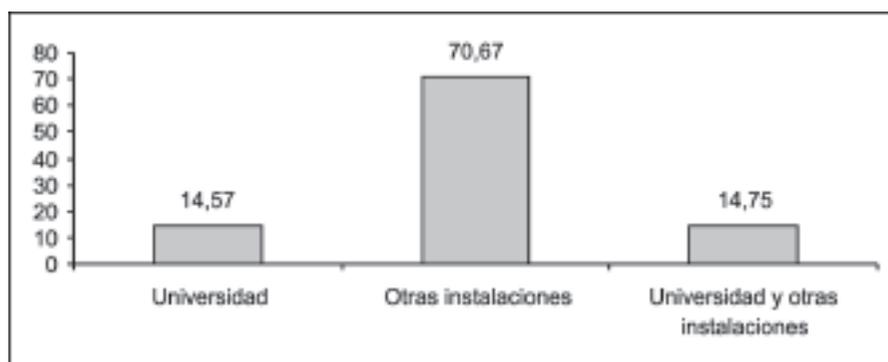


Figura 4.19. Lugar de práctica físico-deportiva.

### 3. MOMENTO DE PRÁCTICA FÍSICO-DEPORTIVA

Uno de cada tres (38%) practicantes de la Universidad de La Rioja se ejercita más de tres veces a la semana y más de la mitad (59,2%) realizan alguna actividad físico-deportiva con una frecuencia de entre dos y tres veces por semana. Ante el escaso porcentaje de quienes dicen practicar menos de una vez por semana (17,8%), podemos afirmar que la frecuencia de práctica físico-deportiva de la comunidad universitaria riojana es bastante elevada.

Al analizar las distintas épocas de práctica físico-deportiva, resulta curioso percibir cómo en las épocas de vacaciones (verano, Navidad y Semana Santa), cuando la comunidad universitaria riojana dispone de más tiempo para sus actividades de tiempo libre, se registra el índice de práctica más bajo (20,12%). En contraste, cuatro de cada diez actividades físico-deportivas se llevan a cabo sólo durante la época lectiva, coincidiendo con el porcentaje de las que se hacen durante todo el año.

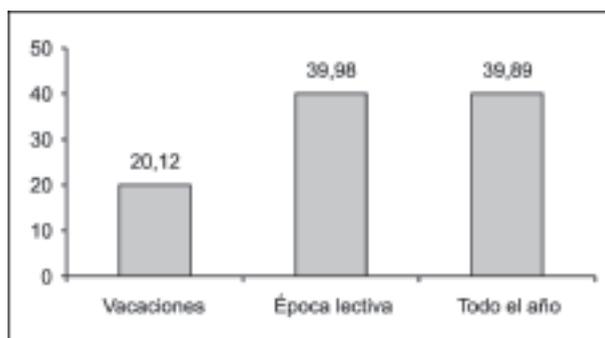


Figura 4.20. *Época del año en que se practican las actividades físico-deportivas.*

Al cotejar la frecuencia con que los universitarios riojanos practicaban actividades físico-deportivas en el pasado con la de la actualidad, se detecta que la comunidad universitaria riojana se ejercita físicamente con menor regularidad que en el pasado. El índice de práctica que se realice con una frecuencia menor a una vez por semana se ve duplicado (de 6,89% en el pasado a un 12,20% en la actualidad). En este sentido, la frecuencia actual de una vez por semana aumenta en cinco unidades porcentuales frente al pasado, mientras que disminuye en la misma proporción si hablamos de una frecuencia de práctica mayor a dos veces por semana (ver figura 4.21).

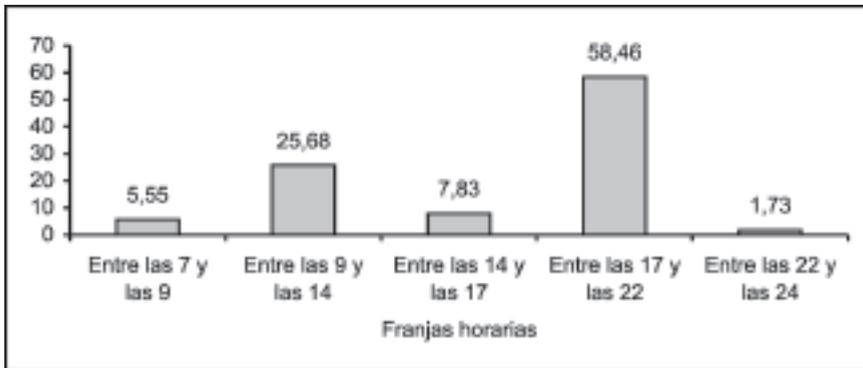


Figura 4.21. Frecuencia de práctica físico-deportiva.

Al igual que ocurriría al analizar las distintas épocas de práctica, al centrarnos en los días en que más se realizan actividades motrices de tiempo libre, los niveles de ejercitación física son mayores en los días con menos tiempo libre, los laborales (43,44%). Los fines de semana absorben un 24,31% de la actividad, mientras que el 32% restante no distingue entre días laborales y fines de semana.

Si se atiende a la jornada diaria, la mayor parte de la actividad motriz (el 58,46%) se ejecuta entre las 17 y las 22 horas, coincidiendo, en este caso, con la franja con mayor disponibilidad. No obstante, un porcentaje también elevado (25,68%) se concentra entre las 9 y las 14 horas.

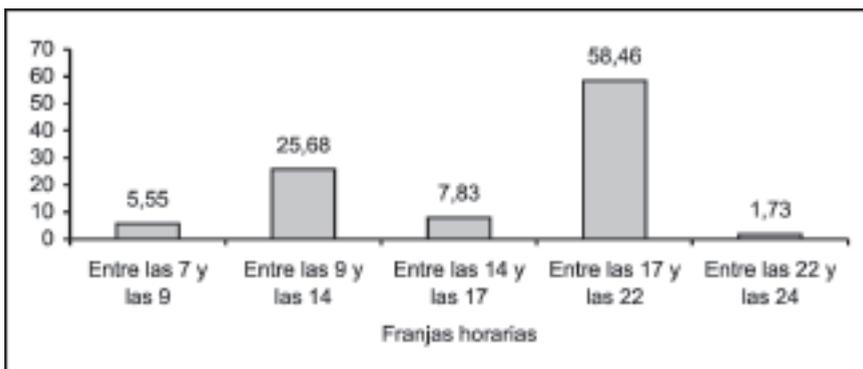


Figura 4.22. Momento del día en que se practican las actividades físico-deportivas.

#### 4. CON QUIÉN SE PRACTICA ACTIVIDAD FÍSICO-DEPORTIVA

A la hora de realizar ejercicio físico, los universitarios riojanos lo hacen principalmente en compañía de sus amigos (60,56%), aunque también lo efectúan en solitario (16,57%) o en compañía de personas que no pertenecen a sus vínculos afectivos (14,48%). A pesar de resultar escaso el índice de práctica con los familiares (8,19%), éste es mayor que el registrado en el pasado (5,53%).

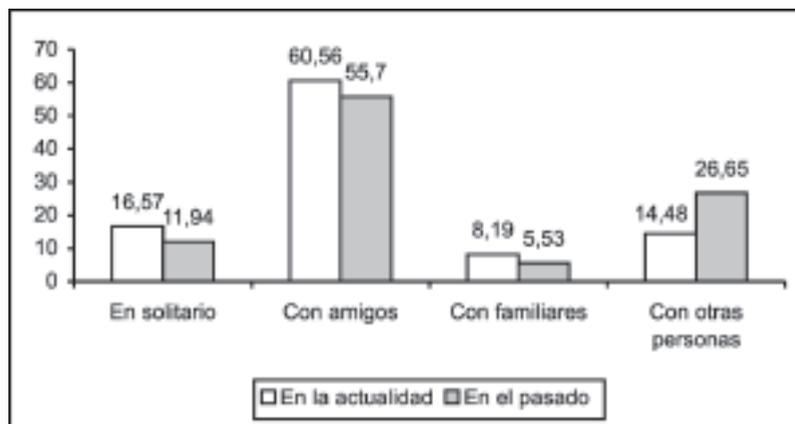


Figura 4.23. Con quién se practican las actividades físico-deportivas.

#### 5. ACTIVIDADES FÍSICO-DEPORTIVAS DESEADAS

Cuando se pregunta a la comunidad universitaria riojana sobre las actividades físico-deportivas que le gustaría efectuar si sólo dependieran de sus gustos personales, la natación resulta señalada por uno de cada tres encuestados, lo que duplica el porcentaje de quienes realmente la practican. En valores absolutos, el número de personas que afirman desear hacer esta actividad (439) quintuplica el del total de universitarios que actualmente dicen nadar (90).

El esquí (27,6%) junto con el aeróbic (27,2%) son las otras dos actividades que comparten el pódium de las más deseadas.

Las actividades de relajación (24,6%), montañismo (18,4%) y tenis (22,2%) merecen mención especial al aparecer entre las preferidas a pesar de no corresponderse con las diez más practicadas.

Fútbol sala (20,4%), fútbol 11 (19,3%), baloncesto (18,1%) y frontenis (17,9%) completan la lista de las diez más deseadas.

ACTIVIDAD	DESEADA			PRACTICADA		
	N	%	Rango	N	%	Rango
Natación	439	32,8	1	90	16,18	2
Esquí	370	27,6	2	46	8,27	10
Aeróbic	365	27,2	3	63	11,33	9
Relajación	330	24,6	4	0	0	
Tenis	298	22,2	5	34	6,11	
Fútbol Sala	273	20,4	6	76	13,66	3
Fútbol 11	258	19,3	7	135	24,28	1
Montañismo	246	18,4	8	21	3,77	
Baloncesto	242	18,1	9	68	12,23	5
Frontenis	240	17,9	10	63	11,33	8

Figura 4.24. Actividades físico-deportivas deseadas.

Al estudiar estos resultados, se constata que hay un mayor índice de deseabilidad que de práctica real de estas actividades físico-deportivas, de lo que podemos deducir, en una primera aproximación, que existen barreras que dificultan la práctica físico-deportiva.

#### 4.2.1.2.3. Descripción de los motivos en torno a la práctica físico-deportiva

Los motivos en torno a la práctica físico-deportiva se atienden desde seis indicadores diferentes: motivos de inicio, motivos de mantenimiento, motivos de abandono, motivos para no haber practicado nunca, motivos de práctica en la universidad y motivos de práctica fuera de la universidad.

## 1. MOTIVOS DE INICIO

A aquellos universitarios riojanos que señalan haber realizado en alguna ocasión actividades físico-deportivas (practican y/o han practicado) se les pide que señalen los motivos que les llevaron a iniciarse en éstas. La mayor parte (89,9%) atribuye su origen a causas hedonistas: bien *por diversión* (83,5%), bien atraídos por la *actividad* (42,4%), bien por el simple *gusto por el ejercicio* (35,7%).

El interés por la forma física y el gusto por la tarea fueron los motivos que atrajeron a casi la mitad de los practicantes actuales y/o pasados (59,7% y 56,2% respectivamente). En relación con la forma física se señalan con mayor frecuencia *estar en forma* (41,8%) y *mantener o mejorar la forma* (23,2%). En cuanto al gusto por la tarea destacan la *mejora de las habilidades físicas y técnicas* (21,9%) y *aprender cosas nuevas* (20,1%).

Uno de cada cinco se introdujo en la práctica físico-deportiva buscando reafirmar su ego, sobre todo por *el gusto por hacer cosas en las que uno es bueno* (9,9%).

Otro 20% se vio motivado por la esperanza de belleza como el hecho de *mejorar el aspecto físico* (11,9%), *mantener la línea* (10,4%) o *adelgazar* (8,3%).

A la vista de estos datos podemos afirmar que los motivos internos son los que más interfieren en el inicio físico-deportivo de los universitarios riojanos, mientras que los motivos externos parecen tener muy poca fuerza, ya que tan sólo influyen en el 12,7% de los practicantes actuales o pasados (6% por *prestigio social* y un 6,7% *influenciados por otra persona*).

Finalmente, tan sólo un 11,7% percibe que se inició en estas formas de tiempo libre para *estar en contacto con la naturaleza y el aire libre*.

MOTIVOS AGRUPADOS	%	MOTIVOS DESGLOSADOS	%
<b>Motivos hedonistas</b>	<b>89,9</b>	Por diversión	83,5
		Porque me gusta el deporte	42,4
		Me gusta hacer ejercicio	35,7
		Para competir	19,9
		Por entrenarme	12,3
<b>Motivos de forma física</b>	<b>59,7</b>	Por estar en forma	41,8
		Para evadirme y relajarme	28,4
		Para mantener o mejorar la forma	23,2
		Por los beneficios físicos y psicológicos	17,2
		Por descargar agresividad	12,2
		Por mejorar mi autoestima	7,1
<b>Motivos relacionados con la tarea</b>	<b>56,2</b>	Me permitía estar con mis amigos	23,6
		Por mejorar mis habilidades físicas y técnicas	21,9
		Por aprender cosas nuevas	20,1
		Me gustaba participar	18
		Me permitía conocer nueva gente	13,6
		Por hacer una actividad positiva	13,4
<b>Motivos relacionados con el ego</b>	<b>20,5</b>	Me gustaba hacer cosas en las que soy bueno	9,9
		Para sentir emociones	8,9
		Me gustaba demostrar mis capacidades	7,8
<b>Motivos de esperanza de belleza</b>	<b>19,8</b>	Por mejorar mi aspecto físico	11,9
		Por mantener la línea	10,4
		Por adelgazar	8,3
<b>Motivos relacionados con la naturaleza</b>	<b>11,7</b>	Por estar en contacto con la naturaleza	6,9
		Para estar al aire libre	9,7

Figura 4.25. *Motivos que llevan a iniciarse en la práctica físico-deportiva.*

## 2. MOTIVOS DE MANTENIMIENTO

Al preguntar a los que practicaban en el pasado y siguen practicando en la actualidad sobre los motivos que les llevan a seguir realizando actividades físico-deportivas, las razones hedonistas vuelven a ser las más señaladas (89,2%). Las siguen, aunque muy de lejos, los aspectos relacionados con la tarea y las relaciones sociales (43%). Los motivos de esperanza de belleza parecen influir también con fuerza en la adherencia físico-deportiva, ya que son señalados por un 40,5% de los que practican y practicaban.

MOTIVOS AGRUPADOS	%	MOTIVOS DESGLOSADOS	%
<b>Motivos hedonistas y de forma física</b>	89,2	Per diversión	33,1
		Per estar en forma	27,1
		Para esalirme y relajarme	51,2
		Porque me gusta el deporte	41,6
		Me gusta hacer ejercicio	41,2
		Para mantener o mejorar la forma	39,6
		Per los beneficios físicos y psicológicos	28,4
		Per mejorar mis habilidades físicas y técnicas	25,7
<b>Motivos relacionados con la tarea y las relaciones sociales</b>	43	Me permite conocer nueva gente	16,5
		Per entrenarme	16,3
		Me permite estar con mis amigos	15,5
		Me gusta participar	14,7
		Per hacer una actividad positiva	14,1
		Per aprender cosas nuevas	13,7
		Per pertenecer a un grupo	4,5
<b>Motivos de esperanza de belleza</b>	40,5	Per mejorar mi aspecto físico	19,4
		Per mantener la línea	18,6
		Per descargar agresividad	18
		Per mejorar mi autoestima	11,4
		Per adelgazar	11,1
<b>Motivos relacionados con el ego</b>	23	Para competir	18,4
		Me gusta hacer cosas en las que soy bueno	10,2
		Me gusta demostrar mis capacidades	8,2
		Para ganar. Para ser el mejor	4,7
<b>Motivos relacionados con la naturaleza</b>	19,1	Per estar en contacto con la naturaleza	12,4
		Para estar al aire libre	15,9
<b>Motivos de desafío</b>	15,8	Para sentir emociones	14,5
		Para buscar y correr riesgos	5,9
<b>Motivos familiares</b>	14,6	Per satisfacer a mis padres	6,1
		Porque mis familiares lo realizan	4,1
		Porque esta de moda	3,9
		Para hacer una carrera deportiva	7,1
<b>Motivos de salud</b>	3,1	Per prescripción médica	3,3

Figura 4.26. *Motivos que llevan a mantenerse en la práctica físico-deportiva.*

Tanto los aspectos relacionados con el ego como con la naturaleza motivan a uno de cada cinco a continuar practicando.

Resultan escasos los porcentajes de quienes dicen seguir practicando gracias a la familia (14,6%), al desafío (15,8%) o a la salud (3,1%).

### 3. MOTIVOS DE ABANDONO

Las principales causas de abandono físico-deportivo son las temporales (*falta de tiempo, por los estudios y horarios incompatibles con las obligaciones*), señaladas por el 80,7% de los que practicaban pero ya no lo hacen.

Cuatro de cada diez ex-practicantes señalan el bajo interés como una de las razones que les llevaron a dejar este hábito de tiempo libre frente a uno de cada tres que indica razones relacionadas directamente con la oferta físico-deportiva.

MOTIVOS AGRUPADOS	%	MOTIVOS DESGLOSADOS	%
<b>Motivos temporales</b>	<b>80,7</b>	Por falta de tiempo	73,5
		Por los estudios	39,4
		Horario incompatible con mis obligaciones	18,3
<b>Motivos de bajo interés</b>	<b>38,5</b>	Por pereza	23,43
		Porque tenía otras preferencias de TL.	16
		Por falta de interés	13,92
		Termino cansado o fatigado de la jornada laboral o de estudio	15,3
<b>Motivos relacionados con la oferta</b>	<b>17,6</b>	Por falta de hábito	8,4
		Porque dejé el centro donde estudiaba	8,1
		Porque las instalaciones están lejos	7,7
		Por falta de instalaciones	6,7

Figura 4.27. *Motivos que llevan a abandonar la práctica físico-deportiva.*

### 4. MOTIVOS DE NO HABER PRACTICADO NUNCA

Los que nunca han ejercido actividades físico-deportivas de tiempo libre aseguran no haberlo hecho fundamentalmente por factores temporales (79,9%) y por desinterés (70,8%). En el primer grupo el motivo más señalado es la *falta de tiempo*, mientras que en el segundo grupo destaca la *pereza*; ambas razones,

señaladas por un 55,2% y 51% respectivamente, son las únicas declaradas por más de la mitad de los físicamente pasivos.

Las causas conectadas con las relaciones sociales (19%), con la oferta (12,2%) y con la falta de preparación (10,5%) constituyen otras razones con peso en la inactividad de los universitarios riojanos.

En cambio, los motivos de falta de salud apenas influyen en el 2,8% de los físicamente inactivos.

MOTIVOS AGRUPADOS	%	MOTIVOS DESGLOSADOS	%
<b>Motivos temporales</b>	79,9	Por falta de tiempo	55,2
		Termino cansado	33,7
		Por los estudios	23,5
		Horario incompatible con mis obligaciones	14,7
<b>Motivos de bajo de interés</b>	70,8	Por pereza	51
		Porque tenía otras preferencias de TL	26,3
		Por falta de interés	25,5
		Por falta de habilidad	13
		Porque no me gusta hacer ejercicio físico	12,2
<b>Motivos de relación social</b>	19	No tengo con quien practicarlo	9,6
		Mis amigos no hacen	7,9
		Por falta de información	5,1
		Falta de apoyo y estímulo	4,8
<b>Motivos relacionados con la oferta</b>	12,2	Porque me resultaba caro	5,9
		Porque las instalaciones están lejos	5,1
		No se ofrecen las actividades que me interesan	4,2
		Las instalaciones estaban a menudo ocupadas y/o saturadas	3,7
<b>Motivos relacionados con la falta de preparación</b>	10,5	Falta de formación físico-deportiva	7,6
		Escasa cultura física	5,4
<b>Motivos de salud</b>	2,8	Por lesiones	2,8

Figura 4.28. *Motivos que llevan a no haber practicado nunca actividades físico-deportivas.*

##### 5. MOTIVOS POR LOS QUE SE PRACTICA EN LA UNIVERSIDAD DE LA RIOJA

El 47% de los que utilizan las instalaciones físico-deportivas universitarias para ejercitarse físicamente dice hacerlo porque las tiene muy *cerca del lugar*

*de estudio o trabajo* o incluso de su casa. Con casi seis puntos porcentuales menos encontramos que el factor económico es el segundo más influyente.

Por otro lado, el 38,2% de los usuarios de las instalaciones universitarias manifiesta verse motivado porque los *espacios son más adecuados*. Con un índice similar *la utilización de estas instalaciones por parte de los amigos*, así como los *horarios de las actividades*, se convierten en causas muy importantes a la hora de elegir los equipamientos de la Universidad de La Rioja como lugar de práctica.

MOTIVOS PARA PRACTICAR EN LA UR	% DE MUESTRA
Me pilla muy cerca del lugar de estudio/trabajo y/o casa	47
Porque me resulta más económico	40,8
Los espacios son más adecuados	38,2
Porque mis amigos practican en la universidad	37,3
Los horarios de las actividades me vienen bien	33,3
Las actividades se imparten con más calidad	10,9
Porque da más prestigio	1,3

Figura 4.29. *Motivos que llevan a la práctica físico-deportiva en la UR.*

## 6. MOTIVOS POR LOS QUE SE PRACTICA FUERA DE LA UNIVERSIDAD DE LA RIOJA

Al profundizar en los motivos que llevan a los miembros de la comunidad universitaria a emplear espacios no universitarios para la práctica físico-deportiva detectamos que la *adecuación de los aspectos espaciales* es la razón más importante, al ser señalada por el 45,8% de los que utilizan espacios deportivos no universitarios.

La *vinculación conseguida entre el practicante y la instalación deportiva* (34,4%) resulta ser razón de peso para elegir los espacios deportivos no universitarios; sin duda alguna es consecuencia de emplear esas estructuras incluso antes de pertenecer a la comunidad universitaria.

Como otro punto fuerte para elegir instalaciones fuera de la universidad se erige *la calidad de las actividades* ya que el índice de respuesta supera en 20,6 puntos porcentuales al obtenido entre quienes practican en las instalaciones universitarias.

Por el contrario, el *precio de las instalaciones* apenas influye en la decisión del 12% de los usuarios de las instalaciones no universitarias frente a un notable 40,8% que se constataba en quienes practicaban en las instalaciones universitarias.

MOTIVOS PARA PRACTICAR FUERA DE LA UR	%
Los espacios son más adecuados	45,8
Ya practicaba en estas instalaciones antes de pertenecer a la UR	34,4
Las actividades se imparten con más calidad	31,5
Me pilla muy cerca del lugar de estudio/trabajo y/o casa	30,6
Porque mis amigos practican fuera de la universidad	29,8
Los horarios de las actividades me vienen bien	29,2
Porque me resulta más económico	12
Porque da más prestigio	2,9

Figura 4.30. Motivos que llevan a la práctica físico-deportiva fuera de la UR.

Es importante destacar la *cercanía al lugar de estudio, trabajo o de residencia*, junto con el ámbito donde *practican sus amistades* y los *horarios de las actividades*, como aspectos relevantes a la hora de seleccionar dónde ejercitarse físicamente. Estas opciones son señaladas por porcentajes elevados tanto entre quienes emplean los espacios universitarios (47%, 37,3% y 33,3% respectivamente) como entre los que utilizan las áreas no universitarias (45,8%, 34,4% y 31,5% respectivamente).

#### 4.2.1.2.4. Descripción de las orientaciones de meta

Al preguntar a los practicantes actuales o pasados en qué situaciones físico-deportivas se sintieron con más éxito, los universitarios riojanos mostraron una mayor *orientación a la tarea* frente al *ego*.

De manera general, el 84,7% señaló alguna opción relacionada con orientaciones a la tarea, mientras que un 51,3% se decantó por orientaciones al ego. El 46,80% de los practicantes, actuales o pasados, señalan exclusivamente opciones relacionadas con la orientación a la tarea; el 13,37%, exclusivamente orientaciones al ego; y un 37,89%, orientaciones tanto al ego como a la tarea.

Profundizando en este último grupo, en la mitad de los sujetos (19,14% del total de practicantes actuales o pasados) la balanza se inclina a favor de las orientaciones a la tarea, mientras que en un 10% se mantiene un equilibrio entre la tarea y el ego. En el 8,7% restante dominan las orientaciones al ego.

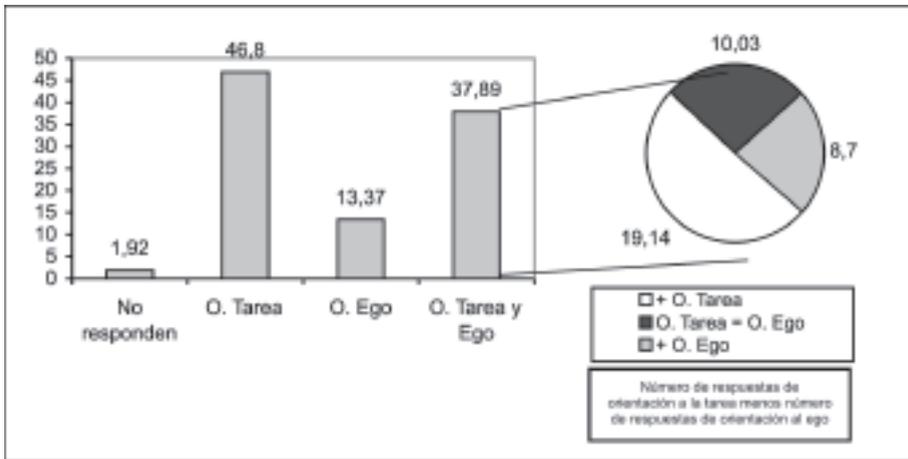


Figura 4.31. Orientaciones de meta ante la práctica físico-deportiva.

#### 4.2.2. Análisis inferencial bivariado

En este apartado se analizan las relaciones entre pares de variables tratando de descubrir la asociación entre las variaciones de sus valores.

Siguiendo a Díaz de Rada (1999: 168) y Hernández Blázquez (2001: 173) la relación bivalente debe ser cuantificada a través de los siguientes indicadores:

- La existencia o no de asociación significativa entre ambas variables
- La fuerza de la asociación
- Sentido de la asociación: positiva o negativa (sólo para variables intervállicas u ordinales)
- Naturaleza de la asociación: ascendente o descendente.

Para tal fin se emplean las tablas de contingencia estudiando los siguientes estadísticos:

Para variables métricas de intervalo o de razón consideraremos el coeficiente de Correlación Lineal de Pearson que puede oscilar entre  $-1$  y  $+1$ : el valor  $0$  indica la no existencia de relación; el valor  $+1$ , una relación directa importantísima; y el valor  $-1$ , una relación indirecta muy fuerte.

Para el análisis de las variables ordinales se utilizará la D de Somers, medida asimétrica que elimina la influencia de los pares empatados en la variable dependiente y nos indica la *reducción proporcional en el error cometido al predecir el ordenamiento de los casos de una variable mediante el conocimiento de la*

---

*ordenación de los casos en otra variable* (Díaz de Rada, 1999: 192). Sus valores oscilan entre  $-1$  y  $+1$ , donde el valor  $0$  muestra la no existencia de relación y el valor absoluto  $|1|$  la máxima relación. El signo señala el sentido de la asociación; así que el signo negativo muestra una relación inversa entre variables y el signo positivo una relación directa.

Al tratar variables nominales recurriremos al estadístico  $V$  de Cramer; su rango va de  $0$  a  $1$  e indica la existencia y fuerza de la relación.

En cualquier caso se desprecian las asociaciones cuyo estadístico alcance un valor absoluto inferior a  $0,20$ . Si los coeficientes se encuentran entre  $0,20$  y  $0,40$ , se considerarán asociaciones bajas; entre  $0,40$  y  $0,60$ , moderadas; entre  $0,60$  y  $0,80$ , altas; y entre  $0,80$  y  $1$ , muy altas.

En aquellos pares de variables en que se constate la existencia de asociación estadísticamente significativa (nivel de significatividad inferior a  $0,05$ ), se desarrollará un análisis inferencial bivalente de contrastes, con el fin de verificar si las diferencias detectadas entre dos muestras ante una misma propiedad o variable resultan o no significativas.

Para los contrastes estadísticos se emplea la inferencia de proporciones poblacional que analiza las diferencias existentes entre parejas de categorías, permitiéndonos examinar si el porcentaje de una categoría es significativamente diferente (mayor o menor) que el de otra categoría.

Como señala Sánchez Carrión (1992: 36-37), *la diferencia de proporciones poblacional es igual a la diferencia en las muestras, más un error muestral*.

A lo largo de esta investigación se calcularán inferencias de proporciones poblacionales para intervalos de confianza del  $95\%$ .

El resultado será un intervalo comprendido entre dos límites; si en este intervalo no está comprendido el valor " $0$ ", la diferencia se revelará estadísticamente significativa.

Para una mejor sistematización de este análisis, se establecen diferentes partes coincidentes con los distintos bloques de variables considerados a lo largo de todo el estudio.

Así, en un primer apartado se ofrecen los análisis bivariantes relacional y de contrastes de las setenta y dos variables independientes entre sí (quince de identificación y cincuenta y siete intervinientes); en segundo lugar se analizan las relaciones y diferencias de las variables dependientes entre sí y, por último, se obtienen los niveles de asociación y de contrastes de las variables dependientes con las independientes.

#### 4.2.2.1. *Análisis inferencial de las variables independientes entre sí*

Los análisis inferenciales de las setenta y dos variables independientes serán presentados de la siguiente forma:

En un primer apartado se analizarán las relaciones y contrastes de las quince variables independientes de identificación entre sí.

En un segundo apartado se presenta el análisis inferencial bivariado de las cincuenta y siete variables independientes intervinientes relativas al tiempo libre.

Por último, un tercer apartado muestra las relaciones y contrastes de las variables independientes de identificación con las intervinientes.

Algunas tablas correspondientes a ciertos pares de variables del estudio serán sustituidas, cuando la comprensión de los comentarios lo requiera, por otras más sencillas o por gráficos.

##### 4.2.2.1.1. *Análisis inferencial de las variables independientes de identificación entre sí*

De entre las quince variables independientes de identificación se ha obtenido un total de doce asociaciones estadísticamente significativas que se distribuyen de la siguiente manera:

El *sexo* se asocia con la *titulación* que se estudia.

La *edad* lo hace, como era de esperar, con el *estado civil*, el *colectivo* universitario y la *antigüedad en la Universidad de La Rioja*.

El *estado civil*, por su parte, se relaciona significativamente con la *edad*, el *colectivo* universitario, el *departamento* y la *antigüedad en la UR*.

En la misma línea, el *colectivo* universitario se encuentra asociado a la *edad*, *estado civil* y *antigüedad en la universidad*.

El *lugar de procedencia* lo hace con la *titulación* a estudiar, así como con el *lugar de residencia*, tanto en días laborales como en fines de semana y en vacaciones.

Los mayores valores de asociación los recibe la variable *lugar de procedencia* con el *lugar de residencia en fines de semana* (0,796) y *en vacaciones* (0,656) y la variable *antigüedad en la UR* con la *edad* (0,619) y el *estado civil* (0,619).

En general, el nivel de asociación es moderado alto; se muestra bajo entre *estado civil* y *edad* (0,362), *estado civil* y *colectivo* (0,362), así como entre *colectivo* y *antigüedad* (0,309) y entre *titulación* y *lugar de procedencia* (0,235).

En estos pares de variables asociados significativamente se desciende al análisis inferencial de contrastes con el fin de analizar las diferencias existentes entre las categorías de una de las variables de cada par ante el comportamiento de la otra variable; lo que nos permite examinar si los valores porcentuales de cada categoría son significativamente diferentes (mayores o menores) de los de las otras categorías.

#### DIFERENCIAS POR SEXO

Comenzando por el par formado entre las variables *sexo* y *titulación*, en la figura 4.32 se aprecian titulaciones, que son cursadas por un porcentaje significativamente mayor de mujeres; estas son Enfermería, Maestro especialista en Educación Infantil, Trabajo Social, Filología Inglesa, Química y Maestro especialista en Educación Musical y Lengua Extranjera.

Del mismo modo, encontramos titulaciones en las que el alumnado está formado predominantemente por hombres; este es el caso de las Ingenierías Industrial y Técnicas en Mecánica, Electrónica, Electricidad e Informática de Gestión.

En el resto de titulaciones no se observan diferencias significativas entre ambos sexos.



## DIFERENCIAS POR EDAD

Atendiendo a la variable *edad* y comparando las medias por *estado civil*, se detectan diferencias significativas ( $p < 0,05$ ) entre solteros y casados. Como era de esperar, los solteros, con una media de  $22,46 \pm 3,47$  años, son significativamente más jóvenes que los casados ( $38,29 \pm 9,16$  años de media).

Así mismo, los estudiantes representan el sector más joven, ya que el 99,3% de sus miembros son menores de 30 años, frente al 42,7% del personal docente e investigador (intervalo<sub>alum-PDI</sub>: 66,88; 46,31) y el 50% del personal de administración y servicios (intervalo<sub>alum-PAS</sub>: 63,45; 35,14). Entre el PDI y el PAS no se detectan diferencias estadísticamente significativas en ninguna de las categorías de edad.

Los universitarios riojanos mayores de 45 años son los que más años llevan formando parte de la comunidad universitaria riojana; le siguen aquellos con edades comprendidas entre los 30 y los 45 años, mientras que los menores de 30 años constituyen el colectivo de más reciente incorporación (figura 4.33).

ANTIGÜEDAD EN LAUR	PORCENTAJE			Intervalo entre < 30 y entre 30 y 45	Intervalo entre < 30 y > 45	Intervalo entre 30 y 45 y > 45
	< de 30 años	Entre 30 y 45 años	> de 45 años			
Menos de 1 año	20,4%	4,3%	8%	21,37; 16,82	22,62; 18,17	9,88; -6,48
Entre 2 y 3 años	61,3%	27,5%	11,4%	44,87; 22,87	84,99; 26,58	33,34; -9,54
Entre 5 y 10 años	18,1%	39,1%	21,1%	-9,29; -32,76	17,18; -27,18	48,90; -8,98
Más de 10 años	8,1%	29%	61,5%	-18,39; -38,89	-21,98; -46,89	-4,35; -60,14
TOTAL	100%	100%	100%			

Figura 4.33. Análisis inferencial de contrastes entre edad y antigüedad.

## DIFERENCIAS POR ESTADO CIVIL

Adentrándonos en el estado civil, el índice de alumnos solteros se manifiesta significativamente superior al del PDI ( $p_{\text{alum}} = 98,3\%$  y  $p_{\text{PDI}} = 60,7\%$ , intervalo: 47,77; 27,42) y PAS ( $p_{\text{alum}} = 98,3\%$  y  $p_{\text{PAS}} = 70,8\%$ , intervalo: 40,38; 14,61). Por el contrario, entre los casados destaca significativamente el personal universitario (PDI [ $p_{\text{alum}} = 0,9\%$  y  $p_{\text{PDI}} = 36\%$ , intervalo: -25,11; -45,08] y PAS [ $p_{\text{alum}} = 0,9\%$  y  $p_{\text{PAS}} = 27,1\%$ , intervalo: -13,61; -38,78]) sobre el alumnado. Los índices de divorciados o separados son mínimos en los tres colectivos sin que existan diferencias significativas.

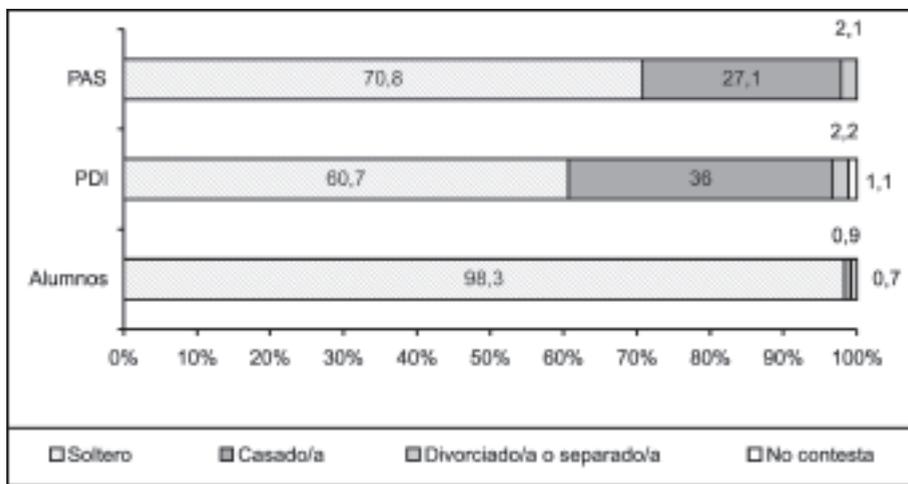


Figura 4.34. Distribución de la población universitaria riojana en función del colectivo y estado civil.

Los departamentos de Agricultura y Alimentación, Matemáticas y Computación y Ciencias Humanas y Sociales están compuestos fundamentalmente por profesores solteros y divorciados o separados, mientras que entre los del departamento de Filologías Hispánica y Clásicas dominan los solteros sobre los casados y divorciados o separados. Así mismo, en los departamentos de Derecho, Ingeniería Eléctrica e Ingeniería Mecánica el porcentaje de profesores e investigadores solteros es significativamente superior al de divorciados o separados.

Para el resto de titulaciones no se observan diferencias estadísticamente significativas para la variable estado civil.

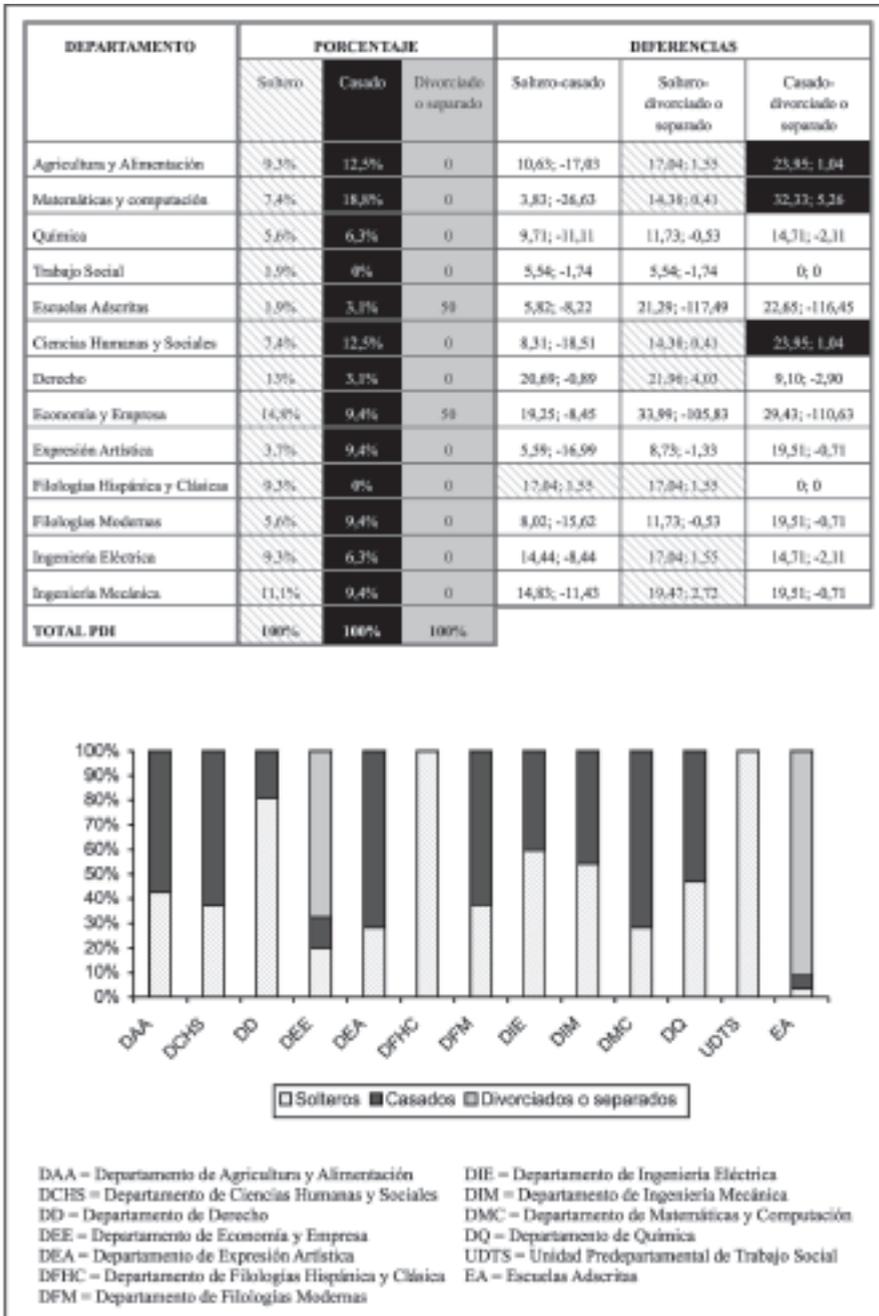


Figura 4.35. Distribución del profesorado por departamentos y estado civil.

Los casados llevan más años perteneciendo a la Universidad de La Rioja que los solteros, tal y como nos muestra la figura 4.36. Del mismo modo, el índice de divorciados o separados que pertenecen a la UR desde hace más de diez años es significativamente mayor que el de solteros; no encontramos diferencias significativas entre casados y divorciados en este tramo de antigüedad.

Por el contrario, el porcentaje de solteros que se han incorporado a esta comunidad en los últimos cinco años supera significativamente al de casados y divorciados o separados; a su vez, los casados superan a los divorciados o separados.

ANTIGÜEDAD EN LAUR	PORCENTAJE			Intervalo entre solteros y casados	Intervalo entre solteros y divorciados o separados	Intervalo entre casados y divorciados o separados
	Solteros	Casados	Divorciados o separados			
Menos de 1 año	19,82%	7,1%	0%	19,72; 9,84	22,01; 17,62	13,83; 0,57
Entre 2 y 5 años	68,81%	33,2%	50%	-48,48; 26,23	99,88; -38,36	33,41; -77,03
Entre 5 y 10 años	18,89%	32,1%	0%	-8,88; -35,71	20,94; 35,05	-44,32; 19,87
Más de 10 años	0,59%	37,5%	50%	-24,26; -49,83	-8,44; -68,45	38,11; -63,11
TOTAL	100%	100%	100%			

Figura 4.36. Distribución de la población universitaria riojana en función de la antigüedad en la UR y estado civil.

#### DIFERENCIAS POR COLECTIVO

Respecto a la variable laboral o educativa *antigüedad en la Universidad de La Rioja*, se observa que el alumnado pertenece a la población universitaria desde hace menos años que el personal universitario. Mientras que el 61,5% de los estudiantes llevan formando parte de esta comunidad entre dos y cinco años, tan sólo el 15,7% del PDI (intervalo<sub>alum-PDI</sub>: 36,97; 16,42) y el 12,5% del PAS (intervalo<sub>alum-PAS</sub>: 32,00; 3,39) señalan esa categoría de antigüedad.

Ambos grupos de personal universitario no presentan diferencias significativas ante ninguna de las categorías de la presente variable.

#### DIFERENCIAS POR LUGAR DE PROCEDENCIA

Al estudiar las diferencias significativas del *lugar de procedencia* en cuanto a la titulación estudiada se detectan dos titulaciones en las que dominan los estudiantes procedentes de fuera de La Rioja; estas son Ingeniería Técnica Industrial en Electricidad y Maestro especialista en Educación Física. Por el contrario, en las Ingenierías Técnicas en Mecánica e Informática de Gestión, así como en Administración y Dirección de Empresas, los índices de alumnos procedentes de Logroño superan significativamente tanto a los del resto de riojanos como a los de procedencia no riojana. Por su parte, tan sólo Empresariales supone la titula-

ción estudiada en mayor medida por alumnos de la provincia riojana que por los de Logroño capital o de otra Comunidad Autónoma.

Titulaciones como Enología, Ingeniería Técnica en Electrónica Industrial e Ingeniería Industrial son más cursadas en la UR por personas de la capital riojana que del resto de la provincia. En cambio, estos últimos se decantan en mayor medida que los de Logroño por Filología Inglesa. Finalmente, son más los procedentes de la provincia que los de otras Comunidades Autónomas los que estudian Relaciones Laborales en la universidad riojana.

El resto de titulaciones presenta una matrícula equilibrada entre logroñeses, resto de riojanos y no riojanos.

TITULACIÓN	PORCENTAJE			DIFERENCIAS		
	Logroño	Resto de La Rioja	Otra Comunidad Autónoma	Logroño-Resto de La Rioja	Logroño-otra Comunidad Autónoma	Resto de La Rioja-otra Comunidad Autónoma
Empresariales	9,4%	17,6%	7,4%	-3,48; -12,90	6,88; -0,31	16,30; 4,09
Enfermería	4%	5,8%	5,2%	1,14; -4,74	2,79; -5,19	5,15; -3,95
Relaciones Laborales	3,7%	5,4%	1,5%	1,14; -4,54	4,65; -0,25	7,13; 0,66
Trabajo Social	4%	2,2%	1,5%	3,94; -0,34	2,79; -5,19	1,08; -7,08
Turismo	0,5%	1%	0%	0,71; -1,71	1,00; -0,00	2,10; -0,10
Ingeniería Industrial	3,4%	1,3%	3,7%	3,00; 0,29	3,13; -3,73	1,02; -5,82
ITA Biotecnología	3,7%	5,4%	7,4%	0,70; -8,69	0,49; -8,69	3,07; -7,07
ITA Industrias Agrarias	5,8%	7%	8,1%	2,08; -4,48	2,59; -7,19	4,30; -6,50
ITI Electricidad	2,5%	1,9%	8,1%	2,47; -1,27	-0,86; -10,33	-1,35; -11,04
ITI Electrónica	7,8%	4,3%	5,2%	6,28; 0,31	6,80; -1,60	3,69; -5,09
ITI Mecánica	9,3%	4,2%	3%	8,13; 2,06	9,84; 2,75	4,83; -2,43
IT Informática Gestión	2,4%	0,8%	0%	3,18; 0,41	3,49; 1,30	1,45; -0,25
LADE	10,2%	6,4%	3%	7,26; 0,32	10,79; 3,60	7,35; -0,55
Derecho	8,3%	7,3%	5,9%	4,48; -2,48	6,83; -2,03	6,30; -3,50
Enología	2%	0%	3%	2,09; 1,00	2,04; -4,04	2,26; -4,26
Filología Hispánica	1,2%	1,9%	2,2%	1; -2,40	1,59; -3,59	1,75; -3,75
Filología Inglesa	1,5%	4,8%	3,7%	-0,77; -5,82	1,10; -5,50	5,06; -2,86
Humanidades	2,8%	1,8%	3%	2,79; -5,19	2,69; -3,49	1,79; -4,59
Matemáticas	2,3%	1%	2,2%	2,83; -0,23	2,79; -2,59	1,50; -3,90
Química	5,25%	6,4%	4,4%	1,94; -4,34	4,60; -3,00	6,39; -2,39
Máster Educativo Física	2,8%	3,2%	11,1%	1,87; -2,67	-2,87; -13,72	-2,25; -13,54
Máster Educativo Infantil	3,4%	3,2%	2,2%	2,53; -2,13	3,99; -1,59	4,15; -2,15
Máster Educativo Musical	1,8%	3,2%	1,5%	0,54; -3,74	2,33; -2,13	4,52; -1,12
Máster Leng. Extranj.	2,7%	4,3%	2,9%	1,20; -3,60	3,12; -2,32	4,85; -1,65
<b>TOTAL ALUMNOS</b>	<b>100%</b>	<b>100%</b>	<b>100%</b>			

Figura 4.37. Distribución del alumnado por titulación y lugar de procedencia.

El 99,9% de los universitarios procedentes de la capital riojana vive en Logroño entre semana, por lo que superan significativamente los índices de residencia en Logroño de quienes proceden del resto de la provincia ( $p_{\text{resto Rioja}}$ : 51,5% intervalo: 53,82; 42,97) y de los procedentes de otras Comunidades Autónomas ( $p_{\text{otra CCAA}}$ : 66% intervalo: 41,56; 26,23). A su vez, el porcentaje de residencia en Logroño de estos últimos es significativamente mayor al de los universitarios provinciales (intervalo: -5,11; -23,88).

RESIDENCIA EN LOGROÑO	PROCEDENTES DE			Intervalo entre Logroño y La Rioja	Intervalo entre Logroño y otra CCAA	Intervalo entre La Rioja y otra CCAA
	Logroño	La Rioja	Otra Comunidad Autónoma			
Días Laborales	99,9%	51,5%	66%	53,82; 42,97	41,56; 26,23	-5,11; -23,88
Fines de Semana	87,8%	1,8%	20,4%	88,41; 83,24	74,26; 60,55	-11,82; -25,27
Vacaciones	65,4%	2,1%	8,3%	69,78; 82,83	68,71; 56,48	-0,34; -8,85
TOTAL	100%	100%	100%			

Figura 4.38. Análisis inferencial de contrastes entre el lugar de procedencia y el lugar de residencia en días laborales, fines de semana y vacaciones.

Gran parte de los universitarios procedentes de fuera de la capital riojana regresan a sus casas durante los fines de semana, por lo que en estos días los de Logroño son los que más permanecen en esta localidad (el 87,8%), seguidos de los que proceden de otra Comunidad Autónoma (el 20,4%). De esta forma, los que proceden del resto de la provincia son los que menos se quedan durante el fin de semana en la capital riojana (el 1,8%).

Así mismo los logroñeses son los que menos abandonan Logroño durante las vacaciones, seguidos por los de otras provincias; el resto de riojanos constituye el grupo de los que menos permanecen en la capital durante sus vacaciones.

#### 4.2.2.1.2. Análisis inferencial de las variables independientes intervinientes entre sí

Al relacionar entre sí las variables independientes intervinientes, referidas al tiempo libre y ocio, se desprenden sesenta relaciones estadísticamente significativas: veinticuatro entre las variables de cantidad y percepción de tiempo libre; ocho entre la ocupación real de tiempo libre; quince entre la ocupación deseada de tiempo libre; y trece al relacionar las variables de ocupación real con las de ocupación deseada.

#### CANTIDAD Y PERCEPCIÓN DE TIEMPO LIBRE

En las relaciones bivariadas entre las variables de cantidad y percepción de tiempo libre, se aprecia que todas son estadísticamente significativas, a excep-

ción de la unión de la percepción de tiempo libre en días laborales con la cantidad de tiempo libre en sábados, domingos y festivos y vacaciones, así como de la pareja formada por la percepción de tiempo libre en vacaciones y la cantidad de tiempo libre en días laborales.

De estas veinticuatro relaciones significativas, tan sólo dos de ellas muestran un nivel de asociación alto; se trata de los pares formados por la cantidad de tiempo libre en sábados con la cantidad de tiempo libre en domingos y festivos (0,710) y la percepción de tiempo libre en sábados con la percepción de tiempo libre en domingos y festivos (0,725). El resto ofrece un valor bajo (doce asociaciones) o moderado (diez relaciones).

El análisis inferencial de contrastes señala relaciones directas en todos los casos, con lo que se verifica que a mayor cantidad de tiempo libre en un período temporal (días laborales, sábados, domingos y festivos incluso vacaciones), mayor cantidad de tiempo libre en el resto de períodos, y mayor percepción del tiempo libre tanto en sábados, domingos y festivos. Del mismo modo, a mayor percepción de tiempo libre en cualquier período temporal, mayor percepción para el resto de períodos.

En cambio, la inexistencia de relación entre la cantidad de tiempo libre en días laborales y la percepción de tiempo libre en vacaciones, así como entre la cantidad de tiempo libre tanto en sábados como en domingos y festivos o en vacaciones y la percepción de tiempo libre en días laborales, hace suponer que nos encontramos ante períodos en los que se puede percibir gran cantidad de tiempo libre y, sin embargo, disponer de poco en los otros períodos y viceversa, lo que no quiere decir que siempre ocurra.

#### OCUPACIÓN REAL DE TIEMPO LIBRE

Al relacionar entre sí los trece factores de ocupación real de tiempo libre tan sólo se detectan ocho asociaciones bivariadas significativas, todas ellas con un nivel bajo, y se distribuyen de la siguiente manera (figura 4.39):

La ocupación real en *estar con los amigos* se asocia significativamente con las *actividades culturales de primer orden* (0,260) y con las *nuevas tecnologías* (0,249).

Las *nuevas tecnologías* lo hacen con los *juegos de mesa y salón* (0,217) y con las *actividades culturales de primer orden* (0,299).

Las *actividades culturales de primer orden*, a su vez, se relacionan con las *actividades culturales de segundo orden* (0,218) y con *ir de tiendas* (0,237).

En la misma línea actúa el *estar con la familia*.

Las *actividades físicas*, así como *salir con la pareja*, *tocar instrumentos musicales*, *realizar trabajos manuales*, las *actividades solidarias* y las *activida-*

*des culturales de tercer orden*, no constituyen ninguna relación significativa con ninguna otra actividad de tiempo libre practicada.



Figura 4.39. Análisis relacional entre las ocupaciones reales de tiempo libre.

Profundizando en el análisis inferencial de contrastes para cada par relacionado se observa lo siguiente:

Aquellos que dedican parte de su tiempo libre a *estar con los amigos* participan en *actividades culturales de primer orden*, así como en prácticas relacionadas con las *nuevas tecnologías*, en mayor medida que los que no suelen estar con las amistades.

OCUPACIÓN REAL	ESTAR CON AMIGOS		Intervalo entre Sí y No
	Sí	No	
Actividades Culturales de 1º orden	79,5%	50,6%	35,44; 22,35
Nuevas Tecnologías	73,5%	44%	36,09; 22,90

Figura 4.40. Análisis inferencial de contrastes de la ocupación real en estar con los amigos ante las ocupaciones reales en actividades culturales de primer orden y nuevas tecnologías.

Del mismo modo, los índices de ocupación en *nuevas tecnologías*, en *actividades culturales de segundo orden* y en *ir de tiendas* son significativamente superiores entre los universitarios riojanos que invierten parte de su tiempo libre en *actividades culturales de primer orden*.

OCUPACIÓN REAL	ACTIVIDADES CULTURALES 1 <sup>er</sup> ORDEN		Intervalo entre Sí y No
	Sí	No	
Nuevas Tecnologías	76,1%	44,3%	37,64; 25,93
Actividades Culturales de 2 <sup>o</sup> orden	44%	20%	29,26; 18,79
Ir de Tiendas	38,3%	13,1%	29,85; 20,54

Figura 4.41. Análisis inferencial de contrastes de la ocupación real en actividades culturales de primer orden ante las ocupaciones reales en nuevas tecnologías, actividades culturales de segundo orden e ir de tiendas.

Por su parte, los que declaran realizar actividades relacionadas con las *nuevas tecnologías* señalan con mayor frecuencia participar en *juegos de mesa y salón*.

OCUPACIÓN REAL	NUEVAS TECNOLOGÍAS		Intervalo entre Sí y No
	Sí	No	
Juegos de Mesa y Salón	28%	8,8%	23,15; 15,24

Figura 4.42. Análisis inferencial de contrastes de la ocupación real en nuevas tecnologías ante la ocupación real en juegos de mesa y salón.

Finalmente, aquellos que dedican parte de su tiempo a *estar con los familiares* invierten más tiempo libre en *actividades culturales de segundo orden*, así como a *ir de tiendas*, que los que no suelen quedar con la familia.

OCUPACIÓN REAL	ESTAR CON LA FAMILIA		Intervalo entre Sí y No
	Sí	No	
Actividades Culturales de 2 <sup>o</sup> orden	46,8%	26,6%	25,23; 15,15
Ir de Tiendas	40,2%	21,2%	23,81; 14,18

Figura 4.43. Análisis inferencial de contrastes de la ocupación real en estar con la familia ante las ocupaciones reales en actividades culturales de segundo orden e ir de tiendas.

#### OCUPACIÓN DESEADA DE TIEMPO LIBRE

Con respecto a las actividades en las que a la comunidad universitaria riojana le gustaría invertir su tiempo libre, existen quince relaciones significativas bivariadas, todas ellas con niveles de asociación bajos.

Por su parte, la ocupación deseada *estar con los amigos* se asocia significativamente con otras cinco ocupaciones deseadas: *actividades culturales de pri-*

mer orden (0,271), nuevas tecnologías (0,305), estar con la familia (0,360), actividades físicas (0,202) y juegos de mesa y salón (0,203).

Las actividades culturales de primer orden muestran relación estadísticamente significativa, al mismo tiempo que con el deseo de estar con los amigos, con las nuevas tecnologías (0,310), estar con la familia (0,223), actividades culturales de segundo orden (0,201), ir de tiendas (0,232) y juegos de mesa y salón (0,201).

Las nuevas tecnologías también lo hacen con estar con la familia (0,243), ir de tiendas (0,277) y juegos de mesa y salón (0,324).

Finalmente, la ocupación deseada en trabajos manuales se asocia significativamente al deseo de realizar, por un lado, actividades solidarias (0,261) y, por otro, actividades culturales de tercer orden (0,216).

Las actividades deseadas de salir con la pareja y tocar instrumentos son las únicas que no muestran relación significativa con otras ocupaciones deseadas.

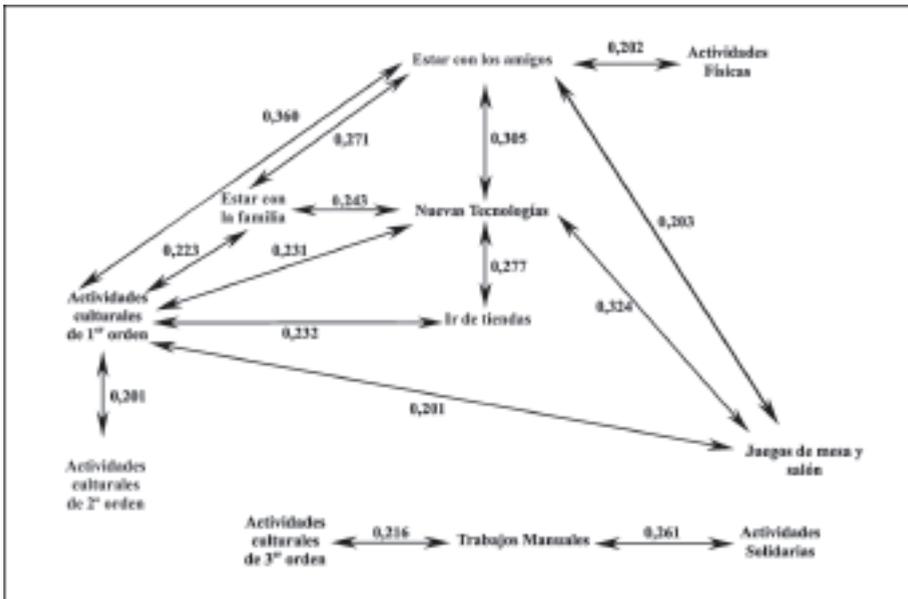


Figura 4.44. Análisis relacional entre las ocupaciones deseadas de tiempo libre.

El análisis inferencial de contrastes pone de relieve el sentido directo de todas las relaciones observadas entre las ocupaciones deseadas de tiempo libre. En este sentido, a mayor deseo de una de las variables de cada par relacionado, mayor interés por la otra variable.

Aquellos que quieren *estar con los amigos* desean ocupar su tiempo libre, en mayor medida que los que no gustan de reunirse con las amistades, en *actividades culturales de primer orden*, así como en *prácticas relacionadas con las nuevas tecnologías, estar con la familia, actividades físicas y juegos de mesa y salón*.

OCUPACIÓN DESEADA	ESTAR CON AMIGOS		Intervalo entre Sí y No
	Sí	No	
Actividades Culturales de 1º orden	75,7%	47,2%	34,31; 22,68
Nuevas Tecnologías	50,5%	16,7%	38,74; 28,83
Estar con la Familia	59,7%	18,0%	45,66; 35,53
Actividades Físicas	60,2%	37,5%	28,56; 16,83
Juegos de Mesa y Salón	22,1%	4,7%	20,79; 14,00

Figura 4.45. *Análisis inferencial de contrastes de la ocupación deseada en estar con amigos ante otras ocupaciones deseadas.*

Por su parte, los índices de ocupación deseada en nuevas tecnologías, estar con la familia, actividades culturales de segundo orden, ir de tiendas y juegos de mesa y salón son significativamente superiores entre los universitarios riojanos que desean invertir parte de su tiempo libre en actividades culturales de primer orden.

OCUPACIÓN DESEADA	ACTIVIDADES CULTURALES 1º ORDEN		Intervalo entre Sí y No
	Sí	No	
Nuevas Tecnologías	51,9%	19,2%	37,74; 27,75
Estar con la Familia	55,9%	32%	29,36; 18,43
Actividades Culturales de 2º orden	69%	44,9%	26,72; 15,47
Ir de Tiendas	34,9%	12,6%	26,71; 17,88
Juegos de Mesa y Salón	22,7%	6,3%	19,96; 12,83

Figura 4.46. *Análisis inferencial de contrastes de la ocupación deseada en actividades culturales de primer orden ante otras ocupaciones deseadas.*

Así mismo, los que aseguran que les agrada realizar actividades relacionadas con las nuevas tecnologías señalan con mayor frecuencia el deseo de estar con la familia, ir de tiendas y participar en juegos de mesa y salón.

OCUPACIÓN REAL	NUEVAS TECNOLOGÍAS		Intervalo entre Sí y No
	Sí	No	
Estar con la Familia	62,7%	38,1%	29,86; 19,33
Ir de Tiendas	42,5%	57,5%	30,09; 29,30
Juegos de Mesa y Salón	32,1%	7,1%	29,27; 29,72

Figura 4.47. Análisis inferencial de contrastes de la ocupación deseada en nuevas tecnologías ante otras ocupaciones deseadas.

Finalmente, tanto las actividades solidarias como las culturales de tercer orden son más deseadas por quienes se sienten atraídos por realizar trabajos manuales en su tiempo libre.

OCUPACIÓN REAL	TRABAJOS MANUALES		Intervalo entre Sí y No
	Sí	No	
Actividades Solidarias	38,4%	16,5%	36,56; 29,43
Actividades Culturales de 3º orden	24,3%	5,9%	25,68; 11,51

Figura 4.48. Análisis inferencial de contrastes de la ocupación deseada en trabajos manuales ante otras ocupaciones deseadas.

#### OCUPACIÓN REAL Y OCUPACIÓN DESEADA DE TIEMPO LIBRE

Al cruzar la ocupación real con la ocupación deseada, tan sólo se constata la existencia de relación significativa entre la práctica real y deseada de cada forma de tiempo libre analizada, lo que supone un total de trece asociaciones, una por cada tipo de actividad. En general el nivel de asociación es moderado (0,40-0,60); destacan los valores obtenidos entre la ocupación real y deseada en *estar con la familia* (0,609) y entre la ocupación real y deseada en *salir con la pareja* (0,616); ambos alcanzan un nivel alto.

TIPOS DE ACTIVIDADES DE TIEMPO LIBRE	OCUPACIÓN DESEADA	OCUPACIÓN REAL		Intervalo entre Si y No
		Si	No	
Estar con los amigos	Si	83,5%	29,7%	59,78; 47,81
Actividades Culturales de 1º orden	Si	79,1%	38,9%	47,85; 36,54
Nuevas Tecnologías	Si	55,4%	12%	47,85; 38,94
Estar con la Familia	Si	75,6%	34,4%	65,37; 57,02
Salir con la Pareja	Si	83,7%	26,4%	65,10; 56,69
Actividades Físicas	Si	72,3%	41,2%	36,17; 26,02
Actividades Culturales de 2º orden	Si	83,8%	44,4%	44,05; 34,74
Ir de Tiendas	Si	64,7%	30,0%	59,06; 49,13
Juegos de mesa y salón	Si	58,6%	6%	58,42; 46,77
Tocar instrumentos musicales	Si	76,7%	9,5%	34,57; 59,82
Trabajos manuales	Si	61,2%	7,6%	64,06; 43,13
Actividades Solidarias	Si	70,5%	9,9%	70,85; 50,34
Actividades Culturales de 3º orden	Si	52,3%	5,6%	58,90; 34,49

Figura 4.49. Análisis inferencial de contrastes de cada ocupación real con su ocupación deseada.

Los comportamientos de las variables que componen las relaciones encontradas parecen, en cierta medida, lógicas. Entre los que desean cada tipo de actividad de tiempo libre descuella significativamente el índice de quienes ocupan parte de su tiempo libre en dicha práctica frente a los que no (figura 4.49).

#### 4.2.2.1.3. Análisis inferencial entre las variables independientes de identificación y las variables independientes intervinientes

Entre las variables independientes de identificación y las intervinientes se encuentra un total de dieciséis relaciones significativas, la mayoría de las cuales se sitúa en niveles bajos (0,20-0,40); destacan únicamente con niveles moderados dos cruces: entre la ocupación de tiempo libre real en *nuevas tecnologías* y el *departamento* al que se pertenece (0,504) y entre la ocupación real en *ir de tiendas* y el *sexo* (0,402).

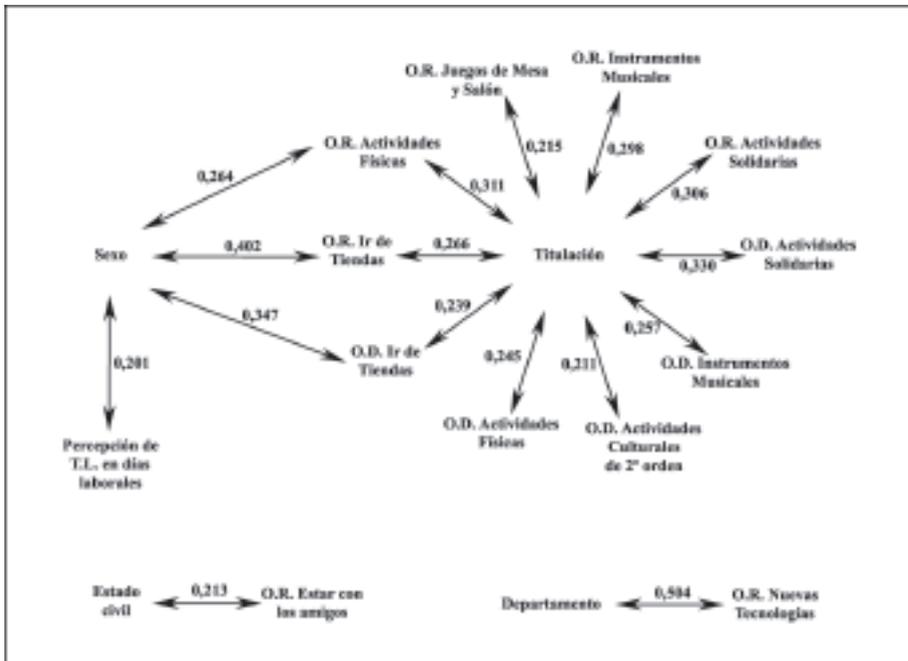


Figura 4.50. Análisis relacional entre las variables independientes de identificación y las intervinientes.

A continuación nos detenemos en cada una de estas asociaciones analizando las diferencias sufridas por las variables intervinientes ante los cambios producidos en la variable de identificación con que se relaciona.

La percepción que el universitario tiene sobre su tiempo libre en días laborales se asocia con el sexo (0,201). Los hombres perciben disfrutar de suficiente o mucho tiempo libre en mayor medida que las mujeres ( $p_H = 36,8\%$  y  $p_M = 19,8\%$ , intervalo: 21,76; 12,23). Por el contrario, ellas perciben, con mayor frecuencia que ellos ( $p_H = 47,3\%$  y  $p_M = 63,1\%$ , intervalo: -10,53; -21,06), disponer de poco o muy poco tiempo libre.

En cuanto a las actividades empleadas por la población universitaria riojana para ocupar su tiempo libre:

*Estar con los amigos* se relaciona, con un coeficiente de 0,213, con el *estado civil*. Los divorciados o separados se dedican a salir con los amigos más que los casados ( $p_{Casados} = 46,4\%$  y  $p_{Divor-Separ} = 100\%$  intervalo: -40,53; -66,66) y que los solteros ( $p_{Solteros} = 82,21\%$  y  $p_{Divor-Separ} = 100\%$ , intervalo: -15,68; -19,89). Por su parte, los solteros de la universidad riojana quedan con los amigos en mayor medida que los casados ( $p_{Solteros} = 82,21\%$  y  $p_{Casados} = 46,4\%$ , intervalo: 49,03; 22,58).

Por su parte, la ocupación de tiempo libre relacionada con las *nuevas tecnologías* se asocia con el *departamento* universitario al que los profesores e investigadores se encuentran adscritos (0,504). Así, en los departamentos de Agricultura y Alimentación ( $P_{O.R. \text{ Nuevas Tecnologías}} = 17,3\%$  y  $P_{no \text{ O.R. Nuevas Tecnologías}} = 0\%$ , intervalo: 27,58; 7,01) y de Filologías Hispánica y Clásicas ( $P_{O.R. \text{ Nuevas Tecnologías}} = 9,6\%$  y  $P_{no \text{ O.R. Nuevas Tecnologías}} = 0\%$ , intervalo: 17,60; 1,59) es mayor el porcentaje de personal docente e investigador que dedica parte de su tiempo a esta actividad que el de los que no. Sin embargo, en Ingeniería Mecánica los que no invierten su tiempo en nuevas tecnologías superan significativamente a los que sí ( $P_{O.R. \text{ Nuevas Tecnologías}} = 3,8\%$  y  $P_{no \text{ O.R. Nuevas Tecnologías}} = 18,9\%$ , intervalo: -1,45; -28,74). En el resto de departamentos no se observan diferencias significativas en cuanto a la práctica de esta forma de tiempo libre.

Las *actividades físicas* se asocian, por una parte, con la variable identificativa *sexo* (0,264), y por otra, con la *titulación* estudiada (0,311). Las actividades físicas son significativamente más practicadas por los chicos que por las chicas ( $P_H = 55,1\%$  y  $P_M = 29\%$ , intervalo: 31,21; 20,98). Centrándonos en el colectivo estudiantil, se observa cómo en la titulación de Maestro especialista en Educación Física así como en Ingeniería Técnica en Mecánica, Filología Inglesa e Ingeniería Técnica en Electricidad es mayor el índice de físicamente activos frente al de sedentarios. Esta relación se invierte a favor de los que en su tiempo libre no realizan ejercicio físico en las titulaciones de Derecho, Maestro en Educación Infantil, Maestro en Educación Musical, Trabajo Social e Ingeniería Técnica Agrícola en Hortifruticultura y Jardinería (figura 4.51).

TITULACIÓN	O.R. ACTIVIDADES FÍSICAS		Intervalo entre Sí y No
	Sí	No	
Derecho	4,9%	9,8%	-1,99; -7,80
Filología Inglesa	3,9%	1,7%	4,15; 0,24
ITA Hortifruticultura	2,6%	5,5%	-0,71; -5,08
Ingeniería Técnica Electricidad	5,3%	1,4%	6,05; 1,74
Ingeniería Técnica Mecánica	10,4%	5,1%	8,44; 2,15
Maestro en Educación Física	7,7%	1,1%	9,07; 4,12
Maestro en Educación Infantil	1,2%	4,6%	-1,58; -5,21
Maestro en Educación Musical	0,6%	3%	-0,97; -3,82
Trabajo Social	2,2%	4,6%	-0,38; -4,41
TOTAL	100%	100%	

Figura 4.51. Análisis inferencial de contrastes de la ocupación real en actividades físicas ante las titulaciones que se estudian.

Así mismo, el *ir de tiendas* se relaciona con un coeficiente de 0,402 con el *sexo* y, con una fuerza baja (0,266), con la *titulación* estudiada. Las mujeres ocupan su tiempo no obligatorio en *ir de tiendas* con mayor frecuencia que los hombres ( $p_H = 12,2\%$  y  $p_M = 49,6\%$ , intervalo: -32,91; -41,88). Atendiendo a la *titulación*, entre los estudiantes de Administración y Dirección de Empresas, junto con los de Filología Inglesa y Enfermería, el porcentaje de quienes suelen ir de tiendas supera significativamente a los que no. En el lado opuesto nos encontramos con las titulaciones de Ingenierías Técnicas en Electrónica Industrial, Mecánica, Electricidad y Hortifruticultura y Jardinería, junto con Maestro especialista en Educación Física, donde los alumnos que van de tiendas son superados por los que ocupan su tiempo libre en otras actividades (figura 4.52).

TITULACIÓN	O.R. IR DE TIENDAS		Intervalo entre Sí y No
	Sí	No	
Administración y Dirección de Empresas	10,8%	7,2%	7,15; 0,04
Enfermería	7,5%	3,2%	7,18; 1,41
ITA Hortifruticultura	2,1%	5,4%	-1,19; -5,80
Ingeniería Técnica Electricidad	1,3%	3,8%	-0,77; -4,22
Ingeniería Técnica Electrónica	3,3%	8,2%	-2,31; -7,48
Ingeniería Técnica Mecánica	2,8%	9,3%	-3,91; -9,08
Filología Inglesa	4,4%	1,7%	4,92; 0,47
Maestro en Educación Física	2,1%	4,7%	-0,56; -4,63
TOTAL	100%	100%	

Figura 4.52. Análisis inferencial de contrastes de la ocupación real en ir de tiendas ante las titulaciones que se estudian.

Además, la *titulación* estudiada se relaciona significativamente con otras tres formas de emplear el tiempo libre: *juegos de mesa y salón* (0,215), *tocar instrumentos musicales* (0,298) y *actividades solidarias* (0,306).

El índice de práctica real de *juegos de mesa y salón* destaca significativamente entre los estudiantes de Ingenierías Técnicas en Mecánica e Informática de Gestión así como de Maestro especialista en Lengua Extranjera, mientras que apenas participan los alumnos de Maestro especialista en Educación Infantil (figura 4.53).

TITULACIÓN	O.R. JUEGOS DE MESA Y SALÓN		Intervalo entre Sí y No
	Sí	No	
Ingeniería Técnica Informática de Gestión	4%	1%	5,39; 0,60
Ingeniería Técnica Mecánica	12,3%	5,7%	10,74; 2,45
Maestro en Educación Infantil	0,7%	4%	-1,70; -4,89
Maestro en Lengua Extranjera	5,1%	2,3%	5,56; 0,03
<b>TOTAL</b>	<b>100%</b>	<b>100%</b>	

Figura 4.53. *Análisis inferencial de contrastes de la ocupación real en juegos de mesa y salón ante las titulaciones que se estudian.*

Como era de esperar, la titulación de Maestro especialista en Educación Musical es la única en la que el porcentaje de alumnos que en sus ratos libres tocan instrumentos musicales resulta significativamente superior al de los que no dedican su tiempo a estas experiencias. Por el contrario, los estudiantes de Enfermería, Relaciones Laborales e Ingeniería Técnica en Electricidad aparecen como los que menos se decantan por estas prácticas de tiempo libre (figura 4.54).

TITULACIÓN	O.R. JUEGOS DE MESA Y SALÓN		Intervalo entre Sí y No
	Sí	No	
Ingeniería Técnica Informática de Gestión	4%	1%	5,39; 0,60
Ingeniería Técnica Mecánica	12,3%	5,7%	10,74; 2,45
Maestro en Educación Infantil	0,7%	4%	-1,70; -4,89
Maestro en Lengua Extranjera	5,1%	2,3%	5,56; 0,03
<b>TOTAL</b>	<b>100%</b>	<b>100%</b>	

Figura 4.54. *Análisis inferencial de contrastes de la ocupación real en tocar instrumentos musicales ante las titulaciones que se estudian.*

Así mismo, la titulación de Trabajo Social es la única que presenta un índice en tareas de tiempo libre solidarias significativamente superior al de estudiantes que no invierten su tiempo en estas tareas. En cambio, esta relación se invierte a favor de quienes no realizan actividades solidarias en las titulaciones de Empresariales, Ingenierías Técnicas en Electrónica, Electricidad y Mecánica, Química y Relaciones Laborales (figura 4.55).

TITULACIÓN	O.R. ACTIVIDADES SOLIDARIAS		Intervalo entre Sí y No
	Sí	No	
Empresariales	5,5%	11,7%	-0,64; -11,75
Ingeniería Técnica Electricidad	0%	3,2%	-2,17; -4,22
Ingeniería Técnica Electrónica	1,4%	7%	-2,52; -8,67
Ingeniería Técnica Mecánica	1,4%	7,6%	-3,09; -9,30
Química	1,4%	5,7%	-1,28; -7,31
Relaciones Laborales	0%	4,2%	-3,03; -5,36
Trabajo Social	21,9%	2,5%	28,93; 9,86
TOTAL	100%	100%	

Figura 4.55. Análisis inferencial de contrastes de la ocupación real en actividades solidarias ante las titulaciones que se estudian.

Cinco de las actividades deseadas por la población universitaria riojana para ocupar su tiempo libre se relacionan significativamente con la variable educativa *titulación* que se estudia: *actividades físicas* (0,245), *actividades culturales de segundo orden* (0,211), *ir de tiendas* (0,239), *tocar instrumentos musicales* (0,257) y *actividades solidarias* (0,330).

A su vez, *ir de tiendas* se asocia, con un coeficiente de 0,347, con la variable *sexo*.

En consonancia con la ocupación real del tiempo libre, al preguntar a los universitarios riojanos en qué actividades emplearían su tiempo libre si sólo dependiera de sus gustos personales, las *actividades físicas* son significativamente más requeridas por los estudiantes de Maestro especialista en Educación Física así como por los de Administración y Dirección de Empresas, Enfermería e Ingeniería Técnica en Electricidad. Esta relación se invierte a favor de los que en su tiempo libre no quieren hacer ejercicio físico en las titulaciones de Maestro en Lengua Extranjera, Relaciones Laborales y Trabajo Social (figura 4.56).

TITULACIÓN	O.D. ACTIVIDADES FÍSICAS		Intervalo entre Sí y No
	Sí	No	
Administración y Dirección de Empresas	10,3%	6,2%	7,18; 1,01
Enfermería	6,6%	2,3%	6,58; 2,01
Ingeniería Técnica Electricidad	4,1%	1,8%	4,18; 1,8
Maestro en Educación Física	5,8%	1,6%	6,28; 2,11
Maestro en Lengua Extranjera	1,7%	4,3%	-0,64; -4,55
Relaciones Laborales	2,7%	5,3%	-0,36; -4,83
Trabajo Social	2,2%	5,3%	-0,92; -5,27
<b>TOTAL</b>	<b>100%</b>	<b>100%</b>	

Figura 4.56. *Análisis inferencial de contrastes de la ocupación deseada en actividades físicas ante las titulaciones que se estudian.*

El índice de ocupación deseada en *actividades culturales de segundo orden* destaca significativamente entre los estudiantes de Filología Inglesa, Enfermería e Ingeniería Técnica en Hortifructicultura y Jardinería, mientras que estas actividades apenas las solicitan los alumnos de Ingeniería Técnica Mecánica y Administración y Dirección de Empresas (figura 4.57).

TITULACIÓN	O.D. ACTIV. CULTURALES 2º ORDEN		Intervalo entre Sí y No
	Sí	No	
Enfermería	6,3%	2,3%	6,22; 1,77
ITA Hortifructicultura	5,4%	2,9%	4,72; 0,27
Filología Inglesa	3,9%	0,8%	4,73; 1,46
<b>TOTAL</b>	<b>100%</b>	<b>100%</b>	

Figura 4.57. *Análisis inferencial de contrastes de la ocupación deseada en actividades culturales de segundo orden ante las titulaciones que se estudian.*

Las mujeres muestran mayor predilección que los hombres por *ir de tiendas* ( $p_H = 11,5\%$  y  $p_M = 42,6\%$ , intervalo: -26,67; -35,52). Así mismo, entre los estudiantes de Filología Inglesa y Enfermería el porcentaje de quienes desean *ir de tiendas* supera significativamente al de los que no. En el lado opuesto nos encontramos con las titulaciones de Ingenierías Técnicas en Electrónica Industrial, Mecánica y Hortifructicultura, donde los alumnos que van de tiendas son superados por los que ocupan su tiempo libre en otras actividades (figura 4.58).

TITULACIÓN	O.D. IR DE TIENDAS		Intervalo entre Sí y No
	Sí	No	
Enfermería	7,7%	3,3%	7,43; 1,36
ITA Hortifructicultura	2,3%	5,2%	-0,73; -5,06
Ingeniería Técnica Electrónica	4%	7,7%	-0,97; -6,42
Ingeniería Técnica Mecánica	3,7%	8,7%	-2,26; -7,73
Filología Inglesa	4,3%	1,9%	4,71; 0,08
TOTAL	100%	100%	

Figura 4.58. Análisis inferencial de contrastes de ocupación deseada en ir de tiendas ante titulaciones que se estudian.

Por su parte, la titulación de Maestro especialista en Educación Musical es la única en la que el porcentaje de alumnos que en sus ratos libres quieren *tocar instrumentos musicales* aparece como significativamente superior al de los que no desean estas experiencias de tiempo libre. Por el contrario, los estudiantes de Empresariales se revelan como los que menos desean estas prácticas de tiempo libre (figura 4.59).

TITULACIÓN	O.D. TOCAR INSTRUMENTOS		Intervalo entre Sí y No
	Sí	No	
Empresariales	7%	12,2%	-1,13; -0,26
Maestro en Educación Musical	8%	0,8%	10,99; 3,40
TOTAL	100%	100%	

Figura 4.59. Análisis inferencial de contrastes de ocupación deseada tocar instrumentos ante titulaciones que se estudian.

Las *actividades solidarias* las demandan, además de los estudiantes de Trabajo Social, los de Enfermería, Maestro especialista en Educación Musical e Ingeniería Técnica Agrícola en Hortifructicultura y Jardinería. En cambio, apenas las solicitan los estudiantes de Empresariales, Ingenierías Técnicas en Electrónica y Mecánica, así como los de Derecho (figura 4.60).

TITULACIÓN	O.D. ACTIVIDADES SOLIDARIAS		Intervalo entre Sí y No
	Sí	No	
Derecho	4,3%	8,4%	-0,55; -7,64
Enfermería	11,7%	3,5%	13,25; 3,14
Empresariales	4,9%	12,3%	-3,53; -11,26
ITA Hortifruticultura	8,6%	3,7%	9,35; 0,44
Ingeniería Técnica Electrónica	2,5%	7,3%	-1,92; -7,67
Ingeniería Técnica Mecánica	3,7%	7,8%	-0,77; -7,42
Maestro en Educación Musical	4,9%	1,5%	6,79; 0,00
Trabajo Social	14,7%	1,9%	13,29; 7,30
TOTAL	100%	100%	

Figura 4.60. *Análisis inferencial de contrastes de ocupación deseada actividades solidarias ante titulaciones que se estudian.*

#### 4.2.2.2. *Análisis inferencial de las variables dependientes entre sí*

El análisis de las posibles relaciones entre las variables dependientes se han distribuido en tres apartados:

- Las relaciones existentes entre las variables de la dimensión *historial de práctica físico-deportiva* y el resto de las dependientes.
- Las relaciones entre once variables de la dimensión *actividades físico-deportivas* y el resto de las dependientes.
- Las relaciones formadas entre las variables de la dimensión *motivos en torno a la práctica físico-deportiva* y el resto de variables dependientes.

##### 4.2.2.2.1. *Análisis inferencial de las variables historial de práctica con el resto de variables dependientes*

Al relacionar las seis variables de *historial de práctica físico-deportiva* con el resto de variables dependientes se ha obtenido un total de dieciséis asociaciones estadísticamente significativas.

El comportamiento físico-deportivo actual y pasado se asocia, únicamente, con cuatro variables de su misma dimensión: *años de práctica físico-deportiva* (0,504), *edad de inicio físico-deportivo* (0,368), *comportamiento físico-deportivo encubierto* (0,285) y *satisfacción con su situación de práctica físico-deportiva* (0,290).

A su vez, el *comportamiento físico-deportivo encubierto* lo hace con la *satisfacción con su situación de práctica físico-deportiva* (0,284), la *edad de abandono físico-deportivo* (0,232) y los *años de práctica físico-deportiva* (0,336).

La *satisfacción con su situación de práctica físico-deportiva*, además de relacionarse con los *comportamientos físico-deportivos actual y pasado y encubier-*

to, también lo hace con los años de práctica (0,351) como variable del historial, y con dos de la dimensión actividades físico-deportivas: la práctica en compañía de familiares (0,232) y la práctica de deportes (0,235).

La edad de comienzo físico-deportivo, conjuntamente con las relaciones ya mencionadas, se une significativamente a la práctica de deportes (0,250) y la utilización de instalaciones no universitarias (0,252), así como a la edad de abandono (0,454) y los años de práctica (0,381).

Por su parte, la edad de abandono físico-deportivo tan sólo se encuentra vinculada al comportamiento físico-deportivo encubierto y a la edad de inicio.

Además, los años de práctica físico-deportiva se enlazan significativamente con la práctica de ejercicios didácticos (0,252) y con la utilización de instalaciones no universitarias (0,239).

Merece mención especial la inexistencia de conexión entre las variables del historial con los motivos relacionados con la práctica físico-deportiva así como con las orientaciones de meta.

En general el nivel de asociación es bajo. Reciben los mayores valores las relaciones de comportamiento físico-deportivo actual y pasado con los años de práctica (0,504) y de la edad de inicio con la edad de abandono (0,454).

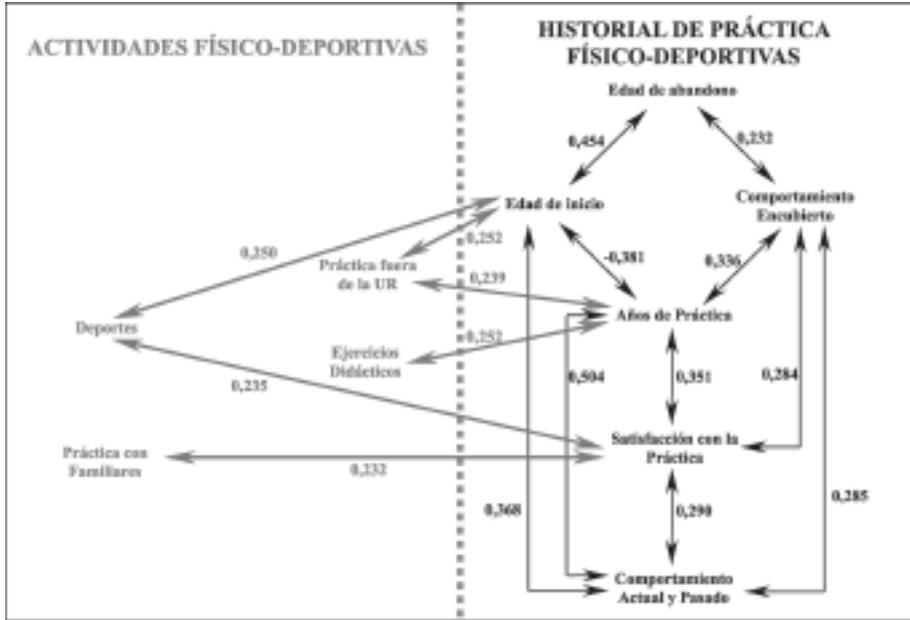


Figura 4.61. Análisis relacional de las variables historial de práctica físico-deportiva con todas las dependientes.

En estos pares de variables asociados significativamente se profundiza en el análisis inferencial de contrastes obteniendo los resultados que se muestran a continuación:

#### DIFERENCIAS EN EL COMPORTAMIENTO ACTUAL Y PASADO

Como era de esperar, entre la comunidad universitaria riojana que alguna vez ha practicado actividades físico-deportivas, el colectivo formado por los que se han incorporado recientemente a esta forma de tiempo libre coincide con el que menos años de experiencia motriz acumula. Le siguen de lejos los practicantes pasados; los practicantes actuales y pasados son los que presentan una mayor adherencia en la práctica físico-deportiva de tiempo libre (figura 4.62).

ADHERENCIA FÍSICO-DEPORTIVA	COMPORTAMIENTO FÍSICO-DEPORTIVO ACTUAL Y PASADO			Intervalo entre no practica pero antes practicaba y practica pero no practicaba	Intervalo entre no practica pero antes practicaba y practica y practicaba	Intervalo entre practica pero antes no practicaba y practica y practicaba
	No practica pero antes practicaba	Practica pero no practicaba	Practica y practicaba			
Menos de 1 año	3,7%	43,5%	6,8%	-23,36; -54,23	4,84; 6,95	37,04; 28,35
Entre 2 y 5 años	28,3%	37%	3,3%	5,88; -33,28	27,49; 38,18	45,56; 17,40
Entre 6 y 10 años	42,7%	6,5%	15,5%	44,71; 27,68	32,82; 21,57	-1,21; -16,78
Más de 10 años	21,3%	6,5%	76,7%	23,82; 10,57	-41,89; -56,90	-62,18; -78,23
TOTAL	100%	100%	100%			

Figura 4.62. Diferencias por comportamiento físico-deportivo actual o pasado en la adherencia físico-deportiva.

De forma coherente, los nuevos practicantes universitarios riojanos (aquellos que practican pero no practicaban) indican haberse iniciado en las actividades físico-deportivas a edades más tardías (con más de 16 años). En el extremo opuesto, quienes muestran un *comportamiento físico-deportivo actual y pasado* son los que más aseguran haber comenzado su experiencia motriz de tiempo libre antes de los diez años, superando significativamente tanto a los practicantes de reciente incorporación como a los que han abandonado esta forma de tiempo libre (figura 4.63).

EDAD DE INICIO FÍSICO-DEPORTIVO	COMPORTAMIENTO FÍSICO-DEPORTIVO ACTUAL Y PASADO			Intervalo entre no practicar pero antes practicar y practicar pero no practicar	Intervalo entre no practicar y practicar y practicar y practicar	Intervalo entre practicar pero antes no practicar y practicar y practicar
	No practico pero antes practicaba	Practico pero no practicaba	Practico y practicaba			
Menos de 5 años	7,9%	0%	15,1%	10,44; 5,35	-3,06; -11,23	-11,96; -18,23
Entre 6 y 10 años	34,8%	2,3%	52%	48,88; 36,81	-6,38; -13,61	-43,44; -55,95
Entre 11 y 15 años	34,6%	4,7%	22,1%	37,65; 22,14	18,27; 6,72	-30,10; -34,68
Entre 16 y 20 años	8,5%	51,2%	8,2%	-26,50; -54,89	4,96; -2,36	38,13; 27,86
Más de 20 años	1,2%	41,9%	2,6%	-23,85; -53,54	2,78; -1,56	54,11; 34,48
TOTAL	100%	100%	100%			

Figura 4.63. Diferencias por comportamiento físico-deportivo actual o pasado en la edad de inicio físico-deportivo.

Por otro lado, los universitarios riojanos con *comportamientos físico-deportivos tanto actuales como pasados*, se muestran significativamente más seguros de su práctica futura que los no practicantes actuales o pasados. Mientras que los físicamente inactivos niegan su ejercitación futura en mayor medida que los practicantes actuales o pasados (figura 4.64).

COMPORTAMIENTO FÍSICO-DEPORTIVO ENCUBIERTO	COMPORTAMIENTO FÍSICO-DEPORTIVO ACTUAL			COMPORTAMIENTO FÍSICO-DEPORTIVO PASADO		
	Si Practico	No practico	Intervalo entre practico y no practico	Si Practicaba	No practicaba	Intervalo entre practicaba y no practicaba
Si con seguridad	63,49%	28,31%	47,48; 57,65	46,72%	19,23%	32,47; 22,44
Probablemente sí	27,87%	34,75%	-3,83; -13,88	31,66%	36,54%	6,89; -30,23
Ahora no lo sé	7,91%	33,90%	-19,63; -27,54	17,10%	32,58%	-10,28; -28,86
Probablemente no	8,35%	9,43%	-6,97; -11,18	3,59%	10,77%	-4,80; -10,53
No con seguridad	8,35%	1,40%	-0,08; -2,00	0,59%	1%	-0,08; -2,00
TOTAL	100%	100%		100%	100%	

Figura 4.64. Diferencias por comportamiento físico-deportivo actual o pasado en el comportamiento físico-deportivo encubierto.

Centrándonos en los practicantes actuales, aquellos que también practicaban en el pasado superan significativamente a los que anteriormente eran físicamente inactivos al asegurar que en el futuro se ejercitarán físicamente. En cambio, los que practican pero no practicaban declaran en mayor medida que los practicantes actuales y pasados que probablemente sí practicarán en el futuro (figura 4.65).

Así mismo, entre los practicantes pasados, aquellos que también practican en la actualidad presentan mayor seguridad en su práctica futura que quienes no se ejercitan hoy en día. Mientras, estos últimos dudan más que los primeros (figura 4.65).

COMPORTAMIENTO FÍSICO-DEPORTIVO ENCUBIERTO	PRÁCTICANTES ACTUALES POR COMPORTAMIENTO FÍSICO-DEPORTIVO PASADO			PRÁCTICANTES PASADOS POR COMPORTAMIENTO FÍSICO-DEPORTIVO ACTUAL		
	% Practican y practicaban	Practicaban pero no practican	Intervalo entre practican y no practican	% Practicaban y practican	% Practicaban pero no practican	Intervalo entre practicaban y no practicaban
Si con seguridad	65,0%	37%	43,44; 14,15	65,9%	24,1%	47,56; 16,63
Probablemente sí	26,5%	45,7%	-4,5; -34,29	26,3%	38,1%	-5,83; -17,76
Ahora no la sé	7,1%	17,4%	0,88; -21,48	7,3%	29%	-17,01; -26,72
Probablemente no	0,4%	0%	0,94; -6,14	0,4%	7,2%	-4,29; -9,33
No con seguridad	0,4%	0%	0,94; -0,14	0,4%	1,6%	0,16; -2,58
TOTAL	100%	100%		100%	100%	

Figura 4.65. Diferencias por comportamientos físico-deportivos actuales y/o pasados en el comportamiento físico-deportivo encubierto.

La figura 4.66 nos muestra cómo, en el colectivo universitario riojano, los practicantes físico-deportivos actuales se declaran significativamente más satisfechos con su situación motriz que los no practicantes. Mientras, estos últimos se muestran claramente más indiferentes e insatisfechos que los físicamente activos. Lo mismo ocurre entre los comportamientos físico-deportivos pasados: los sujetos activos se consideran más satisfechos mientras que los inactivos se presentan más indiferentes o insatisfechos.

GRADO DE SATISFACCIÓN CON LA PRÁCTICA FÍSICO-DEPORTIVA	COMPORTAMIENTO FÍSICO-DEPORTIVO ACTUAL			COMPORTAMIENTO FÍSICO-DEPORTIVO PASADO		
	Si Practican	No practican	Intervalo entre practican y no practican	Si Practicaban	No practicaban	Intervalo entre practicaban y no practicaban
Muy satisfecho	73,74%	33,16%	45,56; 35,65	60,99	24,06	-42,19; 31,70
Satisfecho	12,94%	14,86%	2,01; -5,43	13,17	15,78	1,56; -6,78
Indiferente	11,15%	18,87%	-3,93; -11,50	12,64	22,80	-5,92; -14,79
Insatisfecho	1,45%	15,88%	-11,52; -18,97	5,84	5,78	2,81; -2,63
Muy insatisfecho	0,21%	17,80%	-14,13; -19,64	7,33	18,29	-8,81; -15,16
TOTAL	100%	100%		100%	100%	

Figura 4.66. Diferencias entre los comportamientos físico-deportivos actuales o pasados ante la satisfacción con la práctica físico-deportiva.

Estas diferencias relevantes mantienen su sentido al comparar en el comportamiento físico-deportivo pasado, por un lado, a los practicantes actuales y, por otro, a los inactivos actuales (figura 4.67).

GRADO DE SATISFACCIÓN CON LA PRÁCTICA FÍSICO-DEPORTIVA	PRÁCTICANTES ACTUALES POR COMPORTAMIENTO FÍSICO-DEPORTIVO PASADO			PRÁCTICANTES PASADOS POR COMPORTAMIENTO FÍSICO-DEPORTIVO ACTUAL		
	%Practican y practicaban	Practican pero no practicaban	Intervalo entre practican y no practican	% Practicaban y practican	% Practicaban pero no practican	Intervalo entre practicaban y no practicaban
Muy satisfecho	75,1	58,7	31,11; 1,88	46,5	19,5	31,06; 18,34
Satisfecho	12,4	19,6	4,61; -19,02	14,2	15,3	3,88; -6,09
Indiferente	10,6	17,4	4,47; -18,07	15,1	23,5	-2,83; -13,96
Insatisfecho	1,2	4,3	2,83; -9,85	11,4	21	-4,39; -14,50
Muy insatisfecho	0,8	0	1,57; 8,82	15,1	28,7	-8,38; -11,06
TOTAL	100%	100%		100%	100%	

Figura 4.67. Diferencias entre los comportamientos físico-deportivos actuales y/o pasados ante la satisfacción con la práctica físico-deportiva.

#### DIFERENCIAS EN EL COMPORTAMIENTO ENCUBIERTO

Así mismo, se encuentran diferencias significativas entre los *comportamientos físico-deportivos encubiertos* en cuanto al grado de *satisfacción con la situación de práctica físico-deportiva*. Así, aquellos que consideran que el día de mañana ocuparán parte de su tiempo libre en actividades físico-deportivas se manifiestan más satisfechos con su situación de práctica actual que el resto de los encuestados. Por su parte, se observa cómo los que piensan que en el futuro no harán ejercicio físico presentan grados de satisfacción similares a los de quienes se muestran indecisos ante su comportamiento físico-deportivo encubierto (figura 4.68).

GRADO DE SATISFACCIÓN CON LA PRÁCTICA FÍSICO-DEPORTIVA	COMPORTAMIENTO FÍSICO-DEPORTIVO ENCUBIERTO			Intervalo entre no practicaré y ahora no lo sé	Intervalo entre no practicaré en el futuro y si practicaré en el futuro	Intervalo entre ahora no lo sé y si practicaré en el futuro
	No practicaré en el futuro	Ahora no lo sé	Si practicaré en el futuro			
Muy satisfecho y satisfecho	43,8%	47,4%	70,8%	8,18; -25,19	-16,28; -37,70	-18,08; -29,81
Indiferente	24,7%	22,3%	12,8%	12,55; -7,75	21,00; 2,69	14,72; -4,27
Insatisfecho o Muy insatisfecho	31,5%	30,2%	16,4%	13,29; -9,69	25,81; 5,16	18,57; 8,02
TOTAL	100%	100%	100%			

Figura 4.68. Diferencias entre el comportamiento físico-deportivo encubierto ante la satisfacción con la práctica físico-deportiva.

Cuanto más tarde se abandona la práctica físico-deportiva, mayor es el comportamiento físico-deportivo encubierto. Así, entre los que dejaron de hacer ejercicio físico antes de los diez años, el porcentaje de los que se muestran dubi-

tativos supera significativamente a los que afirman que practicarán en el futuro mientras que, para aquellos que abandonaron después de los 20 años, el índice de los que creen que serán físicamente activos en el futuro supera significativamente al de indecisos y al de quienes niegan su práctica futura (figura 4.69).

EDAD DE ABANDONO FÍSICO-DEPORTIVO	COMPORTAMIENTO FÍSICO-DEPORTIVO ENCUBIERTO			Intervalo entre no practicaré y ahora no lo sé	Intervalo entre no practicaré en el futuro y si practicaré en el futuro	Intervalo entre ahora no lo sé y si practicaré en el futuro
	No practicaré en el futuro	Ahora no lo sé	Si practicaré en el futuro			
Antes de 10 años	8,2%	8,7%	4%	8,81; -6,65	10,30; -1,90	7,99; 0,24
Entre 11 y 15 años	30,6%	34,8%	35,4%	12,87; 12,12	5,94; -35,54	8,79; -7,89
Entre 16 y 20 años	4,7%	5,3%	15,3%	-4,89; -5,89	-5,00; -16,19	-5,68; -14,33
Con más de 20 años	1,2%	2,4%	4,6%	1,80; -4,20	-9,18; -6,41	8,51; -4,91

Fig. 4.69. Diferencias entre el comportamiento físico-deportivo encubierto ante la edad de abandono físico-deportivo.

Del mismo modo, entre la *adherencia físico-deportiva* y el *comportamiento físico-deportivo encubierto* se establece una relación directa, de tal forma que a más años de experiencia físico-deportiva aumenta la creencia de práctica futura. Así, entre los que llevan más de una década practicando actividades físico-deportivas de tiempo libre destaca significativamente el porcentaje de quienes señalan que practicarán en el futuro, mientras que, entre los que llevan entre 2 y 5 años realizando ejercicio físico, el índice de quienes creen que serán físicamente activos el día de mañana queda significativamente por debajo de los que opinan que no lo serán y de los que no están convencidos.

ADHERENCIA FÍSICO-DEPORTIVA	COMPORTAMIENTO FÍSICO-DEPORTIVO ENCUBIERTO			Intervalo entre no practicaré y ahora no lo sé	Intervalo entre no practicaré en el futuro y si practicaré en el futuro	Intervalo entre ahora no lo sé y si practicaré en el futuro
	No practicaré en el futuro	Ahora no lo sé	Si practicaré en el futuro			
Menos de 1 año	2,2%	3,4%	2,9%	2,49; -4,89	2,52; -3,92	2,83; -1,83
Entre 2 y 5 años	09,1%	17,2%	03,4%	11,34; -7,34	17,80; 9,50	28,41; 19,88
Entre 6 y 10 años	14,6%	21,3%	09,9%	2,00; -15,40	2,48; -15,08	11,54; 2,08
Más de 10 años	00,1%	15,6%	46,7%	1,83; -13,23	-29,58; -43,61	-25,65; -36,14

Figura 4.70. Diferencias entre el comportamiento físico-deportivo encubierto ante la adherencia físico-deportiva.

DIFERENCIAS EN LA SATISFACCIÓN CON LA SITUACIÓN DE PRÁCTICA FÍSICO-DEPORTIVA

Los que más satisfechos se muestran con su situación de práctica actual son los que más años llevan realizando actividades físicas en su tiempo libre (figura 4.71).

ADHERENCIA FÍSICO-DEPORTIVA	GRADO DE SATISFACCIÓN CON LA PRÁCTICA FÍSICO-DEPORTIVA			Intervalo entre Muy satisfechos y satisfechos e indiferentes	Intervalo entre Muy satisfechos y satisfechos e insatisfechos y muy insatisfechos	Intervalo entre Indiferentes o insatisfechos y muy insatisfechos
	Muy satisfecho y satisfecho	Indiferente	Insatisfecho o muy insatisfecho			
Menos de 1 año	3,3%	3,8%	0,7%	3,16; -2,58	4,37; -0,22	5,86; -0,33
Entre 2 y 5 años	11,8%	12,4%	14,7%	5,55; -4,35	7,82; -1,82	8,42; -3,82
Entre 6 y 10 años	21,6%	18,1%	15,8%	2,36; -9,39	10,82; 0,67	4,07; -9,07
Más de 10 años	47,8%	25,2%	14,7%	28,53; 13,84	38,08; 23,71	13,71; 3,38
TOTAL	100%	100%	100%			

Figura 4.71. Diferencias entre el grado de satisfacción con la práctica físico-deportiva ante la adherencia.

Al comparar el grado de satisfacción en función de si practican en compañía de familiares o no, tal y como se muestra en la figura 4.72, aquellos que practican con familiares señalan estar menos satisfechos que quienes no se ejercitan con la familia.

GRADO DE SATISFACCIÓN CON LA PRÁCTICA FÍSICO-DEPORTIVA	PRÁCTICA FÍSICO-DEPORTIVA CON FAMILIARES		Intervalo entre Sí y No
	Sí	No	
Muy satisfecho y satisfecho	75,7%	88,2%	-2,09; -22,94
Indiferente	14,3%	10,7%	12,24; -5,04
Insatisfechos o Muy insatisfechos	10%	1%	16,08; 1,91
TOTAL	100%	100%	

Figura 4.72. Diferencias entre la práctica físico-deportiva en compañía o no de familiares ante la satisfacción con la práctica.

Centrándonos en el colectivo de universitarios riojanos que efectúan actividades físico-deportivas de tiempo libre y profundizando en sus grados de satisfacción, se observa que aquellos que practican actividades de competición federadas, denominadas deportes, se sienten más satisfechos que los que se ejercitan motivadamente en otros contextos (*ejercicios didácticos, actividades libres y juegos deportivos tradicionales*).

GRADO DE SATISFACCIÓN CON LA PRÁCTICA FÍSICO-DEPORTIVA	PRÁCTICA DE DEPORTES		Intervalo entre Sí y No
	Sí	No	
May satisfecho y satisfecho	94,2%	84,2%	15,23; 4,78
Indiferente	5,1%	13,2%	-3,20; -12,99
Insatisfecho o May insatisfecho	0,7%	8,9%	-5,13; -11,26
<b>TOTAL</b>	<b>100%</b>	<b>100%</b>	

Figura 4.73. Diferencias entre los deportistas y no deportistas ante la satisfacción con la práctica.

#### DIFERENCIAS EN LA EDAD DE INICIO FÍSICO-DEPORTIVO

Los practicantes de deportes federados son los que antes se iniciaron en la práctica físico-deportiva, mientras que entre quienes comienzan a ejercitarse físicamente con más de 11 años dominan los practicantes de actividades físicas no deportivas (figura 4.74).

EDAD DE INICIO FÍSICO-DEPORTIVO	PRÁCTICA DE DEPORTES		Intervalo entre Sí y No
	Sí	No	
Con menos de 10 años	81,9%	35,3%	34,63; 18,56
Entre 11 y 20 años	16,7%	37,6%	-13,09; -28,70
Con más de 20 años	1,4%	7,1%	-2,52; -8,87
<b>TOTAL</b>	<b>100%</b>	<b>100%</b>	

Figura 4.74. Diferencias entre los deportistas y no deportistas ante la edad de inicio físico-deportivo.

Al hilo de la *edad de inicio físico-deportivo*, la figura 4.75 nos muestra cómo los que adquieren el hábito físico-deportivo de tiempo libre antes de los 10 años se ejercitan en mayor medida fuera de la universidad. Sin embargo, los que comienzan a practicar actividades motrices con más de 20 años apenas utilizan instalaciones no universitarias.

EDAD DE INICIO FÍSICO-DEPORTIVO	PRÁCTICA DE DEPORTES		Intervalo entre Sí y No
	Sí	No	
Con menos de 10 años	81,9%	35,3%	34,63; 18,56
Entre 11 y 20 años	16,7%	37,6%	-13,09; -28,70
Con más de 20 años	1,4%	7,1%	-2,52; -8,87
<b>TOTAL</b>	<b>100%</b>	<b>100%</b>	

Figura 4.75. Diferencias entre la utilización o no de instalaciones físico-deportivas no universitarias ante la edad de inicio físico-deportivo.

Como cabía esperar, los universitarios riojanos que se iniciaron en la práctica físico-deportiva con más de 20 años la abandonan con más de 20 años en mayor medida que quienes se inician antes de esta edad (figura 4.76).

EDAD DE ABANDONO FÍSICO-DEPORTIVO	EDAD DE INICIO FÍSICO-DEPORTIVO			Intervalo entre menos de 10 y entre 10 y 20 años	Intervalo entre menos de 10 años y más de 20 años	Intervalo entre 10 y 20 años y más de 20 años
	Menos de 10 años	Entre 11 y 20 años	Más de 20 años			
Antes de 10 años	99,8%	0%	0%	34,96; 14,61	34,96; 14,61	0; 0
Entre 11 y 20 años	85,6%	66,7%	0%	16,88; -8,28	31,71; 38,42	11,46; 53,90
Entre 6 y 20 años	32,3%	20,5%	0%	-18,38; -35,01	16,57; 8,02	37,04; 23,85
Con más de 20 años	2,2%	4,7%	100%	1,06; -6,06	-95,88; -91,70	-92,29; -88,58
<b>TOTAL</b>	<b>100%</b>	<b>100%</b>	<b>100%</b>			

Figura 4.76. Diferencias entre la adherencia físico-deportiva ante la edad de abandono físico-deportivo.

Al contrastar la edad de inicio físico-deportivo con los años de experiencia se constata que los que más tarde contactan con las actividades motrices presentan, significativamente, menos años de adherencia a esta forma de tiempo libre. Por lo tanto, se puede afirmar que cuanto antes se inicie la práctica físico-deportiva, mayor será la adherencia a este tipo de experiencias.

ADHERENCIA FÍSICO-DEPORTIVA	EDAD DE INICIO FÍSICO-DEPORTIVO			Intervalo entre menos de 10 y entre 10 y 20 años	Intervalo entre menos de 10 y más de 20 años	Intervalo entre 10 y más de 20 años
	Con menos de 10 años	Entre 11 y 20 años	Con más de 20 años			
Menos de 1 año	6,4%	5,7%	37,8%	-2,86; -7,33	-23,22; -31,57	-17,73; -46,46
Entre 2 y 3 años	4,2%	33,1%	46,9%	-23,86; -35,98	-30,06; -39,38	-0,41; -31,18
Entre 6 y 10 años	21,4%	38,5%	8,9%	-11,07; -25,12	23,48; 5,51	39,28; 18,90
Más de 10 años	24%	22,7%	4,4%	38,91; 43,88	78,58; 62,80	25,67; 18,92
<b>TOTAL</b>	<b>100%</b>	<b>100%</b>	<b>100%</b>			

Figura 4.77. Diferencias entre la edad de inicio físico-deportivo ante la adherencia físico-deportiva.

#### DIFERENCIAS EN LA ADHERENCIA FÍSICO-DEPORTIVA

El análisis de contrastes entre la adherencia físico-deportiva y la práctica de ejercicios didácticos refleja que los practicantes de ejercicios didácticos se han incorporado a la práctica físico-deportiva de tiempo libre más recientemente que los practicantes de otros contextos físico-deportivos.

ADHERENCIA FÍSICO-DEPORTIVA	PRÁCTICA DE EJERCICIOS DIDÁCTICOS		Intervalo entre Sí y No
	Sí	No	
Menos de 1 año	10,2%	1,8%	13,17; 3,62
Entre 2 y 5 años	14,4%	5,4%	33,43; 23,16
Entre 6 y 10 años	12,0%	15,7%	3,09; -9,29
Más de 10 años	60,5%	75,3%	-4,23; -23,36
TOTAL	100%	100%	

Figura 4.78. Diferencias entre la práctica o no de ejercicios didácticos ante la adherencia físico-deportiva.

Aquellos universitarios riojanos que practican actividades físico-deportivas desde hace más de diez años se ejercitan en mayor medida *fuera de la universidad*. En cambio, los de nueva incorporación se decantan significativamente menos por las instalaciones no universitarias.

ADHERENCIA FÍSICO-DEPORTIVA	PRÁCTICA FUERA DE LA UR		Intervalo entre Sí y No
	Sí	No	
Menos de 1 año	3,1%	16,7%	-2,94; -24,25
Entre 2 y 5 años	1,8%	4,2%	-0,42; -22,97
Entre 6 y 10 años	7,1%	18,8%	10,65; -10,25
Más de 10 años	73,2%	45,8%	42,01; 12,78
TOTAL	100%	100%	

Figura 4.79. Diferencias entre utilización o no de instalaciones no universitarias ante la adherencia físico-deportiva.

#### 4.2.2.2.2. Análisis inferencial de las variables actividades físico-deportivas con el resto de variables dependientes

Al relacionar las once variables más importantes de la dimensión actividades físico-deportivas (cuatro del contexto de práctica, una del número de actividades físico-deportivas practicadas, dos del lugar de práctica y cuatro del indicador con quién practica) con el resto de variables dependientes se ha obtenido un total de diecisiete asociaciones estadísticamente significativas: trece de ellas al cruzar las variables de *actividades físico-deportivas* entre sí y las otras cuatro con las variables *historial de práctica* que ya han sido descritas. No se constata ninguna relación estadísticamente significativa con los *motivos relacionados con la práctica físico-deportiva* ni con las *orientaciones de meta*.

Las relaciones de las variables actividades físicas entre sí se distribuyen de la siguiente forma:

El número de actividades físico-deportivas practicadas se asocia con la práctica en solitario (0,319) y en compañía de amigos (0,279), con la utilización de instalaciones no universitarias (0,270) y, además, con la práctica de actividades libres (0,455).

A su vez, la práctica de actividades físico-deportivas libres lo hace con la práctica de ejercicios didácticos (0,312) y de deportes (0,290), la práctica en solitario (0,318), con familiares (0,222) y con otras personas (0,284).

La práctica en compañía de otras personas, además de relacionarse con las actividades físico-deportivas libres, también lo hace con la práctica de deportes (0,284) y con la práctica con amigos (0,457).

La práctica en compañía de amigos también se une significativamente a la práctica en las instalaciones de la Universidad de La Rioja (0,243) y, a su vez, se vincula a la práctica fuera de la universidad (0,362).

En general el nivel de asociación es bajo. Reciben los mayores valores las relaciones de número de actividades practicadas con la práctica de actividades físico-deportivas libres (0,455) y de la práctica en compañía de otras personas con la compañía de amigos (0,457).

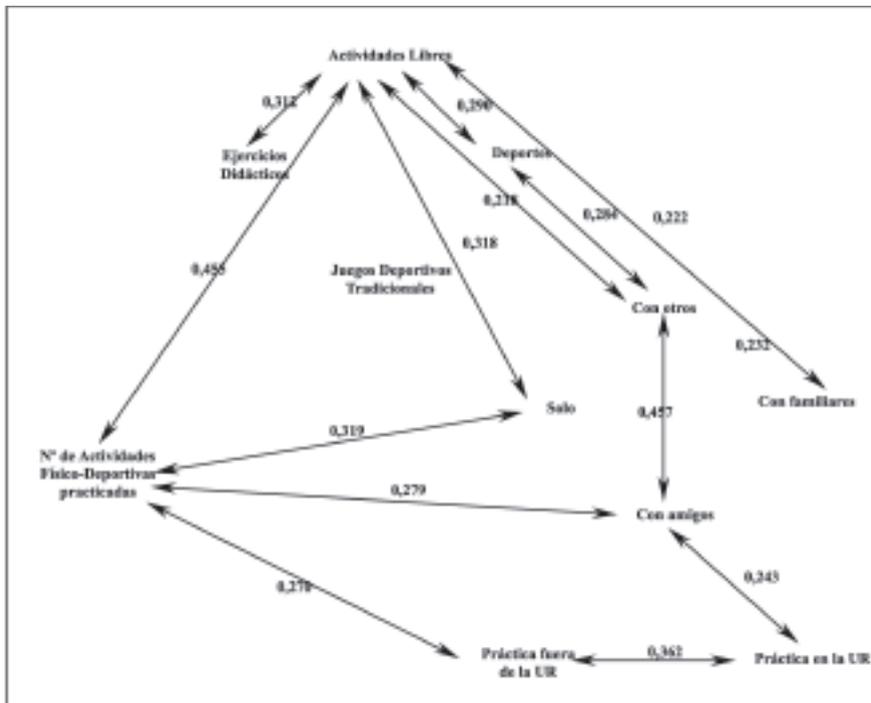


Figura 4.80. Análisis relacional de las variables actividades físico-deportivas con todas las dependientes.

Una vez detectadas las relaciones estadísticamente significativas, nos adentramos en cada una de ellas para analizar los contrastes entre categorías.

DIFERENCIAS EN EL NÚMERO DE ACTIVIDADES FÍSICO-DEPORTIVAS PRACTICADAS

Los universitarios riojanos que realizan ejercicio físico en solitario practican mayor número de modalidades físico-deportivas que los que practican acompañados. Del mismo modo, es mayor el número de actividades practicadas por los que se activan motrizmente en compañía de amigos, practican en instalaciones no universitaria o realizan actividades libres (figura 4.81).

Nº DE ACTIVIDADES FÍSICAS	PRÁCTICA EN SOLITARIO			PRÁCTICA CON AMIGOS			PRÁCTICA FUERA DE LA UR			PRÁCTICA ACTIVIDADES LIBRES		
	Si	No	Intervalo Si y No	Si	No	Intervalo Si y No	Si	No	Intervalo Si y No	Si	No	Intervalo Si y No
Una actividad	17,6%	53,4%	-27,85; -43,01	36,4%	66,4%	-22,76; -38,03	38,8%	67,0%	-37,42; -57,97	39%	72,4%	-38,07; -53,95
Más actividades	82,4%	46,6%	43,81; 27,86	64,0%	33,6%	39,83; 22,76	61,2%	33,0%	27,97; 37,42	74%	27,6%	51,96; 38,07
TOTAL	100%	100%		100%	100%		100%	100%		100%	100%	

Figura 4.81. Diferencias ante el número de actividades físico-deportivas practicadas.

DIFERENCIAS EN LA PRÁCTICA DE ACTIVIDADES LIBRES

Los practicantes de actividades físico-deportivas libres son sobre todo no practicantes de ejercicios didácticos, ni de deportes, que se ejercitan en mayor medida en solitario o con familiares, mientras que apenas practican con personas con las que no guardan ninguna vinculación afectiva (figura 4.82).

PRÁCTICA DE ACTIVIDADES LIBRES	PRÁCTICA DE EJERCICIOS DIDÁCTICOS			PRÁCTICA DE DEPORTES			PRÁCTICA EN SOLITARIO			PRÁCTICA CON FAMILIARES			PRÁCTICA CON OTRAS PERSONAS		
	Si	No	Intervalo Si/No	Si	No	Intervalo Si/No	Si	No	Intervalo Si/No	Si	No	Intervalo Si/No	Si	No	Intervalo Si/No
Si	18,7%	48,1%	-29,52; -37,26	14,0%	40,7%	-18,21; -33,38	37,7%	5,0%	36,18; 22,40	18,4%	3,3%	16,85; 15,58	17,5%	35,3%	-11,78; -27,07
No	81,3%	51,9%	37,08; 21,53	86,1%	59,3%	33,38; 18,21	62,3%	95,1%	-32,40; -25,18	81,6%	96,7%	-18,34; -19,85	82,5%	64,7%	27,61; 11,73
	100%	100%		100%	100%		100%	100%		100%	100%		100%	100%	

Figura 4.82. Diferencias ante la práctica de actividades libres.

DIFERENCIAS EN LA PRÁCTICA EN COMPAÑÍA DE OTRAS PERSONAS

Los que suelen practicar con personas con las que no tienen vínculos afectivos realizan actividades deportivas en mayor medida que quienes declaran no participar junto a estas personas (figura 4.83).

PRÁCTICA	CON OTRAS PERSONAS		
	Si	No	Intervalo Si y No
DE DEPORTES			
Si	46,4%	17,9%	37,59; 19,40
No	53,6%	82,1%	-19,40; -37,59
TOTAL	100%	100%	
CON AMIGOS			
Si	12,9%	57,2%	-35,78; -52,81
No	87,1%	42,8%	52,81; 35,78
TOTAL	100%	100%	

Figura 4.83. Diferencias entre la práctica con otras personas.

Además, hacer ejercicio físico con personas sin vinculación afectiva se asocia con una menor práctica motriz en *compañía de amigos*.

#### DIFERENCIAS EN LA PRÁCTICA EN COMPAÑÍA DE AMIGOS

Por su parte, los universitarios riojanos que se juntan *con los amigos* para la práctica de actividades físico-deportivas de tiempo libre *utilizan las instalaciones de la Universidad de La Rioja* con mayor frecuencia que los que declaran no ejercitarse con amigos (figura 4.84).

PRÁCTICA EN LA UR	PRÁCTICA CON AMIGOS		
	Si	No	Intervalo Si y No
Si	85,4%	63,5%	28,83; 14,96
No	14,6%	36,5%	-14,96; -28,83
TOTAL	100%	100%	

Figura 4.84. Diferencias entre práctica con amigos ante práctica en las instalaciones de la Universidad de La Rioja.

#### DIFERENCIAS EN LA PRÁCTICA EN LAS INSTALACIONES DE LA UNIVERSIDAD DE LA RIOJA

Al mismo tiempo, entre los usuarios de las *instalaciones físico-deportivas universitarias*, el índice de quienes no hacen ejercicio *fuera de la universidad* es significativamente superior al de quienes también utilizan instalaciones no universitarias (figura 4.85).

PRÁCTICA EN LA UR	PRÁCTICA FUERA DE LA UR		
	Si	No	Intervalo Si y No
Si	79,4%	100%	-15,40; -25,79
No	20,6%	0%	25,79; 15,40
<b>TOTAL</b>	<b>100%</b>	<b>100%</b>	

Figura 4.85. Diferencias entre la práctica fuera de la universidad ante la práctica en las instalaciones de la UR.

#### 4.2.2.2.3. Análisis inferencial de las variables motivos relacionados con la práctica físico-deportiva con el resto de variables dependientes

Al relacionar las variables de la dimensión *motivos para la práctica físico-deportiva* con el resto de variables dependientes se desprenden dieciséis relaciones estadísticamente significativas: seis entre los *motivos de inicio* y los *motivos de mantenimiento físico-deportivo*, una al cruzar los *motivos de mantenimiento físico-deportivo* entre sí, una al relacionar los *motivos de mantenimiento físico-deportivo* con las *orientaciones de meta*, tres entre los *motivos para practicar en las instalaciones de la Universidad de La Rioja*, dos al relacionar entre sí los *motivos para practicar fuera de la UR*, otras dos al cruzar los *motivos de abandono físico-deportivo* entre sí y una para los *motivos de no haber practicado nunca*.

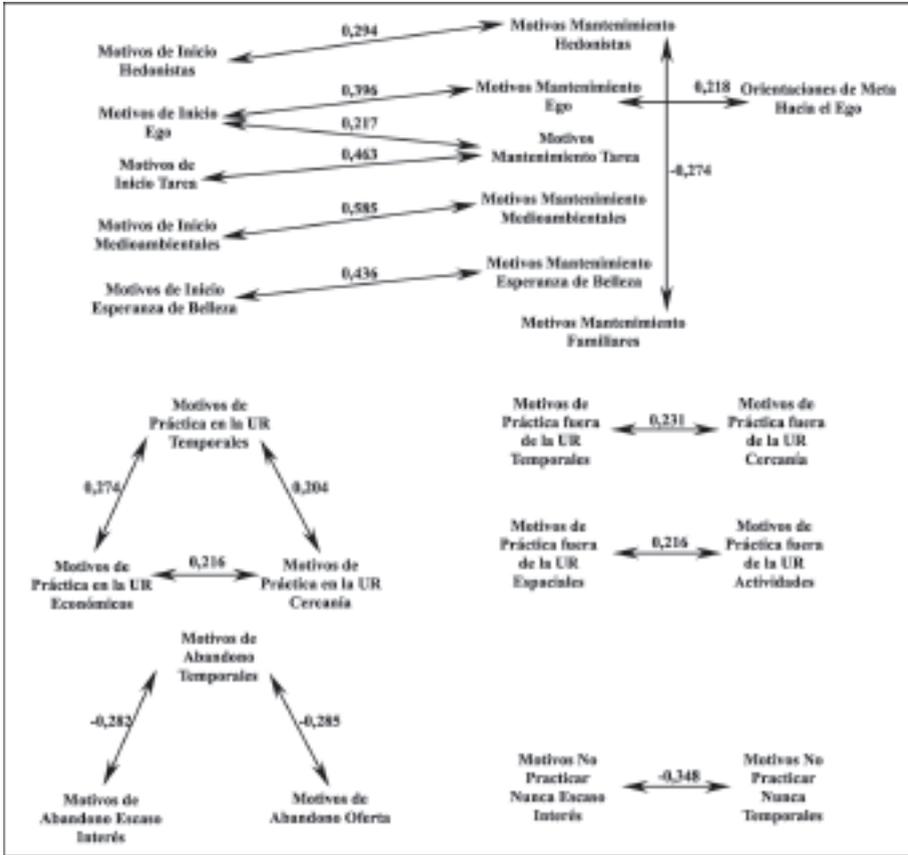


Figura 4.86. Análisis relacional de variables motivos relacionados con la práctica físico-deportiva con dependientes.

Los *motivos de inicio* entre sí, así como los *motivos de abandono* entre sí, no ofrecen ninguna relación estadísticamente significativa.

#### MOTIVOS DE INICIO Y MOTIVOS DE MANTENIMIENTO FÍSICO-DEPORTIVO

Observando las relaciones bivariadas entre los *motivos de inicio físico-deportivo* y los *motivos de mantenimiento*, se puede apreciar cómo todos los *motivos de inicio*, excepto los de *forma física*, se asocian significativamente con sus homólogos de mantenimiento. Además los *motivos de inicio relacionados con el ego* también se unen a los *motivos de mantenimiento relacionados con la tarea*. De estas seis relaciones significativas tres de ellas muestran un nivel de asociación moderado; se trata de los pares formados por los *motivos de inicio y mantenimiento relacionados con tarea* (0,463), los *motivos de inicio y mantenimiento de esperanza de belleza* (0,436) y los *motivos de inicio y*

*mantenimiento medioambientales* (0,585). El resto muestra valores bajos (tres asociaciones).

Para estas seis asociaciones se analizan las diferencias existentes entre las categorías de las variables *motivos de mantenimiento* para la variable *motivos de inicio físico-deportivo*. Con este fin, para el total de casos obtenidos para cada tipo de *motivos de mantenimiento* relacionado significativamente, se comparan los porcentajes de quienes señalan o no cada *motivo de inicio*.

Los resultados nos revelan que los *motivos de mantenimiento hedonistas* son señalados en mayor medida por aquellos que indican haberse iniciado impulsados por estos mismos motivos.

Aquellos que indican razones de inicio relacionadas con la *tarea* o el *ego* se ven influidos a continuar practicando por *motivos relacionados con la tarea*.

El porcentaje de quienes dicen continuar ejercitándose por la *esperanza de belleza* es mayor entre quienes se iniciaron por estos mismos motivos.

Los *motivos de mantenimiento relacionados con el ego* se observan en mayor medida entre quienes se iniciaron por razones de *ego*.

Por su parte, el *medio ambiente* se convierte en *motivo de mantenimiento* sobre todo entre quienes comenzaron su experiencia físico-deportiva por este mismo aspecto.

Motivos de inicio		Hedonistas		Tarea		Aspecto Físico		Ego		Medio ambientales	
		% elegidos	% no elegidos	% elegidos	% no elegidos	% elegidos	% no elegidos	% elegidos	% no elegidos	% elegidos	% no elegidos
Motivos Mantenimiento elegidos	elegidos	97,9	90								
	Intervalo	12,39	3,40								
Hedonistas	elegidos										
	Intervalo										
Tarea	elegidos			65	25,8			69,7	39,7		
	Intervalo			47,29	31,10			38,53	21,46		
Aspecto Físico	elegidos					77,5	35,8				
	Intervalo					49,85	33,54				
Ego	elegidos							49,2	17,5		
	Intervalo							39,37	24,02		
Medio ambientales	elegidos									72,6	12,1
	Intervalo									67,22	53,37

Figura 4.87. Diferencias proporcionales entre los motivos de inicio que repiten entre los motivos de mantenimiento.

## MOTIVOS DE MANTENIMIENTO FÍSICO-DEPORTIVO

Estos *motivos de mantenimiento medioambientales* se relacionan significativa e inversamente con las razones, también de mantenimiento, *hedonistas* (-0,224), por lo que podemos afirmar que los practicantes actuales y pasados que más continúan con esta forma de tiempo libre por *motivos medioambientales* señalan las *razones de mantenimiento hedonistas* ( $p_{+medioambientales} = 22,8\%$  y  $p_{-medioambientales} = 77,2\%$ , intervalo: 43,36; 20,63), con una frecuencia significativamente inferior a la de quienes menos declaran estos motivos.

## MOTIVOS DE MANTENIMIENTO Y ORIENTACIONES DE META

En cuanto a las *orientaciones de meta*, mientras que la *orientación a la tarea* no se relaciona significativamente con ningún motivo físico-deportivo, la *orientación al ego* lo hace exclusivamente con los *motivos de mantenimiento físico-deportivo vinculados al el ego* (0,218).

En el análisis diferencial se ha detectado que los *motivos relacionados con el ego* ( $p_{Ego} = 49\%$  y  $p_{no\ Ego} = 68,5\%$ , intervalo: -10,43; -28,56) inducen al mantenimiento físico-deportivo con mayor frecuencia a personas *orientadas al ego* frente a las que no presentan este tipo de orientación.

## MOTIVOS PARA PRACTICAR EN LAS INSTALACIONES DE LA UNIVERSIDAD DE LA RIOJA

Entre los motivos que llevan a la comunidad universitaria riojana a practicar actividades físicas en las instalaciones de la universidad se detectan tres relaciones significativas. Así, los *motivos relacionados con el tiempo* se unen a las razones conectadas con la *distancia espacial* (0,204) y con los *motivos económicos* (0,274). Al mismo tiempo, estos dos últimos se encuentran relacionados entre sí (0,216).

En esta línea, el análisis diferencial de contrastes nos muestra cómo los *motivos para practicar en las instalaciones universitarias relacionados con los horarios* afectan en mayor medida a quienes además señalan razones de *distancia temporal* ( $p_{MUR\ cercanía} = 39,4\%$  y  $p_{MUR\ no\ cercanía} = 4,1\%$ , intervalo: 65,52; 37,27) y *económicas* ( $p_{MUR\ Económicos} = 44,4\%$  y  $p_{MUR\ no\ Económicos} = 4,1\%$ , intervalo: 65,52; 37,27).

Al mismo tiempo, los *motivos para practicar en las instalaciones universitarias relacionados con las distancias espaciales* afectan en mayor medida a quienes además señalan razones *económicas* ( $p_{MUR\ Económicos} = 60,3\%$  y  $p_{MUR\ no\ Económicos} = 6,7\%$ , intervalo: 60,06; 36,53).

## MOTIVOS PARA PRACTICAR EN LAS INSTALACIONES NO UNIVERSITARIAS

Entre los motivos declarados para practicar en instalaciones no universitarias se repite la asociación significativa entre los *motivos relacionados con la falta de tiempo* y las razones relacionadas con la *distancia espacial* (0,231), de nuevo

con sentido directo: cuanta más importancia se dé a los *motivos temporales*, más fuerza toman los conectados con la *distancia* ( $p_{\text{MnoUR cercanía}} = 47,4\%$  y  $p_{\text{MnoUR no cercanía}} = 10,6\%$ , intervalo: 47,58; 26,61). Además existe una segunda relación significativa entre los *motivos espaciales* y los *relacionados con las actividades* (0,216): a mayor importancia de unos, mayor relevancia de los otros ( $p_{\text{MnoUR actividades}} = 61\%$  y  $p_{\text{MnoUR no actividades}} = 18,6\%$ , intervalo: 40,78; 23,81).

#### MOTIVOS DE ABANDONO FÍSICO-DEPORTIVO

Entre los tres *motivos de abandono físico-deportivo*, los relacionados con el *escaso interés* se asocian inversamente con los *temporales* (-0,282) y estos a su vez con los de la *oferta* (-0,285). De esta forma, entre los practicantes pasados que más importancia dan a las razones temporales para haber abandonado esta forma de tiempo libre, es mayor el índice de quienes apenas indican razones de escaso interés ( $p_{+\text{Mabandono interés}} = 61,3\%$  y  $p_{-\text{Mabandono interés}} = 81,4\%$ , intervalo: -11,42; -28,77). A su vez, entre los que más abandonan por *motivos temporales*, el porcentaje de practicantes que han dejado la actividad física por los espacios físico-deportivos es inferior al de quienes apenas señalan estos motivos como causantes de su abandono ( $p_{+\text{Mabandono espaciales}} = 66,2\%$  y  $p_{-\text{Mabandono interés}} = 77,4\%$ , intervalo: -2,29; -20,10).

#### MOTIVOS PARA NO HABER PRACTICADO NUNCA

En este caso los *motivos de escaso interés* vuelven a estar relacionados inversamente con los *temporales* (-0,348). Entre los universitarios físicamente inactivos que más importancia dan a las razones *temporales* para no practicar esta forma de tiempo libre, es mayor el índice de quienes apenas indican razones de *escaso interés* ( $p_{+\text{MNunca interés}} = 57,6\%$  y  $p_{-\text{MNunca interés}} = 92,6\%$ , intervalo: -26,91; -43,08).

#### 4.2.2.3. Análisis inferencial entre las variables dependientes y las variables independientes

Entre las variables dependientes y las independientes se encuentra un total de treinta y cinco relaciones significativas: diecisiete para las variables dependientes del *historial de práctica físico-deportiva*, catorce para las de *actividades físico-deportivas* y cuatro para los *motivos relacionados con la práctica físico-deportiva*. Las *orientaciones de meta* no se asocian significativamente con ninguna variable independiente.

##### 4.2.2.3.1. Análisis inferencial de las variables historial de práctica con las variables independientes

De las diecisiete relaciones significativas constatadas entre las variables del *historial de práctica físico-deportiva* y las independientes, la mayoría de ellas se

sitúan en niveles bajos (0,20-0,40) o moderados (0,40-0,60); destaca únicamente con nivel alto el cruce entre la *edad de abandono físico-deportivo* y la variable personal *edad* (0,624).

A continuación nos detendremos en cada una de estas asociaciones analizando las diferencias sufridas por las variables dependientes ante los cambios producidos en las variables independientes relacionadas.

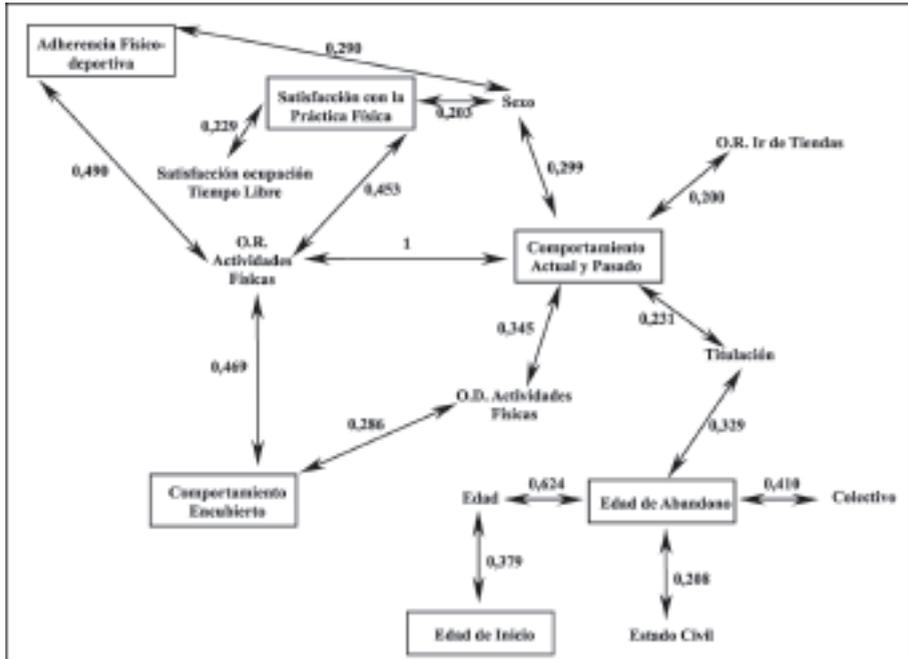


Figura 4.88. Análisis relacional entre las variables histórica de práctica y las variables independientes.

COMPORTAMIENTO FÍSICO-DEPORTIVO ACTUAL Y PASADO

El comportamiento físico-deportivo actual y pasado del universitario riojano se asocia con el sexo (0,299). Las diferencias de proporciones obtenidas corroboran significativamente que, en la actualidad, los universitarios riojanos se ejercitan físicamente más que las universitarias (figura 4.89).

COMPORTAMIENTO ACTUAL	% Hombres	% Mujeres	Intervalo entre hombres y mujeres
Practican	55	29	31,11; 20,88
No practican	45	71	-31,11;-20,88

Figura 4.89. Diferencias por sexo en el comportamiento físico-deportivo actual.

Del mismo modo, en el pasado, también el grupo masculino manifiesta una mayor participación en las actividades físico-deportivas (figura 4.90).

COMPORTAMIENTO PASADO	% Hombres	% Mujeres	Intervalo entre hombres y mujeres
Practicaban	79,2	61,9	22,07; 12,52
No practicaban	20,7	38	-22,07;-12,52

Figura 4.90. *Diferencias por sexo en el comportamiento físico-deportivo pasado.*

En esta misma línea, los hombres presentan mayor adherencia a la práctica físico-deportiva ya que el índice de quienes practican y practicaban supera significativamente al obtenido para las mujeres (figura 4.91).

En este marco, tal y como nos muestra la figura 4.91, el porcentaje de mujeres que aseguran no practicar en la actualidad ni haber practicado en el pasado es significativamente superior al de los hombres. Así mismo, ellas han abandonado la práctica físico-deportiva en mayor medida que los hombres. Aun así, el femenino constituye el grupo que más se ha iniciado recientemente en actividades motrices de tiempo libre.

COMPORTAMIENTO ACTUAL Y PASADO	% Hombres	% Mujeres	Intervalo entre hombres y mujeres
No Practico ni practicaba	18,7	33,3	-9,98; -19,21
No practico pero antes practicaba	26,2	37,6	-6,45; -16,34
Practico pero antes no practicaba	2	4,7	-0,78; -4,60
Practico y practicaba	53	24,3	33,74; 23,69

Figura 4.91. *Diferencias por sexo en el comportamiento físico-deportivo actual y pasado.*

Al atender al colectivo de estudiantes y profundizar en las distintas titulaciones que se imparten por la Universidad de La Rioja destacan cinco de ellas que presentan porcentajes significativamente superiores de matriculados que nunca han ocupado su tiempo libre en actividades físicas frente a los que siempre se han ejercitado motrizmente (practican y practicaban); estas son Derecho, Maestro especialista en Educación Infantil, Matemáticas, Química y Trabajo Social. En el extremo opuesto se distinguen las Ingenierías Técnicas Industriales en Electricidad y Mecánica, junto con Maestro especialista en Educación Física, por presentar un mayor índice de estudiantes practicantes actuales y pasados que de eternos inactivos físicamente.

El resto de titulaciones no muestra diferencias estadísticamente relevantes entre los que han practicado siempre y los que no lo han hecho nunca.

TITULACIÓN	% No practico ni practicaba	% practico y practicaba	Intervalo entre No practico ni practicaba y no practico pero practicaba
Derecho	10%	4,9%	9,57; 2,02
ITI Electricidad	0,6%	5,8%	-2,88; -7,51
ITI Mecánica	3,8%	11,1%	-3,72; -10,87
Maestro en Educación Física	0%	8,2%	-5,67; -10,72
Maestro en Educación Infantil	5%	1,3%	6,43; 1,37
Matemáticas	3,4%	1,3%	4,50; 0,09
Química	8,5%	4,2%	7,87; 0,72
Trabajo Social	5,3%	2%	6,07; 0,52

Figura 4.92. Diferencias por titulación en el comportamiento físico-deportivo actual y pasado.

Profundizando en los practicantes actuales tan sólo se detectan diferencias significativas ante el *comportamiento físico-deportivo pasado* en seis titulaciones: Administración y Dirección de Empresas, Filología Hispánica, Maestro en Educación Física y las Ingenierías Técnicas en Informática, Electricidad y Mecánica. En todas ellas, los practicantes actuales y pasados superan a los actuales pero no pasados.

TITULACIÓN	PRACTICO		Intervalo entre Practico pero no practicaba y practico y practicaba
	Pero no practicaba	Y practicaba	
Administración y Dirección de Empresas	2,5%	8,6%	-0,61; -11,58
Filología Hispánica	0%	1,5%	-0,37; -2,62
IT Informática	0%	2,2%	-1,25; -8,74
ITI Electricidad	0%	5,8%	-3,64; -7,95
ITI Mecánica	2,5%	11,1%	-2,90; -14,23
Maestro en Educación Física	2,5%	8,2%	-0,24; -11,15

Figura 4.93. Diferencias por titulación en el comportamiento físico-deportivo pasado de los practicantes actuales.

Por su parte, entre los físicamente inactivos en la actualidad, Ingeniería Técnica en Electrónica y Química acogen con mayor frecuencia a estudiantes que nunca se han ejercitado motrizmente, mientras que en las titulaciones de Maes-

tro especialistas en Educación Física y Educación Musical es mayor la cota de practicantes pasados que han abandonado.

TITULACIÓN	NO PRACTICO		Intervalo entre No practico ni practica y no practico pero practica
	Ni practicaba	Pero practicaba	
ITI Electrónica	8,2%	4,1%	7,69; 0,50
Maestro en Educación Física	0%	2%	-0,61; -3,38
Maestro en Educación Musical	1,6%	4,1%	-0,10; -4,89
Química	8,5%	4,6%	7,99; 0,20

Figura 4.94. Diferencias por titulación en el comportamiento físico-deportivo pasado de los no practicantes actuales.

Al comparar a los practicantes pasados que han abandonado su práctica físico-deportiva con los que continúan con esta forma de tiempo libre, se señalan cinco titulaciones cursadas en mayor medida por los practicantes actuales y pasados que por los que han renunciado a la ejercitación motriz; estas son Ingeniería Industrial, Ingenierías Técnicas en Electricidad, Electrónica y Mecánica, así como Maestro especialista en Educación Física.

En cambio, en las titulaciones de Derecho, Ingeniería Técnica Agrícola en Hortifruticultura y Jardinería, junto con los Maestros especialistas en Educación Infantil y Musical, los practicantes retirados superan claramente a los fieles.

TITULACIÓN	PRACTICABA		Intervalo entre No practico pero practica y practico y practica
	Pero no practico	Y practico	
Derecho	9,7%	4,9%	8,34; 1,25
Ingeniería Industrial	1,3%	3,5%	-0,16; -4,23
ITA Hortifruticultura	5,9%	2,7%	5,97; 0,42
ITI Electricidad	2%	5,8%	-1,23; -6,36
ITI Electrónica	4,1%	8%	-0,72; -7,07
ITI Mecánica	6,1%	11,1%	-1,25; -8,74
Maestro en Educación Física	2%	8,2%	-3,31; -9,08
Maestro en Educación Infantil	4,3%	1,1%	5,42; 0,97
Maestro en Educación Musical	4,1%	0,4%	5,74; 1,65

Figura 4.95. Diferencias por titulación en el comportamiento físico-deportivo actual de los practicantes pasados.

Química aparece como la única titulación que muestra diferencias significativas al comparar el *comportamiento físico-deportivo actual* entre los que en el pasado no se ejercitaban físicamente. Estas diferencias se inclinan a favor de los que siempre han sido motrizmente inactivos.

TITULACIÓN	NO PRACTICABA		Intervalo entre No practicaba ni practico y practico pero no practicaba
	NI practico	Pero practico	
Química	8,5%	2,5%	11,72; 0,27

Figura 4.96. Diferencias por titulación en el comportamiento físico-deportivo actual de los no practicantes pasados.

Por otra parte, el *comportamiento físico-deportivo actual y pasado* se asocia significativamente (0,200) a la actividad de tiempo libre *ir de tiendas*. Entre los que nunca han practicado actividades físico-deportivas el porcentaje de quienes suelen *ir de tiendas* es manifiestamente superior al de aquellos que no invierten su tiempo libre en esta ocupación. Por el contrario, los practicantes físico-deportivos más fieles declaran en menor medida *ir de tiendas* en el tiempo libre.

COMPORTAMIENTO FÍSICO-DEPORTIVO ACTUAL Y PASADO	OCUPACIÓN REAL EN IR DE TIENDAS			OCUPACIÓN DESEADA EN ACTIVIDADES FÍSICAS		
	Si	No	Intervalo Si y No	Si	No	Intervalo Si y No
No practico ni practicaba	32,0%	23,8%	13,78; 2,81	19%	39,6%	-19,78; -24,49
No practico pero practicaba	34,7%	31,6%	8,80; -3,68	36,5%	35%	0,81; -9,81
Practico pero no practicaba	4,4%	2,8%	3,91; -0,73	3,8%	2,8%	3,01; -1,68
Practico y practicaba	28,8%	41,8%	-7,36; -35,63	56,8%	22,6%	33,38; 23,80

Figura 4.97. Diferencias ante los comportamientos físico-deportivos actuales y pasados.

Al mismo tiempo, entre los *comportamientos físico-deportivos actuales y pasados* y el *deseo de practicar actividades físico-deportivas* de tiempo libre se establece una relación directa (0,345), de tal forma que entre quienes nunca han realizado ejercicio físico es mayor el porcentaje de quienes no ansían esta forma de tiempo libre. En cambio, entre los practicantes físico-deportivos actuales y pasados los que demandan esta ocupación de tiempo libre superan a los que no la solicitan.

#### COMPORTAMIENTO FÍSICO-DEPORTIVO ENCUBIERTO

Al estudiar en la comunidad universitaria riojana el *comportamiento físico-deportivo encubierto*, los practicantes actuales de actividades físicas, así como los que desean este tipo de experiencias de tiempo libre, son los que más segu-

ros se sienten de su posible práctica futura. Sin embargo, los que no ocupan y los que no desean invertir su tiempo libre en la práctica físico-deportiva constituyen el grupo de los que más dudas presentan ante su comportamiento físico-deportivo encubierto.

COMPORTAMIENTO FÍSICO-DEPORTIVO ENCUBIERTO	OCUPACIÓN REAL EN ACTIVIDAD FÍSICA			OCUPACIÓN DESEADA: ACTIVIDAD FÍSICA		
	Si	No	Intervalo Si y No	Si	No	Intervalo Si y No
No con seguridad	0,4%	1,4%	0,82; -2,02	0,2%	2%	-0,59; -3,08
Probablemente no	0,2%	9,3%	-6,74; -11,05	3,1%	8,2%	-2,46; -7,73
Ahem no lo sí	8,5%	32,1%	-19,37; -2,82	15,7%	30,6%	-39,58; -28,81
Probablemente sí	23,6%	36,4%	-5,56; -16,03	31,8%	32,5%	4,38; -6,18
Sí con seguridad	66,2%	21%	49,36; 38,83	48,8%	26,8%	28,32; 17,67

Figura 4.98. Diferencias por ocupación real y deseada en actividades físicas en los comportamientos físico-deportivos actuales y pasados.

#### SATISFACCIÓN CON SU SITUACIÓN DE PRÁCTICA FÍSICO-DEPORTIVA

La variable *satisfacción con la práctica físico-deportiva* se asocia con el *sexo* (0,203). Se encuentran diferencias significativas, a favor de los hombres, entre los que se muestran muy satisfechos ( $p_H= 58,7\%$  y  $p_M= 42,1\%$ , intervalo: 21,88; 11,31). Mientras, las mujeres superan a los hombres entre los insatisfechos ( $p_H= 6,2\%$  y  $p_M= 13\%$ , intervalo: -3,68; -9,91) y los muy insatisfechos ( $p_H= 6,6\%$  y  $p_M= 14,3\%$ , intervalo: -4,47; -10,92).

Así mismo, la *práctica de actividades físico-deportivas* se relaciona, con un coeficiente de 0,453, con el grado de *satisfacción con la situación de práctica*. Los físicamente activos se declaran significativamente más satisfechos que los que actualmente dicen no ejercitarse. Por su parte, los que no hacen ejercicio físico señalan, con mayor frecuencia que los practicantes actuales, sentirse indiferentes, insatisfechos o muy insatisfechos con su situación de práctica actual.

GRADO DE SATISFACCIÓN CON LA PRÁCTICA FÍSICO-DEPORTIVA	OCUPACIÓN REAL EN ACTIVIDADES FÍSICAS		Intervalo entre practicantes y no practicantes
	Si	No	
Muy Satisfecho	74,8%	32,9%	47,06; 36,75
Satisfecho	12,8%	15,2%	1,55; -6,35
Indiferente	11%	18,8%	-3,81; -11,78
Insatisfecho	0,6%	16,6%	-11,18; -18,81
Muy insatisfecho	0,8%	16,9%	-12,86; -18,53

Figura 4.99. Diferencias por ocupación real en actividades físicas en la satisfacción con la práctica físico-deportiva.

La *satisfacción con la ocupación de tiempo libre* representa otra variable asociada directamente con la *satisfacción con la situación de práctica físico-deportiva* (0,229). Cuanta mayor satisfacción ante la ocupación de tiempo libre, mayor satisfacción con su situación de práctica físico-deportiva. Así, los que más satisfechos se encuentran con su ocupación de tiempo libre son los que más satisfechos se muestran con su situación de práctica físico-deportiva, y los que se declaran más insatisfechos ante su forma de pasar el tiempo libre coinciden con los más insatisfechos con su situación físico-deportiva.

SATISFACCIÓN CON LA PRÁCTICA FÍSICO-DEPORTIVA	SATISFACCIÓN CON LA OCUPACIÓN DEL TL			Intervalo entre Muy satisfecho o Satisfecho o Indiferente	Intervalo entre Muy satisfecho o Satisfecho o Insatisfecho o Muy Insatisfecho	Intervalo entre Insatisfecho o Muy Insatisfecho o Indiferente
	Muy Satisfecho o Satisfecho	Indiferente	Insatisfecho o Muy Insatisfecho			
Muy Satisfecho o Satisfecho	72,81%	50,9%	40,55%	27,71; 18,10	41,73; 23,96	20,58; -0,68
Indiferente	12,84%	22,4%	15,25%	-5,09; -14,46	-9,80; 4,65	15,39; -0,85
Insatisfecho o Muy Insatisfecho	14,57%	26,6%	43,80%	-7,26; -17,27	-19,48; -39,05	-6,53; -27,46
TOTAL	100%	100%	100%			

Figura 4.100. Diferencias entre la satisfacción con la ocupación de tiempo libre ante la satisfacción con la situación de práctica físico-deportiva.

#### EDAD DE INICIO FÍSICO-DEPORTIVO

Por su parte, la *edad de inicio físico-deportivo* tan sólo se relaciona con la variable independiente personal *edad* (0,379): los más jóvenes (menores de 30 años) se corresponden con los que antes se inician en la práctica físico-deportiva; mientras que los que tienen edades comprendidas entre los 30 y los 45 años se inician con más de 20 años en mayor medida que los menores de 30.

EDAD DE INICIO FÍSICO-DEPORTIVO	EDAD			Intervalo entre < de 30 y entre 30 y 45 años	Intervalo entre < de 30 y > de 45 años	Intervalo entre 30 y 45 años y > de 45 años
	< de 30 años	Entre 30 y 45	> de 45 años			
Con menos de 10 años	49,6%	35,5%	20%	37,79; 18,80	64,59; 14,80	43,34; -12,74
Entre 11 y 20 años	27%	21,6%	40%	-9,88; -17,88	18,34; -43,94	23,80; -42,80
Con más de 20 años	15,5%	43,1%	40%	-8,58; -31,89	1,72; -55,12	24,39; -37,19
TOTAL	100%	100%	100%			

Figura 4.101. Diferencias entre la edad ante la edad de inicio físico-deportivo.

#### EDAD DE ABANDONO FÍSICO-DEPORTIVO

En cuanto a la *edad a la que se abandona la actividad física*, ésta se relaciona estrechamente con la variable personal *edad* (0,624) y con el *colectivo*

universitario (0,410), moderadamente con la *titulación* estudiada por el colectivo de alumnos (0,329) y débilmente con el *estado civil* (0,208).

En cuanto a la *edad de abandono* y la *edad*, los practicantes pasados con más de 30 años cesan en sus experiencias motrices una vez superados los 20 años de edad en mayor medida que los menores de 30. En cambio, estos últimos son los que más suprimen los comportamientos físico-deportivos de su tiempo libre antes de los 16 años.

EDAD DE ABANDONO FÍSICO-DEPORTIVO	EDAD			Intervalo entre < de 30 y entre 30 y 45 años	Intervalo entre < de 30 y > de 45 años	Intervalo entre 30 y 45 años y > de 45 años
	< de 30 años	Entre 30 y 45	> de 45 años			
Con menos de 10 años	30,7%	6,7%	0%	17,80; -9,08	12,89; 7,70	19,35; -5,99
Entre 11 y 15 años	45,6%	20%	0%	64,33; 24,84	79,15; 61,80	46,24; -6,24
Entre 16 y 20 años	20%	20%	36,7%	28,80; -38,60	33,39; -28,79	38,26; -32,76
Con más de 20 años	3,7%	53,3%	43,3%	-24,28; -14,91	-49,68; -39,30	9,08; -49,08
TOTAL	100%	100%	100%			

Figura 4.102. Diferencias entre la edad cronológica ante la edad de abandono físico-deportivo.

Atendiendo al *estado civil*, los solteros abandonan su ejercitación física antes que los casados: es significativamente mayor el índice de solteros que el de casados que dejaron de realizar actividades físico-deportivas de tiempo libre entre los 10 y los 15 años ( $p_{\text{Solteros}} = 65,78\%$  y  $p_{\text{Casados}} = 25\%$ , intervalo: 65,78; 15,93). En cuanto a los que dicen haber abandonado con una edad superior a los 20 años, la relación se invierte a favor de los casados ( $p_{\text{Solteros}} = 3,84\%$  y  $p_{\text{Casados}} = 50\%$ , intervalo: -17,80; -74,51).

Así mismo, los estudiantes abandonan su ejercitación física antes que el personal universitario. El índice de abandonos del alumnado antes de los diez años supera significativamente en casi once puntos porcentuales al registrado por el personal docente e investigador ( $p_{\text{Alum}} = 14,3\%$  y  $p_{\text{PDI}} = 3,7\%$ , intervalo: 18,51; 2,68). Todavía es mayor la diferencia entre los que abandonan la práctica entre los 10 y los 15 años de edad ( $p_{\text{Alum}} = 69,1\%$  y  $p_{\text{PDI}} = 22,2\%$ , intervalo: 63,22; 30,57); en esta franja se detecta una diferencia también relevante entre los estudiantes y el personal de administración y servicios ( $p_{\text{Alum}} = 69,1\%$  y  $p_{\text{PAS}} = 16,7\%$ , intervalo: 73,99; 30,80).

Profundizando en el colectivo de estudiantes, destacan seis titulaciones por presentar porcentajes claramente superiores de matriculados que han cesado en su práctica físico-deportiva entre los 11 y 15 años frente a los que lo hicieron con menos de 10: Enfermería, Filología Hispánica, Humanidades, Ingeniería Técnica en Electrónica y Maestro especialistas en Educación Física y en Lengua Extranjera.

TITULACIÓN	EDAD DE ABANDONO		Intervalo entre No practico ni practicaba y no practico pero practicaba
	Con menos de 10 años	Entre 11 y 15 años	
Enfermería	0%	5,7%	-2,90; -8,49
Filología Hispánica	0%	2,3%	-0,49; -4,10
Humanidades	0%	3,4%	-1,21; -5,58
ITI Electrónica	0%	4,9%	-1,99; -7,00
Maestro en Educación Física	0%	2,3%	-0,49; -4,10
Maestro en Lengua Extranjera	0%	2,7%	-0,74; -4,65

Figura 4.103. Diferencias por titulación en la edad de abandono físico-deportivo.

#### ADHERENCIA FÍSICO-DEPORTIVA

La *adherencia físico-deportiva* se relaciona significativamente con la variable *sexo* (0,290), así como con la ocupación real de tiempo libre en *actividades físicas* (0,490).

En esta línea, el grupo masculino presenta *adherencias a la práctica físico-deportiva* significativamente superiores a las del grupo femenino.

ADHERENCIA FÍSICO-DEPORTIVO	% Hombres	% Mujeres	Intervalo entre hombres y mujeres
Menos de 1 año	2,3	6	-1,18; -6,21
Entre 2 y 5 años	9,8	24,9	-10,41; -19,79
Entre 6 y 10 años	23	31,3	-2,75; -13,84
Más de 10 años	63,7	36,7	33,01; 20,98

Figura 4.104. Diferencias por sexo de los años de adherencia físico-deportiva.

Por otra parte, los que en la actualidad realizan *actividades físico-deportivas* de tiempo libre presentan mayor experiencia físico-deportiva que los físicamente inactivos: el 70% de los practicantes actuales acumulan más de 10 años de actividad motriz, frente a un escaso 13,1% de los no practicantes. No obstante, si nos centramos en los universitarios riojanos que no alcanzan el año de práctica físico-deportiva, vemos cómo el porcentaje de quienes se ejercitan motrizmente en la actualidad es significativamente superior al de físicamente inactivos, lo que refleja la reciente incorporación a la ocupación física de tiempo libre de uno de cada veinte universitarios riojanos.

ADHERENCIA FÍSICO-DEPORTIVO	OCUPACIÓN REAL EN ACTIVIDADES FÍSICAS		Intervalo entre practicantes y no practicantes
	Si	No	
Menos de 1 año	4,3%	1,9%	4,41; 0,38
Entre 2 y 5 años	7,6%	16,1%	-4,99; -12,00
Entre 6 y 10 años	15,9%	23,5%	-3,19; -12,00
Más de 10 años	70%	13,1%	61,36; 52,23

Figura 4.105. Diferencias por ocupación real en actividades físicas en la satisfacción con la práctica físico-deportiva.

#### 4.2.2.3.2. Análisis inferencial de las variables actividades físico-deportivas con las variables independientes

Catorce son las relaciones significativas constatadas al cruzar las variables de actividad física referentes a los indicadores *número de actividades físico-deportivas* practicadas, *contexto de práctica físico-deportiva*, *lugar de práctica físico-deportiva* y *con quién se practica* con las variables independientes. La mayoría de ellas se sitúan en niveles bajos (0,20-0,40); destacan únicamente con niveles moderados las asociaciones de la variable *departamento*, con los *ejercicios didácticos* (0,527) por un lado, y, por otro, con la *práctica en compañía de amigos* (0,503).

Para cada una de estas asociaciones se analizan las diferencias sufridas por las variables dependientes ante los cambios producidos en las variables independientes relacionadas.

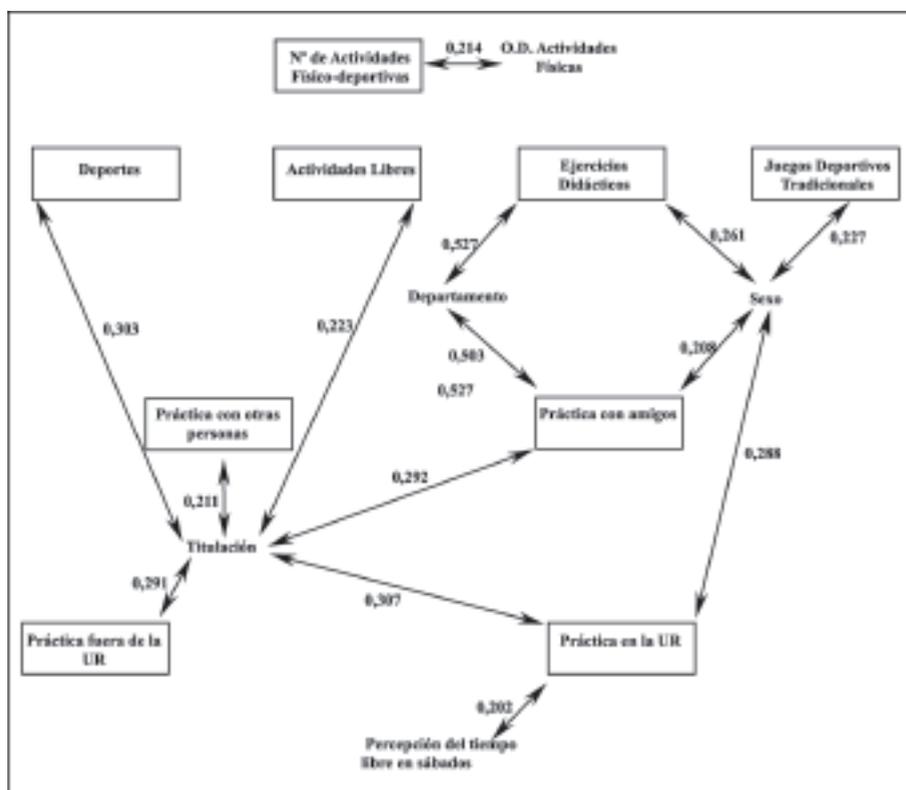


Figura 4.106. Análisis relacional entre las variables actividades físico-deportivas y las independientes.

#### NÚMERO DE ACTIVIDADES FÍSICO-DEPORTIVAS

El *número de actividades físico-deportivas* practicadas por los universitarios físicamente activos guarda relación, aunque débil (0,214), con el deseo de ocupar el tiempo libre en comportamientos motores. El análisis de contrastes apunta el sentido positivo de dicha relación, donde los que desean la práctica físico-deportiva de tiempo libre se corresponden con los que más se involucran en varias modalidades, mientras que los practicantes físico-deportivos que no anhelan esta forma de tiempo libre son los que más se decantan por una única actividad.

NÚMERO DE ACTIVIDADES FÍSICO-DEPORTIVAS	OCUPACIÓN DESEADA EN ACTIVIDADES FÍSICO-DEPORTIVAS		Intervalo entre demandantes y no demandantes
	Si	No	
Una actividad	37,3%	61%	-14,66; -32,73
Varias actividades	62,7%	39%	32,73; 14,66

Figura 4.107. Diferencias por ocupación deseada en actividades físico-deportivas en cuanto al número de actividades físico-deportivas practicadas.

#### CONTEXTO DE PRÁCTICA FÍSICO-DEPORTIVA

De los cuatro tipos de actividades físico-deportivas según el contexto de práctica, los *ejercicios didácticos* son los únicos que se vinculan significativamente a dos variables independientes: el sexo (0,261) y el departamento universitario (0,527). Los *juegos deportivos tradicionales* también muestran relación relevante con la variable personal *sexo* (0,227). Por su parte, las *actividades físico-deportivas libres*, así como los *deportes*, se asocian a la titulación que se estudia, con unos coeficientes de asociación de 0,223 y 0,303 respectivamente.

Adentrándonos en el estudio de contrastes de cada una de estas relaciones, se detecta cómo los *ejercicios didácticos* son significativamente más practicados por las universitarias que por los universitarios (figura 4.108).

PRÁCTICA DE EJERCICIOS DIDÁCTICOS	SEXO		Intervalo entre hombres y mujeres
	Hombres	Mujeres	
Si	21%	79%	-16,73; -32,86
No	79%	54,2%	32,86; 16,73

Figura 4.108. Diferencias por sexo en cuanto a la práctica de ejercicios didácticos.

Al descender al colectivo de personal docente e investigador destacan cuatro departamentos en los que la mayoría de su PDI no participa en este tipo de actividades físico-deportivas (figura 4.109): Derecho, Economía y Empresa, Ingeniería Eléctrica e Ingeniería Mecánica.

DEPARTAMENTOS	PRÁCTICA DE EJERCICIOS DIDÁCTICOS		Intervalo entre practicantes y no practicantes
	Si	No	
Derecho	0%	10,7%	-3,70; -17,69
Economía y Empresa	0%	16%	-7,70; -24,29
Ingeniería Eléctrica	0%	9,3%	-2,72; -15,87
Ingeniería Mecánica	0%	12%	-4,64; -19,35

Figura 4.109. Diferencias por departamento en cuanto a la práctica de ejercicios didácticos.

El resto de departamentos no presentan diferencias estadísticamente significativas en cuanto a la práctica de *ejercicios didácticos*.

En contraste con los *ejercicios didácticos*, los *juegos deportivos tradicionales* son más frecuentados por los hombres que por las mujeres.

PRÁCTICA DE JUEGOS DEPORTIVOS TRADICIONALES	SEXO		Intervalo entre hombres y mujeres
	Hombres	Mujeres	
Si	22,9%	5,4%	22,87; 12,12
No	77,1%	94,6%	-12,12; -22,87

Figura 4.110. Diferencias por sexo en cuanto a la práctica de juegos deportivos tradicionales.

Al comprobar, para cada titulación ofertada por la Universidad de La Rioja, el porcentaje de estudiantes practicantes de *actividades libres* con el de practicantes de otros contextos, tan sólo destacan tres titulaciones por acoger un índice de practicantes de *actividades libres* significativamente superior al de los que no toman parte de este contexto motor: las Ingenierías Técnicas en Electricidad y Electrónica y Maestro especialista en Educación Física. En el lado opuesto, entre los estudiantes físicamente activos de Derecho, Química y Maestro especialista en Educación Infantil y Musical, las tasas de quienes no realizan *actividades libres* son estadísticamente superiores a las de quienes se ejercitan motrizmente por su cuenta.

El resto de titulaciones no presentan diferencias relevantes en cuanto a la práctica de *actividades libres*.

TITULACIÓN	PRÁCTICA DE ACTIVIDADES LIBRES		Intervalo entre practicantes y no practicantes
	Si	No	
Derecho	4,8%	8,8%	-0,92; -7,07
ITI Electricidad	5,5%	2,2%	6,06; 0,50
ITI Electrónica	10%	5,6%	8,16; 0,63
Maestro en Educación Física	6,6%	3%	6,66; 0,53
Maestro en Educación Infantil	0,3%	4,2%	-2,45; -5,34
Maestro en Educación Musical	0,7%	2,4%	-0,31; -3,08
Química	3,1%	6,1%	-0,47; -5,52

Figura 4.111. Diferencias por titulación en cuanto a la práctica de actividades libres.

En esta misma línea, el alumnado deportista supera significativamente a los practicantes de otros contextos físico-deportivos en las Ingenierías Técnicas en Electrónica y Mecánica, así como en Maestro especialista en Educación Física. Por el contrario, en las titulaciones de Derecho, Humanidades, Ingeniería Técnica Agrícola en Hortifruticultura y Jardinería, Maestro especialista en Educación Infantil y Trabajo Social las tasas de físicamente activos pero no deportistas son mayores a las de deportistas.

El resto de titulaciones no presentan diferencias significativas en cuanto a la práctica de *deportes*.

TITULACIÓN	PRÁCTICA DE DEPORTES		Intervalo entre practicantes y no practicantes
	Si	No	
Derecho	3,7%	8,3%	-1,00; -8,19
Humanidades	0%	2,7%	-1,72; -3,67
ITA Hortifruticultura	0,7%	4,8%	-2,19; -6,00
ITI Electrónica	7,5%	2,4%	9,65; 0,54
ITI Mecánica	12,7%	6,5%	12,02; 0,37
Maestro en Educación Física	17,2%	2,2%	21,44; 8,55
Maestro en Educación Infantil	0,7%	3,6%	-1,10; -4,69
Trabajo Social	0,7%	4%	-1,46; -5,13

Figura 4.112. Diferencias por titulación en cuanto a la práctica de deportes.

#### LUGAR DE PRÁCTICA FÍSICO-DEPORTIVA

La variable *práctica físico-deportiva en la Universidad de La Rioja* encuentra relación relevante con el *sexo* de quien practica (0,288), con la *titu-*

lación que se estudia (0,307) y con la *percepción del tiempo libre de los sábados* (0,202).

Atendiendo al *sexo*, son los hombres los que más utilizan las instalaciones físico-deportivas universitarias para sus actividades motrices de tiempo libre.

PRÁCTICA LA UR	SEXO		Intervalo entre hombres y mujeres
	Hombres	Mujeres	
Si	52,1%	24,1%	35,85; 20,14
No	47,9%	75,9%	-20,14; -35,85

Figura 4.113. *Diferencias por sexo en cuanto a la práctica en las instalaciones de la Universidad de La Rioja.*

Las titulaciones de Enfermería, Derecho, Química y Maestro especialista en Educación Infantil y Musical contienen en menor medida a practicantes físico-deportivos usuarios de las instalaciones del campus universitario. En cambio, en Filología Inglesa, Ingeniería Industrial, Ingeniería Técnica en Electricidad, Ingeniería Técnica en Mecánica y Maestro especialista en Educación Física es mayor el porcentaje de practicantes que emplean las instalaciones de la Universidad de La Rioja.

El resto de titulaciones no presentan diferencias estadísticamente significativas en cuanto a la *práctica en las instalaciones universitarias*.

TITULACIÓN	PRÁCTICA EN LA UR		Intervalo entre practicantes y no practicantes
	Si	No	
Enfermería	0,9%	5,3%	-2,51; -6,28
Derecho	3,8%	8,7%	-1,78; -8,01
Filología Inglesa	5,7%	1,9%	7,03; 0,56
Ingeniería Industrial	6,1%	2,2%	7,24; 0,55
ITI Electricidad	7,5%	2%	9,15; 1,84
ITI Mecánica	11,8%	6,3%	10,09; 0,90
Maestro en Educación Física	9,9%	2,5%	11,53; 3,26
Maestro en Educación Infantil	0%	3,9%	-2,69; -5,10
Maestro en Educación Musical	0,5%	2,3%	-0,46; -3,13
Química	2,8%	6%	-0,53; -5,86

Figura 4.114. *Diferencias por titulación en cuanto a la práctica en las instalaciones de la Universidad de La Rioja.*

Entre aquellos universitarios físicamente activos que perciben tener mucho o bastante tiempo libre los sábados, es mayor el índice de los que utilizan las instalaciones universitarias para su ocupación física de tiempo libre. En cambio, entre aquellos que declaran tener normal o poco tiempo libre ese día destacan los que no utilizan las instalaciones de la Universidad de La Rioja.

PERCEPCIÓN DE TIEMPO LIBRE EN SÁBADOS	PRÁCTICA EN LA UR		Intervalo entre practicantes y no practicantes
	Si	No	
Mucho	42,1%	31,9%	17,10; 3,29
Bastante	24,5%	16,8%	13,64; 1,75
Normal	22,3%	28,6%	-0,32; -12,27
Poco	7,3%	14,8%	-3,55; -11,44
Muy Poco	3,9%	7,9%	3,14; -1,14

Figura 4.115. Diferencias por percepción de tiempo libre en sábados en cuanto a la práctica en las instalaciones de la Universidad de La Rioja.

En cuanto a la *práctica fuera de la universidad*, las titulaciones de Derecho, Ingeniería Técnica Agrícola en Hortifruticultura y Jardinería, Maestro en Educación Infantil y Musical y Trabajo Social acogen en menor medida a practicantes físico-deportivos usuarios de instalaciones no universitarias. En cambio, en Ingeniería Técnica en Electricidad, Ingeniería Técnica en Mecánica y Maestro especialista en Educación Física es mayor el porcentaje de practicantes que emplean instalaciones no universitarias.

El resto de titulaciones no presentan diferencias trascendentes en cuanto a la práctica en las instalaciones no universitarias.

TITULACIÓN	PRÁCTICA FUERA DE LA UR		Intervalo entre practicantes y no practicantes
	Si	No	
Derecho	4,6%	9,7%	-2,23; -7,96
ITA Hortifruticultura	2,9%	5,2%	-0,08; -4,51
ITI Electricidad	5,3%	1,6%	5,95; 1,44
ITI Mecánica	19,4%	5,3%	8,33; 1,86
Maestro en Educación Física	8%	1,3%	9,32; 4,07
Maestro en Educación Infantil	1,3%	4,4%	-1,29; -4,90
Maestro en Educación Musical	0,7%	2,8%	-0,69; -3,5
Trabajo Social	1,8%	4,8%	-1,04; -4,95

Figura 4.116. Diferencias por titulación en cuanto a la práctica en instalaciones no universitarias.

CON QUIÉN SE PRACTICA ACTIVIDAD FÍSICA

De las cuatro variables que tratan el indicador *con quién se practica actividad física*, la *práctica en solitario*, y la de *en compañía de familiares* no se asocian significativamente con ninguna variable independiente. Mientras que la *práctica en compañía de amigos* se relaciona con el *sexo* (0,208), el *departamento* (0,503) y la *titulación* (0,292), la práctica físico-deportiva *en compañía de otras personas* con las que no se guarda vinculación afectiva tan sólo lo hace con la *titulación* (0,211).

El análisis diferencial de contrastes nos muestra cómo los hombres practican más *en compañía de los amigos* que las mujeres.

PRÁCTICA CON AMIGOS	SEXO		Intervalo entre hombres y mujeres
	Hombres	Mujeres	
Si	78,2%	63,1%	23,01; 7,18
No	21,8%	36,9%	-7,18; -23,01

Figura 4.117. Diferencias por sexo en cuanto a la práctica en compañía de amigos.

Además, profundizando en el colectivo de personal docente e investigador, el departamento de Economía y Empresa es el único que presenta un menor índice de practicantes *en compañía de amigos*, mientras que el resto de departamentos no muestran diferencias significativas.

DEPARTAMENTO	PRÁCTICA CON AMIGOS		Intervalo entre practicantes y no practicantes
	Si	No	
Economía y Empresa	3,3%	18,6%	-3,49; -27,10

Figura 4.118. Diferencias por departamentos en cuanto a la práctica en compañía de amigos.

En cambio, alcanzan el número de cuatro las titulaciones del campus riojano a las que pertenece un mayor porcentaje de practicantes que no se ejercitan *en compañía de amigos*: Derecho, Maestro en Educación Infantil, Maestro en Educación Musical y Química. En el extremo opuesto nos encontramos con Maestro especialista en Educación Física y con las Ingenierías Técnicas en Electricidad y Electrónica, donde el porcentaje de físicamente activos que quedan con amigos para hacer ejercicio supera significativamente al de quienes no practican con las amistades.

El resto de titulaciones no presentan diferencias relevantes en cuanto a la *práctica en compañía de amigos*.

TITULACIÓN	PRÁCTICA CON AMIGOS		Intervalo entre practicantes y no practicantes
	Si	No	
Derecho	4,8%	8,8%	-0,92; -7,07
ITI Electricidad	5,5%	2,2%	6,06; 0,50
ITI Electrónica	10%	5,6%	8,16; 0,63
Maestro en Educación Física	6,6%	3%	6,66; 0,53
Maestro en Educación Infantil	0,3%	4,2%	-2,45; -5,34
Maestro en Educación Musical	0,7%	2,4%	-0,31; -3,08
Química	3,1%	6,1%	-0,47; -5,52

Figura 4.119. Diferencias por titulación en cuanto a la práctica en compañía de amigos.

Del mismo modo, los que se ejercitan *en compañía de personas a las que no se encuentran vinculados afectivamente* representan un mayor porcentaje de estudiantes de Ingeniería Técnica en Electricidad, Ingeniería Técnica en Mecánica y Maestro en Educación Física que quienes en estas titulaciones no practican con otras personas. En el extremo opuesto, la tasa de quienes hacen actividad física *en compañía de personas sin vinculación afectiva* es menor que la de quienes no practican con estas personas en las titulaciones de Derecho, Humanidades, Maestro en Educación Infantil, Trabajo Social e Ingeniería Técnica Agrícola en Hortifruticultura y Jardinería.

TITULACIÓN	PRÁCTICA CON OTRAS PERSONAS		Intervalo entre practicantes y no practicantes
	Si	No	
Derecho	3,7%	8,7%	-1,00; -8,19
Humanidades	0%	2,7%	-1,72; -5,67
ITA Hortifruticultura	0,7%	4,8%	-2,19; -6,00
ITI Electricidad	7,5%	2,4%	9,65; 0,54
ITI Mecánica	12,7%	6,5%	12,02; 0,37
Maestro en Educación Física	17,2%	2,2%	21,44; 1,55
Maestro en Educación Infantil	0,7%	3,6%	-1,10; -4,69
Trabajo Social	0,7%	4%	-1,46; -5,13

Figura 4.120. Diferencias por titulación en cuanto a la práctica en compañía de otras personas.

4.2.2.3.3. Análisis inferencial de las variables motivos relacionados con la práctica físico-deportiva con las variables independientes

Ante todos los posibles cruces de los *motivos en torno a la práctica físico-deportiva* con las variables independientes, tan sólo se encuentran relaciones estadísticamente significativas en los *motivos de mantenimiento de salud* y los *espaciales para practicar en las instalaciones de la Universidad de La Rioja*. Cada uno de ellos se asocia a dos variables independientes: los motivos de mantenimiento de salud lo hacen con las variables personales *edad* (0,260) y *estado civil* (0,272), mientras que los *motivos espaciales para practicar en la UR* se conectan con el *sexo* (0,234) y con la *satisfacción con la ocupación del tiempo libre* (0,325).

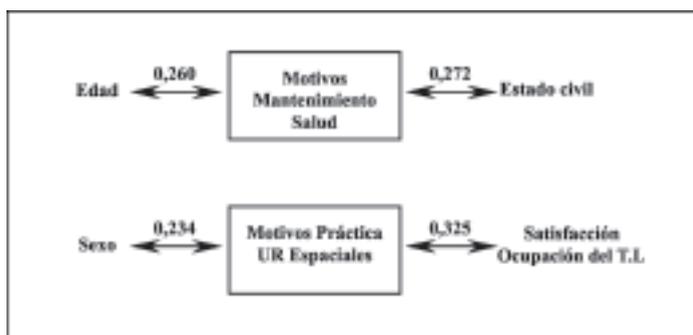


Figura 4.121. Análisis relacional entre los motivos en torno a la práctica físico-deportiva y las variables independientes.

Los practicantes universitarios actuales y pasados mayores de 45 años son los que más declaran continuar realizando actividad física por motivos de salud (figura 4.122). En cuanto al *estado civil*, los casados aseguran mantenerse físicamente activos por estos mismos motivos en mayor medida que los solteros (figura 4.123).

MOTIVOS DE MANTENIMIENTO DE SALUD	EDAD			Intervalo entre < de 30 y entre 30 y 45 años	Intervalo entre = de 30 y = de 45 años	Intervalo entre 30 y 45 años y > de 45 años
	< de 30 años	Entre 30 y 45	> de 45 años			
Si	37,2%	53,3%	100%	2,27; -34,43	-58,45; -67,14	-38,84; -64,55
No	62,8%	46,7%	0%	34,43; -2,27	67,14; 58,45	64,55; 28,84
TOTAL	100%	100%	100%			

Figura 4.122. Diferencias por edad en cuanto a los motivos de mantenimiento de salud.

MOTIVOS DE MANTENIMIENTO DE SALUD	ESTADO CIVIL			Intervalo entre Solteros y Casados	Intervalo entre Solteros y Divorciados o Separados	Intervalo entre Casados y Divorciados o Separados
	Solteros	Casados	Divorciados o Separados			
Si	37,42%	66,7%	90%	-4,08; -46,29	-41,76; 36,61	68,88; -36,28
No	62,57%	33,3%	9%	46,29; 4,08	-36,61; 68,76	36,28; -68,88
TOTAL	100%	100%	100%			

Figura 4.123. Diferencias por estado civil en cuanto a los motivos de mantenimiento de salud.

Los hombres se ven más motivados que las mujeres ( $p_H= 42,4\%$  y  $p_M= 18,4\%$ , intervalo: 36,98; 11,01) a utilizar las instalaciones deportivas universitarias porque los espacios de esta entidad los encuentran más adecuados que los de otras. Del mismo modo, entre los universitarios riojanos físicamente activos que declaran sentirse satisfechos con la ocupación de su tiempo libre, el porcentaje de quienes señalan utilizar las instalaciones físico-deportivas de la UR por la adecuación de sus espacios es significativamente superior al de quienes no señalan estos motivos.

#### 4.2.3. Análisis multivariable

Hasta el momento hemos venido estudiando diseños donde se establecían relaciones entre dos variables. Por una parte, hemos estudiado, mediante el análisis relacional, las asociaciones que se establecen entre dos variables y de qué modo el conocimiento de esta relación nos permite predecir una conducta en función de otra a través de coeficientes de relación (coeficiente de correlación, V de Cramer y D de Somers). Por otra parte, hemos constatado las diferencias estadísticamente significativas entre las categorías de las variables independientes de identificación y de las variables intervinientes de tiempo libre ante los comportamientos, actitudes y motivaciones de la población universitaria riojana respecto de la práctica físico-deportiva de tiempo libre.

Nuestro análisis va mucho más allá; pretende **precisar los factores causantes de determinados comportamientos, actitudes y motivaciones ante la práctica físico-deportiva de tiempo libre**, con el fin de ofrecer explicaciones acerca de dicha práctica.

Para ello, partiendo de los resultados del análisis inferencial, se establecen unas hipótesis, todas las cuales mantienen una estructura común basada en una variable dependiente y en un conjunto de independientes; por lo que serán respondidas a través de un análisis multivariable que explique y describa las relaciones existentes entre cada una de las variables criterio y sus correspondientes independientes.

Para ello se emplean dos técnicas distintas pero a su vez complementarias:

- **Método explicativo de dependencia.**
- **Método descriptivo.**

En primer lugar se aplica un análisis explicativo de dependencia que, como método que estudia la causalidad, tratará de explicar la relación causa-efecto entre múltiples variables predictoras (variables independientes de identificación y de tiempo libre así como algunas variables de práctica físico-deportiva) y una variable criterio (comportamientos, actitudes y motivaciones físico-deportivos). De las numerosas técnicas de análisis de dependencia existentes (Santesmases, 2001: 235-296), dado que en este estudio coexisten variables métricas y categóricas, tanto nominales como ordinales, se emplea la técnica del Chi-Square Automatic Interaction Detector (CHAID) (Baron and Phillips, 1994; Díaz de Rada, 1999; Kass, 1980; Magidson, 1994). Esta técnica nos permite identificar grupos homogéneos de sujetos de acuerdo con los valores mostrados por la variable criterio en función de la significación estadística de las variables explicativas y, a su vez, establecer una relación jerárquica de las variables explicativas en función de su nivel de significación a la hora de explicar la variable criterio.

El hecho de que una variable esté relacionada significativamente con otra no necesariamente expresa una conexión de tipo causal entre ambas, no siempre una de ellas es la causa del comportamiento de la otra (Sánchez Carrión, 1992: 60). Por ejemplo, es un hecho que la cantidad de tiempo libre en días laborables es menor en las mujeres que en los hombres. Sin embargo, no por ello podemos decir que el sexo genere mayor o menor cantidad de tiempo libre disponible. Cabe pensar que el verdadero agente de la diferencia de tiempo libre sea la cantidad y tipo de obligaciones, y que, en consecuencia, las mujeres acumulan un mayor número de tareas obligatorias (trabajo remunerado, tareas domésticas, cuidado de niños y personas mayores...).

Por ello, a la hora de definir los métodos causales vinculados a la práctica físico-deportiva de tiempo libre en los que se aplica la técnica CHAID, se tienen en cuenta las siguientes consideraciones:

- Las variables predictoras necesariamente tienen que estar relacionadas significativamente con la variable dependiente a explicar.
- Al mismo tiempo, no debe existir vinculación significativa entre variables predictoras.
- Se debe evitar la introducción de “aparentemente ciertas variables predictoras” que puedan distorsionar los resultados. Así, entre todas las variables relacionadas significativamente con la variable criterio, sólo se toman aquellas que se consideran causantes de la variable dependiente.

- Finalmente se establece un mínimo y máximo de corte del 3 y 2% de la muestra, eliminando grupos poco representativos por su bajo tamaño con respecto a la muestra total.

Los resultados de este proceso muestran las variables predictoras más significativas y su orden de prelación, creando distintos grupos poblacionales que explican las causas de los comportamientos de la variable dependiente.

Para concluir el análisis de resultados, el modelo CHAID se completa con un análisis descriptivo que estudia la interrelación entre sujetos, lo que determina grupos homogéneos que describen distintos perfiles de la comunidad universitaria riojana en función de la práctica físico-deportiva de tiempo libre. Las características de cada perfil vienen determinadas por los valores mostrados por todas las variables analizadas.

En esta fase del proceso, se observa la relación de cada variable dependiente con dos tipos de variables independientes: las predictoras, compuestas por todas las variables obtenidas en su modelo CHAID, y las descriptivas, aquellas otras con las que se obtiene relación significativa en el análisis bivariable y que se han desestimado para el análisis explicativo por no ser consideradas causales.

Una vez descrito el procedimiento estadístico a seguir y antes de comenzar con el análisis de resultados, se definen las variables criterio a explicar, las cuales quedan organizadas para cinco muestras diferentes y segmentadas por su comportamiento físico-deportivo, tal y como refleja la figura 4.124.

MUESTRAS		VARIABLES CRITERIO	TIPO DE VARIABLE
Comunidad universitaria riojana		Comportamiento físico-deportivo actual	Nominal
		Satisfacción con la práctica físico-deportiva actual	Ordinal
		Comportamiento físico-deportivo encubierto	Ordinal
Practicantes físico-deportivos	Actuales y/o pasados	Cada motivo de inicio	Interválica
		Adherencia físico-deportiva	Ordinal
	Actuales y pasados	Cada motivo de mantenimiento	Interválica
	Actuales	Cada tipo de actividades físico-deportivas	Nominal
		Cada tipo de compañía	Nominal
		Cada lugar de práctica físico-deportiva	Nominal
	Pasados	Edad de abandono	Interválica
		Cada motivo de abandono	Interválica

Figura 4.124. Variables criterio para análisis multivariable.

Las variables independientes, tanto las predictoras como las descriptivas, de cada variable dependiente se especifican en el apartado correspondiente.

#### 4.2.3.1. *Análisis multivariable para el conjunto de la población universitaria riojana*

En el conjunto de la comunidad universitaria riojana se pretende comprobar y analizar qué factores influyen sobre el *comportamiento físico-deportivo actual*, sobre el grado de *satisfacción con la situación de práctica físico-deportiva* y sobre el *comportamiento físico-deportivo encubierto*.

Al mismo tiempo, analizaremos los perfiles de los grupos surgidos del análisis causal. Con ello, trataremos de describir las características de los individuos con uno u otro *comportamiento físico-deportivo actual* y *encubierto*, con un grado u otro de *satisfacción con su propia situación de práctica actual*.

##### 4.2.3.1.1. *Práctica físico-deportiva actual*

La primera cuestión que preocupa es la detección de aquellos factores que más inducen a la comunidad universitaria riojana a practicar actividades físico-deportivas.

Por lo tanto, el método causal a emplear estará constituido por la variable dependiente *comportamiento físico-deportivo actual* y las variables predictoras *edad de inicio físico-deportivo*, *ocupación real del tiempo libre en ir de tiendas* y *ocupación deseada de tiempo libre en actividades físico-deportivas* (ver figura 4.125).

De las ocho variables que muestran una asociación significativa con la práctica físico-deportiva en el análisis bivariante, se han desestimado las siguientes:

- *Sexo*
- *Titulación*
- *Intención de práctica futura*
- *Satisfacción con la situación de práctica físico-deportiva*
- *Años de práctica físico-deportiva*.

La *titulación* y el *sexo* están a su vez asociados significativamente con la ocupación real en ir de tiendas y la deseada de actividades físicas, lo que lleva a ser desestimadas como variables causales en sí mismas.

Las otras tres variables son efectos, más que causas, de la situación de práctica físico-deportiva, por lo que no se han tenido en cuenta.

Ante este modelo teórico se establece la siguiente hipótesis:

**El *comportamiento físico-deportiva-actual* de los universitarios riojanos viene determinado directamente por la *edad de inicio físico-deportivo* y por el deseo de realizar este tipo de actividades. Sin embargo, el *ir de tiendas* influye negativamente en la *ocupación físico-deportiva de tiempo libre* (ver figura 4.125).**

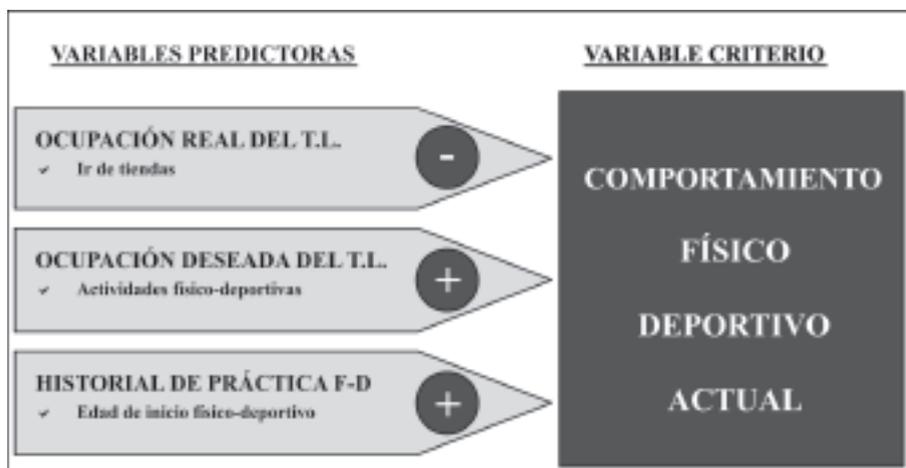


Figura 4.125. Modelo teórico CHAID para la práctica físico-deportiva actual.

El análisis CHAID (figura 4.126) nos revela que la *edad de inicio físico-deportivo* constituye el principal factor que incide en la *práctica físico-deportiva actual*; así, los que comenzaron a practicar antes de los cinco años de edad, seguidos de cerca por los que tuvieron su primer contacto físico-deportivo con más de 15 años, son los que más ocupan actualmente su tiempo libre en actividades físicas. Lógicamente, ninguno de los que no señalan edad de inicio físico-deportivo practican actividades físico-deportivas (grupo 10).

Entre los que comenzaron su práctica motriz con menos de cinco años ningún otro factor, distinto de la edad de inicio, ejerce su influencia sobre el comportamiento físico-deportivo actual. En cambio, en el resto de universitarios, el *deseo de practicar actividades físico-deportivas* actúa en un segundo nivel sobre la *práctica físico-deportiva actual*, estableciendo una relación de causalidad positiva. Tanto para quienes se iniciaron entre los 5 y los 10 años, como para los que lo hicieron entre los 11 y los 15, o con más de 15 años, el deseo de ocupar el tiempo libre en actividades físicas ayuda positivamente a que se lleven a cabo estas formas de tiempo libre.

Finalmente, en un tercer nivel, pero sólo entre quienes comenzaron su práctica físico-deportiva entre los 5 y los 10 años, la ocupación de tiempo libre *ir de tiendas* influye negativamente en su práctica físico-deportiva, deseen o no ejercitarse, como se muestra en la figura 4.126.

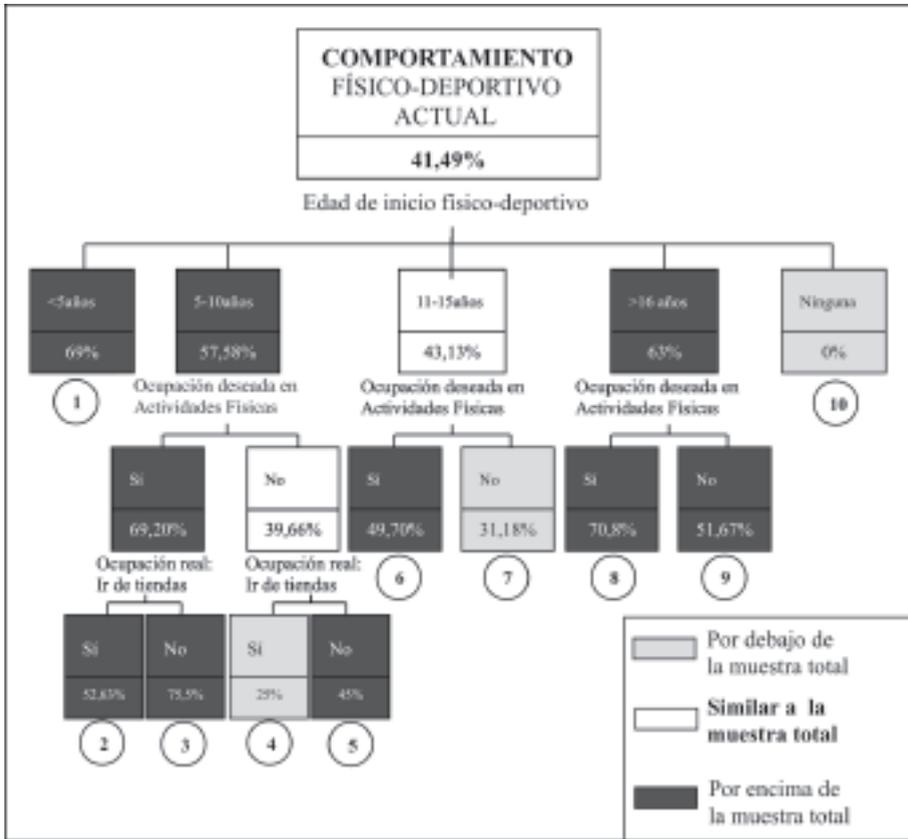


Figura 4.126. Resultados causales para la práctica físico-deportiva actual.

La influencia de estas tres variables genera diez grupos diferentes:

En el primer grupo, que acoge al 8,20% de la comunidad universitaria riojana y está formado por quienes se introdujeron en la actividad motriz con menos de 5 años, siete de cada diez de sus integrantes realizan ejercicio físico en la actualidad.

Índices similares de participación (70,79%) se hallan entre los que empezaron a ejercitarse motrizmente con más de 15 años y que desean realizar este tipo de actividades de tiempo libre (grupo 8).

Estos niveles aumentan en 6,5 unidades porcentuales (75,5%) entre el colectivo formado por quienes se iniciaron entre los 5 y los 10 años, en la actualidad desean practicar actividades físicas y no ocupan parte de su tiempo libre en ir de tiendas. Este colectivo (grupo 3) representa al 15,92% de la población de estudio.

En cambio, tan sólo se declaran físicamente activos la mitad de quienes, por un lado, se iniciaron entre los 5 y los 10 años, que también desean practicar actividades físicas, pero que suelen ir de tiendas en su tiempo libre (grupo 2) o, por otro lado, de quienes comenzaron con más de 15 años pero no desean ejercitarse motrizmente (grupo 9). Esto mismo se comprueba entre los que se introdujeron en la práctica física entre los 11 y 15 años y actualmente quieren realizar estas actividades (grupo 6).

Entre los que comenzaron su historial físico-deportivo entre los 5 y los 10 años, los que actualmente no demandan esta actividad y tampoco van de tiendas en su tiempo liberado de obligaciones alcanzan una cota de práctica físico-deportiva (45%) similar a la media de la población universitaria (grupo 5).

Aquellos universitarios riojanos que se iniciaron cuando tenían entre 11 y 15 años y que no quieren hacer ejercicio físico, junto con los que comenzaron entre los 5 y los 10 años que tampoco desean esta forma de tiempo libre y, además, suelen ir de tiendas en su tiempo libre, son los que menos ejercicio practican (31,2% y 25% respectivamente) tras el colectivo de los que nunca han practicado (grupos 7 y 4).

Una vez conocidas las principales causas de la práctica físico-deportiva riojana, nos detendremos en describir los perfiles de quienes en la actualidad son o no físicamente activos con el fin de conocer las características de los practicantes actuales (demanda real) y de aquellos que actualmente no se ejercitan (demanda potencial).

Para ello se crea una tabla de contingencia donde, partiendo de la segmentación creada por el modelo CHAID, se analizan tres tipos de variables:

- La variable dependiente: *práctica físico-deportiva actual*
- Las variables predictoras del modelo CHAID: *edad de inicio físico-deportivo, deseo de práctica físico-deportiva e ir de tiendas.*
- Las variables independientes con asociación significativa con la variable dependiente: *sexo y titulación.*

Variables		PERFILES DE PRACTICANTES ACTUALES										
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Variables predictoras	Edad de inicio físico-deportiva	<5	5-10	5-10	5-10	5-10	11-15	11-15	>15	>15	---	
	Ocupación deseada en actividad física	68,2%	100%	100%	---	---	100%	---	100%	---	38,6%	
	Ocupación real en ir de tiendas	31,8%	100%	---	100%	---	33,1%	21,5%	33,7%	31,7%	38,5%	
Variables descriptivas	Titulación	Sexo (hombres)	65,5%	38,3%	74%	25%	59,5%	47,3%	59,5%	42,7%	28,3%	34%
		Derecho				8,3%		8,3%	7,5%		10%	9,1%
		Empresariales	9,7%	18,5%		14,8%	9,2%	12,4%	34%	7,9%	10%	11%
		Enfermería						8,9%				
		ITA Agricultura	7,2%				7,6%		9,7%			
		ITI Electrónica	7,2%									7,4%
		ITI Mecánica	13,6%				10,7%		7,5%			
		LADE		9,2%	12%	12,5%		8,9%	9,7%			
		Maestro E.F.	8,2%		9%							
		Maestro Lengua Extranjera										
		Química		9,2%								7,6%
		Relaciones Laborales				18,4%						
Trabajo Social												
Criterio	Práctica físico-deportiva actual	69%	51,67%	75,5%	25%	49%	49,7%	31,18%	50,8%	51,67	8%	41,49%
Muestra	Tamaño muestra	8,18%	8,87%	19%	3,8%	9,77%	12,81%	7%	6,8%	4,9%	27%	100%

Figura 4.127. Resultados descriptivos para la práctica físico-deportiva actual.

Como se desprende de la figura 4.127, el grupo de universitarios riojanos que más ejercicio hacen son aquellos que se iniciaron en la práctica físico-deportiva entre los 5 y los 10 años, además desean esta forma de tiempo libre y no van de tiendas; en su mayoría se trata de hombres estudiantes de Administración y Dirección de Empresas o Maestro especialista en Educación Física. Constituyen el segundo grupo más numeroso (15%) de la población universitaria riojana y alcanzan un índice de práctica del 75,5%.

Otro grupo con un alto índice de práctica (69%) está formado por los que comenzaron a practicar antes de los 5 años, la mayoría desean ejercitarse físicamente y sólo unos pocos suelen *ir de tiendas* como forma de tiempo libre; la

mayoría son hombres y estudiantes, sobre todo, de Empresariales, Ingeniería Técnica en Mecánica, Ingeniería Técnica en Electrónica, Ingeniería Técnica Agrícola en Agricultura y Alimentación y Maestro especialista en Educación Física. Este grupo representa al 8,2% de los universitarios riojanos.

Del mismo modo, quienes se inician con más de 15 años y quieren hacer ejercicio físico alcanzan un nivel de práctica del 70,8%. A este grupo pertenece el 6,6% de la UR, tanto hombres como mujeres, y en él dominan los alumnos de Empresariales.

En el lado opuesto, nos encontramos a quienes no practican actividades físico-deportivas en la actualidad. Fundamentalmente se trata de mujeres que apenas ansían la práctica motriz de tiempo libre y que tampoco van de compras con mucha frecuencia; destacan estudiantes de Derecho, Empresariales, Ingeniería Técnica en Electrónica y Química. Este grupo es muy numeroso: supone el 27% de la comunidad universitaria riojana.

Los universitarios que tuvieron su primer contacto físico-deportivo de tiempo libre entre los 5 y 10 años, que no desean esta forma de tiempo libre y que suelen ocupar este tiempo en ir de tiendas son fundamentalmente mujeres estudiantes de Derecho, Empresariales, Administración y Dirección de Empresas y Relaciones Laborales, que apenas hacen ejercicio físico en su tiempo libre. Tan sólo el 3,6% de los universitarios integran este grupo.

El resto de colectivos alcanzan una cota de práctica muy similar al conjunto de la Universidad de La Rioja.

#### 4.2.3.1.2. Satisfacción con la práctica físico-deportiva actual

Una vez conocidos los perfiles de los universitarios físicamente activos e inactivos, interesa profundizar en el grado de *satisfacción con su situación físico-deportiva actual*, sea cual sea su *comportamiento actual y pasado*, intentando mostrar los factores que provocan en mayor medida un alto grado de satisfacción.

En este caso, el método causal a emplear estará constituido por la variable dependiente *grado de satisfacción con su situación de práctica actual* y las variables predictoras *satisfacción con la ocupación de tiempo libre, comportamiento físico-deportivo actual y pasado, práctica de deporte y práctica en compañía de familiares* (ver figura 4.128).

De las siete variables que muestran una asociación significativa al grado de *satisfacción con la situación de práctica físico-deportiva* en el análisis bivariable, se han desestimado, por estar a su vez asociadas significativamente con la variable *comportamiento físico-deportivo actual y pasado*, las siguientes:

- *Sexo*
- *Intención de práctica futura*
- *Años de práctica.*



Figura 4.128. Modelo teórico CHAID para el grado de satisfacción con la práctica físico-deportiva actual.

Frente a este modelo teórico se establece la siguiente hipótesis:

**El grado de *satisfacción con la situación de práctica físico-deportiva-actual* de los universitarios riojanos se ve influido positivamente por el *comportamiento físico-deportivo actual y pasado*, así como por la *satisfacción con la ocupación del tiempo libre*. Al mismo tiempo, entre quienes se ejercitan físicamente, la participación en *deportes o en compañía de familiares* ejerce una fuerza directa (ver figura 4.128).**

Los resultados presentados arrojan el grado medio de satisfacción expresado por el grupo: los valores cercanos a 1 muestran mucha insatisfacción; los próximos a 5, mucha satisfacción.

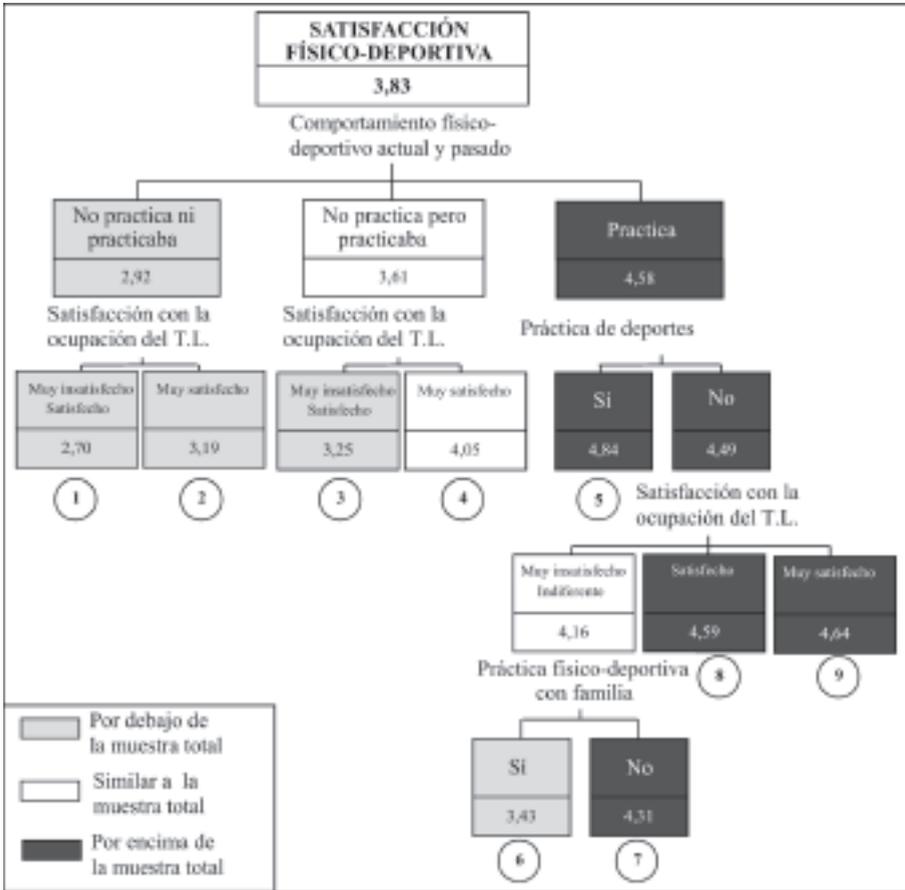


Figura 4.129. Resultados causales para el grado de satisfacción con práctica físico-deportiva actual.

Los resultados del análisis CHAID (figura 4.129) comprueban la hipótesis para el *comportamiento físico-deportivo actual y pasado*, la *práctica de deportes* y la *satisfacción con la ocupación del tiempo libre*; también aceptan la influencia de la *práctica físico-deportiva en compañía de familiares*, pero en sentido negativo (no en el positivo que se planteaba en la hipótesis inicial).

El *comportamiento físico-deportivo actual y pasado* es lo que mejor explica el grado de la *satisfacción con la práctica físico-deportiva*; se trata de una relación causal positiva.

La *satisfacción con la ocupación del tiempo libre* incide positivamente en un segundo nivel entre quienes en la actualidad no se ejercitan y, en un tercer nivel, entre los físicamente activos pero no deportistas.

La práctica de *deportes* constituye la segunda causa más determinante de la satisfacción físico-deportiva de los motrizmente activos.

Finalmente, la práctica físico-deportiva con familiares tan sólo influye entre quienes, ejercitándose en la actualidad, no participan en *deportes* y se muestran entre indiferentes o muy insatisfechos con la ocupación de su tiempo libre.

La influencia de estos cuatro factores crea nueve grupos diferenciados (figura 4.129):

El primer grupo lo forman aquellos universitario riojanos que, no habiendo practicado nunca actividades físico-deportivas de tiempo libre, se muestran menos satisfechos con la ocupación de su tiempo libre. Representan al 14,25% de la comunidad universitaria riojana y son los que presentan un menor grado de satisfacción (2,70 sobre 5), ya que se encuentran muy por debajo de la percepción del total de la muestra.

Quienes nunca han practicado actividades físico-deportivas, pero se declaran muy satisfechos con la ocupación de su tiempo libre (grupo 2), muestran un grado de satisfacción con su situación físico-deportiva (3,19 sobre 5) muy similar a la de los practicantes pasados menos satisfechos con su ocupación actual del tiempo libre (grupo 3: 3,25 sobre 5) o a la de los universitarios riojanos practicantes actuales no satisfechos con su ocupación del tiempo libre y que se ejercitan acompañados de sus familiares (grupo 6: 3,43 sobre 5). Todos ellos muestran un grado de satisfacción inferior a la media de la muestra.

Los universitarios riojanos practicantes pasados, que se encuentran muy satisfechos con su ocupación de tiempo libre (grupo 4), son los únicos inactivos actuales más satisfechos que el conjunto de la población universitaria (4,05 frente a 3,83).

Entre los practicantes actuales, los deportistas (grupo 5) se muestran los más satisfechos con su situación de práctica físico-deportiva.

Los que practican actividades físicas no deportivas también están más satisfechos con su situación de práctica físico-deportiva que el conjunto de la población universitaria riojana; su grado de satisfacción es mayor a medida que se encuentren más complacidos con su ocupación del tiempo libre (grupos 8 y 9).

En cambio, los que dedican su tiempo libre a actividades físicas no deportivas y no se muestran contentos con su ocupación real de tiempo libre, se sienten motrizmente más satisfechos que el conjunto de la UR si no se ejercitan en compañía de la familia (grupo 7).

Los resultados del análisis CHAID se completan mediante la descripción de las características de los universitarios más satisfechos e insatisfechos con su situación de práctica físico-deportiva.

En este caso las variables son las siguientes:

- La variable dependiente: grado de *satisfacción con la situación de práctica físico-deportiva*.
- Las variables predictoras del modelo CHAID: *comportamiento físico-deportivo actual y pasado, práctica de deportes, satisfacción con la ocupación de tiempo libre y práctica en compañía de familiares*.
- Las variables independientes con asociación significativa con la variable dependiente: el *sexo*, la *intención de práctica futura* y los *años de práctica físico-deportiva*.

Del análisis de la figura 4.130 se desprende que quienes más satisfechos aseguran estar con su situación de práctica son practicantes de *deportes*, en general muy complacidos con su ocupación del tiempo libre, que apenas se ejercitan *en compañía de familiares*. Fundamentalmente se trata de hombres, con intención de práctica futura, y la mayoría de ellos son físicamente activos desde hace más de diez años.

En cambio, el grupo de los menos satisfechos con su situación de práctica físico-deportiva está formado por aquellos que nunca se han ejercitado y muestran el menor grado de complacencia con su ocupación de tiempo libre; lo integran principalmente mujeres. Este grupo es el que menos intención de práctica futura registra. En él encontramos al 14,25% de la comunidad universitaria riojana.

Variables		PERFILES EN CUANTO A LA SATISFACCIÓN									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	
Variables predictoras	Comportamiento físico-deportivo actual y pasado	No practica ni practicaba		No practica pero practicaba		Practica					
	Práctica de deportes	—	—	—	—	100%	—	—	—	—	
	Satisfacción ocupación de T.L.	100% muy insatisfecho-insuficiente	100% muy satisfecho	100% muy insatisfecho-insuficiente	100% muy satisfecho	65,9% muy satisfecho	100% no satisfecho	100% no satisfecho	100% satisfecho	100% muy satisfecho	
	Práctica con familiares	—	—	—	—	6,5%	100%	—	20,4%	12,5%	
Variables descriptivas	Sexo (hombres)	31,4%	37%	34,8%	44,3%	77,8%	33,3%	83,3%	70,4%	81%	
	Intención de práctica futura	81,8%	82,8%	88,8%	60%	94,2%	83,3%	90,6%	90,8%	89,8%	
	Años de práctica (14-19 años)	—	—	34,8%	25,9%	83,3%	90,8%	41,7%	77,8%	64,4%	
Criterio	Satisfacción físico-deportiva (media)	2,70	3,19	3,25	4,05	4,84	3,43	4,31	4,59	4,64	3,83
Muestra	Tamaño muestra	14,25%	11,08%	17,68%	14,70%	33,19%	1,56%	7,88%	4,00%	17,61%	100

Figura 4.130. Resultados descriptivos para la práctica físico-deportiva actual.

#### 4.2.3.1.3. Comportamiento físico-deportivo encubierto

Tan importante como la práctica físico-deportiva actual, o más, resulta el *comportamiento físico-deportivo encubierto*. El conocimiento de las causas que determinan la predisposición a la práctica futura, así como de las características que reúnen quienes aseguran que se ejercitarán en el futuro, servirá de gran ayuda a los profesionales de los distintos ámbitos físico-deportivos.

En el análisis bivariable, la variable dependiente se asocia significativamente con otras cinco:

- *Ocupación deseada de tiempo libre en actividades físico-deportivas*
- *Comportamiento físico-deportivo actual y pasado*
- *Grado de satisfacción con la práctica físico-deportiva*
- *Edad de abandono físico-deportivo*
- *Años de práctica físico-deportiva.*

El *comportamiento físico-deportivo actual y pasado* se ve influenciado directamente por el deseo de práctica físico-deportiva, por lo que se elimina del análisis explicativo. Así mismo, el grado de *satisfacción*, la *edad de abandono* y los *años de práctica físico-deportiva* deben ser también desestimados por depender directamente del *comportamiento físico-deportivo actual y pasado*.

Con todo ello, el método causal queda estructurado por la variable dependiente *comportamiento físico-deportivo encubierto* y la variable predictora *ocupación deseada de tiempo libre en actividades físico-deportivas*. Partiendo de esta base establecemos la siguiente hipótesis:

**El *comportamiento físico-deportivo encubierto* de los universitarios riojanos se ve influido positivamente por el *deseo de práctica físico-deportiva* (ver figura 4.131).**



Figura 4.131. Modelo teórico CHAID para el comportamiento físico-deportivo encubierto.

El árbol de respuestas de la figura 4.132 acepta la hipótesis anterior: el *deseo de práctica físico-deportiva* ejerce una fuerza directa sobre el *comportamiento físico-deportivo encubierto* de la población universitaria. De esta forma, podemos afirmar que el deseo de ocupar el tiempo libre en actividades físico-deportivas aumenta el *comportamiento físico-deportivo encubierto*, es decir, hace que el universitario riojano desee en mayor medida la práctica físico-deportiva futura.

Completando este análisis se describen las características de los dos grupos resultantes; con este fin se utilizan las siguientes variables:

- La variable dependiente: *comportamiento físico-deportivo encubierto*.
- La variable predictora del modelo CHAID: *deseo de práctica físico-deportiva*.
- Las variables independientes con asociación significativa con la variable dependiente: *comportamiento físico-deportivo actual y pasado, años de práctica, edad de abandono y satisfacción con la práctica físico-deportiva*.

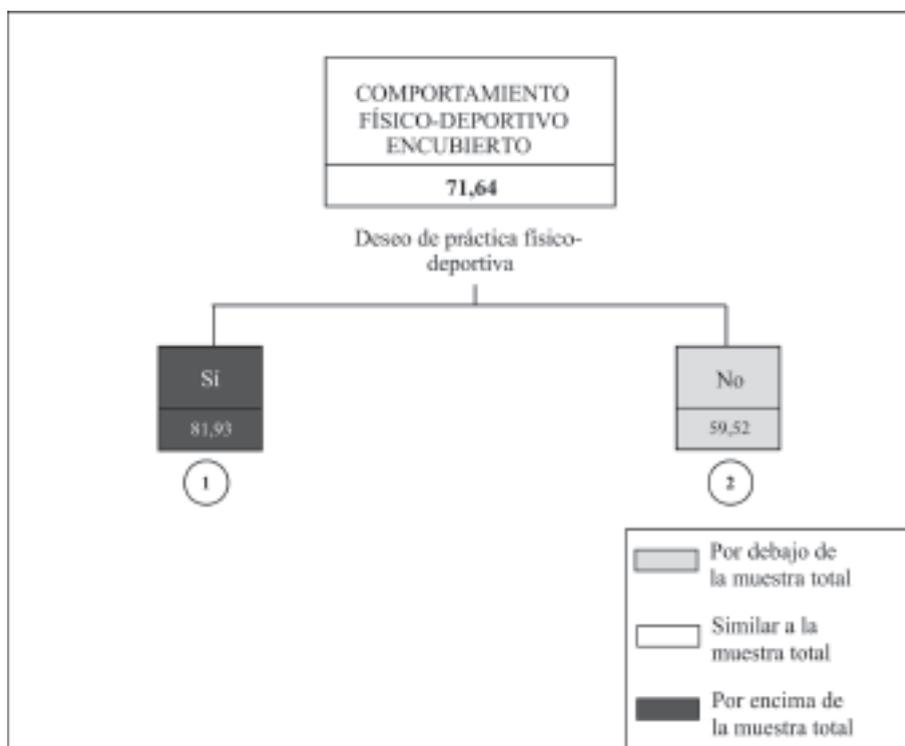


Figura 4.132. Resultados causales para el comportamiento físico-deportivo encubierto.

El primero de ellos es el que más asegura su práctica físico-deportiva futura (el 81,93% cree que se ejercitará el día de mañana). Suponiendo el 54,1% del conjunto de la muestra, este grupo está formado por deseosos de las actividades físico-deportivas, en su mayor parte practicantes actuales. La mitad del grupo acumula una experiencia físico-deportiva de más de 10 años y se muestran satisfechos con su ocupación del tiempo libre.

Los que menos creen en su práctica físico-deportiva futura son aquellos que no desean ser físicamente activos; la mayoría de ellos no se ejercitan en la actualidad y acumulan menos de 10 años de experiencia físico-deportiva. El porcentaje de abandono físico-deportivo antes de los 16 años aquí es mayor que en el caso anterior, y además se muestran algo menos satisfechos.

Variables		PERFILES PRACTICANTES ENCUBIERTOS		
		1	2	
Variables predictoras	Deseo de práctica F.D.	100%	—	
	Comportamiento físico-deportivo actual y pasado (práctica actual)	55,4%	25,1%	
Variables descriptivas	Años de práctica (+ de 10 años)	48,4%	24,7%	
	Edad de abandono de los practicantes pasados (antes de los 16 años)	71,16%	75,92%	
	Satisfacción con la práctica (media)	4	3,63	
Criterio	Comportamiento físico-deportivo encubierto	81,93%	59,52%	71,64%
Muestra	Tamaño muestra	54,10%	45,9%	100%

Figura 4.133. Resultados descriptivos para el comportamiento físico-deportivo encubierto.

#### 4.2.3.2. Análisis multivariable para los universitarios riojanos que en alguna ocasión han practicado actividades físico-deportivas

En este apartado se consideran las posibles influencias que, sobre cada uno de los *motivos de inicio*, tienen las variables asociadas significativamente en el

análisis bivariante, así como qué factores influyen en la *adherencia físico-deportiva* y los perfiles de quienes más años llevan practicando.

#### 4.2.3.2.1. Motivos de inicio físico-deportivo

Para cualquiera que sean los *motivos de inicio (relacionados con la forma física, bedonistas, relacionados con la tarea, relacionados con la esperanza de belleza, relacionados con el ego y medioambientales)* no se puede llevar a cabo ningún modelo causal explicativo puesto que en los resultados del análisis bivariante tan sólo muestran asociación estadísticamente significativa con *motivos de mantenimiento* que, por supuesto, al surgir posteriormente a los de inicio, es imposible que influyan sobre los primeros.

#### 4.2.3.2.2. Adherencia físico-deportiva

Atendiendo a la adherencia físico-deportiva se plantea el siguiente modelo causal, conformado por la variable dependiente *años de práctica físico-deportiva* y las variables predictoras *comportamiento físico-deportivo actual y pasado, práctica de ejercicios didácticos y práctica físico-deportiva en instalaciones no universitarias* (ver figura 4.134).

Cuatro de las siete variables que muestran una asociación estadísticamente relevante con la práctica físico-deportiva en el análisis bivariante se han desestimado por correlacionarse significativamente con las elegidas predictoras. Se trata de las siguientes:

- *Sexo*
- *Edad de inicio*
- *Intención de práctica futura*
- *Satisfacción con la situación de práctica físico-deportiva.*

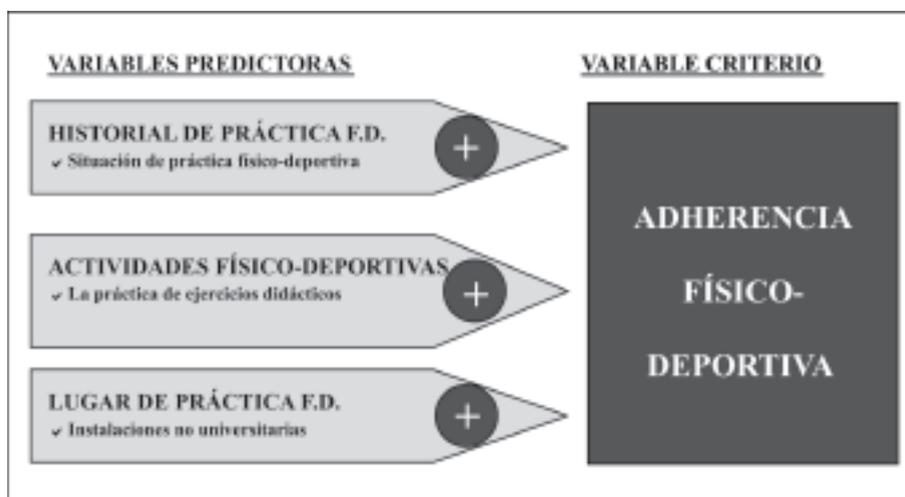


Figura 4.134. Modelo teórico CHAID para la adherencia físico-deportiva.

Una vez seleccionadas las posibles variables predictoras, se establece la siguiente hipótesis:

**La adherencia físico-deportiva-actual de los universitarios riojanos viene determinada directamente por el comportamiento físico-deportivo actual y pasado, la práctica de ejercicios didácticos y la utilización de instalaciones no universitarias** (ver figura 4.134).

El análisis CHAID (figura 4.135) nos confirma que el comportamiento físico-deportivo actual y pasado supone el principal factor que incide en la adherencia físico-deportiva, en una relación causal positiva. De esta forma, los que practican y practicaban son los que más experiencia físico-deportiva acumulan (ocho de cada diez practican desde hace más de cinco años); así mismo, los que practican pero no practicaban acumulan más años de práctica que los que practicaban pero ya no lo hacen.

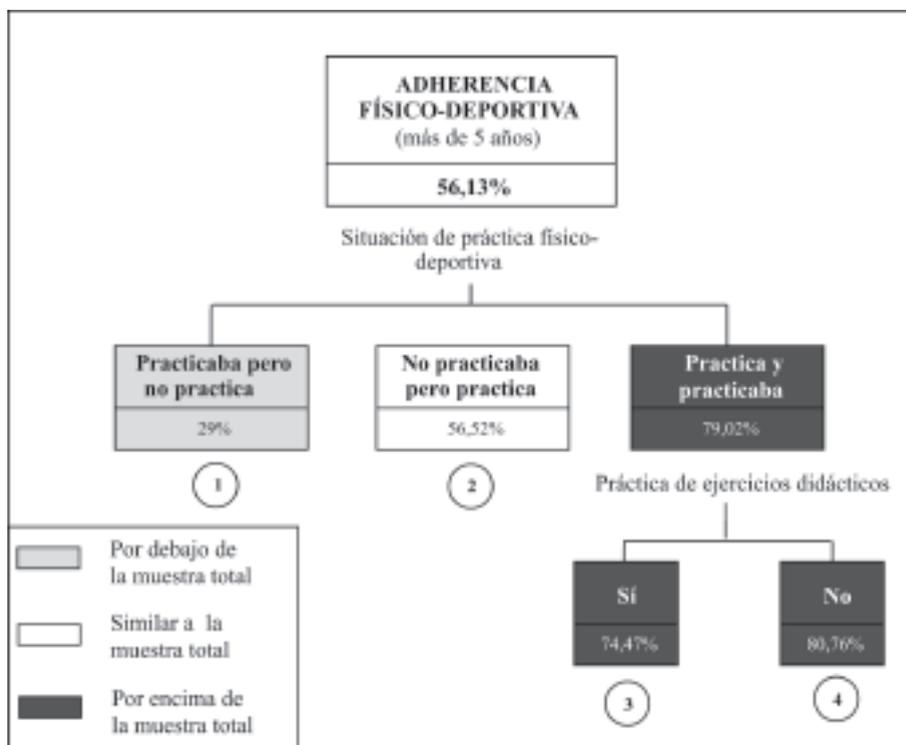


Figura 4.135. Resultados causales adherencia físico-deportiva (% de los que practican desde hace más de 5 años).

Además, para aquellos que aseguran practicar en el pasado y en la actualidad, la participación en ejercicios didácticos les influye de forma negativa en un segundo nivel, de tal forma que el 74,47% de los que acuden a ejercicios didácticos llevan practicando desde hace más de 10 años, frente al 80,76% de los practicantes actuales y pasados que realizan otras actividades físico-deportivas.

Finalmente, la utilización de instalaciones físico-deportivas no universitarias no constituye causa significativa de la adherencia físico-deportiva.

La influencia de estas dos variables genera cuatro grupos. Profundizando en cada uno de ellos y partiendo de las variables que se asocian significativamente con la adherencia físico-deportiva: se describen sus perfiles. Para ello se crea una tabla de contingencia donde partiendo de la segmentación creada por el modelo causal se analizan tres tipos de variables:

- La variable dependiente: adherencia físico-deportiva
- Las variables predictoras del modelo CHAID: situación de práctica y práctica de ejercicios didácticos.

- Las variables independientes con asociación significativa con la variable dependiente: sexo, edad de inicio, intención de práctica futura y satisfacción con su situación de práctica actual.

Variables		PERFILES DE ADHERENCIA				
		1	2	3	4	
Variables predictoras	Comportamiento físico-deportivo actual y pasado	Practicaba pero no practica	No practicaba pero practica	Practicaba y practica	Practicaba y practica	
	Práctica de ejercicios didácticos	---	56,5%	100%	---	
Variables descriptivas	Sexo (hombres)	39%	28,3%	47,5%	74%	
	Edad de inicio	52,7% <10años	39,1% >20años	61,6% <10años	69,2% <10años	
	Intención de práctica futura	62,2%	82,7%	93,6%	91,6%	
	Satisfacción con la situación de práctica físico-deportiva (muy satisfecho)	44,3%	58,7%	75,2%	75,1%	
Criterio	Adherencia físico-deportiva (+5)	29%	56,52%	74,47%	80,76%	56,13%
Muestra	Tamaño muestra	43,66%	4,66%	14,28%	37,38%	100%

Figura 4.136. Resultados descriptivos para la adherencia físico-deportiva.

El primer grupo, que acoge casi a la mitad de los universitarios riojanos que en alguna ocasión han sido físicamente activos, es el que presenta una menor adherencia físico-deportiva: se encuentra por debajo del total de practicantes. Está integrado por practicantes pasados, fundamentalmente mujeres, que se iniciaron en la práctica físico-deportiva ni muy jóvenes ni muy mayores. Se trata del grupo que menos intenciones de práctica futura presenta y del menos satisfecho con su situación actual.

Los otros tres grupos acumulan una experiencia físico-deportiva superior a la del conjunto de practicantes. Entre estos, el grupo constituido por lo nuevos practicantes (grupo 2) es el que más asemeja su adherencia a la del conjunto de practicantes (el 56,52% y el 56,13% respectivamente acumulan más de cinco años de práctica físico-deportiva). A este colectivo pertenecen sobre todo mujeres que se iniciaron con más de 20 años, con un comportamiento físico-deportivo encubierto positivo y en general satisfechas con su situación de práctica actual. Este grupo representa tan sólo al 4,66% de los físicamente activos.

El perfil de los que más habituados están a la práctica motriz viene conformado por las siguientes características: practicantes actuales y pasados, que no

participan en ejercicios didácticos, fundamentalmente hombres que se iniciaron a edades muy tempranas, que presentan una intención muy clara a seguir practicando en el futuro y son los que más satisfechos se muestran con su situación de práctica actual (grupo 4).

Al comparar este último grupo con el de los practicantes actuales y pasados que practican ejercicios didácticos (grupo 3), se constata la influencia negativa de los ejercicios didácticos en la adherencia físico-deportiva de los practicantes tradicionales (actuales y pasados) puesto que el 80,76% de los primeros acumula más de cinco años ejercitándose en su tiempo libre, frente al 74,47% de los del grupo tres, conformado equitativamente por hombres y mujeres.

#### 4.2.3.3. *Análisis multivariable para los universitarios riojanos que practican y han practicado actividades físico-deportivas*

Entre quienes practican y han practicado actividades físico-deportivas, se torna muy importante conocer cuáles son las causas principales que llevan a continuar ejercitándose.

##### 4.2.3.3.1. Motivos de mantenimiento físico-deportivo hedonistas

Para dar respuesta a la cuestión planteada con respecto a aquellos que practican en la actualidad y también practicaban en el pasado, para cada uno de los ocho tipos de *motivos de mantenimiento* se confeccionará un modelo de análisis causal explicativo.

Comenzando con los *motivos hedonistas*, comprobamos que en el análisis bivariable estos se asocian significativamente con dos *motivos de inicio*: *de forma física* y *hedonistas* y con los *motivos de mantenimiento medioambientales*. En el análisis CHAID se toman todos ellos como variables causales por no correlacionarse significativamente entre ellos.

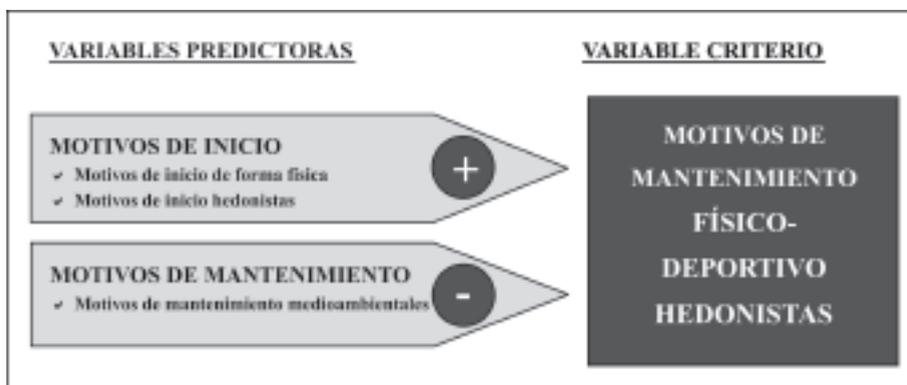


Figura 4.137. *Modelo teórico CHAID para los motivos de mantenimiento físico-deportivos hedonistas.*

A partir de aquí el modelo representa la siguiente hipótesis:

**Los motivos de inicio de forma física y hedonistas influyen positivamente en la continuación físico-deportiva por razones hedonistas, mientras que los motivos de mantenimiento medioambientales influyen negativamente** (figura 4.137).

Los resultados presentados arrojan la importancia otorgada por el grupo a los motivos de mantenimiento hedonistas. Se toma como punto de referencia la relevancia media del conjunto de practicantes actuales y pasados, los valores mayores a 0 muestran mayor importancia que el conjunto de practicantes actuales y pasados; los menores a 0, menor relevancia.

El modelo CHAID asume la hipótesis planteada tan sólo para los *motivos de inicio hedonistas* y los de *mantenimiento medioambientales*; no se encuentra relación de causalidad significativa para los *motivos de inicio vinculados con la forma física*.

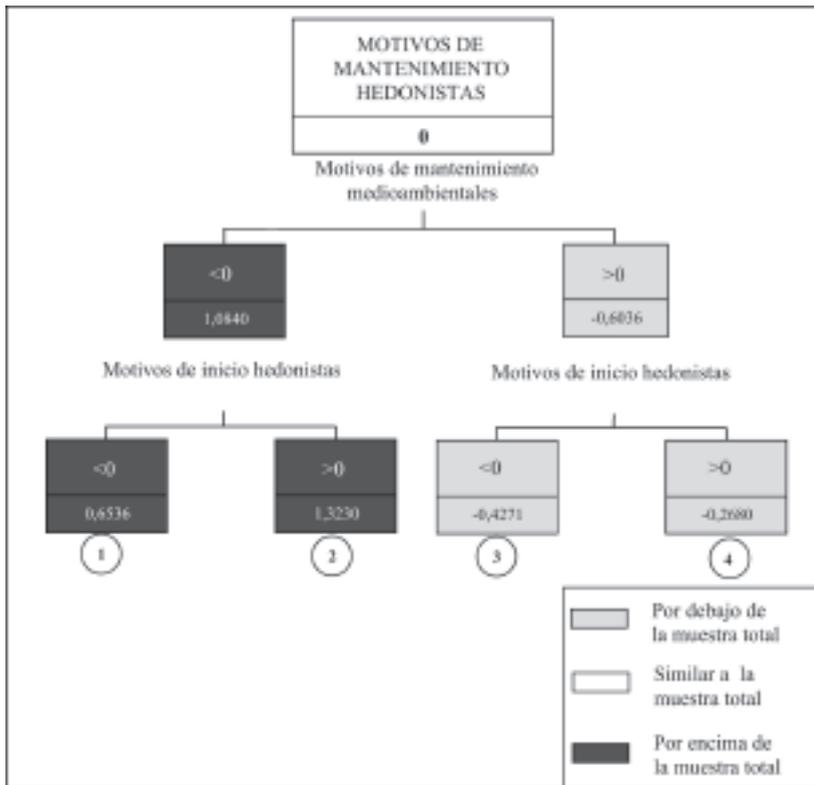


Figura 4.138. Resultados causales para los motivos de mantenimiento físico-deportivo hedonistas.

Al mismo tiempo, los resultados muestran, como principal factor causante de los *motivos de mantenimiento hedonistas*, la *escasa motivación medioambiental* para continuar. En un segundo nivel actúan directamente sobre el total de los practicantes actuales y pasados los *motivos de inicio hedonistas*.

Si nos detenemos en cada uno de los cuatro grupos, podemos observar cómo los que más remarcan los *motivos de mantenimiento hedonistas* representan casi la mitad (46,27%) de los practicantes actuales y pasados de la comunidad universitaria riojana. Su perfil viene definido por tratarse de los que menos señalan continuar practicando por *motivos medioambientales* y de aquellos en los que más fuerza tuvieron los *motivos de inicio hedonistas* (grupo 2).

Además, otro grupo considerable (el 25% de los practicantes consolidados) continúa practicando en gran medida por *motivos hedonistas*. Estos se caracterizan por dar poca importancia a los *motivos de mantenimiento medioambientales* pero, a diferencia del colectivo anterior, apenas valoraron los aspectos hedonistas a la hora de iniciarse (grupo 1).

Variables		PERFILES DE MOTIVOS HEDONISTAS				
		1	2	3	4	
Variables predictoras	Motivos mantenimiento medioambientales	-0,5841	-0,5894	1,8999	2,3739	
	Motivos inicio hedonistas	-0,5444	1,0330	-0,5387	0,9848	
Criterio	Motivos mantenimiento hedonistas	0,6536	1,3230	-0,4271	-0,2680	0
Muestra	Tamaño muestra	25,68%	46,27%	11,56%	16,47%	100%

Figura 4.139. Resultados descriptivos para los motivos de mantenimiento físico-deportivos hedonistas.

Aquellos que más motivados se ven a seguir físicamente activos por razones medioambientales y que dieron mucha importancia al hedonismo al inicio de su experiencia motriz consideran, en menor medida que el conjunto de practicantes actuales y pasados de la UR, los *motivos hedonistas* para conservar esta forma de tiempo libre (grupo 4).

No obstante, quienes valoran en gran medida los *motivos de mantenimiento medioambientales* y no se iniciaron por el hedonismo son los que menos buscan el divertimento a través de la ejercitación (grupo 3).

#### 4.2.3.3.2. Motivos de mantenimiento físico-deportivo relacionados con la tarea

En el análisis bivariable se detectan dos variables asociadas significativamente con los *motivos de mantenimiento relacionados con la tarea*, las cuales se mencionan a continuación:

- *Motivos de inicio relacionados con la tarea*
- *Motivos de inicio relacionados con el ego.*

Al no conectar significativamente los *motivos de inicio vinculados a la tarea* con los *motivos de inicio relacionados con el ego*, el diseño teórico del CHAID queda definido por ambas variables predictoras: *motivos de inicio relacionados con la tarea* y *motivos de inicio relacionados con el ego*. A partir de aquí estableceremos como hipótesis:

**Una influencia positiva de los motivos de inicio relacionados con la tarea, y negativa de los motivos de inicio relacionados con el ego, sobre los motivos de mantenimiento relacionados con la tarea** (figura 4.140).

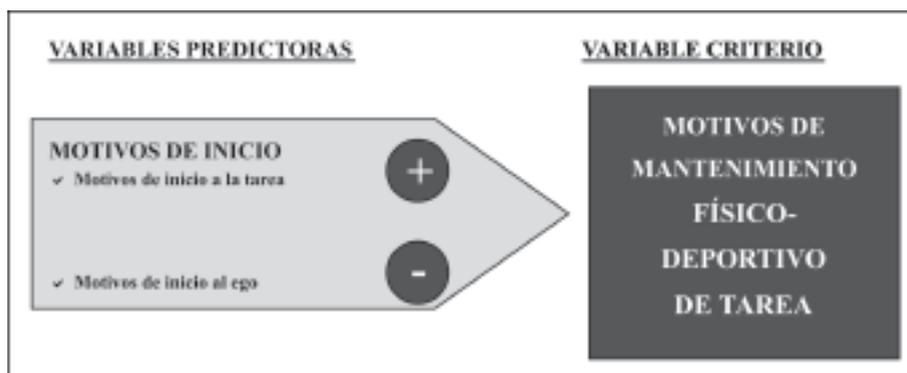


Figura 4.140. Modelo teórico CHAID para los motivos de mantenimiento físico-deportivos relacionados con la tarea.

El modelo CHAID asume parte de la hipótesis planteada al señalar los *motivos de inicio relacionados con la tarea* como el factor más influyente en los *motivos de mantenimiento relacionados con la tarea*, en una relación causal positiva. En cambio, rechaza otra parte de la hipótesis al constatar que en segundo nivel, y sólo para quienes conceden poca fuerza a los *motivos de inicio relacionados con la tarea*, ejerce su influencia negativa el hecho de haber comenzado a practicar por aspectos relacionados con el ego.

En esta línea, aquellos que más se inician por razones relacionadas con la tarea más se mantendrán practicando por estos mismos argumentos. Entre quienes menos importancia otorguen a los *motivos de inicio vinculados con la tarea*, aquellos que tampoco al principio se apoyan en gran medida en los aspectos relacionados con el ego constituyen el colectivo de practicantes actuales y pasados que menos permanecen ejercitándose por motivos conectados con la tarea.

Así podemos diferenciar tres grupos por sus comportamientos frente a los *motivos de mantenimiento relacionados con la tarea*:

El grupo de quienes más se apoyan en los *motivos de mantenimiento relacionados con la tarea* (grupo 3), además de estar constituido por los que más valoraron estos mismos motivos al inicio de su experiencia físico-deportiva, concedieron más importancia que el conjunto de practicantes actuales y pasados a aspectos relacionados con el ego. Representan al 38,82% de la muestra.

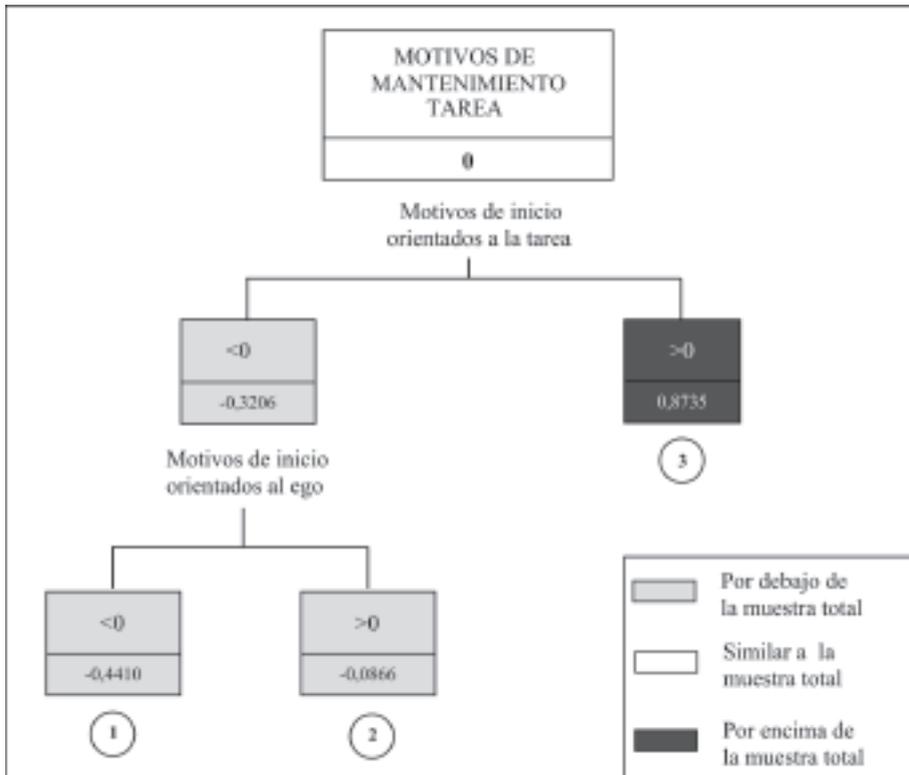


Figura 4.141. Resultados causales para los motivos de mantenimiento físico-deportivo relacionados con la tarea.

Aquellos que menos continúan practicando por la tarea (grupo 1) se ven influidos por no haber comenzado por estos mismos motivos ni por los relacionados con el ego. Constituyen el 40,39% de la muestra.

El grupo restante (grupo 2) se encuentra en el punto medio al no haber tenido muy en cuenta los motivos relacionados con la tarea para introducirse en la práctica motriz, compensándolo con las razones de ego. Uno de cada cinco practicantes consolidados de la comunidad universitaria riojana responde a estas características.

Variables		PERFILES DE MOTIVOS TAREA			
		1	2	3	
Variables predictorias	Motivos inicio tarea	-0,6000	-0,9687	1,2199	
	Motivos inicio ego	-0,5471	1,3276	0,1632	
Criterio	Motivos mantenimiento tarea	-0,4410	-0,0866	0,8735	0
Muestra	Tamaño muestra	40,39%	20,78%	38,82%	100%

Figura 4.142. Resultados descriptivos para los motivos de mantenimiento físico-deportivos relacionados con la tarea.

#### 4.2.3.3.3. Motivos de mantenimiento físico-deportivo relacionados con la esperanza de belleza

Los *motivos de mantenimiento de esperanza de belleza* tan sólo se encuentran asociados significativamente en el análisis bivariante con sus mismos *motivos de inicio*. De esta forma el diseño teórico del CHAID pretende comprobar si los *motivos de inicio de esperanza de belleza* provocan significativamente la adherencia físico-deportiva por estas mismas razones. Como hipótesis se plantea relación causal positiva (figura 4.143).

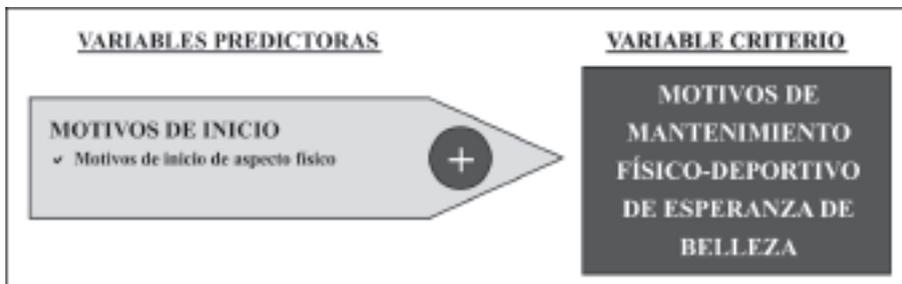


Figura 4.143. Modelo teórico CHAID para los motivos de mantenimiento físico-deportivos relacionados con el aspecto físico.

El análisis de los resultados asume los *motivos de inicio de esperanza de belleza* como factor con influencia positiva en la continuación de la práctica por estos mismos motivos. De esta forma, los que más permanecen ejercitándose físicamente por la esperanza de belleza son aquellos que más se iniciaron por este motivo, en cambio los que menos importancia dan a la esperanza de belleza para seguir haciendo ejercicio son aquellos practicantes actuales y pasados que menos señalaron estas mismas razones de inicio.

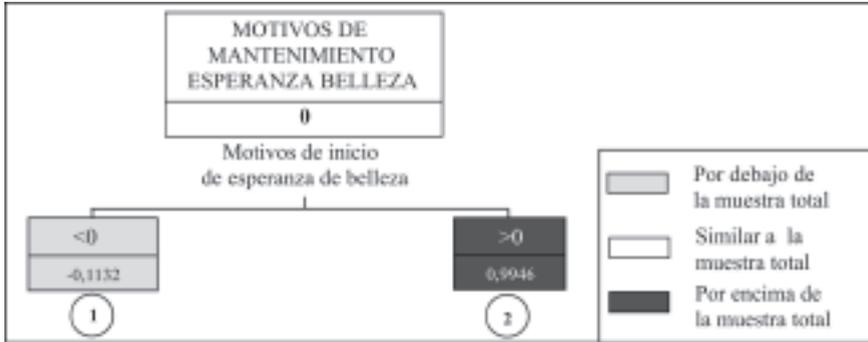


Figura 4.144. Resultados causales para motivos de mantenimiento físico-deportivo relacionados con el aspecto físico.

4.2.3.3.4. Motivos de mantenimiento físico-deportivo relacionados con el ego

En este caso, el método causal queda definido por la variable dependiente *motivos de mantenimiento relacionados con el ego* y por las variables predictoras *motivos de inicio relacionados con el ego* y *orientaciones de meta hacia el ego* (ver figura 4.145).

Ambas han sido estimadas como predictoras al no estar asociadas significativamente entre ellas.

Por lo tanto, se crea el modelo teórico mostrado en la figura 4.145, basado en la siguiente hipótesis:

**Aquellos universitarios riojanos que comenzaron a practicar por motivos relacionados con el ego y que se muestran orientados al ego son los que más continuarán ejercitándose por estos mismos motivos.**

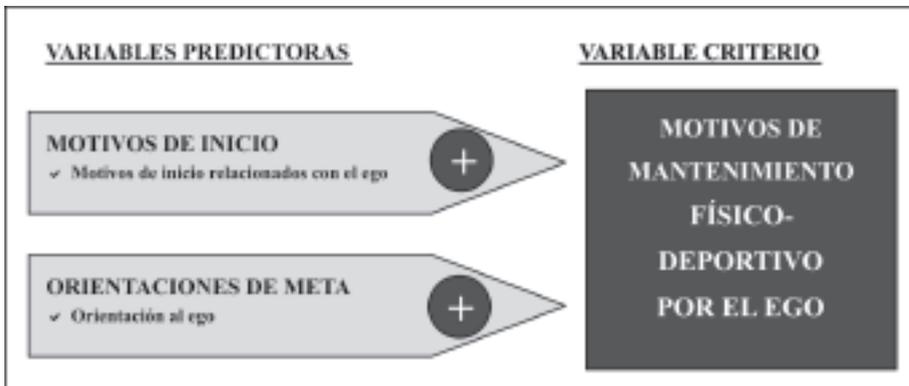


Figura 4.145. Modelo teórico CHAID para los motivos de mantenimiento físico-deportivos relacionados con el ego.

El árbol de respuestas del CHAID reconoce exclusivamente los *motivos de inicio relacionados con el ego* como causantes directos de estos mismos *motivos de mantenimiento*. De tal forma que si los universitarios riojanos comenzaron su práctica físico-deportiva por *motivos relacionados con el ego*, posiblemente continúen practicando por estas mismas razones. Este es el caso del 35,3% de los practicantes actuales y pasados.

En oposición, dos de cada tres practicantes actuales y pasados de la universidad riojana apenas permanecen ejercitándose por el ego ya que estos motivos apenas influyeron en el momento de su estreno físico-deportivo.

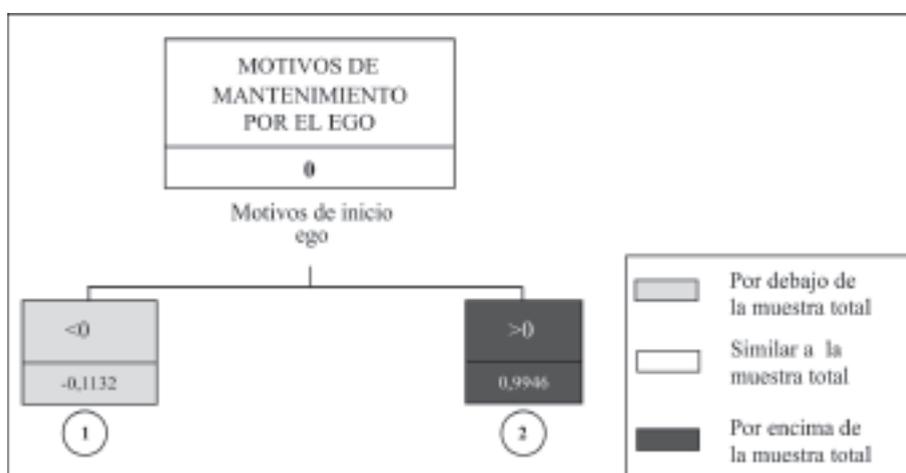


Figura 4.146. Resultados causales para los motivos de mantenimiento físico-deportivo relacionados con el ego.

#### 4.2.3.3.5. Motivos de mantenimiento físico-deportivo medioambientales

En este caso, tan sólo los *motivos de inicio medioambientales* y los *motivos de mantenimiento hedonistas* son considerados posibles predictores de los *motivos de mantenimiento medioambientales*, por ser los únicos asociados a la variable criterio.

El método causal queda definido por la hipótesis siguiente:

**Aquellos universitarios riojanos que comenzaron a practicar por estar en contacto con el medioambiente son los que más continuarán ejercitándose por estos mismos motivos, mientras que los motivos de mantenimiento hedonistas ejercen una fuerza negativa sobre los motivos de mantenimiento medioambientales** (ver figura 4.147).

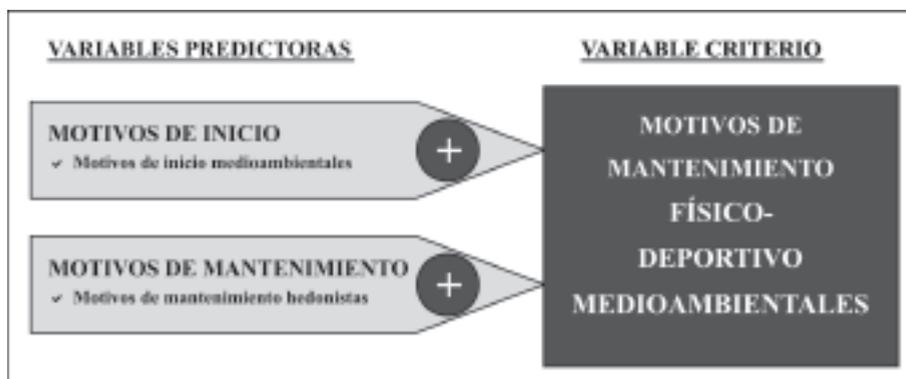


Figura 4.147. Modelo teórico CHAID para los motivos de mantenimiento físico-deportivos medioambientales.

Los resultados afirman que los *motivos de inicio medioambientales* determinan en gran medida los *motivos de mantenimiento medioambientales*: los que más siguen practicando por estas razones son quienes se iniciaron por las mismas. En segundo orden, para todos los practicantes actuales y pasados, influyen de forma negativa los *motivos de mantenimiento hedonistas*.

Así, el 68% de los practicantes actuales y pasados de la UR, al iniciarse en las actividades físico-deportivas, prestaron poca atención a los *motivos medioambientales*; se mantienen en gran medida por razones *hedonistas* y son los que menos continúan practicando por *motivos medioambientales* (grupo 2).

Quienes no buscan en los comienzos relacionarse con el medio ambiente y tampoco dan mucha importancia a los *motivos de mantenimiento hedonistas* señalan el contacto con el medio natural como excusa para practicar en mayor medida que los anteriores. A estas características responde el 12,15% de los que continúan practicando, los cuales constituyen el grupo 1 del árbol de respuestas (figura 4.148).

Los que más se mueven por *motivos medioambientales*, además de iniciarse en gran medida por estas razones, aprecian muy poco los valores hedonistas a la hora de continuar con esta forma de tiempo libre. Este es el caso de, tan sólo, el 4,31% de los practicantes consolidados (grupo 3).

Las razones de mantenimiento medioambientales también tienen fuerza, aunque algo menor, entre los practicantes actuales y pasados que tuvieron su primer contacto físico-deportivo por estas mismas razones y además también siguen practicando por hedonismo. Estos representan el 15,5% de los practicantes actuales y pasados (grupo 4).

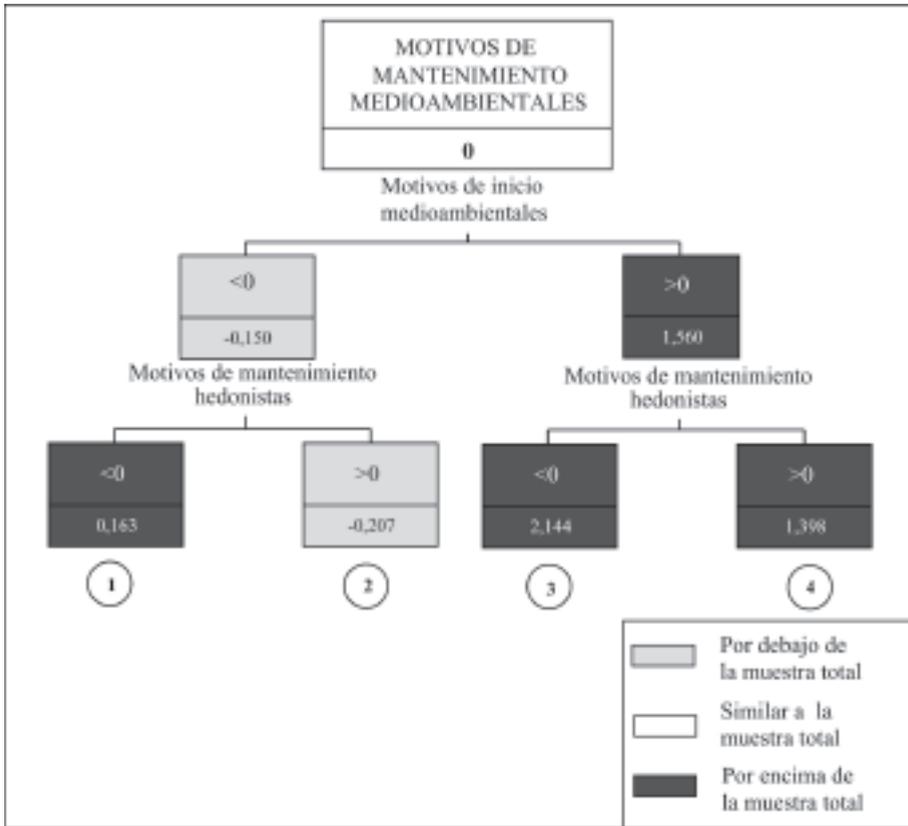


Figura 4.148. Resultados causales para los motivos de mantenimiento físico-deportivo medioambientales.

#### 4.2.3.3.6. Motivos de mantenimiento físico-deportivo familiares y de desafío

Los *motivos de mantenimiento familiares* así como los *de desafío* no se asocian con ninguna otra variable de nuestro estudio, por lo que no se realiza análisis multivariable.

#### 4.2.3.3.7. Motivos de mantenimiento físico-deportivo relacionados con la salud

Al realizar el análisis bivariable, encontramos dos factores asociados estadísticamente con los *motivos de mantenimiento relacionados con la salud*; la *edad* y el *estado civil*. Este último se correlaciona significativamente con la *edad*, factor claramente influyente en el *estado civil*, por lo que se desestima como variable predictora de los *motivos de mantenimiento relacionados con la salud*.

De esta forma, el modelo teórico se reduce a la siguiente hipótesis:

**Existe una influencia positiva de la *edad* sobre los *motivos de mantenimiento relacionados con la salud*.**

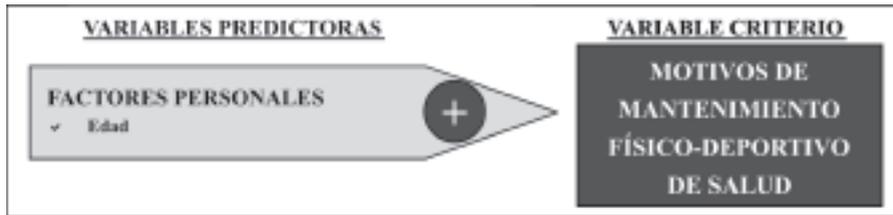


Figura 4.149. Modelo teórico CHAID para los motivos de mantenimiento físico-deportivos relacionados con la salud.

En este caso, el análisis CHAID indica que la *edad* no provoca significativamente una continuación de la práctica físico-deportiva por *motivos de salud*. Por lo que se rechaza la hipótesis planteada.

#### 4.2.3.4. Análisis multivariable para los practicantes actuales de la comunidad universitaria riojana

Resulta interesante conocer los factores más influyentes en la práctica de los distintos tipos de actividades físico-deportivas, así como en la elección de las compañías con las que se practica y de las instalaciones utilizadas.

Del mismo modo, los perfiles de cada tipo de practicantes resultarán de gran ayuda para la programación de la oferta físico-deportiva.

##### 4.2.3.4.1. Tipos de actividades físico-deportivas practicadas

Para cada uno de los tipos de actividades físico-deportivas (*ejercicios didácticos, actividades libres, juegos deportivos tradicionales y deportes*) se llevará a cabo un método causal.

##### EJERCICIOS FÍSICO-DEPORTIVOS DIDÁCTICOS

Comenzando por los *ejercicios didácticos*, cuatro variables se han asociado significativamente con este tipo de actividades físico-deportivas:

- *Sexo*
- *Departamento al que se pertenece*
- *Años de práctica físico-deportiva*
- *Actividades físico-deportivas libres.*

Sin embargo, para el análisis CHAID, tan sólo consideramos variables predictoras: *la ocupación real en ir de tiendas y el departamento al que se pertenece* (ver figura 4.150).

El *sexo* se ha eliminado del análisis causal por estar asociado significativamente a los *años de práctica físico-deportiva*, variable que, por su parte, es considerada efecto de los ejercicios didácticos.

De esta forma, se plantea como hipótesis que:

**Las actividades físico-deportivas libres son las principales competidoras de los ejercicios didácticos, de tal forma que la práctica de actividades por cuenta propia dificulta la participación en ejercicios didácticos. Así mismo, en el colectivo de personal docente e investigador, el departamento al que se pertenece condiciona la práctica de este tipo de actividades** (ver figura 4.150).

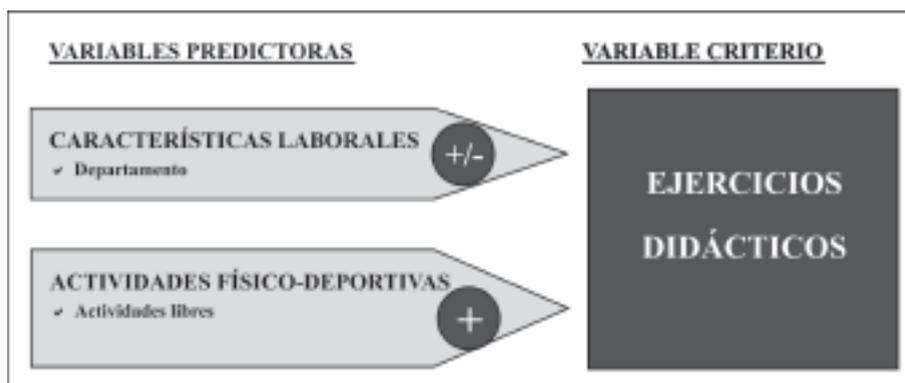


Figura 4.150. Modelo teórico CHAID para los ejercicios didácticos.

Esta hipótesis se ve confirmada en la práctica de actividades físico-deportivas libres, pero no para la variable departamento, al mostrar las actividades físico-deportivas libres como el único factor que significativamente determina la práctica de este tipo de actividades, en una relación causal negativa.

En consecuencia, aquellos practicantes actuales que menos actividad física realizan por su cuenta son los que más se involucran en ejercicios didácticos, mientras que los que más realizan actividades libres se corresponden con los que menos acuden a ejercicios didácticos.

Pasamos a describir las características de estos dos grupos basándonos en las variables asociadas con este tipo de actividades: práctica de actividades libres, sexo y años de adherencia físico-deportiva.

Aquellos que menos asisten a ejercicios didácticos y practican actividad física por su cuenta son generalmente hombres muy experimentados en activida-

des físicas de tiempo libre. Constituyen el 18,71% de la comunidad universitaria riojana físicamente activa.

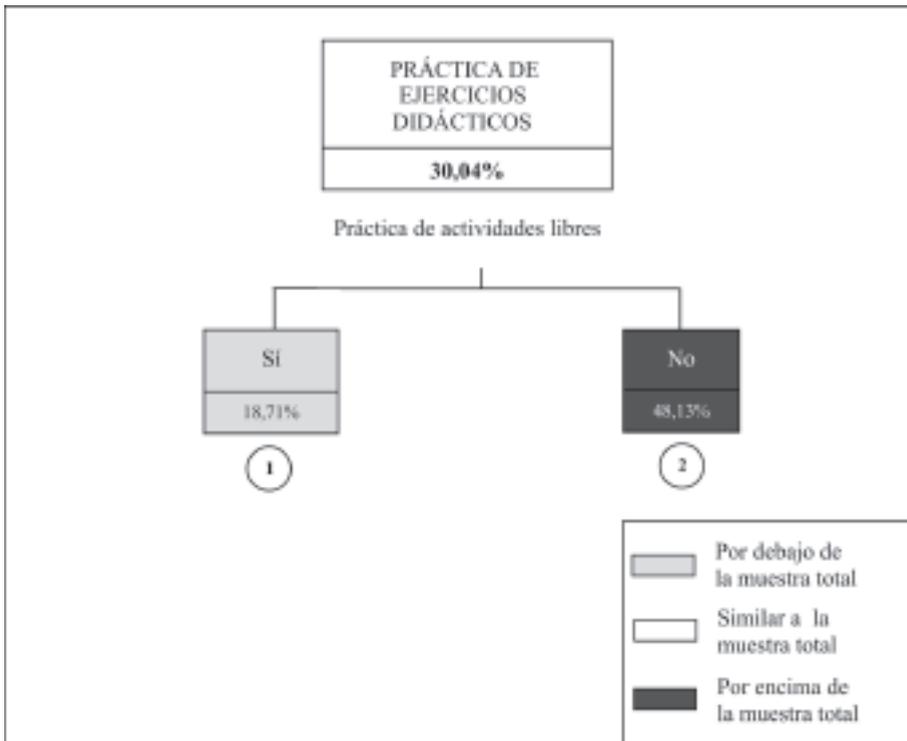


Figura 4.151. Resultados causales para la práctica de ejercicios didácticos.

En cambio, los que más practican este tipo de actividades físicas y no se ejercitan físicamente de forma libre son en su mayoría hombres, pero con aumento del índice de mujeres respecto al grupo anterior, y su adherencia físico-deportiva se mantiene menor. El 48,13% de los practicantes actuales de la comunidad universitaria riojana responden a este perfil.

Variables		PERFILES EJERCICIOS DIDÁCTICOS		
		1	2	
Variables predictoras	Actividades libres	100%	—	
Variables descriptoras	Sexo (hombres)	65,2%	60,7%	
	Años de Adherencia (menos de 5 años)	9,6%	16,8%	
Criterio	Ejercicios didácticos	18,71%	48,13%	30,04%
Muestra	Tamaño muestra	61,51%	38,48%	100%

Figura 4.152. Resultados descriptivos para la práctica de ejercicios didácticos.

#### ACTIVIDADES FÍSICO-DEPORTIVAS LIBRES

Las *actividades físico-deportivas libres* se asocian significativamente a siete variables, de las cuales se consideran predictoras cuatro de ellas: *la práctica de ejercicios didácticos, la práctica de deportes, la práctica en solitario y la práctica en compañía de la familia* (ver figura 4.153).

El resto (*titulación, práctica en compañía de otras personas y número de actividades físico-deportivas practicadas*) se ha eliminado del análisis causal por estar asociadas significativamente a algunas de las variables predictoras.

En este caso, la hipótesis se plantea de la siguiente forma:

**Tanto la práctica de ejercicios didácticos como de deportes determina inversamente la práctica de actividades físico-deportivas libres, mientras que la práctica en solitario o en compañía de familiares condiciona positivamente su realización** (ver figura 4.153).

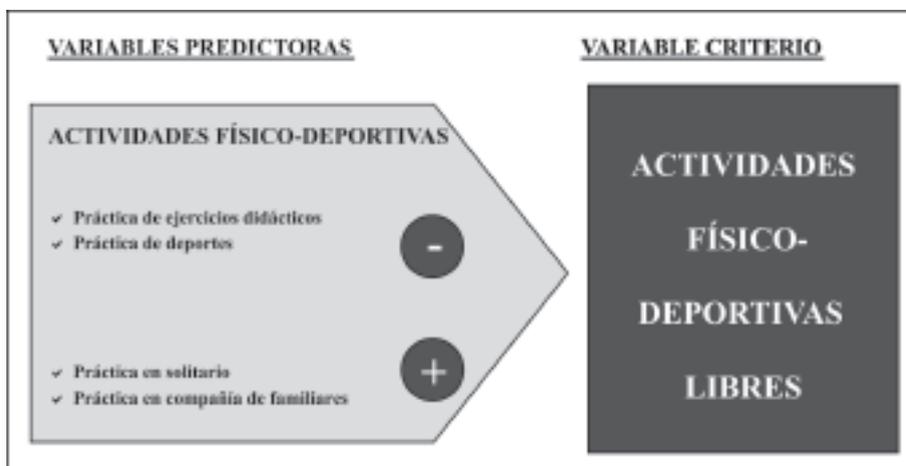


Figura 4.153. Modelo teórico CHAID para las actividades físico-deportivas libres.

Los resultados del análisis causal aceptan la hipótesis planteada y subrayan la práctica *en solitario* como principal factor de causa directa de la práctica de *actividades físico-deportivas libres*. En un segundo nivel, la práctica *en compañía de familiares* influye positivamente entre los que no practican *en solitario*, mientras que la práctica de *ejercicios didácticos* actúa negativamente sobre quienes realizan actividad física *en solitario*. Este último factor ejerce su fuerza, también negativa, en un tercer nivel, en caso de no ejercitarse solos. Finalmente, y sólo para aquellos que no practican *en solitario* y tampoco *en compañía de familiares* y no acuden a *ejercicios didácticos*, la práctica de *deportes* opera negativamente sobre las *actividades libres* (figura 4.154).

De esta forma, los practicantes solitarios realizan más actividades físico-deportivas libres que los que viven la práctica física de tiempo libre en compañía. Entre los practicantes solitarios es mayor el índice de activación libre para quienes no participan en ejercicios didácticos.

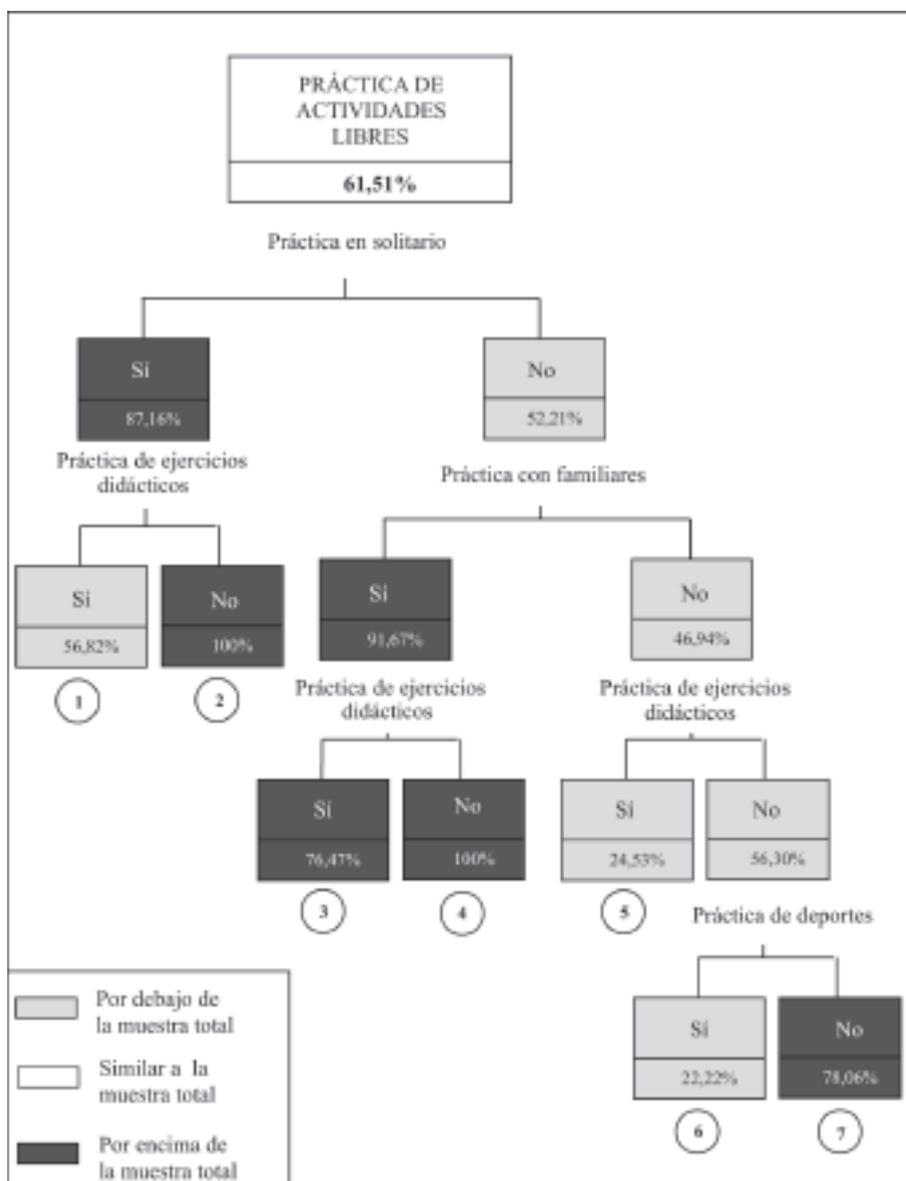


Figura 4.154. Resultados causales para la práctica de actividades físico-deportivas libres.

Dentro de los que no se ejercitan en solitario, los que practican con familiares eligen las actividades libres en mayor medida que los que no lo hacen en compañía de familiares. Si no practican solos, lo hagan o no en compañía de

familiares, desarrollan más *actividades libres* quienes señalan no realizar *ejercicios didácticos*.

Finalmente, entre los practicantes actuales que no se ejercitan motrizmente solos ni con la familia y tampoco realizan *ejercicios didácticos*, llevan a cabo más *actividades libres* quienes tampoco practican deportes.

La influencia de estos cuatro factores genera siete grupos diferenciados, que pasamos a analizar descriptivamente partiendo de las variables asociadas significativamente con este tipo de actividades.

Los mayores participantes de *actividades libres* de la universidad riojana responden a dos perfiles diferentes (grupos 2 y 4). El primero de ellos (grupo 2) reúne las siguientes características: practicante en solitario, no participa en ejercicios didácticos, apenas practica con familiares u otras personas, no se involucra en actividades deportivas, realiza más de una modalidad física y, entre los alumnos, está matriculado, de manera predominante, en Electrónica, Ingeniería Técnica Agrícola en Industrias Agrarias y Alimentarias, Empresariales o LADE.

El segundo perfil (grupo 4) reúne las siguientes características: no practica en solitario, sino en compañía de familiares, tampoco acude a ejercicios didácticos, practica muy poco deporte, apenas se ejercita en compañía de personas sin vinculación afectiva y mayoritariamente experimenta más de una modalidad física; destacan entre el alumnado los matriculados en Empresariales o en Ingeniería Técnica Agrícola en Hortifruticultura y Jardinería.

Entre ambos grupos representan el 24,27% de los practicantes actuales de la universidad riojana.

Otros dos perfiles corresponden a quienes practican en gran medida actividades libres. Estos son, por un lado, practicantes de ejercicios didácticos, que se ejercitan en compañía de familiares, que apenas hacen deporte, algunos de ellos realizan actividades físicas con personas con las que no mantienen vínculos afectivos, desarrollan más de una modalidad y, sobre todo, son estudiantes de Enfermería o de Ingeniería Técnica en Electrónica Industrial (grupo 3). Por otro lado, encontramos aquellos que no practican ni en solitario ni en compañía de familiares, apenas lo hacen junto con personas no vinculadas a ellos afectivamente, tampoco practican ejercicios didácticos, la mayoría tan sólo se centra en una modalidad física y son, sobre todo, estudiantes de Ingeniería Técnica Mecánica, LADE o Ingeniería Técnica en Electrónica Industrial (grupo 7).

Estos dos perfiles abarcan al 31% de los practicantes actuales.

En el lado opuesto, los que menos demandan realmente las actividades libres se corresponden con los que no practican ni en solitario ni con familiares, efectúan ejercicios didácticos o deportes, en compañía de personas sin vinculación afectiva, y son, sobre todo estudiantes de las siguientes titulaciones: Empresariales, Maestro especialista en Educación Física, Ingeniería Técnica Mecánica, Filo-

logía Inglesa, Químicas, LADE o Ingeniería Técnica en Electricidad. Este perfil responde al 36,86% de los practicantes actuales de la UR (grupos 5 y 6).

En un punto intermedio con respecto a la práctica de actividades libres, nos encontramos a quienes practican en solitario, apenas lo hacen con familiares u otras personas, acuden a ejercicios didácticos y realizan más de una modalidad física. Con estas características destacan alumnos de Ingeniería Técnica en Mecánica y de Empresariales y representan al 7,91% de los practicantes reales de la comunidad universitaria riojana (grupo 1).

Variables		PERFILES ACTIVIDADES LIBRES							
		1	2	3	4	5	6	7	
Variables predictoras	Práctica en solitario	100%	100%	---	---	---	---	---	
	Práctica con familiares	13,6%	15,4%	100%	100%	---	---	---	
	Prácticas ejercicios didácticos	100%	---	100%	---	100%	---	---	
	Práctica de deportes	15,9%	13,5%	23,5%	12,9%	9,4%	100%	---	
Variables descriptoras	Práctica con otras personas	22,7%	9,6%	35,3%	9,7%	30,6%	58,5%	11,6%	
	Nº actividades	88,6%	79,8%	82,4%	67,7%	50%	33,3%	44,5%	
	Titulación	Mecá 01,4 Empr 9,1	Electro,8,7 ITAgro,9,7 Empr 7,7 LADE 7,7	Empr 29,4 Electro,01,8	Empr 12,8 ITAbor,6,7	Empr 02,3 Filolog 8,5 Químico 7,5 Mecá 7,5	MEF 18,2 Empr 15,2 Mecá 01,1 LADE 7,1 Electri,7,1	Mecá 14 LADE 18,3 Electro,7,1	
Criterio	Actividades libres	56,82%	100%	76,47%	100%	24,53%	22,22%	78,86%	61,51%
Muestra	Tamaño muestra	7,91%	18,79%	3,05%	5,57%	19,06%	17,88%	27,87%	100%

Figura 4.155. Resultados descriptivos para la práctica de actividades físico-deportivas libres.

#### JUEGOS DEPORTIVOS TRADICIONALES

Por su parte, en el análisis bivariable, los *juegos deportivos tradicionales* muestran asociación significativa únicamente con la variable *sexo*. Sin embargo, esta no se considera causa de la práctica de *juegos deportivos tradicionales*, sino variable descriptora de aquella; por ello no se realiza análisis causal multivariado para los *juegos deportivos tradicionales*.

## DEPORTES

El cuarto tipo de actividades físico-deportivas lo componen los *deportes*, los cuales mantienen una relación estadísticamente significativa con cinco variables independientes:

- *Titulación*
- *Edad de inicio físico-deportivo*
- *Satisfacción con la situación de práctica físico-deportiva*
- *Práctica de actividades libres*
- *Práctica en compañía de otros.*

La *titulación* y la *práctica en compañía de otros* están relacionadas significativamente con la práctica de *actividades libres*, mientras que la *satisfacción con la situación de práctica* es efecto de la práctica deportiva, por lo que si las incluimos en el método causal se distorsionarán los resultados. Por ello tan sólo se han considerado posibles causas de este tipo de práctica físico-deportiva *la edad de inicio físico-deportivo* y *la práctica de actividades libres*, considerando como hipótesis que ambas repercuten negativamente en la práctica deportiva (ver figura 4.156).

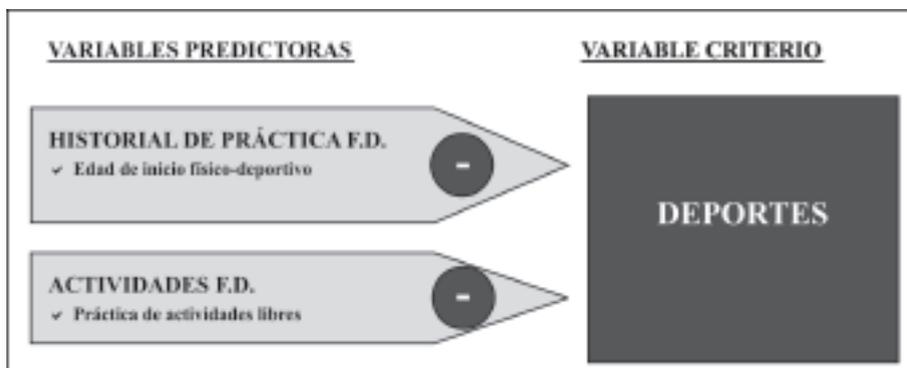


Figura 4.156. Modelo teórico CHAID para la práctica de deportes.

El resto de variables independientes relacionadas con las actividades deportivas se reservan para el análisis descriptivo multivariable.

La figura 4.157 confirma la hipótesis planteada al reflejar la *edad de inicio físico-deportivo* y la *práctica de actividades libres* como factores causales negativos de la práctica de deportes.

La práctica de *actividades libres* constituye el primer agente responsable de la práctica de *deportes*, de manera que los practicantes de actividades físicas por

cuenta propia son los que menos participan en actividades deportivas. Dentro de estos, los que comenzaron a ocupar su tiempo libre en actividades físicas antes de los 10 años de edad alcanzan un índice deportivo mayor que quienes se iniciaron con más de 10 años.

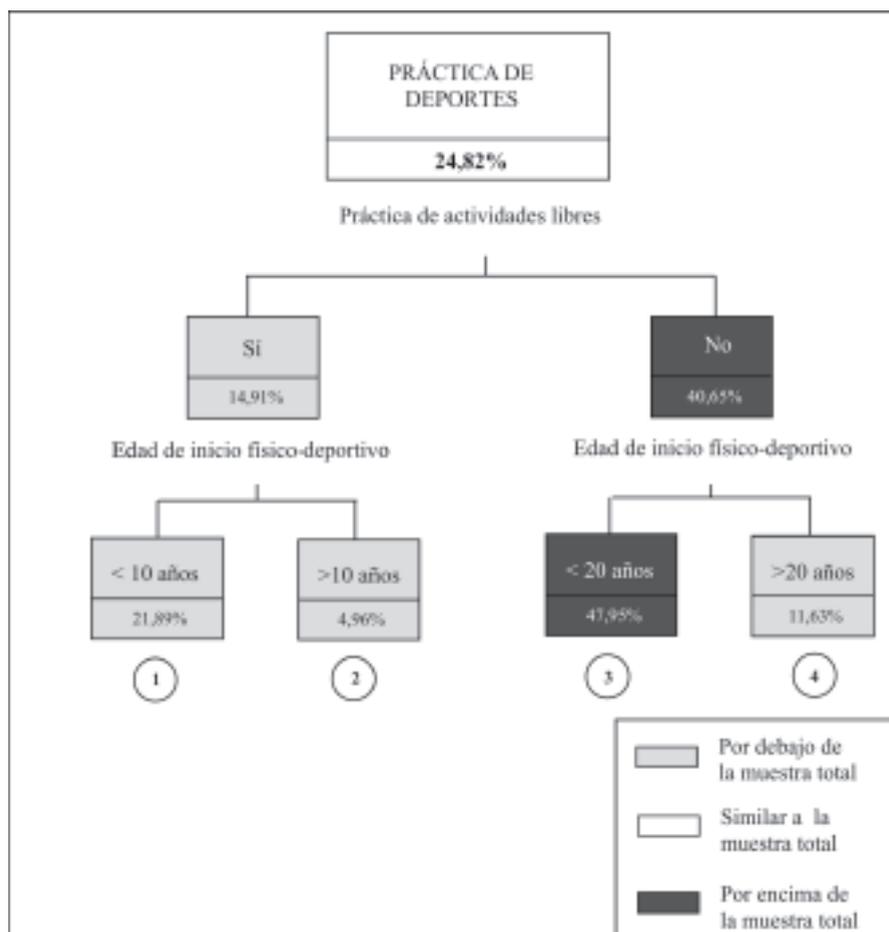


Figura 4.157. Resultados causales para la práctica de deportes.

Entre aquellos que no practican *actividades libres*, quienes se iniciaron con menos de 20 años son más deportistas que los que lo hicieron después de esta edad.

La influencia de estos dos factores genera cuatro muestras de practicantes actuales: los que apenas realizan *deportes* (grupo 2), los que alcanzan un índice deportivo inferior a la media (grupo 4), los que consiguen un nivel similar al total de practicantes actuales (grupo 1) y los que más *deporte* hacen (grupo 3).

Completando el análisis explicativo con el descriptivo multivariable, se describirán los perfiles de cada uno de estos grupos (figura 4.158).

Aquellos que más se involucran en este tipo de actividades no practican *actividades libres*, comenzaron a hacer ejercicio físico con menos de 20 años, son de los que más practican *con personas con las que no guardan relación afectiva*, se muestran los más satisfechos con su situación de práctica física y, entre el alumnado, dominan los estudiantes de Ingeniería Técnica Mecánica, Empresariales, Maestro especialista en Educación Física y LADE. Este grupo está integrado por el 30,75% de los practicantes actuales de la UR.

Variables		PERFILES DEPORTES				
		1	2	3	4	
Variables predictoras	Práctica de actividades libres	100%	100%	----	----	
	Edad de inicio físico-deportivo	<10 años	>10 años	<20 años	>20 años	
Variables descriptoras	Práctica con otras	20,89%	13,4%	35,1%	48,7%	
	Satisfacción con la práctica	74,12%	63,4%	81,3%	79,5%	
	Titulación	Mecánica 10 Empresarial 9,5 Electrónica 8,5 LADE 7,5 Maestro EF 7,5	Electrónica 8,2 Enfermería 8,2 Empresarial 7,5	Mecánica 13,5 Empresarial 11,1 Maestro EF 11,1 LADE 9,5	Fis. Logp 18 Empresarial 12,8 Derecho 7,7 Química 7,7 Trab Social 7,7 ITA agric 7,7 Electricidad 7,7	
Criterio	Deportes	21,89%	4,96%	47,95%	11,63%	24,82%
Muestra	Tamaño muestra	36,15%	25,35%	30,75%	7,73	100%

Figura 4.158. Resultados descriptivos para la práctica de deportes.

En el otro extremo se encuentra el colectivo formado por los que no participan en actividades deportivas, compuesto por practicantes de actividades libres, que se iniciaron en el contexto físico-deportivo con más de 10 años, son los que menos practican con personas sin vínculos afectivos y los menos satisfechos con su situación de práctica físico-deportiva. Entre el alumnado destacan los estudiantes de Ingeniería Técnica Electrónica, Enfermería y Empresariales. Este perfil representa el 25,35% de los universitarios riojanos físicamente activos.

Los que hacen actividad física por su cuenta, que se iniciaron antes de los 10 años, practican algo con otras personas y, en el caso de los alumnos, están matriculados principalmente en Ingeniería Técnica Mecánica, Empresariales, Ingeniería Técnica en Electrónica Industrial, LADE y Maestro especialista en Educación Física, alcanzan un nivel deportivo similar al del conjunto de practicantes físico-deportivos actuales.

Por su parte, los que no realizan *actividades libres*, que comenzaron sus experiencias físicas de tiempo libre con más de 20 años, que se ejercitan en gran

medida en compañía de gente con la que no guardan ningún vínculo afectivo y se encuentran bastante satisfechos con su situación de práctica físico-deportiva, hacen menos deporte que el total de los practicantes reales de la UR.

#### 4.2.3.4.2. Con quién practican actividades físico-deportivas

La práctica físico-deportiva puede llevarse a cabo en solitario, en compañía de amigos, de familiares o de otras personas. A cada uno de los acompañantes posibles se aplicará un método causal con el fin de determinar las posibles causas que llevan a ejercitarse con uno o con otros.

#### PRÁCTICA FÍSICO-DEPORTIVA EN SOLITARIO

Comenzando por la práctica físico-deportiva *en solitario*, dos variables se han asociado significativamente con este tipo de actividades físico-deportivas; sin embargo, para el análisis CHAID, tan sólo consideramos variable predictora *el número de actividades físico-deportivas practicadas* (ver figura 4.159).

La práctica de *actividades libres*, tal y como se ha comprobado en la figura 4.154, es efecto de la práctica *en solitario*; por ello se han eliminado del análisis causal.

De esta forma, se plantea como hipótesis que:

**La práctica físico-deportiva en solitario se encuentra directamente condicionada por el número de actividades motrices practicadas** (ver figura 4.159).



Figura 4.159. Modelo teórico CHAID para la práctica en solitario.

Esta hipótesis se ve confirmada al declarar el *número de actividades físico-deportivas* practicadas factor significativamente determinante de la ejercitación *en solitario*, en relación causal positiva. De esta forma, aquellos que experimentan más de una actividad físico-deportiva son los que más se ejercitan *en solitario*, mientras que aquellos que tan sólo se centran en la práctica de una modalidad se corresponden con los que menos actividad física desarrollan solos.

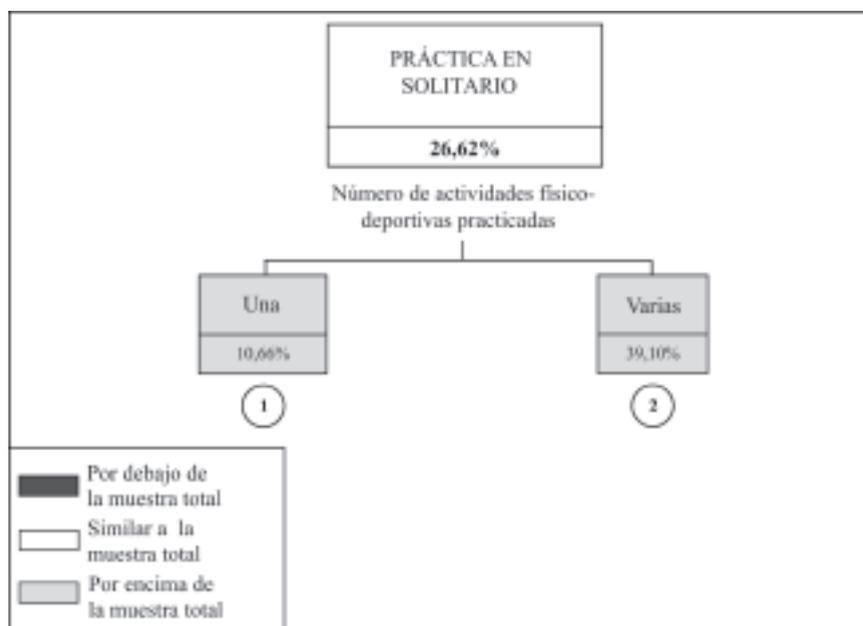


Figura 4.160. Resultados causales para la práctica físico-deportiva en solitario.

El perfil de los practicantes en solitario viene definido por ser practicante de más de una modalidad físico-deportiva, al mismo tiempo que de actividades físico-deportivas libres. Más de la mitad de los universitarios riojanos físicamente activos cumplen estas características.

Los que menos se ejercitan en solitario realizan una única modalidad físico-deportiva y en contexto diferente al de las actividades libres. Representan el 43,88% de los practicantes actuales.

Variables		PERFILES PRÁCTICA EN SOLITARIO		
		1	2	
Variables predictoras	Nº actividades físico-deportivas practicadas (varias)	—	100%	
Variables descriptoras	Práctica de actividades físico-deportivas libres	36,5%	81,1%	
Criterio	Práctica en solitario	10,66%	39,10%	30,04%
Muestra	Tamaño muestra	43,88%	56,12%	100%

Figura 4.161. Resultados descriptivos para la práctica en solitario.

PRÁCTICA FÍSICO-DEPORTIVA EN COMPAÑÍA DE AMIGOS

La práctica físico-deportiva *en compañía de amigos* se asocia significativamente a seis variables, de las cuales se consideran predictoras tres de ellas: *práctica físico-deportiva en compañía de personas con las que no guarda vinculación afectiva*, *número de actividades físico-deportivas practicadas* y *práctica físico-deportiva en la Universidad de La Rioja* (ver figura 4.162).

El resto (*sexo*, *departamento* y *titulación*) se consideran variables descriptivas y no explicativas de la práctica en compañía de amigos.

En este caso, la hipótesis se plantea de la siguiente forma:

**Tanto el número de actividades físicas practicadas como la utilización de las instalaciones físico-deportivas de la Universidad de La Rioja determinan directamente la práctica en compañía de amigos, mientras que la realización de actividad física en compañía de personas sin ninguna vinculación afectiva influye negativamente** (figura 4.162).



Figura 4.162. Modelo teórico CHAID para la práctica físico-deportiva con amigos.

Los resultados del análisis causal aceptan la hipótesis planteada subrayando la práctica de actividades físico-deportivas *en compañía de otras personas* como principal factor de influencia en la práctica *en compañía de amigos*. La *utilización de las instalaciones físico-deportivas de la universidad riojana* inciden positivamente tan sólo entre quienes no practican junto a personas con las que no mantienen relación afectiva. Por su parte, el *número de actividades físico-deportivas* practicadas actúa positivamente, en un segundo nivel, para quienes practican con otras personas y, en un tercer nivel, entre aquellos que no hacen actividad física en compañía de personas sin vinculación afectiva y que, además, no emplean las instalaciones del campus universitario.

De esta forma, los que más se acompañan de amigos para una ocupación física de tiempo libre son aquellos que no se ejercitan motrizmente en compañía de gente sin vinculación afectiva y, dentro de estos, los que utilizan las instalaciones de la Universidad de La Rioja. En contraposición, quienes realizan actividades físicas con personas sin vinculación afectiva y, además, tan sólo experimentan una modalidad físico-deportiva coinciden con los que menos se ejercitan en compañías de amigos.

La influencia de estos tres factores genera cinco grupos diferenciados, cuyas características se describen en la figura 4.163.

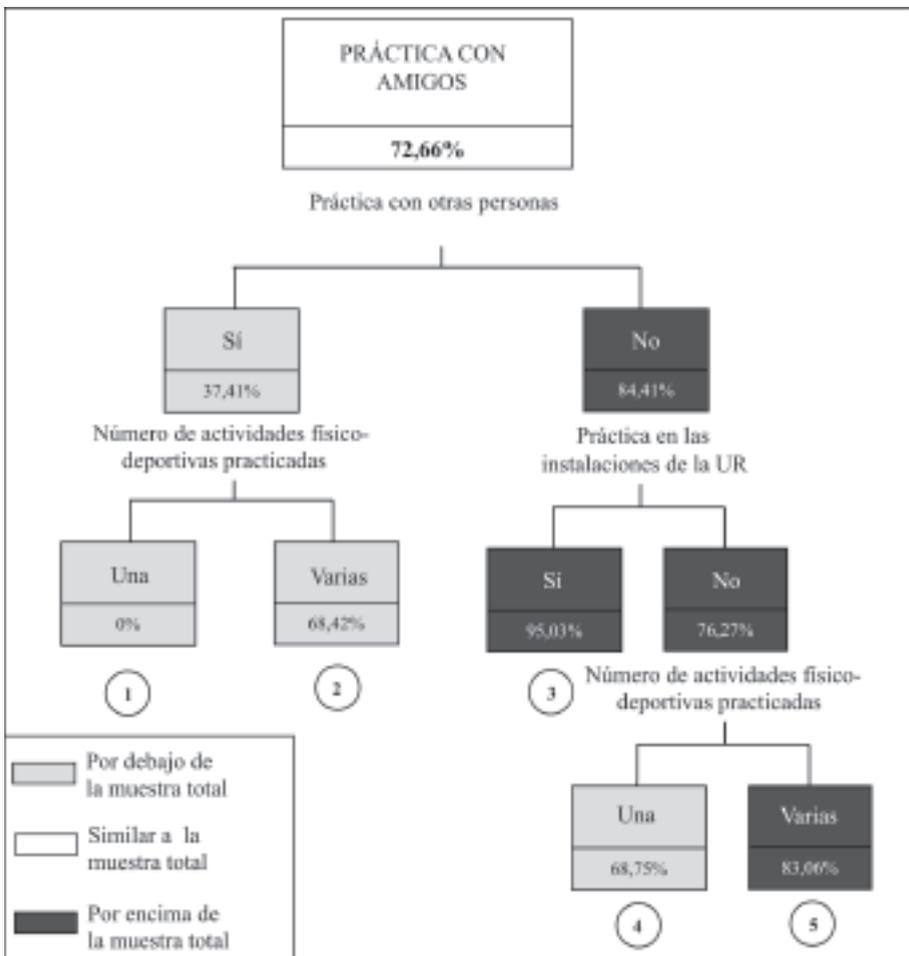


Figura 4.163. Resultados causales para la práctica físico-deportiva con amigos.

La mayoría de los universitarios riojanos practican actividades físico-deportivas *en compañía de sus amigos* (72,66%); sobre todo, así lo hacen quienes reúnen las siguientes características: hombres que no participan en compañía de personas sin vinculación afectiva y practican en las instalaciones de la Universidad de La Rioja. El 32,55% de los universitarios motrizmente activos cumplen este perfil (grupo 3). Entre el personal docente e investigador destacan los adscritos a los departamentos de Matemáticas y Computación, Agricultura y Alimentación y Químicas, mientras que entre el alumnado sobresalen los estudiantes de Ingeniería Técnica en Mecánica, LADE y Maestro especialista en Educación Física.

Otro colectivo con un alto índice de ejercitación junto a sus amistades es el compuesto por quienes ni practican con otras personas ni utilizan las instalaciones físico-deportivas de la UR y realizan más de una modalidad físico-deportiva (grupo 5). Uno de cada cinco practicantes actuales cumple estas características; destacan, entre profesores e investigadores, los adscritos a los departamentos de Ingeniería Eléctrica, Agricultura y Alimentación, Químicas, Expresión Artística y Escuelas Adscritas y, entre el alumnado, los matriculados en Empresariales, Enfermería, Ingeniería Técnica en Electrónica Industrial, Ingeniería Técnica en Mecánica e Ingeniería Técnica Agraria en Agricultura y Alimentación.

En el lado opuesto, aquellos que se unen con gente sin vinculación afectiva para ejercitarse físicamente, que apenas emplean las instalaciones universitarias, y se centran en una única modalidad física, no practican en compañía de amigos (grupo 1). Este es el caso del 11,33% de los universitarios físicamente activos. Entre el personal docente e investigador destacan los adscritos a los departamentos de Matemáticas y Computación y de Filologías Modernas y, entre el alumnado, sobresalen los estudiantes de Empresariales, LADE, Químicas, Ingeniería Técnica en Electricidad y Maestro especialista en Educación Física.

Variables		PERFILES PRÁCTICA CON AMIGOS					
		1	2	3	4	5	
Variables predictoras	Práctica con otras	100%	100%	---	---	---	
	Práctica en la UR	28,6%	44,7%	100%	---	---	
	N° actividades F.D. (varios)	---	100%	61,9%	---	100%	
Variables descriptoras	Sexo (hombre)	57,1%	63,2%	81,2%	46,4%	56,5%	
	Departamento	DMC 1,6 DFM 1,6	DCBS 2,6 DMC 1,3 DQ 1,3 UBTS 1,3 DFM 1,3 DEM 1,3	DMC 2,2 DAA 1,1 DQ 1,1	DEE 2,7 DFM 1,8 DIE 1,8	DIE 2,4 DAA 1,6 DQ 1,6 EA 1,6 DEA 1,6	
	Titulación	Empresa 12,7 LADE 9,5 Química 9,5 Electricidad 9,5 MEF 7,9	Empresa 11,8 Electricidad 18,5 MEF 16,5 Medicina 7,9	Medicina 12,2 LADE 5,4 MEF 9,4	Medicina 9,8 Empresa 1 LADE 8 Derecho 8 Humanas 8	Empresa 12,1 Enfermería 9,7 Electricidad 8,1 Medicina 8,1 ITA Agrícola 8,1	
Criterio	Práctica con amigos	0%	68,42%	95,03%	68,75%	83,86%	72,66%
Muestra	Tamaño muestra	11,33%	13,66%	32,55%	20,14%	22,30%	100%

Figura 4.164. Resultados descriptivos para la práctica físico-deportiva con amigos.

Por extensión, los grupos 2 y 4 practican en compañía de amigos, pero con menor intensidad que el conjunto de los practicantes actuales; representan el 33,8% de estos. Se trata de hombres que practican más de una modalidad físico-deportiva, en compañía de otras personas (grupo 2), o mujeres que no practican en la UR ni en compañía de personas sin vinculación afectiva y que se limitan exclusivamente a una modalidad física (grupo 4).

#### PRÁCTICA FÍSICO-DEPORTIVA EN COMPAÑÍA DE FAMILIARES

Por su parte, en el análisis bivariable, la práctica físico-deportiva *con familiares* muestra asociación significativa únicamente con la *práctica de actividades físico-deportivas libres*.

Tal y como se ha comprobado en la figura 4.154, ésta es efecto de la práctica *con familiares*, por lo que se desestima el análisis causal de la práctica físico-deportiva *en compañía de familiares*.

#### PRÁCTICA FÍSICO-DEPORTIVA EN COMPAÑÍA DE OTRAS PERSONAS

Finalmente, se puede hacer actividad física *en compañía de otras personas con las que inicialmente no se mantiene ningún vínculo afectivo*; esta forma

de práctica mantiene relación estadísticamente significativa con cuatro variables independientes:

- *Titulación*
- *Práctica de actividades libres*
- *Práctica de deportes*
- *Práctica en compañía de amigos.*

La *titulación* y la práctica de *actividades libres* se encuentran a su vez relacionadas con la práctica de *deportes*, por lo que si incluimos todas en el método causal, se distorsionarán los resultados; por ello tan sólo se han tomado las consideradas verdaderas causas de este tipo de compañías. Así, como variables predictoras se toman la *práctica de deportes* y la *práctica en compañía de amigos*, considerando que la práctica de *deportes* genera la ejercitación *en compañía de personas sin ninguna vinculación afectiva*, mientras que la práctica *con amigos* dificulta la ejercitación con otras personas (ver figura 4.165).

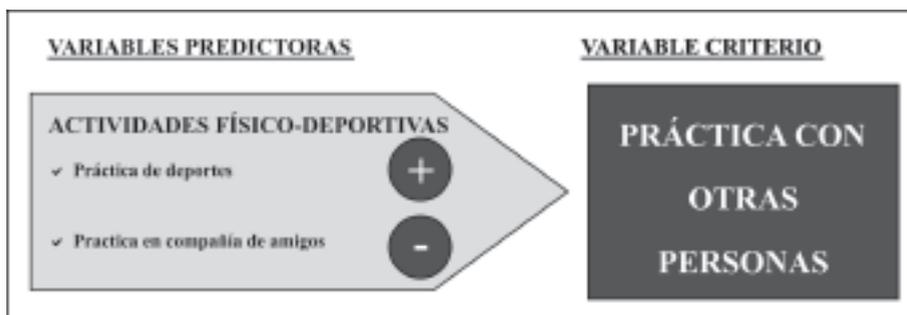


Figura 4.165. Modelo teórico CHAID para la práctica con otras personas.

El resto de variables independientes relacionadas con las actividades deportivas se reservan para el análisis descriptivo multivariable.

La figura 4.166 confirma la hipótesis planteada al reflejar la práctica *en compañía de amigos* como factor principal de la práctica *en compañía de personas* sin vinculación afectiva, mientras que la participación en *deportes* actúa en un segundo nivel para todos los practicantes actuales.

Con carácter general, podemos afirmar que la práctica *en compañía de amigos* determina inversamente la práctica *en compañía de otras personas* distintas de los amigos y familiares, mientras que la participación en *deportes* incide positivamente en la práctica *en compañía de otras personas*.

Así, aquellos que más se ejercitan con estas compañías no lo hacen con amigos y son deportistas federados que apenas realizan actividades libres. Entre los alumnos destacan los matriculados en Empresariales, Ingeniería Técnica en Elec-

tricidad y Maestro especialista en Educación Física. Representan tan sólo el 7,37% de los universitarios riojanos físicamente activos (grupo 3).

Los practicantes actuales no deportistas, que no se ejercitan con amigos y que hacen en gran medida actividad física por su cuenta (el 20% de los practicantes actuales), entre los que destacan estudiantes de Empresariales y LADE, declaran unirse con personas sin vinculación afectiva en mayor medida que el conjunto de los físicamente activos (grupo 4).

Quienes realizan actividades deportivas en compañía de amigos alcanzan un índice de práctica en compañía de otras personas similar al conjunto de los físicamente activos (grupo 1). En este colectivo, formado por uno de cada cuatro practicantes, sobresalen los estudiantes de Maestro especialista en Educación Física, Ingeniería Técnica Mecánica, Empresariales e Ingeniería Técnica en Electrónica Industrial.

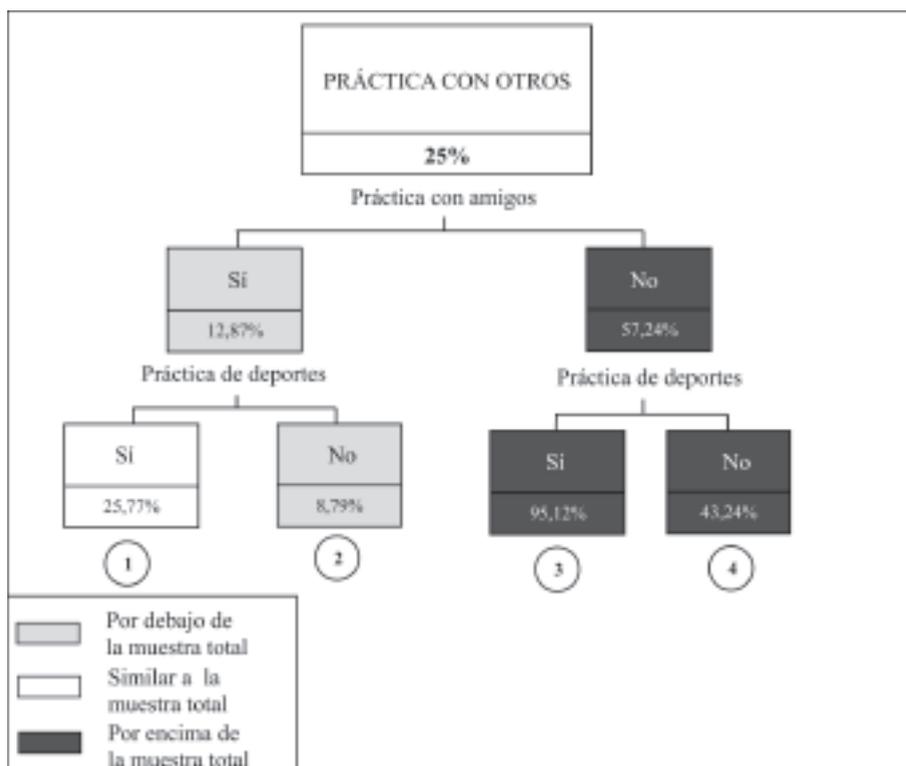


Figura 4.166. Resultados causales para la práctica con otras personas.

Finalmente, algo más de la mitad de los practicantes actuales aseguran ejercitarse muy poco en compañía de personas sin vínculos afectivos ni familiares (grupo 2). Se trata de los que practican con amigos actividades no deportivas, fundamentalmente actividades libres, y son, sobre todo, estudiantes de Ingeniería Técnica en Mecánica, Empresariales, Ingeniería Técnica en Electrónica Industrial y LADE.

Variables		PERFILES PRÁCTICA CON OTROS				
		1	2	3	4	
Variables predictoras	Práctica con amigos	100%	100%	----	----	
	Práctica de deportes	100%	----	100%	----	
Variables descriptoras	Práctica actividades libres	46,4%	73%	14,6%	60,4%	
	Titulación	MEF 18,6 Mecánica 14,4 Empresa 11,3 Electrónica 7,2	Mecánica 9,8 Empresa 8,8 Electrónica 7,5 LADE 7,5	Empresa 17,1 Electrónica 14,6 MEF 12,2 Química 9,8	Empresa 7,2 LADE 7,2	
Criterio	Práctica con otras personas	25,77%	8,79%	95,12%	43,24%	25%
Muestra	Tamaño muestra	17,44%	55,21%	7,37%	19,96%	100%

Figura 4.167. Resultados descriptivos para la práctica con otras personas.

#### 4.2.3.5. Análisis multivariable para los practicantes pasados de la comunidad universitaria riojana

En este apartado se pretende determinar los factores más influyentes en el abandono físico-deportivo de los universitarios.

##### 4.2.3.5.1. Edad de abandono físico-deportivo

La *edad de abandono físico-deportivo* se asocia significativamente a seis factores en el análisis bivariable; sin embargo, para el análisis CHAID, tan sólo consideramos variables predictoras *edad de inicio*, *estado civil* y *titulación* (figura 4.168).

La *edad* y *colectivo* se han eliminado del análisis causal por estar asociadas significativamente a algunas de las variables predictoras, mientras que la *intención de práctica futura* es efecto de la *edad de abandono*.

De esta forma, se plantea como hipótesis que:

**La edad de abandono físico-deportivo viene condicionada por la edad de inicio, el estado civil y la titulación estudiada** (ver figura 4.168).

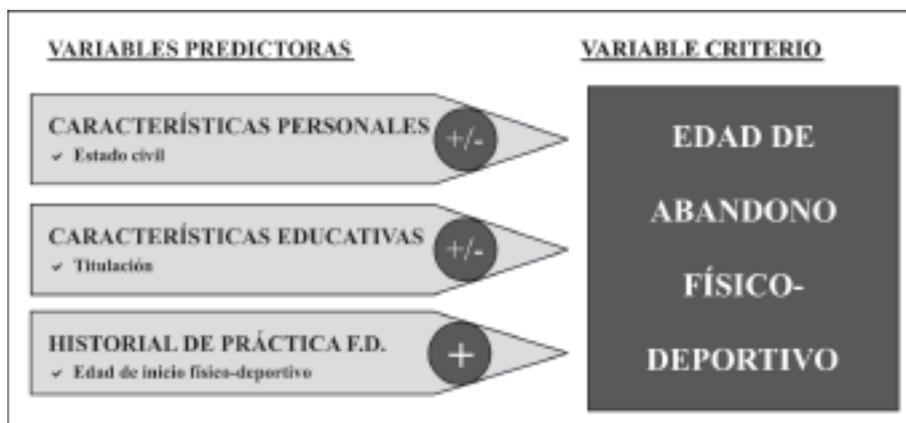


Figura 4.168. Modelo teórico CHAID para la edad de abandono físico-deportivo.

El método causal confirma la hipótesis tan sólo para la *edad de inicio*, desechando el *estado civil* y la *titulación* estudiada como factores causales estadísticamente significativos de la *edad de abandono*.

Cuanto antes se inicien en la práctica físico-deportiva, antes se deja de ejercitar físicamente. No obstante, observando los resultados del análisis CHAID se detecta cómo la mayor parte de los practicantes pasados que comenzaron la práctica físico-deportiva antes de los 10 años la abandonaron entre los 11 y los 15. Sin embargo, en los otros tres grupos el mayor índice de abandono se produce en el mismo intervalo de edad que el comienzo. Esto nos indica que a mayor edad de inicio físico-deportivo el abandono se produce acumulando menos años de experiencia físico-deportiva.

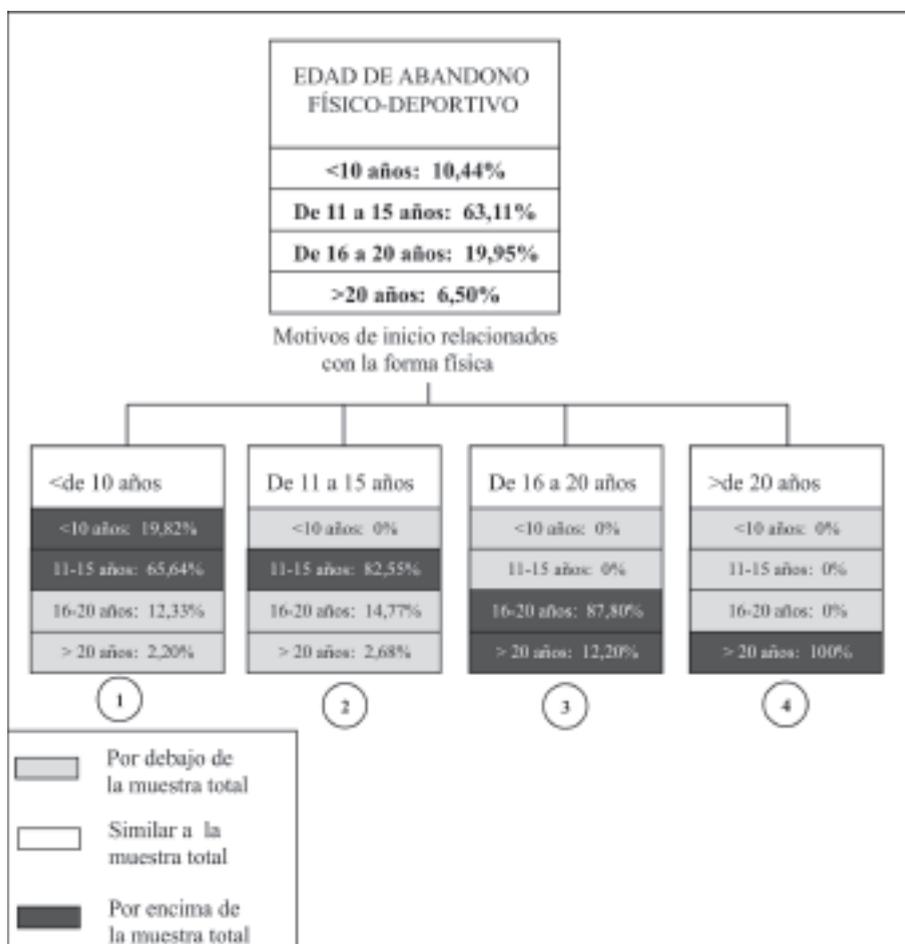


Figura 4.169. Resultados causales para la edad de abandono físico-deportivo.

Centrándonos en las características de *edad* y *colectivo*, entre los que dejan de practicar con menos de 15 años apenas encontramos personal universitario ni mayores de 30 años; a medida que aumenta la *edad de abandono*, aumenta el índice de personal universitario y la *edad* de estos.

Variables		PERFILES EDAD DE ABANDONO				
		1	2	3	4	
Variables predictoras	Edad de inicio	< 10 años	11-15 años	16-20 años	> 20 años	
	Edad (<30 años)	98,2%	97,3%	96,2%	95,1%	
Variables descriptoras	Colectivo (alumnas)	95,2%	93,9%	92,8%	91%	
Criterio	Edad de abandono (> 15 años)	14,55%	17,45%	100%	100%	10,44% 6,50%
Muestra	Tamaño muestra	52,66%	34,57%	9,51%	3,24%	100%

Figura 4.170. Resultados descriptivos para la edad de abandono físico-deportivo.

#### 4.2.3.5.2. Motivos de abandono físico-deportivo

##### MOTIVOS DE ABANDONO FÍSICO-DEPORTIVO RELACIONADOS CON EL ESCASO INTERÉS

Por su parte, los *motivos de abandono físico-deportivo relacionados con el interés* tan sólo se asocian a los *motivos de abandono temporales*. Por lo que se plantea la hipótesis siguiente:

**Los motivos de abandono temporales determinan negativamente el abandono físico-deportivo por escaso interés** (ver figura 4.171).

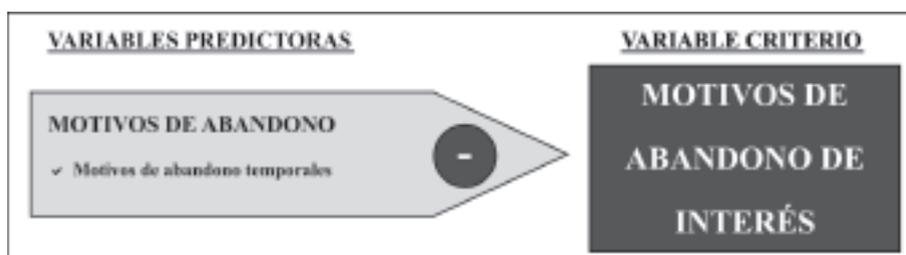


Figura 4.171. Modelo teórico CHAID para los motivos de abandono de interés.

De nuevo se cumple la hipótesis en el sentido de que los *motivos de abandono temporales* actúan negativamente sobre los *motivos de abandono por escaso interés*. Cuanta mayor importancia se dé a los aspectos relacionados con la disponibilidad de tiempo al abandonar la vida físico-deportiva, menos se dejará esta forma de tiempo libre por escaso interés.

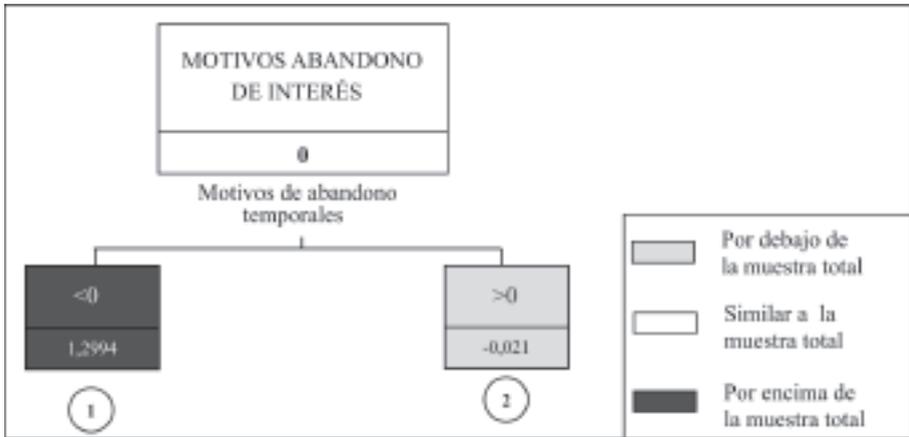


Figura 4.172. Resultados causales para los motivos de abandono físico-deportivo de interés.

#### MOTIVOS DE ABANDONO FÍSICO-DEPORTIVO TEMPORALES

Por su parte, los *motivos de abandono temporales* muestran asociación en el análisis bivariable con dos variables: *motivos de abandono físico-deportivo de escaso interés* y *motivos de abandono físico-deportivo relacionados con la oferta*.

Ambos tipos de motivos se consideran predictores de los *motivos de abandono temporales*, por lo que se establece el siguiente modelo teórico a analizar (figura 4.173).

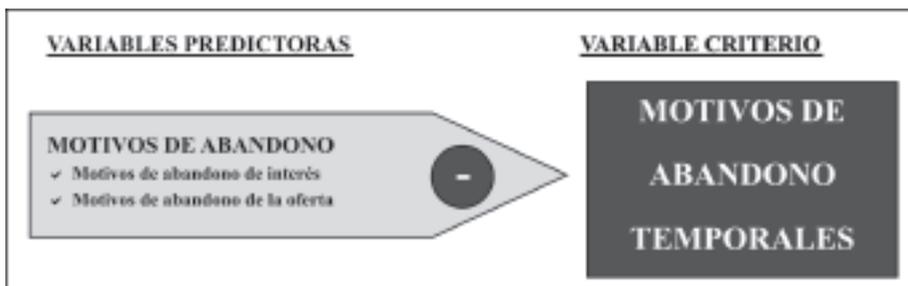


Figura 4.173. Modelo teórico CHAID para los motivos de abandono temporales.

El análisis causal muestra, como principal factor determinante del abandono por razones temporales, los *motivos de abandono por escaso interés*, que establece una relación causal inversa: cuanto menos se señale el escaso interés, más se convierten los motivos temporales en el abandono físico-deportivo.

En un segundo nivel, y sólo entre quienes menos importancia dan a los *motivos de abandono por escaso interés*, ejercen su influencia, también negativa, los *motivos de abandono relacionados con la oferta*. De este modo, aquellos que más aseguran haber abandonado por problemas temporales coinciden con los que menos señalan los *motivos de escaso interés* así como los *relacionados con la oferta*.

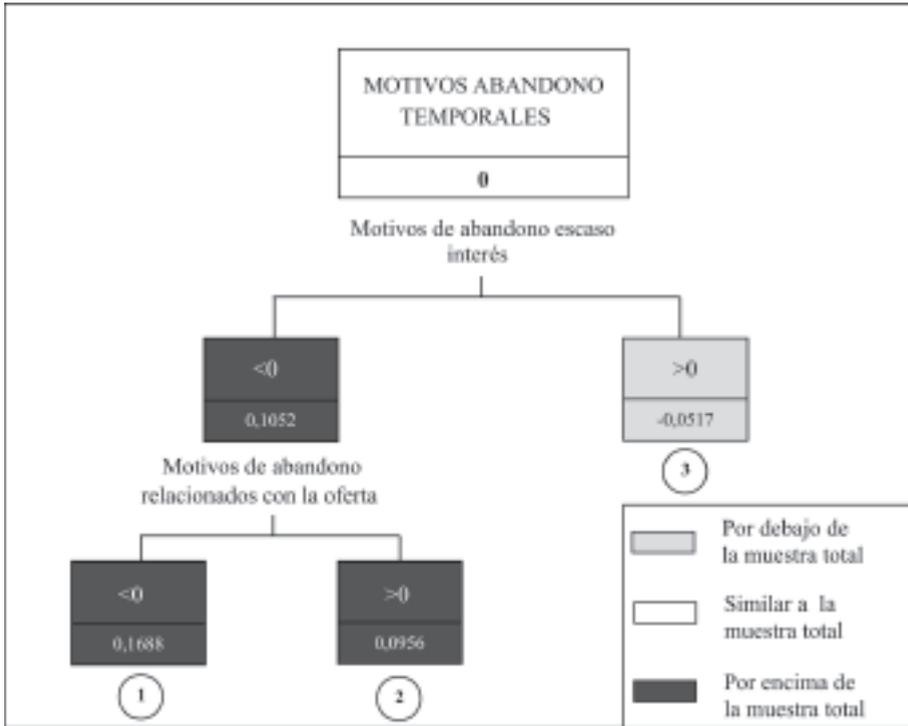


Figura 4.174. Resultados causales para los motivos de abandono temporales.

#### MOTIVOS DE ABANDONO FÍSICO-DEPORTIVO RELACIONADOS CON LA OFERTA

Finalmente, los *motivos de abandono físico-deportivo relacionados con la oferta* tan sólo se asocian a los motivos de abandono temporales. Así se plantea que los motivos de abandono temporales determinan negativamente el abandono físico-deportivo por *aspectos relacionados con la oferta* (ver figura 4.175).

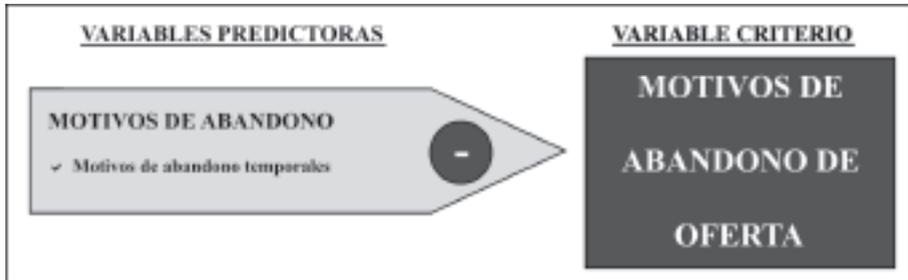


Figura 4.175. Modelo teórico CHAID para los motivos de abandono relacionados con la oferta.

De nuevo el análisis causal muestra la actuación negativa de los motivos de abandono temporales sobre los motivos de abandono relacionados con la oferta. Cuanta mayor importancia se dé a los aspectos relacionados con la disponibilidad de tiempo al abandonar la vida físico-deportiva, menos se abandonará esta forma de tiempo libre por la oferta.

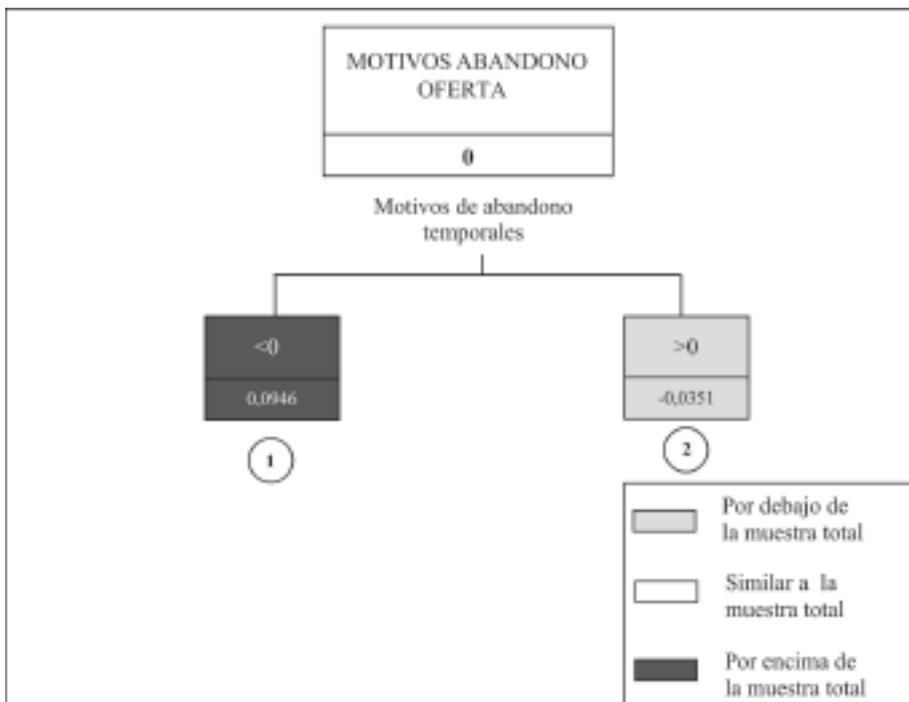


Figura 4.176. Resultados causales para los motivos de abandono relacionados con la oferta.

#### 4.2.4. Síntesis del análisis cuantitativo

El presente apartado pretende mostrar de manera sintetizada las características de la comunidad universitaria en cuanto a sus comportamientos, sus actitudes y sus motivaciones en torno a la práctica físico-deportiva de tiempo libre.

##### ANÁLISIS DESCRIPTIVO

La comunidad universitaria riojana no dispone de suficiente tiempo libre en días laborales: según su declaración, el 66,4% disfruta de menos de 3 horas y sólo el 33,6% dispone de más de esas 3. Esta *disponibilidad de tiempo libre* aumenta considerablemente en fines de semana, días festivos y vacaciones.

La mayoría de los universitarios manifiesta tener escaso tiempo libre entre semana (55,5%), frente a los que aseguran disponer de suficiente (32,5%). La percepción de tiempo libre mejora considerablemente en fines de semana y vacaciones.

Las *actividades físicas* constituyen la sexta ocupación de tiempo libre más empleada por los miembros de la UR (41,5%), tras estar con los amigos (80,7%), *actividades culturales de primer orden -escuchar la radio, ir al cine, teatro o espectáculos artísticos y leer-* (73,9%), *nuevas tecnologías* (67,8%), *estar con la familia* (55,4%) y *salir con la pareja* (51,6%).

Estas *actividades físicas* son más deseadas que practicadas, un 12,6% más de los que se ejercitan motrizmente desearían efectuar actividades físicas en su tiempo libre (un 41,5% practican y un 54,1% desean).

El 63,1% se muestra contento con su ocupación del tiempo libre.

Centrándonos en la práctica físico-deportiva de tiempo libre, el 41,5% de la comunidad universitaria riojana practica actividades motrices en su tiempo libre; la mayoría de estos (38,1%) también eran practicantes físicos en el pasado, frente a un 3,4% que se ha incorporado recientemente.

La proporción de físicamente inactivos supera la mitad de los universitarios; el 41,2% de estos desearía hacer ejercicio físico en su tiempo libre.

El 71,7% de los universitarios riojanos creen que realizarán actividades físico-deportivas de tiempo libre en el futuro.

Entre los universitarios que en alguna ocasión han sido físicamente activos, la mayoría se iniciaron antes de los 11 años (un 11,3% antes de los 5 años y un 46,6% entre los 6 y los 10 años).

Sin embargo, más de la mitad abandonó esta forma de tiempo libre antes de los 19 años (60%); destacan los 18 años como la edad en la que más abandonos se registran (el 20,4%).

Más de la mitad de los que alguna vez han realizado actividad física acumulan una experiencia de más de 10 años de práctica motriz.

El 64% de la comunidad universitaria riojana se muestra contento con su situación de práctica físico-deportiva actual, mientras que uno de cada cinco se siente descontento (20,4%).

Respecto a los universitarios practicantes actuales de actividades físico-deportivas, el 56,1% realiza más de una modalidad físico-deportiva.

Fútbol 11, natación, fútbol sala, ciclismo, baloncesto, musculación, frontenis, aeróbic, footing y esquí constituyen las diez actividades más practicadas por los miembros de la UR.

En cuanto al contexto, las *actividades libres* son las más ejercitadas (56,73%); en segundo lugar, a más de 26 unidades porcentuales (20,30%), se encuentran los *ejercicios didácticos*. Los *juegos deportivos tradicionales* y los *deportes* representan las actividades con menor índice de participación universitaria (9,47 y 13,47% respectivamente).

Tan sólo tres de cada siete universitarios físicamente activos emplean las instalaciones de la UR para hacer ejercicio.

La frecuencia de práctica físico-deportiva de la comunidad universitaria riojana es bastante elevada: casi la totalidad de los físicamente activos (97,2%) se ejercitan dos o más veces por semana.

Resulta curioso que los momentos con mayor índice de práctica físico-deportiva coincidan con los de menor *disponibilidad de tiempo libre*. Así se realiza más ejercicio físico en la época lectiva (80%) que en vacaciones (60%), y en días laborales (75,44%) frente a fines de semana (56,31%).

En cuanto a la jornada diaria, la mayor parte de la actividad motriz (el 58,46%) se lleva a cabo entre las 17 y las 22 horas.

Los universitarios riojanos prefieren la *compañía de sus amigos* para realizar su actividad físico-deportiva de tiempo libre (60,56%). Algunos optan por la práctica *en solitario* (16,57%), o *con personas con las que no guardan vínculos afectivos* (14,48%). Tan sólo el 8,19% se ejercita *en compañía de familiares*.

Actividades como natación, esquí, aeróbic, relajación y tenis son las más demandadas por el conjunto de la comunidad universitaria riojana.

Entre los *motivos de inicio físico-deportivo*, los *hedonistas* (89,9%), junto con la *forma física* (59,7%) y el *gusto por la tarea* (56,2%), son los más señalados por los universitarios riojanos.

Las razones *hedonistas* vuelven a ser las más mencionadas entre los *motivos de mantenimiento físico-deportivo* (89,2%). Las siguen de lejos los aspectos relacionados con la *tarea* (43%) y la *esperanza de belleza* (40,5%).

La falta de tiempo, los estudios y los horarios incompatibles con las obligaciones suponen las principales causas de abandono físico-deportivo entre los universitarios riojanos, ya que afectan al 80,7% de los practicantes pasados.

Los factores temporales (79,9%), junto con el *escaso interés* (70,8%), vuelven a manifestarse como los principales argumentos de quienes nunca han practicado actividades físico-deportivas.

La cercanía con el lugar de estudio, de trabajo o de residencia, y el factor económico constituyen los puntos fuertes de las instalaciones físico-deportivas de la UR.

En cambio, los puntos fuertes de las instalaciones no universitarias consisten en la adecuación de los espacios y en la vinculación entre el practicante y la entidad deportiva.

Atendiendo a las *orientaciones de meta*, los universitarios riojanos muestran una mayor *orientación a la tarea* frente al *ego*.

#### ANÁLISIS INFERENCIAL

El análisis inferencial, realizado para cada posible par de variables, nos muestra un total de 172 asociaciones estadísticamente significativas: 88 al cruzar entre sí las variables independientes, 49 para las variables referidas a la práctica físico-deportiva (variables dependientes) entre sí y 37 al relacionar las variables independientes con las dependientes.

De las 88 asociaciones significativas constatadas para las variables independientes, 12 de ellas corresponden a pares de variables de identificación, 60 a las relaciones de las variables referidas a tiempo libre entre sí y 16 al cruce de las variables de identificación con las de tiempo libre.

Con respecto al análisis inferencial de las variables independientes de identificación entre sí, el *sexo* se asocia con la *titulación* que se estudia. La *edad* lo hace con el *estado civil*, el *colectivo* universitario y la *antigüedad en la Universidad de La Rioja*. El *estado civil*, por su parte, se relaciona significativamente con la *edad*, con el *colectivo* universitario, el *departamento* y la *antigüedad en la UR*. En la misma línea, el *colectivo* universitario se encuentra asociado a la *edad*, *estado civil* y *antigüedad en la universidad*. El *lugar de procedencia* lo hace con la *titulación* que se cursa, así como con el *lugar de residencia tanto en días laborales* como en *finés de semana* y en *vacaciones*.

Atendiendo a las conexiones entre las variables referidas al tiempo libre, todas las relaciones bivariadas entre las variables de *cantidad* y *percepción de tiempo libre* son estadísticamente significativas, a excepción de la unión de la *percepción de tiempo libre en días laborales* con la *cantidad de tiempo libre en sábados, domingos y festivos* y *vacaciones*, así como de la pareja formada por la *percepción de tiempo libre en vacaciones* y la *cantidad de tiempo libre en días laborales*.

La ocupación real en *estar con los amigos* se asocia significativamente con las *actividades culturales de primer orden* y con las *nuevas tecnologías*. Las

*nuevas tecnologías* lo hacen con los *juegos de mesa y salón* y con las *actividades culturales de primer orden*. Las *actividades culturales de primer orden*, a su vez, se relacionan con las *actividades culturales de segundo orden* y con *ir de tiendas*. En la misma línea actúa el *estar con la familia*. Las *actividades físicas*, así como *salir con la pareja*, *tocar instrumentos musicales*, *realizar trabajos manuales*, las *actividades solidarias* y las *actividades culturales de tercer orden*, no establecen ninguna relación significativa con ninguna otra actividad de tiempo libre practicada.

Con respecto a las actividades de tiempo libre en las que a la comunidad universitaria riojana le gustaría invertir su tiempo libre, *estar con los amigos* se asocia significativamente con otras cinco ocupaciones deseadas: *actividades culturales de primer orden*, *nuevas tecnologías*, *estar con la familia*, *actividades físicas* y *juegos de mesa y salón*. Las *actividades culturales de primer orden* muestran relación estadísticamente significativa, al mismo tiempo que con el *deseo de estar con los amigos*, con las *nuevas tecnologías*, *estar con la familia*, *actividades culturales de segundo orden*, *ir de tiendas* y *juegos de mesa y salón*. Las *nuevas tecnologías* también lo hace con *estar con la familia*, *ir de tiendas* y *juegos de mesa y salón*. Finalmente, la ocupación deseada en *trabajos manuales* se asocia significativamente al deseo de realizar, por un lado, *actividades solidarias* y, por otro, *actividades culturales de tercer orden*. Las actividades deseadas de *salir con la pareja* y *tocar instrumentos* son las únicas que no muestran relación significativa con otras ocupaciones deseadas.

Al cruzar la ocupación real con la ocupación deseada, tan sólo se constata la existencia de relación significativa entre la práctica real y deseada de cada tipo de tiempo libre analizado.

Entre las variables independientes de identificación y las intervinientes se encuentran las siguientes relaciones significativas: *percepción sobre el tiempo libre en días laborables* y *sexo*, ocupación real en *estar con los amigos* y *estado civil*, *ocupación de tiempo libre relacionada con las nuevas tecnologías* y *departamento*, *actividades físicas* y *sexo*, *actividades físicas* y *titulación*, *ir de tiendas* y *sexo*, *ir de tiendas* y *titulación*, *juegos de mesa y salón* y *titulación*, *tocar instrumentos musicales* y *titulación*, *actividades solidarias* y *titulación*. Así mismo, las actividades deseadas en *actividades físicas*, *actividades culturales de segundo orden*, *ir de tiendas*, *tocar instrumentos musicales* y *actividades solidarias* se relacionan significativamente con la variable educativa *titulación*. A su vez, *ir de tiendas* se asocia con el *sexo*.

De las 49 relaciones significativas constatadas para las variables dependientes, 16 son halladas al emparejar las variables de historial de práctica físico-deportiva con el resto de variables dependientes, 17 al cruzar las variables de actividades físicas con el resto y 16 entre los motivos relacionados con la práctica físico-deportiva y el resto de variables dependientes.

A continuación se presentan las relaciones significativas entre las variables de la dimensión *historial de práctica físico-deportiva* y el resto de las dependientes. El *comportamiento físico-deportivo actual y pasado* se asocia con *años de práctica físico-deportiva*, *edad de inicio físico-deportivo*, *comportamiento físico-deportivo encubierto* y *satisfacción con su situación de práctica físico-deportiva*. A su vez, el *comportamiento físico-deportivo encubierto* lo hace con la *satisfacción con su situación de práctica físico-deportiva*, la *edad de abandono físico-deportivo* y los *años de práctica físico-deportiva*. La *satisfacción con su situación de práctica físico-deportiva*, además de relacionarse con los *comportamientos físico-deportivos actual y pasado* y *encubierto*, también lo hace con los *años de práctica* y con la *práctica en compañía de familiares* y la *práctica de deportes*. La *edad de comienzo físico-deportivo*, conjuntamente con las relaciones ya mencionadas, se une significativamente a la *práctica de deportes* y la *utilización de instalaciones no universitarias*, así como a la *edad de abandono* y los *años de práctica*. Por su parte, la *edad de abandono físico-deportivo* tan sólo se encuentra vinculada al *comportamiento físico-deportivo encubierto* y a la *edad de inicio*. Además, los *años de práctica físico-deportiva* se enlazan significativamente con la *práctica de ejercicios didácticos* y con la *utilización de instalaciones no universitarias*.

Al relacionar las variables actividades físico-deportivas con el resto de variables dependientes se obtienen 17 asociaciones significativas. El *número de actividades físico-deportivas* practicadas se asocia con la *práctica en solitario* y *en compañía de amigos*, con la *utilización de instalaciones no universitarias* y, además, con la *práctica de actividades libres*. A su vez, la *práctica de actividades físico-deportivas libres* lo hace con la *práctica de ejercicios didácticos* y de *deportes*, la *práctica en solitario*, *con familiares* y *con otras personas*. La *práctica en compañía de otras personas*, además de relacionarse con las *actividades físico-deportivas libres*, también lo hace con la *práctica de deportes* y con la *práctica con amigos*. La *práctica en compañía de amigos* también se une significativamente a la *práctica en las instalaciones de la Universidad de La Rioja*. Esta última, a su vez, se vincula a la *práctica fuera de la universidad*.

Finalmente, todos los *motivos de inicio*, excepto los de forma física, se asocian significativamente con sus homólogos de mantenimiento. Al mismo tiempo, los *motivos de mantenimiento medioambientales* se relacionan significativa e inversamente con las razones, también de mantenimiento, *bedonistas*. La *orientación al ego* se relaciona significativamente con los *motivos de mantenimiento físico-deportivo conectados con el ego*. Entre los motivos que llevan a la comunidad universitaria riojana a practicar actividades físicas en las instalaciones de la universidad los *motivos relacionados con el tiempo* se unen a las razones vinculadas con la distancia espacial y con los *motivos económicos*. Al mismo tiempo, estos dos últimos se encuentran relacionados entre sí. Entre los motivos declarados para practicar en instalaciones no universitarias se repite la asociación

significativa entre los *motivos relacionados con la falta de tiempo* y las razones referentes a la distancia espacial. Entre los tres *motivos de abandono* físico-deportivo, los relacionados con el *escaso interés* se asocian inversamente a los *temporales* y estos a su vez con los de la *oferta*. Entre los *motivos para no haber practicado nunca*, los de *escaso interés* vuelven a estar relacionados inversamente con los *temporales*.

De las 35 asociaciones significativas encontradas al relacionar las variables dependientes con las independientes, 17 de ellas corresponden a pares formados por una variable historial de práctica físico-deportiva y otra independiente, 14 a las relaciones entre alguna variable de actividades físico-deportivas y otra independiente y 4 al cruce de los motivos relacionados con la práctica físico-deportiva con las variables independientes.

Al asociar las variables *historial de práctica físico-deportiva* con las variables independientes, el *comportamiento físico-deportivo actual y pasado* del universitario riojano se conecta con el *sexo*, con la *titulación*, con las ocupaciones reales en *ir de tiendas y actividades físicas* y con la ocupación deseada en *actividades físicas*. El *comportamiento físico-deportivo encubierto* lo hace con las ocupaciones real y deseada en *actividades físicas*. La *satisfacción con la situación de práctica físico-deportiva* se une al *sexo*, a la *satisfacción con la ocupación del tiempo libre* y a la ocupación real en *actividades físicas*. La *edad de inicio* hace lo propio con la variable personal *edad*, mientras que la *edad de abandono*, además de relacionarse significativamente con la *edad*, también lo hace con el *estado civil*, el *colectivo* y la *titulación*. Finalmente, la *adherencia físico-deportiva* se asocia al *sexo* y a la ocupación real en *actividades físico-deportivas*.

Al cruzar las actividades físico-deportivas con las variables independientes, el *número de actividades físico-deportivas* practicadas se asocia significativamente al deseo de practicar *actividades físicas*. La práctica de *deportes*, al igual que la práctica de *actividades libres*, únicamente se relaciona con la *titulación* estudiada. Sin embargo, la práctica de *ejercicios didácticos* se une significativamente al *sexo* y al *departamento*. Los *juegos deportivos tradicionales* sólo lo hacen con el *sexo*. Mientras que la práctica *con amigos* se vincula al *sexo*, al *departamento* y a la *titulación* estudiada, la práctica *en compañía de otras personas* tan sólo lo hace con la *titulación*. Finalmente, la *práctica en las instalaciones de la Universidad de La Rioja* se asocia con el *sexo*, con la *titulación* y con la *percepción de tiempo libre en sábados*, mientras que la *práctica fuera de la UR* tan sólo lo hace con la *titulación*.

Por su parte, los motivos relacionados con la práctica físico-deportiva muestran las siguientes conexiones significativas con las variables independientes: los *motivos de mantenimiento de salud* con la *edad* y el *estado civil*, los *motivos de práctica en la UR espaciales* con el *sexo*, y la *satisfacción con la ocupación del tiempo libre*.

## ANÁLISIS MULTIVARIABLE

Partiendo de las relaciones significativas encontradas en el análisis inferencial, se lleva a cabo el análisis multivariable con el fin de detectar los principales factores causantes de los distintos comportamientos, actitudes y motivaciones en torno a la práctica físico-deportiva de tiempo libre. Los resultados encontrados se resumen a continuación.

Ante el *comportamiento físico-deportivo actual*, el principal factor influyente radica en la *edad de inicio físico-deportivo*: los que comenzaron a practicar antes de los cinco años de edad, seguidos de cerca por los que tuvieron su primer contacto físico-deportivo con más de 15 años, son los que más ocupan actualmente su tiempo libre en actividades físicas. Entre aquellos que comenzaron después de los 5 años, el *deseo de practicar actividades físico-deportivas* actúa en un segundo nivel sobre la práctica físico-deportiva actual, estableciendo una relación de causalidad positiva. Finalmente, en un tercer nivel, pero sólo entre quienes comenzaron su práctica físico-deportiva entre los 5 y los 10 años, la ocupación de tiempo libre *ir de tiendas* influye negativamente en su práctica físico-deportiva, deseen o no ejercitarse.

Los universitarios riojanos que más ejercicio hacen se corresponden con aquellos que se iniciaron en la práctica físico-deportiva entre los 5 y los 10 años; además, desean esta forma de tiempo libre y no van de tiendas; en su mayoría son hombres y estudiantes de Administración y Dirección de Empresas o Maestro especialista en Educación Física.

En el lado opuesto, nos encontramos a quienes no practican actividades físico-deportivas en la actualidad. Se trata, fundamentalmente, de mujeres que apenas ansían la práctica motriz de tiempo libre y tampoco van de compras con mucha frecuencia, entre el alumnado destacan los estudiantes de Derecho, Empresariales Ingeniería Técnica en Electrónica y Química.

El *comportamiento físico-deportivo actual y pasado* es lo que mejor explica el grado de la *satisfacción con la práctica físico-deportiva*, en una relación causal positiva. La *satisfacción con la ocupación del tiempo libre* incide positivamente en un segundo nivel entre quienes en la actualidad no se ejercitan y, en un tercer nivel, entre los físicamente activos pero no deportistas. La práctica de *deportes* constituye la segunda causa más determinante de la satisfacción físico-deportiva de los motrizmente activos. Finalmente, la práctica físico-deportiva *con familiares* tan sólo influye entre quienes, ejercitándose en la actualidad, no participan en *deportes* y se muestran entre indiferentes o muy insatisfechos con la ocupación de su tiempo libre.

Quienes más satisfechos aseguran estar con su situación de práctica son practicantes de deportes, en general muy satisfechos con su ocupación del tiempo libre, que apenas se ejercitan en compañía de familiares. Fundamentalmente,

se trata de hombres, con intención de práctica futura, la mayoría de ellos son físicamente activos desde hace más de diez años.

En cambio, el grupo de los menos satisfechos con su situación de práctica físico-deportiva está formado por aquellos que nunca se han ejercitado y muestran el menor grado de satisfacción con su ocupación de tiempo libre; principalmente, lo integran mujeres. Este grupo es el que menos intención de práctica futura registra.

Respecto al *comportamiento físico-deportivo encubierto*, el *deseo de práctica físico-deportiva* ejerce una fuerza directa sobre este. De esta forma, podemos afirmar que el deseo de ocupar el tiempo libre en actividades físico-deportivas aumenta el *comportamiento físico-deportivo encubierto*, es decir, hace que el universitario riojano desee en mayor medida la práctica físico-deportiva futura.

Los universitarios riojanos que más aseguran su práctica físico-deportiva futura están deseosos de las actividades físico-deportivas, en su mayor parte practicantes actuales. La mitad del grupo acumula una experiencia físico-deportiva de más de 10 años y se muestra satisfecho con su ocupación del tiempo libre.

Los que menos creen en su práctica físico-deportiva futura coinciden con aquellos que no desean ser físicamente activos, la mayoría de ellos no se ejercitan en la actualidad y acumulan menos de 10 años de experiencia físico-deportiva. El porcentaje de abandono físico-deportivo antes de los 16 años se manifiesta mayor que en el caso anterior y, además, se muestran algo menos satisfechos.

Por otro lado, el *comportamiento físico-deportivo actual y pasado* constituye el principal factor que incide en la *adherencia físico-deportiva*, estableciendo una relación causal positiva. De esta forma, los que practican y practicaban son los que más experiencia físico-deportiva acumulan; así mismo, los que practican pero no practicaban acumulan más años de práctica que los que practicaban pero ya no lo hacen. Además, para aquellos que aseguran practicar en el pasado y en la actualidad, la participación en *ejercicios didácticos* les influye de forma negativa en un segundo nivel.

Los universitarios con menor adherencia físico-deportiva son practicantes pasados, fundamentalmente mujeres, que se iniciaron en la práctica físico-deportiva ni muy jóvenes ni muy mayores. Se trata del grupo que menos intenciones de práctica futura presenta y el de menos satisfacción con su situación actual.

El perfil de los que más habituados están a la práctica motriz viene conformado por las siguientes características: practicantes actuales y pasados, que no participan en ejercicios didácticos, fundamentalmente hombres que se iniciaron a edades muy tempranas, que presentan una intención muy clara de seguir practicando en el futuro; son los que más satisfechos se muestran con su situación de práctica actual.

Centrándonos en los *motivos de mantenimiento físico-deportivo*, el principal factor causante de los *motivos de mantenimiento bedonistas* estriba en la escasa

---

*motivación medioambiental* para continuar. En un segundo nivel actúan directamente sobre el total de los practicantes actuales y pasados los *motivos de inicio hedonistas*.

Los que más remarcan los motivos de mantenimiento hedonistas son los que menos señalan continuar practicando por motivos medioambientales y en los que más fuerza tuvieron los motivos de inicio hedonistas.

Por el contrario, quienes valoran en gran medida los motivos de mantenimiento medioambientales y no se iniciaron por el hedonismo coinciden con los que menos buscan el divertimento a través de la ejercitación.

Los *motivos de inicio relacionados con la tarea* resultan el factor más influyente en los *motivos de mantenimiento relacionados con la tarea*, estableciendo una relación causal positiva. En segundo nivel, y sólo para quienes conceden poca fuerza a los *motivos de inicio relacionados con la tarea*, ejerce su influencia negativa el hecho de haber comenzado a practicar por aspectos relacionados con el ego.

Quienes más se apoyan en los *motivos de mantenimiento relacionados con la tarea* responden a las siguientes características: son los que más valoraron estos mismos motivos al inicio de su experiencia físico-deportiva y concedieron más importancia que el conjunto de practicantes actuales y pasados a aspectos relacionados con el ego.

Aquellos que menos continúan practicando por la tarea se ven influidos por no haber comenzado por estos mismos motivos ni por los relacionados con el ego.

Los *motivos de inicio de esperanza de belleza* influyen positivamente en la continuación de la práctica por estos mismos motivos. De esta forma, los que más permanecen ejercitándose físicamente por la esperanza de belleza son aquellos que más se iniciaron por este motivo; en cambio, los que menos importancia dan a la esperanza de belleza para seguir haciendo ejercicio se corresponden con aquellos practicantes actuales y pasados que menos señalaron estas mismas razones de inicio.

Los *motivos de inicio relacionados con el ego* son los causantes directos de estos mismos motivos de mantenimiento. De tal forma que si los universitarios riojanos comenzaron su práctica físico-deportiva por motivos relacionados con el ego, posiblemente continúen practicando por estas mismas razones.

Los *motivos de inicio medioambientales* determinan en gran medida los motivos de mantenimiento medioambientales: los que más siguen practicando por estas razones se iniciaron por las mismas. En segundo orden, para todos los practicantes actuales y pasados, influyen de forma negativa los *motivos de mantenimiento hedonistas*.

Aquellos practicantes actuales y pasados de la UR que al iniciarse en las actividades físico-deportivas prestaron poca atención a los *motivos medioambienta-*

les y que actualmente se mantienen en gran medida por razones hedonistas, coinciden con los que menos continúan practicando por motivos medioambientales.

Los que más se mueven por motivos medioambientales, además de iniciarse en gran medida por estas razones, aprecian muy poco los valores hedonistas a la hora de continuar con esta forma de tiempo libre.

Respecto al contexto de práctica físico-deportiva, las *actividades físico-deportivas libres* determinan significativamente la práctica de *ejercicios didácticos*, generando una relación causal negativa.

Aquellos que menos asisten a ejercicios didácticos practican actividad física por su cuenta; fundamentalmente son hombres muy experimentados en actividades físicas de tiempo libre.

En cambio, los que más practican este tipo de actividades físicas no se ejercitan físicamente de forma libre, en su mayoría se trata de hombres, pero con aumento del índice de mujeres respecto al grupo anterior, y su adherencia físico-deportiva es menor.

La práctica *en solitario* resulta causa directa de la práctica de *actividades físico-deportivas libres*. En un segundo nivel, la práctica *en compañía de familiares* influye positivamente entre los que no practican *en solitario*, mientras que la práctica de *ejercicios didácticos* actúa negativamente sobre quienes realizan *actividad física en solitario*. Este último factor ejerce su fuerza, también negativa, en un tercer nivel, en caso de no ejercitarse solos. Finalmente, y sólo para aquellos que no practican *en solitario* y tampoco lo hace *en compañía de familiares* y no acuden a *ejercicios didácticos*, la práctica de *deportes* opera negativamente sobre las *actividades libres*.

Los mayores participantes de *actividades libres* de la universidad riojana responden a dos perfiles diferentes. El primero de ellos reúne las siguientes características: practicante *en solitario*, que no participa en *ejercicios didácticos*, apenas practica *con familiares* u *otras personas*, no se involucra en actividades deportivas y realiza más de una modalidad física; entre los alumnos, dominan los matriculados en Electrónica, Ingeniería Técnica Agrícola en Industrias Agrarias y Alimentarias, Empresariales y LADE.

El segundo perfil reúne las siguientes características: no practica *en solitario* sino en compañía de familiares, tampoco acude a ejercicios didácticos, practica muy poco deporte, apenas se ejercita en compañía de personas sin vinculación afectiva y mayoritariamente experimenta más de una modalidad física; destacan, entre el alumnado, los matriculados en Empresariales e Ingeniería Técnica Agrícola en Hortifruticultura y Jardinería.

En el lado opuesto, los que menos demandan realmente las actividades libres son los que no practican ni *en solitario* ni *con familiares* y desarrollan ejercicios didácticos o deportes, en compañía de personas sin vinculación afectiva; son, sobre todo, estudiantes de las siguientes titulaciones: Empresariales, Maestro espe-

---

cialista en Educación Física, Ingeniería Técnica Mecánica, Filología Inglesa, Químicas, LADE e Ingeniería Técnica en Electricidad.

La práctica de *actividades libres* constituye el primer agente responsable de la práctica de *deportes*: los practicantes de *actividades físicas* por cuenta propia coinciden con los que menos participan en actividades deportivas. Dentro de estos, los que comenzaron a ocupar su tiempo libre en actividades físicas antes de los 10 años de edad alcanzan un índice deportivo mayor que quienes se iniciaron con más de 10 años.

Aquellos que más se involucran en este tipo de actividades no practican actividades libres, comenzaron a hacer ejercicio físico con menos de 20 años, son de los que más practican con personas con las que no guardan relación afectiva y se muestran los más satisfechos con su situación de práctica física; entre el alumnado, dominan los estudiantes de Ingeniería Técnica Mecánica, Empresariales, Maestro especialista en Educación Física y LADE.

En el otro extremo se encuentra el colectivo formado por los que no participan en actividades deportivas, integrado por practicantes de actividades libres, que se iniciaron en el contexto físico-deportivo con más de 10 años, son los que menos practican con personas sin vínculos afectivos y los menos satisfechos con su situación de práctica físico-deportiva. Entre el alumnado destacan los estudiantes de Ingeniería Técnica Electrónica, Enfermería y Empresariales.

En cuanto a la compañía elegida para practicar actividades físico-deportivas, el número de *actividades físico-deportivas* practicadas determina significativamente la ejercitación *en solitario*, generando una relación causal positiva. De esta forma, aquellos que experimentan más de una actividad físico-deportiva son los que más se ejercitan en solitario, mientras que aquellos que tan sólo se centran en la práctica de una modalidad son los que menos actúan solos.

El perfil de los practicantes en solitario viene definido por ser practicante de más de una modalidad físico-deportiva al mismo tiempo que de actividades físico-deportivas libres.

Los que menos se ejercitan en solitario realizan una única modalidad físico-deportiva y en contexto diferente al de las actividades libres.

La práctica *en compañía de amigos* se ve influenciada por la realización de actividades físico-deportivas *en compañía de otras personas*. La *utilización de las instalaciones físico-deportivas de la universidad riojana* inciden positivamente tan sólo entre quienes no practican *junto a personas con las que no mantienen relación afectiva*. Por su parte, el número de *actividades físico-deportivas* practicadas actúa positivamente, en un segundo nivel, para quienes practican *con otras personas* y, en un tercer nivel, entre aquellos que no hacen actividad física *en compañía de personas sin vinculación afectiva* y que, además, no emplean las instalaciones del campus universitario.

Los universitarios riojanos practicantes de actividades físico-deportivas *en compañía de sus amigos* reúnen las siguientes características: hombres que no participan en compañía de personas sin vinculación afectiva y practican en las instalaciones de la Universidad de La Rioja. Entre el personal docente e investigador destacan los adscritos a los departamentos de Matemáticas y Computación, Agricultura y Alimentación y Químicas, mientras que entre el alumnado sobresalen los estudiantes de Ingeniería Técnica en Mecánica, LADE y Maestro especialista en Educación Física.

En el lado opuesto, aquellos que se unen con gente sin vinculación afectiva para ejercitarse físicamente, que apenas emplean las instalaciones universitarias, y se centran en una única modalidad física, no practican en compañía de amigos. Entre el personal docente e investigador destacan los adscritos a los departamentos de Matemáticas y Computación y de Filologías Modernas y, entre el alumnado, sobresalen los estudiantes de Empresariales, LADE, Químicas, Ingeniería Técnica en Electricidad y Maestro especialista en Educación Física.

La práctica *en compañía de amigos* representa el factor principal de la práctica *en compañía de personas sin vinculación afectiva*, mientras que la participación en *deportes* actúa en un segundo nivel para todos los practicantes actuales. La práctica *en compañía de amigos* determina inversamente la práctica *en compañía de otras personas* distintas de los amigos y familiares, mientras que la participación en *deportes* incide positivamente en la práctica *en compañía de otras personas*.

Así, aquellos que más se ejercitan con estas compañías no lo hacen con amigos y son deportistas federados que apenas realizan actividades libres. Entre los alumnos destacan los matriculados en Empresariales, Ingeniería Técnica en Electricidad y Maestro especialista en Educación Física.

Finalmente, los que aseguran ejercitarse muy poco en compañía de personas sin vínculos afectivos ni familiares son los que practican con amigos actividades no deportivas, fundamentalmente actividades libres; se trata, sobre todo, de estudiantes de Ingeniería Técnica en Mecánica, Empresariales, Ingeniería Técnica en Electrónica Industrial y LADE.

Respecto a la *edad de abandono físico-deportivo*, cuanto antes se inicien en la práctica físico-deportiva, antes se deja de ejercitar físicamente.

En cuanto a los *motivos de abandono físico-deportivo*, los *motivos de abandono temporales* actúan negativamente sobre los *motivos de abandono por escaso interés*. Cuanta mayor importancia se dé a los aspectos relacionados con la disponibilidad de tiempo al abandonar la vida físico-deportiva, menos se dejará esta forma de tiempo libre por escaso interés.

A su vez, las razones de abandono temporales dependen inversamente de los motivos de abandono por escaso interés: cuanto menos se señale el escaso interés, más se convierten los motivos temporales en el abandono físico-deportivo.

En un segundo nivel, y sólo entre quienes menos importancia dan a los *motivos de abandono por escaso interés*, ejercen su influencia, también negativa, los *motivos de abandono relacionados con la oferta*. De este modo, aquellos que más aseguran haber abandonado por problemas temporales se corresponden con los que menos señalan los motivos de escaso interés así como los relacionados con la oferta.

Así mismo los *motivos de abandono temporales* actúan negativamente sobre los de *abandono relacionados con la oferta*. Cuanta mayor importancia se de a los aspectos relacionados con la disponibilidad de tiempo al abandonar la vida físico-deportiva, menos se abandonará esta forma de tiempo libre por la oferta.

TERCERA PARTE

CONCLUSIONES Y  
PROSPECTIVA



## CAPÍTULO 5

# DISCUSIÓN E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS

### 5.0. Introducción

Llegado este momento, resulta conveniente comenzar el capítulo con unas pequeñas notas introductorias que ayuden a clarificar el sentido y el propósito que han tenido los análisis realizados en esta investigación.

Se han considerado tres grandes bloques de variables, que han contemplado tres grandes focos fundamentales a estudiar. Un foco formado por un conjunto de variables a las que hemos denominado a lo largo de toda la investigación *variables de identificación*, otro conjunto relativo al *tiempo libre* de la comunidad universitaria riojana y un tercero sobre la *práctica físico-deportiva de tiempo libre*. Nuestra intención ha sido:

**Conocer y valorar la demanda real y potencial de actividades físico-deportivas como forma de utilizar el tiempo libre entre la comunidad universitaria riojana.**

Con el fin de concretar más este propósito se han llevado a cabo las siguientes tareas:

En primer lugar se han identificado cada una de las variables del estudio recogidas en el apartado 4.2.1, dedicado al análisis descriptivo de las variables.

En segundo lugar se han determinado, a través del análisis bivariable relacional y de contrastes (apartado 4.2.2), las características que, con mayor significatividad, se asocian a los comportamientos, actitudes y motivaciones en torno a la práctica físico-deportiva, como variables dependientes de esta investigación.

A partir de esta tarea se deriva el tercer proceso, que ha permitido identificar las causas que mejor explican los distintos comportamientos, actitudes y motivaciones en torno a la práctica físico-deportiva.

Finalmente, el presente capítulo está dedicado a la cuarta y más importante misión, interpretar los resultados obtenidos en las tareas anteriores para dar res-

puesta a cada uno de los siete objetivos planteados en la presente investigación y que se recuerdan a continuación:

1. Estimar las “cotas” de práctica físico-deportiva del sector universitario riojano (practicantes *actuales*, practicantes *pasados*, practicantes *encubiertos* y practicantes *probables*).
2. Conocer el grado de satisfacción de la colectividad universitaria de La Rioja con respecto a su práctica de actividades físicas o deportivas.
3. Observar con respecto a la práctica físico-deportiva las actividades más practicadas, las más deseadas, lugar donde se llevan a cabo, contexto y personas que eligen para desarrollarlas.
4. Profundizar en los motivos que llevaron o llevan a la comunidad universitaria riojana a iniciarse, mantenerse, abandonar, no realizar nunca actividades físico-deportivas o practicar en las instalaciones de la universidad o en las de fuera de ésta.
5. Valorar en qué medida influyen los motivos de inicio de la práctica físico-deportiva y las orientaciones de meta en la adhesión a esta forma de ocupación del tiempo libre.
6. Constatar la existencia de determinadas variables predictoras de la práctica físico-deportiva, al relacionar globalmente todas.
7. Definir los perfiles de los universitarios riojanos en función de los diferentes comportamientos, actitudes y motivaciones en torno a la práctica físico-deportiva.

De esta forma, este capítulo se estructura en siete apartados, haciendo coincidir cada uno de ellos con los diferentes objetivos planteados.

### 5.1. Cotas de práctica físico-deportiva

La presente investigación pretende, en primer lugar, conocer qué parte de la población universitaria riojana realiza actualmente actividades físico-deportivas de tiempo libre y cuántos de ellos ya las experimentaban en el pasado. Así mismo, interesa detectar el índice de personas que creen que practicarán actividades motrices en un futuro y quiénes desean realmente esta forma de tiempo libre. Este primer propósito se operativiza en el siguiente objetivo:

**Estimar las “cotas” de práctica físico-deportiva del sector universitario riojano (practicantes actuales, practicantes pasados, practicantes encubiertos y practicantes probables).**

La respuesta a este objetivo nos aporta información relevante sobre el tamaño de demandantes reales y potenciales de actividades físico-deportivas.

Al tratar de conocer el índice de universitarios riojanos practicantes actuales de actividades físico-deportivas de tiempo libre, observamos con asombro cómo estos (41,5%) realizan más actividad motriz que el conjunto de la población española (38% según García Ferrando, 2001), pero menos que otros universitarios estudiados en otras muchas investigaciones en las que se recogen niveles superiores al 60%, tal y como fueron expresados en el capítulo 2 de este trabajo y referidos a los estudiantes en general de las universidades españolas (Federación Española de Deporte Universitario -F.E.D.U.-, 1984; Paris, 1996) y, concretamente, a los del campus de Álava (García de la Torre y Antón, 1990), de la Universidad Politécnica de Madrid (Universidad Politécnica de Madrid, 1993), de la Universidad de León (Álvarez, 1994), de la Universidad de Deusto (Sánchez y col., 1998), de la Universidad Politécnica de Valencia (López Yeste, 1999) o el conjunto de la comunidad universitaria almeriense (Hernández Rodríguez, 2001; Hernández Rodríguez y col, 2002).

Casi la mitad de los universitarios riojanos que practicaban actividades físico-deportivas en el pasado han abandonado esta forma de tiempo libre. Sin embargo, muy pocos se incorporan por primera vez a la práctica motriz siendo miembros de la comunidad universitaria riojana. Ambos comportamientos repercuten en el descenso de la cota de los “físicamente activos” en la comunidad universitaria riojana.

No obstante, se detecta una enorme predisposición hacia la ejercitación motriz ya que, por una parte, siete de cada diez universitarios riojanos creen que el día de mañana ocuparán parte de su tiempo libre en actividades físicas y, por otra, cuatro de cada diez físicamente inactivos desean emplear su tiempo en actividades motrices. Todo ello apunta a que una atención escrupulosa por parte de la oferta físico-deportiva hacia las actitudes, aspiraciones, motivaciones y expectativas de esta población influirá positivamente en el comportamiento físico-deportivo de los universitarios riojanos incrementando el índice de su participación motriz en el tiempo libre.

Sin embargo, el hábito físico-deportivo se asocia directamente con la creencia de práctica físico-deportiva futura. Así, los que siempre han practicado actividades físico-deportivas (practicantes actuales y pasados) son los que más aseguran que harán ejercicio físico en el futuro. Sin embargo, los que durante algún período no han realizado actividades motrices de tiempo libre, a pesar de asegurar con gran fuerza su práctica futura, lo hacen con menor intensidad que los que siempre han practicado. Esto nos indica la necesidad de una atención más profunda y especializada en los físicamente inactivos con el fin de detectar y paliar las barreras que dificultan el acceso al ámbito motor de tiempo libre.

Así mismo, el deseo de practicar actividades físico-deportivas de tiempo libre también se asocia significativamente con la creencia de práctica futura: los que más desean esta forma de tiempo libre coinciden con los que más aseguran que el día de mañana serán físicamente activos.

De esta forma, aquellos que hacen ejercicio físico, que quieren ocupar su tiempo en estas experiencias y más seguros se muestran con su práctica futura constituyen el colectivo más sólido de practicantes futuros.

Por otro lado, los que actualmente no hacen ejercicio físico, pero desean hacerlo y creen en su práctica motriz futura conforman el grupo de practicantes potenciales más claros.

El principal problema se encuentra entre los que no se ejercitan, no desean hacerlo y además opinan que tampoco lo harán en el futuro; se trata del grupo en el que más difícil resulta instaurar un hábito físico-deportivo.

Al atender el comportamiento motor de la comunidad universitaria riojana en relación con las características identificativas, se detecta cómo tan sólo la variable personal *sexo* y la variable educativa *titulación que se estudia* muestran diferencias notables en la práctica físico-deportiva en la actualidad y en el pasado para un nivel de confianza del 99%.

En cuanto al *sexo* estas diferencias son mucho más notables en el grupo de quienes siempre han practicado actividades físico-deportivas (practicantes actuales y/o pasados), de tal modo que los chicos obtienen mayor índice de práctica. Por el contrario, el porcentaje de mujeres que nunca han hecho ejercicio físico se manifiesta superior al de ellos; así mismo son ellas las que más abandonan esta forma de tiempo libre y, al mismo tiempo, las que mayor índice presentan de incorporación físico-deportiva reciente.

Estos resultados concuerdan con los obtenidos por otras investigaciones, como las de Aarón y col. (1993), Arrivas y Arruza (2004), Balaguer, Pastor y Moreno (1999), Cantera (1997, 1998), Cantón Sánchez (1997), Casimiro y Pierón (2001), Castillo y Balaguer (1998), Centro Asociado de la UNED de Elche (2002), Cuevas (1994), Díez y Quesada (2000), García Ferrando (1990, 1992, 1993b, 1994, 1997, 1998, 2001), García Montes y col. (1996), González y Fernández (2004), Hernández Rodríguez (2001), Hernández Rodríguez, García y Oña (2002), Ispizua (1993), Jiménez, Pérez y García-Mas (1999), Martín Almendros (2000), Martínez Ros (1999), Quiroga (2001), Sánchez y col. (1998), Torre, Cárdenas y García (2001) y Vilhjalmsón y Thorlindsson (1998).

Por el contrario, la investigación de Álvarez (1994) sobre los estudiantes de la Universidad de León llega a la conclusión de que no existen diferencias significativas por razón de sexo entre los practicantes actuales de actividades físico-deportivas, y de que los hombres que nunca han ocupado su tiempo libre con estas actividades superan a las mujeres.

En referencia a la *titulación que se estudia* se han obtenido diferencias significativas entre los estudiantes de Derecho, Maestro especialista en Educación Infantil, Matemáticas, Química y Trabajo Social, donde es mayor el porcentaje de quienes nunca han realizado actividades físicas de tiempo libre que el de los que se han ejercitado siempre. En cambio, en la titulación de Maestro especialista en Educación Física, junto con las Ingenierías Técnicas en Electricidad y Mecánica, el índice de quienes practican actividades físicas supera al de quienes nunca han hecho ejercicio físico.

En definitiva, los alumnos de Maestro especialista en Educación Física, junto con las Ingenierías Técnicas en Electricidad y Mecánica se corresponden con los mayores demandantes reales de actividades físico-deportivas de tiempo libre, mientras que los estudiantes de Derecho, Maestro especialista en Educación Infantil, Matemáticas, Química y Trabajo Social son los que menos plantean una demanda real de actividades motrices como forma de ocupación del tiempo libre.

Así mismo, los alumnos de Derecho, Ingeniería Técnica en Hortifruticultura y Jardinería, Maestro especialista en Educación Infantil y Musical coinciden con los que más han abandonado la práctica físico-deportiva de tiempo libre.

En cambio, los estudiantes de Maestro especialista en Educación Física, junto con los de Ingeniería Industrial, e Ingenierías Técnicas en Electricidad, Electrónica y Mecánica son los que más continúan haciendo ejercicio físico una vez que entran a formar parte de la comunidad universitaria, por lo que podemos afirmar que se trata de los que presentan un hábito físico-deportivo más sólido que el de los estudiantes de otras titulaciones.

Por otro lado, los estudiantes físicamente inactivos de Química se muestran como los menos susceptibles a la incorporación a la práctica físico-deportiva, ya que es la única titulación en la que aparecen diferencias significativas entre los que no practicaban en el pasado, diferencias que se inclinan a favor de los que siguen sin practicar.

Las variables *edad*, *estado civil*, *colectivo* y *hábitat* no se asocian significativamente con el comportamiento físico-deportivo de tiempo libre si trabajamos con un nivel de confianza del 95%; podemos afirmar que la posible existencia de diferencias puede deberse a otros factores o al azar. Estos resultados difieren de los señalados por otras investigaciones, como las de Aarón y col. (1993), Arrivas y Arruza (2004), Cantera (1997, 1998), Díez y Quesada (2000), García Ferrando (1990, 1992, 1993b, 1994, 1997, 1998, 2001), Gili-Planas y Ferrer (1994), Hernández Rodríguez (2001), Hernández Rodríguez, García y Oña (2002), Ispizua (1993), Martín Almendros (2000), Martínez Ros (1999), Serrano (1997) y Vázquez (1992).

Quizás la inexistencia de asociación para la *edad* entre la comunidad universitaria riojana se deba a que esta población se encuentra poco diversificada en cuanto a esta variable.

Atendiendo a las variables de tiempo libre, destacamos en nuestro estudio que la ocupación de tiempo libre basada en *ir de tiendas* se asocia negativamente con las actividades físicas.

## 5.2. Satisfacción con la práctica físico-deportiva

Otro aspecto importante a la hora de conocer la demanda potencial y futura de actividades físico-deportivas consiste en el grado de *satisfacción con su situación de práctica actual*, ya que aquellos que menos satisfechos se encuentren con su comportamiento físico-deportivo más susceptible serán al cambio. Por ello en la presente investigación, una vez detectadas las cotas de práctica motriz, nos planteamos:

### **Conocer el grado de satisfacción de la colectividad universitaria de La Rioja con respecto a su práctica de actividades físicas o deportivas.**

Tras el análisis realizado en el apartado 4.2.1 hemos podido comprobar el alto porcentaje (64%) de universitarios riojanos que se sienten satisfechos o muy satisfechos con su situación de práctica físico-deportiva.

Revisada la literatura al respecto, todas las referencias específicas a la satisfacción con la práctica físico-deportiva se centran exclusivamente en el colectivo formado por sujetos físicamente activos, mientras que nuestra investigación analiza esta variable tanto en quienes hacen ejercicio físico en su tiempo libre como en los que no ocupan su tiempo con estas actividades. Comparando nuestros resultados con los de estos estudios se observa que la comunidad universitaria riojana alcanza un índice de satisfacción con su actividad o inactividad motriz muy similar al de las españolas practicantes de atletismo federado (García Ferrando, 1986). Sin embargo, y en general, los universitarios riojanos se muestran más satisfechos que los alumnos de la Universidad de León (Álvarez, 1994) y que el conjunto de españoles según los datos recogidos por Campos (2000).

Esto nos refleja una población universitaria riojana más reticente al cambio en cuanto a su comportamiento físico-deportivo actual, realice actividades físicas o no, que los estudiantes físicamente activos de la Universidad de León, en particular, y que el conjunto de españoles, en general.

No obstante, uno de cada tres universitarios riojanos se muestra susceptible al cambio al declarar estar descontento con su situación físico-deportiva actual.

Como era de esperar, los que hacen ejercicio físico en su tiempo libre se muestran más satisfechos con su situación de práctica que los físicamente inactivos. Estos resultados son gratificantes en la medida que nos señalan a los que actualmente no se ejercitan como posibles practicantes potenciales al mostrar mayor disposición al cambio. Al mismo tiempo, se refuerza la posibilidad de que

los practicantes actuales sigan siendo físicamente activos al sentirse satisfecho con estas experiencias de tiempo libre.

A pesar de ello, casi la mitad de los que no realizan actividades físicas de tiempo libre se muestran contentos con esta situación de inactividad. Este colectivo difícilmente cambiará su comportamiento para convertirse en físicamente activo.

Por otro lado, quienes han abandonado las actividades físicas están menos satisfechos con su situación de práctica que los que continúan haciendo ejercicio físico desde el pasado. Por lo que resulta más fácil que los primeros vuelvan a ejercitarse físicamente antes que los segundos dejen de hacer actividad física.

Todos estos resultados indican condiciones favorables para el incremento del índice de práctica físico-deportiva entre los miembros de la Universidad de La Rioja. Por ello consideramos que, si no se aumenta el hábito motor en esta población, seguramente será debido a un desajuste entre la oferta físico-deportiva de tiempo libre y la demanda, tal y como apunta Campos (2000) en su estudio.

Centrándonos en el colectivo de los físicamente activos, aquellos que practican en compañía de familiares se encuentran menos satisfechos que quienes no se ejercitan con la familia. Estos resultados concuerdan con los del análisis cualitativo en el que el personal de administración y servicios declara no querer practicar actividades junto con los familiares, sino que, por el contrario, a través de las actividades motrices buscan olvidarse de sus obligaciones, descansar y evadirse de sus responsabilidades familiares: desean disfrutar de un tiempo para ellos mismos. De aquí interpretamos que, tal y como nos sugiere también el grupo de discusión del PDI, convendría ofertar paralelamente actividades para los hijos y para los padres; de esta manera los padres aprovechan el tiempo de práctica de sus hijos para su propia ejercitación motriz.

Así mismo, los deportistas se sienten más satisfechos con su situación de práctica que los practicantes de actividades físicas no deportivas. Quizá esto se deba a un mayor ajuste entre la finalidad de las actividades y las expectativas de quienes las practican en las organizaciones federadas frente a las otras prácticas.

A la hora de estudiar la relación de la variable personal *sexo* y la *satisfacción con la situación de práctica físico-deportiva* hemos constatado una asociación significativa entre ambas, de tal forma que las mujeres se confiesan más insatisfechas que ellos ante su situación de práctica físico-deportiva.

De estos resultados interpretamos que el colectivo femenino requiere una atención especial por parte de los servicios de actividades físico-deportivas, puesto que presentan una mayor disposición al cambio que los hombres. Es decir, las mujeres practicantes de actividades motrices de tiempo libre tienen un mayor riesgo de abandono físico-deportivo que sus iguales masculinos, por lo que habrá que procurarles mayor vigilancia para evitar que pierdan este hábito saludable.

A favor de este sector, entendemos que entre los físicamente inactivos es más fácil que ellas se incorporen a las vivencias motrices de tiempo libre que

ellos: bastaría con adecuar la oferta a sus intereses, necesidades, motivaciones y expectativas.

Finalmente, el grado de *satisfacción con la ocupación del tiempo libre* en general se asocia directa y significativamente con la satisfacción en la realización o no de actividades físicas. Así, los que más insatisfechos se muestran ante su forma de ocupar el tiempo libre se corresponden con los más descontentos con su situación de práctica físico-deportiva.

En este caso, aquellos que practican actividades físicas y que al mismo tiempo se muestran satisfechos con su ocupación del tiempo libre también estarán contentos con sus experiencias motrices, favoreciendo la adherencia físico-deportiva. En cambio, los físicamente activos que no se encuentren satisfechos con su ocupación del tiempo libre es probable que tampoco se sientan muy contentos con su práctica motriz, por lo que habrá más posibilidades de abandono físico-deportivo.

Por el contrario, aquellos físicamente inactivos satisfechos con su ocupación del tiempo libre también estarán contentos con su inexperiencia motriz, lo que dificultará su incorporación a esta forma de tiempo libre. En cambio, los físicamente inactivos que no se encuentren satisfechos con su ocupación del tiempo libre seguramente tampoco se sientan muy contentos con su situación físico-deportiva, lo que les convierte en practicantes potenciales.

### 5.3. Actividades físico-deportivas

Una vez conocidas las cotas generales de practicantes actuales y potenciales de actividades físico-deportivas de tiempo libre, se pretende en este apartado:

**Observar con respecto a la práctica físico-deportiva las actividades más practicadas, las más deseadas, el lugar donde se llevan a cabo, el contexto y las personas que eligen para desarrollarlas.**

Con ello se busca ofrecer a los servicios de actividades físico-deportivas de tiempo libre una descripción de los deseos y preferencias de la comunidad universitaria riojana en cuanto a los tipos y características concretas de las actividades motrices, con el fin de que se produzca un mejor ajuste entre la oferta y la demanda de esta población objeto de estudio.

Los resultados de nuestra investigación sobre el número de **actividades físico-deportivas practicadas** ratifican los obtenidos por otras muchas investigaciones, que fueron expresados en el capítulo 2 de este estudio, tales como las de Cuevas (1994), Díez y Quesada (2000), Equipo de Investigación Interdisciplinar en Ocio (1992), F.E.D.U. (1984), García Ferrando (1993), Hernández Rodríguez, (2001), López Yeste (1999), Serrano (1997) y Torre, Cárdenas y García (2001); en todas ellas los porcentajes de practicantes de varias modalidades físico-deportivas se revelan superiores a los de los practicantes de una única actividad.

Por el contrario, estos resultados difieren de los alcanzados por García Ferrando (1990, 1992, 1994, 1997, 1998 y 2001) para el conjunto de la población española, así como por Perich (2002) entre los aragoneses.

A la vista de estos datos podemos afirmar que los universitarios españoles, en general, practican un mayor número de actividades físico-deportivas que el conjunto de la población española, mientras que los universitarios riojanos, en particular, practican menos actividades físicas que los alumnos de la Universidad Politécnica de Valencia o que la comunidad universitaria almeriense.

En cuanto a las **modalidades físico-deportivas practicadas**, fútbol 11, natación, fútbol sala, baloncesto y ciclismo constituyen, por este orden, las cinco actividades más realizadas por la comunidad universitaria riojana en su tiempo libre motor.

Entre los estudiantes del campus universitario de Álava (García de la Torre y Antón, 1990) se señalan estas mismas actividades como las más practicadas, aunque en diferente orden: la natación pasa a ocupar el primer puesto.

Otras poblaciones universitarias, como la de Almería (Ruiz Juan, 2001) y la Politécnica de Valencia (López Yeste, 1999), presentan cuatro modalidades físico-deportivas, de las cinco más practicadas, comunes con las de los universitarios riojanos.

En el lado opuesto, los estudiantes de la Universidad de Deusto tan sólo manifiestan en común con los de la Universidad de La Rioja, respecto a las cinco modalidades más practicadas, la natación.

Las modalidades físico-deportivas más ejercitadas nos orientan, en alguna medida, sobre las actividades que se deben seguir ofertando; sin embargo, esta información debe ser complementada fundamentalmente por el conocimiento de las actividades preferidas y deseadas por la población objeto de estudio. Las actividades más practicadas pueden no concordar con las más deseadas, lo que influirá en la satisfacción e incluso en el comportamiento físico-deportivo de forma negativa.

Atendiendo al **contexto de práctica físico-deportiva**, los universitarios riojanos físicamente activos se decantan fundamentalmente por *actividades libres*, realizadas por su cuenta (el 56,73%); en segundo lugar se encuentran los *ejercicios didácticos*, actividades de aprendizaje programadas y dirigidas por un técnico (20,30%), mientras que los *deportes* federados apenas son practicados por un 13,5% de los físicamente activos y las pachanguillas con los amigos sólo son llevadas a cabo por un 9,47% de ellos.

Estos datos concuerdan con los obtenidos para el conjunto de la población española (García Ferrando, 2001), para los habitantes de la Isla de Las Palmas de Gran Canaria (Serrano, 1997), para jóvenes mallorquines de 14 a 27 años (Jiménez, Pérez y García-Mas, 1999) e incluso para otras poblaciones universitarias (García de la Torre y Antón, 1990 y Ruiz Juan, 2001).

Sin embargo, Álvarez (1994) muestra cómo el 83,5% de los alumnos de la Universidad de León que participaron en las actividades promovidas por esta institución lo hicieron en actividades competitivas.

En contra de los deseos y preferencias de la comunidad universitaria, los servicios de actividades físicas de las universidades españolas centran mayor atención en la organización de actividades competitivas, introduciendo un claro desajuste entre la oferta y la demanda.

Las asociaciones y diferencias significativas producidas, por un lado, por la *edad de inicio físico-deportivo* y, por otro, por los *años de adherencia físico-deportiva*, para un nivel de significación del 99%, en el *contexto de práctica físico-deportiva*, indican que los que se iniciaron en el hábito motor hace más años son los que más participan en *deportes*, mientras que los practicantes de reciente *incorporación a esta forma de tiempo libre* se decantan fundamentalmente por los *ejercicios* didácticos.

De aquí se deduce que la oferta de *ejercicios didácticos* atraerá en mayor medida que la de *deportes* a los nuevos practicantes físico-deportivos.

El *sexo* constituye una variable que se asocia significativamente con un nivel de confianza que supera el 99% respecto de los *ejercicios didácticos* y de los *juegos deportivos tradicionales*. Como era de esperar, ellas son más usuarias de los *ejercicios didácticos* que ellos, mientras que ellos practican más *juegos deportivos tradicionales* que ellas.

Luego la oferta físico-deportiva debe presentar *ejercicios didácticos* dirigidos principalmente a las mujeres y *juegos deportivos tradicionales* más orientados a ellos.

La variable ambiental *departamento* al que pertenece el personal docente e investigador se encuentra estrechamente asociada a la práctica de *ejercicios didácticos*, de tal forma que los profesores e investigadores de los departamentos de Derecho, Economía y Empresa, así como de las dos Ingenierías (Eléctrica y Mecánica), no participan en este tipo de actividades. De lo que interpretamos que una oferta específica para estos departamentos debe centrarse en otros contextos motores.

Por su parte, la variable educativa *titulación* que se estudia muestra diferencias significativas en torno a las *actividades libres* y los *deportes*.

En cuanto a las *actividades libres*, los estudiantes de Maestro especialista en Educación Física e Ingeniería Técnica Industrial en Electricidad y Electrónica se corresponden con los que más se decantan por estas actividades, mientras que los de Derecho, Química y Maestro especialista en Educación Infantil y Musical apenas se ejercitan en este contexto.

En referencia a los *deportes*, el alumnado de Maestro especialista en Educación Física y de Ingeniería Técnica Industrial en Electrónica vuelve a ser, junto

con el de Ingeniería Técnica Industrial en Mecánica, el más deportista. En el lado opuesto, el de los que menos practican estas actividades, de nuevo encontramos a los estudiantes de Derecho y Maestro especialista en Educación Infantil, en este caso acompañados por los de Humanidades, Trabajo Social e Ingeniería Técnica Agrícola en Hortifruticultura y Jardinería.

Estos aspectos deberán ser tenidos en cuenta en futuras ofertas físico-deportivas.

Prestando atención al **lugar** empleado para la práctica físico-deportiva, tan sólo un 29,32% de los universitarios riojanos físicamente activos utilizan las instalaciones del Servicio de Deportes universitario. Este porcentaje se asemeja mucho al detectado entre la población universitaria almeriense (Hernández Rodríguez, 2001 y Hernández Rodríguez, García y Oña, 2002). Sin embargo, las instalaciones universitarias riojanas son más utilizadas que las de la Universidad Politécnica de Madrid (Universidad Politécnica de Madrid, 1993), pero bastante menos que las de la Universidad de León (Álvarez, 1994) o que las de las escuelas de Andalucía (Del Villar, 1994).

A través del Servicio de Deportes se debería fomentar más la utilización de sus instalaciones y espacios físico-deportivos.

La asociación significativa existente de la *práctica fuera de la Universidad* con la *edad de inicio físico-deportivo*, por un lado, y con los *años de adherencia físico-deportiva*, por otro, nos muestra cómo aquellos que se iniciaron físicamente a edades muy tempranas se identifican con los que más practican fuera de la universidad, mientras que los que comienzan su andadura motriz de tiempo libre hace menos de 6 años son los que más practican en la universidad.

De lo anterior se deduce que aquellos universitarios riojanos que actualmente no hacen ejercicio físico, si algún día se involucran en esta forma de tiempo libre, es muy probable que lo hagan utilizando los espacios de la Universidad de La Rioja.

Por otra parte, aquellos que practican en compañía de amigos usan las instalaciones de la Universidad de La Rioja con mayor frecuencia que quienes no se ejercitan con las amistades.

Dos variables de identificación se asocian significativamente con la utilización de las instalaciones de la Universidad de La Rioja, ambas con un nivel de significación del 99%: el *sexo* y la *titulación* que se estudia.

En cuanto al *sexo* se observan diferencias a favor de los hombres, de tal forma que son ellos los que más se ejercitan en las instalaciones universitarias, mientras que ellas hacen más ejercicio fuera de la universidad.

Posiblemente esto se deba a que la oferta del Servicio de Deportes de la Universidad de La Rioja se adapta mejor a las preferencias de los universitarios que a las de las universitarias, al presentar numerosas actividades de competición,

pero no tantos *ejercicios didácticos*. No obstante, esta interpretación se complementará al glosar los motivos argumentados para practicar fuera o dentro de la propia universidad.

Atendiendo a la *titulación*, los estudiantes de Maestro especialista en Educación Física, junto con los de Filología Inglesa y los de las Ingenierías (Industrial y Técnicas en Electricidad y Mecánica), coinciden con los que más practican en las instalaciones de la universidad. En el lado opuesto nos encontramos a los estudiantes de Enfermería, Derecho, Maestro en Educación Infantil y Musical, así como los de Química.

Estos datos nos sugieren una campaña de promoción de las instalaciones y actividades físico-deportivas principalmente orientada a los estudiantes de estas últimas titulaciones (Enfermería, Derecho, Maestro en Educación Infantil y Musical, así como a los de Química).

Centrándonos en las **compañías** elegidas para hacer ejercicio físico, los universitarios riojanos lo hacen principalmente acompañados de amigos.

Estos resultados concuerdan con los obtenidos por Ispizua (1993) para la población de la margen izquierda del río Nervión, por Cañellas y Rovira (1995) para los barceloneses, por Torre (2000) para los adolescentes de Granada, así como por López Yeste (1999) para los estudiantes de la Universidad Politécnica de Valencia.

En el lado opuesto, los familiares constituyen la compañía menos elegida tanto por los universitarios riojanos como por otras poblaciones investigadas (Cañellas y Rovira, 1995; Ispizua, 1993; López Yeste, 1999 y Torre, 2000).

En consecuencia, los practicantes de actividades físico-deportivas tenderán a buscar instalaciones e incluso actividades accesibles no sólo para él, sino también para sus amigos con los que desea practicar. Esto debería ser tenido en cuenta por los servicios de actividades físico-deportivas.

Así mismo también se deberían ofrecer actividades en las que tengan cabida todos los miembros de una familia; no hemos de excluir esta forma de práctica por ser escaso el porcentaje de quienes eligen esta compañía para ejercitarse.

A la práctica físico-deportiva en compañía de amigos se le asocian tres factores: uno personal, otro laboral y el último, educativo.

El aspecto personal que sí ha producido pequeñas diferencias significativas, para un nivel de confianza del 99%, sobre la *práctica en compañía de amigos*, es el relativo al *sexo*: los hombres practican más que las mujeres en compañía de sus amigos.

De aquí interpretamos que, a pesar de que Greendofers (1977, citado por Torre, 2000) asegura que la práctica motriz de las mujeres se ve influenciada por los amigos y amigas durante toda la vida, estos influyen en menor medida en la participación físico-deportiva de las mujeres universitarias riojanas que en la de

sus iguales varones. Esta misma relación se constata en las poblaciones de la margen izquierda del río Nervión (Ispizua, 1993) y de Andalucía (Cuevas, 1994).

Al referirnos a la variable laboral *departamento*, tan sólo el personal docente e investigador del Departamento de Economía y Empresa presenta diferencias significativas en la *práctica en compañía de amigos*, de manera que domina el grupo de quienes no eligen estas compañías para hacer ejercicio físico. Esta relación se repite entre los estudiantes de las titulaciones de Derecho, Química y Maestro especialista en Educación Infantil y Educación Musical.

Por el contrario, los alumnos de Maestro especialista en Educación Física, así como los de Ingenierías Técnicas en Electricidad y Electrónica, practican más en compañía de amigos que sin ellos.

Sin embargo, estos mismos estudiantes de Educación Física y de Electricidad, en este caso junto con los de Mecánica, coinciden con los que más realizan actividad motriz con gente con la que no se encuentran vinculados afectivamente. De esta forma, estos alumnos serán los que mejor acojan la oferta físico-deportiva independientemente de las compañías de práctica.

Atendiendo a las **modalidades físico-deportivas más deseadas** por los universitarios riojanos, se observa cómo tan sólo la natación, como una de las cinco actividades más practicadas, se mantiene entre las más deseadas. Esto muestra un desajuste entre el deseo y el comportamiento real. Las otras cuatro actividades más deseadas son el esquí, el aeróbic, la relajación y el tenis.

Los estudiantes de la Universidad Politécnica de Valencia (López Yeste, 1999) y de la Universidad de Almería (Hernández Rodríguez, 2001 y Ruiz Juan, 2001) presentan tres de las cinco modalidades físico-deportivas más deseadas comunes con los universitarios riojanos.

No obstante, el número de personas que desean realizar cualquier modalidad resulta muy superior al de quienes dicen realizarla. De aquí se deduce la existencia de factores externos que impiden o dificultan el acceso a su práctica.

#### **5.4. Motivos en torno a la práctica físico-deportiva**

Recordemos que conocer por qué o respecto a qué se rechaza, se inicia, se continúa o se abandona la práctica motriz facilitará fundamentalmente la adecuación de la oferta físico-deportiva, la cual debe provocar actitudes positivas en los comportamientos físico-deportivos de los practicantes actuales, pasados, encubiertos probables y/o futuros, creando o consolidando un hábito físico-deportivo de tiempo libre. Por ello, como cuarto objetivo se plantea:

**Profundizar en los motivos que llevaron o llevan a la comunidad universitaria riojana a iniciarse, mantenerse, abandonar, no realizar nunca actividades físico-deportivas o practicar en las instalaciones de la universidad o en las de fuera de ésta.**

Comenzando con la interpretación de los motivos que llevan a iniciarse en la práctica físico-deportiva de tiempo libre, los universitarios riojanos no señalan ninguna razón que implique obligatoriedad (por obligación, por prescripción médica, por satisfacer a mis padres o pareja o por acompañar a otra persona), lo que viene a corroborar que realmente la práctica físico-deportiva de la comunidad universitaria riojana constituye una actividad de tiempo libre, puesto que los practicantes perciben libertad en su elección inicial.

Así mismo, nueve de cada diez señalan *motivos de inicio hedonistas*, entre los que destacan fundamentalmente la *diversión* y el *gusto por hacer ejercicio físico*. Estos datos reconocen la intención inicial de la población universitaria riojana por cubrir dos de las dimensiones fundamentales de las actividades de ocio: diversión y autotelismo.

En otras investigaciones sobre estudiantes universitarios (Álvarez, 1994; F.E. D.U., 1984; López Yeste, 1999; Ruiz Juan, 2001) o sobre poblaciones no universitarias también se señala la *diversión* entre las principales causas de inicio.

Del mismo modo, aquellas razones orientadas hacia el enriquecimiento intelectual, físico y afectivo-social de la persona y de la sociedad, englobadas en dos factores, *motivos de forma física* y *motivos relacionados con la tarea*, atrajeron a más de la mitad de quienes en algún momento se iniciaron en esta forma de tiempo libre. Estos motivos ponen de manifiesto la presencia de otra de las dimensiones fundamentales de las actividades de ocio: el desarrollo.

La quinta dimensión del ocio, el descanso (*por evadirme o relajarme*), se refleja como razón de inicio en la cuarta parte de quienes en alguna ocasión han sido físicamente activos.

Estos resultados muestran una población universitaria riojana con un propósito inicial orientado a ocupar su tiempo libre de forma productiva con actividades de ocio físico-deportivo. Lo que habría que ver es si estas expectativas iniciales se cumplen realmente en las experiencias físico-deportivas de tiempo libre practicadas, produciendo al mismo tiempo libertad, diversión, autotelismo, desarrollo y descanso.

Los **motivos de mantenimiento físico-deportivo** parecen indicar que las prácticas motrices de tiempo libre desempeñan las cinco dimensiones del ocio en un alto porcentaje de practicantes que ya se ejercitaban en el pasado; sobre todo la diversión, autotelismo y el desarrollo físico, puesto que los motivos hedonistas y de forma física son mencionados prácticamente por la totalidad de los que continúan haciendo ejercicio físico. El descanso (por evasión y relajación) y el desarrollo social (motivos relacionados con la tarea y las relaciones sociales) llevan a mantener este hábito de tiempo libre a la mitad de los que siguen ejercitándose.

Así mismo, los *motivos de inicio hedonistas* y los de *tarea* se asocian positivamente con sus iguales de *mantenimiento*.

Este análisis de nuestro estudio confirma que las actividades físico-deportivas de tiempo libre cumplen alguna de las funciones elementales del ocio para un elevado porcentaje de los practicantes.

Al centrarse en los universitarios riojanos que han abandonado la práctica físico-deportiva de tiempo libre, los problemas temporales constituyen los principales **motivos de abandono físico-deportivo**. Entre estos destacan la falta de tiempo y las obligaciones educativas o laborales. No obstante, un porcentaje considerable señala, más que la falta de tiempo, la incompatibilidad entre los horarios de la oferta y los de sus obligaciones, lo que parece indicar que una oferta que atienda a los horarios libres de obligaciones de esta población podría frenar el abandono e incluso aumentar la práctica físico-deportiva. Para ello se necesita contemplar en este tipo de estudios la variable distribución de tiempo libre a lo largo de la jornada diaria.

Por otra parte, el bajo interés hacia las actividades físico-deportivas supone causa importante de abandono entre los universitarios riojanos. En este caso se trata de un factor interno, lo que dificulta la posibilidad de intervenir directamente sobre él; para hacerlo deberíamos profundizar en este aspecto intentando resolver una serie de cuestiones como éstas: ¿por qué tienen bajo interés en las actividades físico-deportivas?, ¿estaban más interesados cuando se iniciaron en la práctica motriz?; y de ser así, ¿qué les ha hecho perder el interés?

El bajo interés gana muchísima fuerza entre quienes nunca han sido físicamente activos; casi influyen en la misma medida que los aspectos temporales, los cuales vuelven a representar la principal barrera de acceso a la actividad física.

Estos mismos resultados han sido obtenidos para otras muchas poblaciones de estudio, entre las que destacamos las analizadas por Cañellas y Rovira (1995), Cuevas (1994), Hernández Rodríguez (2001), Ruiz Juan (2001), Ispizua (1993), López Yeste (1999), Martín Almendros (2000), Torre (2000) y Universidad Politécnica de Madrid (1993).

En cuanto a los **motivos que llevan a practicar en las instalaciones universitarias o fuera de ellas**, la cercanía al lugar de estudio, trabajo o residencia, junto con el lugar donde practican las amistades y los horarios de las actividades, constituyen aspectos muy tenidos en cuenta a la hora de decidir dónde hacer ejercicio físico y, por lo tanto, van a condicionar en gran medida la elección.

La cercanía al lugar de trabajo, estudio o residencia, el coste económico de los servicios, así como la práctica de los amigos, se erigen en los puntos fuertes de las instalaciones físico-deportivas de la Universidad de La Rioja, al ser señalados en mayor medida entre los motivos de práctica en la propia universidad que en los de práctica fuera de la misma. Sin embargo, la adecuación de los espacios, la vinculación creada entre el practicante y la instalación, junto con la calidad percibida de las actividades por parte de los usuarios, suponen las principales amenazas del Servicio de Deportes de la Universidad de La Rioja, ya que son los principales motivos señalados para practicar en otras instalaciones.

Estos datos concuerdan con los obtenidos por Álvarez (1994) entre los estudiantes de la Universidad de León, quienes aseguran no practicar en las instalaciones universitarias sobre todo por *falta de actividades de interés* y porque las instalaciones son *inadecuadas* o están *lejos*. Sin embargo, difieren de los detectados para los universitarios de Almería (Hernández Rodríguez, 2001; Hernández Rodríguez, García Montes y Oña Sicilia, 2002), quienes señalan fundamentalmente las siguientes causas que les llevan a practicar fuera de la universidad: *la cercanía al domicilio y la asistencia con amigos o familia*.

### **5.5. Motivos de inicio y orientaciones de meta en la adhesión físico-deportiva**

Duda y col. (1992), Duda y White (1993), White y Duda (1993), Fonseca y Paula de Brito (2000) y Castillo (2000), al estudiar las *orientaciones de meta* en practicantes físico-deportivos, llegan a la conclusión de que éstas se encuentran estrechamente relacionadas con el *abandono* y la *adherencia físico-deportiva*, mostrando que aquellos que consideran que el éxito físico-deportivo viene determinado por características genéticas estables (orientación de meta) tienen más posibilidades de abandonar la práctica físico-deportiva que quienes piensan que el triunfo depende de la mejora de su rendimiento (orientación a la tarea). Basándonos en estas investigaciones se pretende, para la población universitaria riojana:

**Valorar en qué medida influyen los motivos de inicio de la práctica físico-deportiva y las orientaciones de meta en la adhesión a esta forma de ocupación del tiempo libre.**

El análisis bivariado relacional de nuestra investigación no ha confirmado diferencias significativas en los *años de práctica físico-deportiva* ni con respecto a los *motivos de inicio* ni en cuanto a las *orientaciones de meta*.

Estos resultados difieren de los obtenidos en los estudios anteriores, de lo que se deduce que la *adherencia* o *abandono físico-deportivo* de los universitarios riojanos no guarda relación alguna ni con las *orientaciones de meta* ni con los motivos que le llevaron a iniciarse en esta forma de tiempo libre. Por lo tanto, no podemos basarnos en estos aspectos para predecir un posible *comportamiento de práctica* o *abandono físico-deportivo en el futuro*.

### **5.6. Variables predictoras de la práctica físico-deportiva**

Uno de los objetivos últimos de la presente investigación pretende:

**Constatar la existencia de determinadas variables predictoras de la práctica físico-deportiva, al relacionar globalmente todas.**

Con ello se consigue explicar y comprender mejor las conductas, actitudes y motivaciones de la comunidad universitaria riojana ante la práctica físico-deportiva de tiempo libre.

La interpretación de estos resultados aportará aspectos claves a considerar en la gestión y planificación de la oferta físico-deportiva de tiempo libre. Con esta intención en el análisis explicativo de dependencia se estudiaron cinco submuestras distintas:

- Conjunto de la población universitaria riojana
- Conjunto de universitarios riojanos que en alguna ocasión han sido físicamente activos
- Aquellos que practicaban en el pasado y continúan haciendo ejercicio físico
- Practicantes físico-deportivos actuales
- Aquellos que han abandonado la práctica físico-deportiva.

De esta forma, este apartado se estructura en cinco subapartados, haciendo coincidir cada uno de ellos con las diferentes submuestras analizadas.

Si bien hasta este momento los datos de nuestro estudio han podido ser contrastados con los de otras muchas investigaciones que, centrándose en otras poblaciones, han analizado descriptivamente y, en alguna ocasión, diferencialmente los comportamientos, actitudes y motivaciones en torno a la práctica físico-deportiva de tiempo libre, a partir de aquí la interpretación de los resultados de nuestra investigación, referida a los dos últimos objetivos, no podrá ser cotejada con los resultados de otros estudios puesto que, consultada la literatura al respecto, no se ha encontrado ninguna investigación que profundice en análisis causales explicativos centrados en los hábitos físico-deportivos de tiempo libre.

Por ello, en lo que queda del capítulo trataremos de interpretar los resultados surgidos de nuestra investigación y conocer los factores que mejor explican y describen las conductas, actitudes y motivaciones físico-deportivas de tiempo libre de la población universitaria riojana.

### **5.6.1. *Conjunto de la población universitaria riojana***

Para el conjunto de la población universitaria riojana se analizan los factores que influyen en *la práctica o no de actividad física en la actualidad*, en el grado de *satisfacción con la situación de práctica físico-deportiva* y en la intención de *hacer ejercicio físico en el futuro*.

La práctica o no de actividad física se ve significativamente influenciada por tres factores: *la edad a la que se comenzó a hacer ejercicio físico*, *el deseo de realizar actividad física* y *la práctica de tiempo libre ir de tiendas*.

La *edad de inicio* constituye el principal responsable del comportamiento físico-deportivo actual. Éste indica que el comenzar la práctica motriz con menos de 5 años favorece la ejercitación física al entrar en la universidad.

Además, entre aquellos que adquieren el hábito físico-deportivo con menos de 5 años, ningún otro factor ejerce su influencia sobre la práctica física, lo que convierte a este grupo en un colectivo físico-deportivo muy estable, puesto que esta condición no puede ser modificada una vez producida.

En consecuencia, tan sólo podemos intervenir sobre este factor antes de que se produzca. De aquí la importancia de que los educadores físico-deportivos fomenten, en edades muy tempranas, el juego motor como recurso para organizar el tiempo libre fraguando el hábito físico-deportivo desde la infancia.

En un segundo nivel y para los que tienen su primera experiencia físico-deportiva de tiempo libre con más de 5 años, el *deseo de realizar actividad física* ayuda positivamente a ser físicamente activo. Por ello, se debería buscar la forma de generar deseo físico-deportivo en aquellos universitarios que no presentan estas aspiraciones. No obstante, este factor es interno de la persona, lo que complica la posibilidad de intervenir desde fuera sobre él.

Finalmente, la ocupación de tiempo libre en *ir de tiendas*, referido tan sólo a los que se introdujeron en el ámbito físico-deportivo entre los 5 y los 10 años, produce un efecto negativo en la práctica motriz. De esta forma, *ir de tiendas* se revela como la principal competidora de la ejercitación física para este grupo de personas. Un cambio en su hábito consumista producirá un beneficio en el hábito físico-deportivo.

Deteniéndonos en la *satisfacción con la situación de práctica físico-deportiva*, ésta se ve significativamente influenciada por cuatro factores: el *comportamiento físico-deportivo actual y pasado*, la *práctica de deportes*, la *satisfacción con la ocupación del tiempo libre* y la *participación físico-deportiva en compañía de familiares*.

El *comportamiento físico-deportivo actual y pasado* representa el factor que más fuerza ejerce sobre la *satisfacción con la situación de práctica físico-deportiva*, de tal modo que la práctica actual genera un mayor grado de satisfacción que la inexistencia de práctica. Por ello, para aumentar el grado de satisfacción con la situación de práctica físico-deportiva entre los universitarios riojanos físicamente inactivos se debe fomentar la realización de actividad física de tiempo libre.

La *práctica de deportes* es la segunda causa más determinante de los que hacen ejercicio físico; estas actividades generan mayor satisfacción con la situación de práctica que el resto de contextos físico-deportivos.

Por su parte, la *satisfacción con la ocupación de tiempo libre* incide positivamente, en un segundo nivel, sobre los que actualmente no dedican parte de su tiempo a la práctica motriz.

De esta forma, aquellos que no hacen ejercicio físico, pero se encuentran contentos con su forma de ocupar el tiempo libre, muestran mayor satisfacción con su inactividad físico-deportiva, por lo que mostrarán menor predisposición al cambio de comportamiento que quienes no practicando actividades físicas se declaren menos satisfechos con su tiempo libre.

Del mismo modo, este factor actúa, también positivamente, pero en un tercer nivel, sobre los físicamente activos pero no deportistas. No obstante, su interpretación es bien distinta a la anterior.

Los universitarios riojanos que dedican parte de su tiempo libre a actividades físicas no deportivas y dicen estar satisfechos con su comportamiento motor forman un grupo bastante sólido y resistente al cambio. Sin embargo, entre los practicantes no deportistas, aquellos que no están contentos con su ocupación de tiempo libre constituyen el grupo más inestable, son los que más riesgo corren de abandonar esta forma de tiempo libre.

Dentro de este último grupo, la *participación en compañía de la familia* influye negativamente en la satisfacción con su ocupación de tiempo libre.

Proporcionar a los practicantes de actividades no deportivas que no están contentos con la forma de ocupar su tiempo libre la posibilidad de ejercitarse motrizmente separados de su familia aumenta el grado de satisfacción con su comportamiento físico y reduce la posibilidad de abandono.

Por su parte, la intención de hacer ejercicio físico en el futuro tan sólo se ve directamente influenciada por el *deseo de práctica físico-deportiva*, de tal forma que el afán de ocupar el tiempo libre en actividades físicas aumenta las expectativas de práctica motriz futura. Por ello, de nuevo se debería buscar la forma de generar deseo físico-deportivo en aquellos universitarios que no presentan estas aspiraciones.

### **5.6.2. Universitarios riojanos que alguna vez han practicado actividades físico-deportivas**

En este apartado se interpretan los factores que influyen sobre la **adherencia físico-deportiva**. Para los motivos que llevan a comenzar la práctica motriz de tiempo libre no se ha detectado ningún factor causal.

El principal factor influyente en la adherencia físico-deportiva de tiempo libre consiste en la participación actual y pasada en este tipo de actividades. Así, quienes vienen realizando ejercicio físico desde el pasado y siguen con esta forma de tiempo libre son los que más experiencia físico-deportiva presentan.

Estos datos vuelven a confirmar la necesidad de desarrollar una educación físico-deportiva del tiempo libre y ocio desde edades muy tempranas, con el fin de conseguir que las actividades físicas de tiempo libre se conviertan en experiencias que motiven y seduzcan a personas educadas y preparadas motrizmen-

te, las cuales sabrán usar estas actividades motrices con motivo de disfrute, descanso y desarrollo personal y social, es decir, como actividades de ocio.

Esta educación físico-deportiva de tiempo libre y ocio debe estar destinada a todas las franjas de edad y, tal y como nos señala Cuenca (2004), ha de ser asumida tanto por los ámbitos específicos del ocio como por los ámbitos educativos formales y no formales.

Además, en aquellos que aseguran practicar actividades físicas en el pasado y en la actualidad, la realización de actividades no competitivas dirigidas por un técnico (*ejercicios didácticos*) forman el contexto físico menos estable.

Esto resulta lógico si tenemos en cuenta que, por un lado, un alto índice de quienes acuden a estas formas motrices de tiempo libre lo hacen para aprender cosas nuevas y, en el momento que creen que han aprendido suficiente, abandonan esta práctica. Por otro lado, las expectativas de este tipo de actividades son mucho más variadas que las que se pueden encontrar en las competitivas (*juegos deportivos tradicionales o deportes*), complicando la posibilidad de atender a todas ellas desde la propia actividad.

### **5.6.3. Universitarios riojanos que practican y han practicado actividades físico-deportivas**

En este apartado se interpretan los factores explicativos que condicionan los distintos **motivos de mantenimiento físico-deportivo**.

Los **motivos de mantenimiento hedonistas** presentan dos factores causales: los *motivos de mantenimiento medioambientales* y los *motivos de inicio hedonistas*.

El primero de ellos muestra cómo el deseo de mantener contacto con el aire libre y la naturaleza eclipsa la búsqueda de diversión como razón para continuar la práctica físico-deportiva.

Por su parte, el haberse iniciado en la práctica físico-deportiva por el hedonismo ejerce una fuerza bastante más débil sobre estos mismos motivos de mantenimiento.

De estos datos se desprende que el hecho de introducirse en las actividades físico-deportivas de tiempo libre por placer aumenta la posibilidad de seguir haciendo ejercicio físico por esta misma razón; sin embargo, lo que realmente fomenta el continuar la práctica física por motivos hedonistas es la falta de motivación por relacionarse con el medio ambiente.

Así mismo, el deseo de continuar practicando por placer también actúa negativamente, aunque con menor fuerza, sobre las ganas de seguir por estar en contacto con la naturaleza y el aire libre. Por lo tanto, estos dos motivos de mantenimiento resultan ser competidores directos: uno de ellos se da en la medida que falla el otro.

Continuando con el deseo de mantenerse en contacto con la naturaleza como razón para seguir físicamente activo, su principal agente radica en la motivación inicial por relacionarse con el medio ambiente.

Atendiendo a los motivos vinculados con el deseo de desarrollo personal y social (*motivos relacionados con la tarea* -figuras 4.25 y 4.26-), cuanto mayor sea la importancia que se dé a estas razones en los inicios físico-deportivos, mayor resultará la probabilidad de continuar practicando por estas razones. Por ello, esta función de ocio se debe inculcar en el practicante de actividades físico-deportivas de tiempo libre desde sus inicios, sabiendo que tendrá una repercusión muy positiva en su *adherencia motriz* así como en su educación y formación físico-deportiva. Ya que una pedagogía físico-deportiva orientada hacia la tarea contribuirá, en mayor medida que la orientada hacia el ego, al desarrollo de ética, perseverancia y éxito de trabajo, así como a la mejora de habilidades y destrezas.

Además, los datos de este estudio nos revelan que aquellos que más se inician por el deseo de lucir un buen aspecto físico seguirán practicando por estas mismas razones. Luego estos motivos resultan bastante sólidos.

Esta solidez también se detecta entre los *motivos relacionados con el ego*, con el deseo de demostrar ser mejor que los demás.

El resto de motivos de mantenimiento (*familiares, de desafío o de salud*) no se encuentran condicionados por ningún factor causal.

#### **5.6.4. Universitarios riojanos que actualmente practican actividades físico-deportivas**

A lo largo de este apartado se interpretan los factores influyentes en la práctica de los distintos *contextos físico-deportivos*, así como en la elección de las compañías para ejercitarse.

Al referirnos a los *contextos físico-deportivos*, la práctica de actividades físicas no competitivas dirigidas por un técnico, denominadas *ejercicios didácticos*, se ve condicionada por la realización de ejercicio físico de forma libre. De este modo, las *actividades físicas libres* constituyen la principal competencia de los *ejercicios didácticos*, puesto que la ejercitación motriz por cuenta propia limita la participación en actividades físicas no competitivas dirigidas por un técnico.

A su vez, las *actividades físicas libres* se ven condicionadas por cuatro factores: la *práctica en solitario o en compañía de familiares* así como la participación en *ejercicios didácticos* y en *deportes*. La realización de ejercicio físico en solitario implica una práctica motriz libre, programada y dirigida por uno mismo. Así mismo, el hacer actividad física en compañía de familiares favorece la elección de actividades libres, quizás por la falta de actividades organizadas abiertas a los distintos miembros de una misma unidad familiar (padre, madre e hijos).

En cualquier caso, los *ejercicios didácticos* también son competencia directa de las *actividades libres*, puesto que la participación en actividades físicas no competitivas dirigidas por un técnico disminuye la práctica de forma libre.

En esta línea, los *deportes* también forman parte de la competencia directa de las *actividades libres*, pero sólo cuando no se haga ejercicio en solitario ni en compañía de familiares y tampoco se practiquen actividades no competitivas dirigidas por un técnico.

Para las actividades de competición no federadas, denominadas *juegos deportivos tradicionales*, no se ha detectado ningún factor explicativo.

Finalmente, la práctica de *deportes* se ve condicionada por dos variables fundamentales: la práctica de *actividades físicas libres* y la *edad de inicio físico-deportivo*.

Las actividades físicas realizadas, organizadas y dirigidas por uno mismo suponen el principal rival de la práctica de *deportes*, de tal manera que la práctica de actividades por cuenta propia dificulta la práctica de actividades deportivas.

En segundo lugar, la edad a la que se comenzó a practicar actividad física de tiempo libre condiciona la participación en el *deporte*. Se constata que, entre quienes hacen actividad física de forma libre, el haberse introducido en la práctica motriz por primera vez con más de 10 años limita la participación en *deportes*. Mientras que entre los que no se ejercitan de forma libre, quienes comenzaron a hacer ejercicio con más de 20 años difícilmente serán deportistas.

Estos datos vuelven a reflejar la importancia de consolidar el hábito físico-deportivo antes de los diez años, en este caso para ampliar la posibilidad de práctica en diferentes contextos físico-deportivos.

Ante las *compañías de práctica físico-deportiva*, la *práctica en solitario* se ve condicionada por el *número de actividades* motrices realizadas. De este modo, aquellos que experimentan más de una modalidad físico-deportiva se corresponden con los que más se ejercitan en solitario.

Cuando sólo se practica una actividad motriz se prefiere realizarla en compañía de otras personas, mientras que la ejercitación de varias modalidades aumenta la posibilidad de que alguna de ellas se haga en solitario.

En nuestro estudio, la ejercitación física junto a personas con las que no se guarda vinculación afectiva resulta ser un factor que condiciona negativamente la práctica motriz *en compañía de amigos*. Por el contrario, el *número de actividades practicadas* y la utilización de las instalaciones de la universidad influyen positivamente.

Al fijarnos en la ejercitación en compañía de otras personas, esta constituye el principal competidor de la *práctica en compañía de amigos*. Cuanto más se dé un tipo de compañía, menos se dará la otra.

Entre aquellos que no practican en compañía de otras personas el uso de las instalaciones de la universidad facilita la *práctica en compañía de amigos*. Por ello, es preferible que aquellos universitarios riojanos que quieran hacer ejercicio físico junto a sus amistades utilicen las instalaciones del campus.

El *número de actividades físico-deportivas practicadas* actúa en mayor medida entre quienes hacen ejercicio físico en compañía de personas sin vinculación afectiva, impidiendo la *práctica en compañía de amigos* a quienes únicamente experimentan una modalidad motriz.

En relación con la *práctica en compañía de personas con las que no se guarda vinculación afectiva*, ésta se ve restringida por la ejercitación en compañía de amigos. Por ello, podemos afirmar que la *práctica en compañía de amigos* es competidora directa de la *práctica en compañía de otras personas* sin vinculación afectiva.

En cambio, la *práctica de deportes* incide positivamente sobre las relaciones con otras personas. Seguramente esto se deba al hecho de que el *deporte* en edad universitaria requiere un cierto nivel técnico y táctico que restringe el acceso a este contexto físico-deportivo e induce a relacionarse con personas sin vínculos afectivos.

En esta línea, aquellos universitarios riojanos que quieran hacer ejercicio físico con sus amigos se alejarán de los *deportes* para decantarse por otros contextos físico-deportivos.

Finalmente, la ejercitación física en compañía de familiares no presenta factores causales de su comportamiento.

### **5.6.5. Universitarios riojanos que han abandonado la práctica físico-deportiva**

A lo largo de este apartado se interpretan los factores influyentes en la *edad* y *motivos de abandono físico-deportivo*.

La *edad de abandono físico-deportivo* se encuentra condicionada por la *edad de inicio físico-deportivo*, de tal modo que cuanto antes se comience la *práctica físico-deportiva* antes se deja esta experiencia de tiempo libre. No obstante, a mayor edad de inicio, el abandono se produce acumulando menos años de experiencia físico-deportiva.

De aquí se deduce una menor consolidación del hábito físico-deportivo cuanto más tarde se comience su *práctica de tiempo libre*. Lo que vuelve a reforzar la necesidad de una educación hacia el ocio físico-deportivo desde edades tempranas.

Centrándonos en los motivos por los que se abandona la *práctica físico-deportiva*, los tres se encuentran relacionados causalmente con una dirección inversa,

de tal modo que cuanto más se le atribuya la causa de abandono a uno de ellos menos se le atribuye a los otros.

Estos resultados nos facilitan la intervención con el fin de reducir el abandono o conseguir la reincorporación a las experiencias físicas de tiempo libre. De esta forma, para aquellos que señalen como principales causas de abandono aspectos temporales, se deberá intentar adaptar la oferta a sus posibilidades horarias.

En el caso de argumentar su abandono por problemas detectados en la oferta, se procurará solventar esos inconvenientes.

Las razones de escaso interés reflejan la necesidad de un mayor esfuerzo para intentar reducir los abandonos debidos a estas causas y aumentar la reincorporación de quienes ya han dejado la actividad física por estas razones. En estos casos la intervención de nuevo se centrará en la educación y concienciación hacia el ocio físico-deportivo.

### **5.7. Perfiles de práctica físico-deportiva**

Tras conocer los factores determinantes de los distintos comportamientos, actitudes y motivaciones de la práctica físico-deportiva nos disponemos a responder al último objetivo de la presente investigación que pretende:

#### **Definir los perfiles de los universitarios riojanos en función de diferentes comportamientos, actitudes y motivaciones en torno a la práctica físico-deportiva.**

La interpretación de estos perfiles nos permitirá conocer mejor la demanda real y potencial de actividades físico-deportivas de tiempo libre.

Este apartado se estructura en cuatro subapartados, que se corresponden con cada una de las siguientes submuestras objeto de nuestro estudio:

- Conjunto de la población universitaria riojana
- Conjunto de universitarios riojanos que en alguna ocasión han sido físicamente activos
- Aquellos que practicaban en el pasado y continúan haciendo ejercicio físico
- Practicantes físico-deportivos actuales.

#### **5.7.1. Conjunto de la población universitaria riojana**

Para el conjunto de la población universitaria riojana se describen seis perfiles diferentes:

Atendiendo a la *práctica físico-deportiva* de tiempo libre, se indican las características de quienes ocupan parte de su tiempo libre en estas actividades y las de quienes no hacen ejercicio físico.

En cuanto al grado de *satisfacción con la situación de práctica físico-deportiva*, se apuntan los perfiles de los más satisfechos y de los menos satisfechos.

Finalmente, centrándonos en la *intención de practicar actividad física* en el futuro, se determinan los rasgos de quienes están más convencidos de que el día de mañana serán físicamente activos y los de quienes niegan con mayor rotundidad su actividad física futura.

Comenzando con la práctica físico-deportiva de tiempo libre, el perfil del universitario riojano que actualmente hace ejercicio físico es el siguiente: hombre, que comenzó su práctica físico-deportiva cuando tenía una edad comprendida entre los 5 y los 10 años, que desea invertir su tiempo libre en estas actividades físicas y no considera el *ir de tiendas* como una actividad propia de su tiempo libre. Entre el alumnado destacan los estudiantes de Maestro especialista en Educación Física y los de Administración y Dirección de Empresas.

En este grupo los especialistas del ocio físico-deportivo deben intentar consolidar el hábito físico-deportivo y ayudar, a través de sus programas de intervención, a que los participantes perciban sus prácticas físico-deportivas como experiencias libres, satisfactorias y autotélicas, es decir, como vivencias de ocio.

En el lado opuesto, los que no realizan actividades físicas de tiempo libre son mujeres, que apenas desean la práctica de actividades físicas, y que tampoco van de tiendas en su tiempo libre. Entre los estudiantes destacan alumnos de Derecho, Empresariales, Ingeniería Técnica en Electrónica y Química.

En este caso, basándonos en los objetivos de la pedagogía del ocio planteados por Cuenca (2004), se requiere una intervención educativa para el ocio físico-deportivo que potencie la práctica motriz de calidad y se centra fundamentalmente en la sensibilización, conocimiento y orientación de las vivencias de ocio físico-deportivo.

Respecto al grado de *satisfacción con la situación de práctica físico-deportiva* de tiempo libre, los hombres que hacen actividad física de tiempo libre desde hace más de 10 años, practicantes de deportes, muy satisfechos con su tiempo libre, que apenas hacen ejercicio físico en compañía de familiares, y con una elevada intención de práctica físico-deportiva futura, son los que más satisfechos se manifiestan con su situación de práctica. Este grupo parece saber disfrutar de su tiempo libre.

En el lado opuesto, los que menos satisfechos se encuentran con su situación de práctica físico-deportiva se corresponden con mujeres que nunca se han ejercitado físicamente y que al mismo tiempo se muestran descontentas con su ocupación del tiempo libre.

Este perfil revela a un conjunto de universitarias riojanas que no saben ocupar su tiempo libre con experiencias que les proporcionen satisfacción personal, por lo que requieren una educación para el ocio, en general, y para la actividad física, en particular, que las oriente y les aporte criterios de selección de actividades de ocio basadas en sus propias necesidades e intereses.

En cuanto a la intención de práctica futura, los que desean ocupar su tiempo libre con actividades físicas y, además, se declaran satisfechos con su situación físico-deportiva actual, realicen o no actividades motrices, son los que muestran una mayor predisposición a la ejercitación motriz futura. Por lo tanto, este constituye el perfil del practicante potencial de actividades físicas de tiempo libre.

Por el contrario, aquellos que ni desean ni hacen ejercicio físico, pero se declaran satisfechos con su situación físico-deportiva, forman el grupo de los que menos creen en su práctica física futura.

### **5.7.2. *Universitarios riojanos que alguna vez han practicado actividades físico-deportivas***

Para los universitarios riojanos que en alguna ocasión han sido físicamente activos se describen dos perfiles diferentes en torno a la *adherencia físico-deportiva*. El primero de ellos describe a los practicantes físico-deportivos más fieles, mientras que el segundo se centra en los que menos años de práctica acumulan.

En esta ocasión, el perfil de los que disfrutaron más años de experiencia físico-deportiva viene formado por aquellos que comenzaron a practicar a edades muy tempranas y siguen ejercitándose motrizmente pero no a través de actividades no competitivas dirigidas por técnicos; coinciden con los que más satisfechos se sienten de su situación física y están muy seguros de su práctica futura; fundamentalmente son hombres.

Este perfil conforma el colectivo físico-deportivo más sólido, puesto que, además de acumular muchos años de experiencias motrices, su intención de práctica futura y su satisfacción con su situación físico-deportiva nos hacen pensar que seguirán físicamente activos en el futuro.

Por su parte, los que menos adherencia físico-deportiva presentan son universitarios que han abandonado la práctica físico-deportiva de tiempo libre, fundamentalmente mujeres, que se iniciaron ni muy jóvenes ni muy entradas en años; se corresponden con los que menos intenciones de práctica futura presentan y con los menos satisfechos con su situación motriz actual.

Para poder aumentar su adherencia físico-deportiva tendrían que volver a ocupar parte de su tiempo en estas actividades; sin embargo, esta reincorporación resulta muy difícil por el hecho de que, a pesar de ser los menos satisfechos con su situación físico-deportiva, se manifiestan bastante contentos.

### **5.7.3. *Universitarios riojanos que practican y han practicado actividades físico-deportivas***

En el grupo de universitarios riojanos que comenzaron hace tiempo su práctica físico-deportiva y continúan siendo físicamente activos se describen los perfiles de quienes más importancia otorgan a los distintos motivos de mantenimiento.

En todos los *motivos de mantenimiento* los perfiles vienen definidos por los factores causales, ya que ninguna otra variable se relaciona significativamente con estos.

Aquí nos limitaremos a describirlos, puesto que su interpretación ya se ha realizado en el apartado 5.6.3.

Así, los que más importancia conceden a los aspectos hedonistas para continuar practicando son aquellos que menos valoran los motivos de mantenimiento medioambientales y los que declaran con mayor frecuencia haberse iniciado en estas experiencias por razones hedonistas.

Por su parte, los que más se apoyan en los motivos relacionados con el desarrollo personal y social se identifican con los que más valoraron estos mismos motivos al inicio de su historial físico-deportivo y concedieron más importancia que el resto a los aspectos vinculados con el ego.

En cuanto a los motivos relacionados con el mantenimiento o mejora del aspecto físico, los que más se iniciaron por estas mismas razones son los que más importancia siguen otorgando a estos motivos para continuar realizando actividad física.

Aquellos que en su primera experiencia físico-deportiva se sintieron más motivados por el ego coinciden con los que más siguen practicando por estas razones.

Los que más importancia conceden a los aspectos medioambientales para continuar practicando se corresponden con aquellos que declaran con mayor frecuencia haberse iniciado en estas experiencias por razones medioambientales y con los que menos valoran los motivos de mantenimiento hedonistas.

Los universitarios riojanos de mayor edad son los que más señalan continuar practicando por motivos de salud. Luego a los universitarios de mayor edad se les deben ofrecer actividades físicas relacionadas con la salud.

Los motivos de mantenimiento físico-deportivo familiares y de desafío no se asocian significativamente a ninguna otra variable, por lo que no se puede definir el perfil de quienes señalan estos motivos.

#### **5.7.4. *Universitarios riojanos que actualmente practican actividades físico-deportivas***

A lo largo de este apartado descubriremos los perfiles de los practicantes reales de los distintos contextos físico-deportivos, así como las características de quienes eligen un tipo de compañías u otras para hacer ejercicio físico.

En cuanto a las actividades no competitivas dirigidas por un técnico (*ejercicios didácticos*), los que menos asisten a ellas son aquellos que hacen ejercicio físico por su cuenta, fundamentalmente hombres que llevan muchos años de experiencia físico-deportiva. Por el contrario, los que no realizan actividades físi-

cas por su cuenta, tanto hombres como mujeres, con menor experiencia físico-deportiva, ejercen la demanda real de las actividades físico-deportivas no competitivas dirigidas por un técnico (*ejercicios didácticos*).

Podríamos matizar que los hombres que llevan ya más de 5 años ejercitándose físicamente se revelan más independientes, no necesitan que nadie les organice ni planifique su actividad motriz: ellos deciden cuándo y cómo quieren practicar actividad física. En cambio, los hombres y mujeres con menor experiencia física requieren una organización, planificación y dirección por parte de un técnico para sus vivencias físicas no competitivas.

De esto se deduce que para la captación de quienes nunca han realizado ejercicio físico será conveniente la organización de estas actividades denominadas *ejercicios físicos didácticos*, en las que el técnico responsable de la actividad no sólo esté bien preparado en cuanto a contenidos específicos de la actividad física a impartir, sino también posea una formación especializada en educación de ocio. De este modo, estará capacitado, por un lado, para facilitar vivencias físico-deportivas positivas y enriquecedoras, en las que el nuevo practicante sienta placer, satisfacción, autodesarrollo y autorrealización y, por otro, estará preparado para dar a conocer criterios que desarrollen en el nuevo practicante la capacidad de escoger por sí mismo las posibilidades y actividades físico-deportivas que mejor se ajusten a sus necesidades y deseos.

Centrándonos en las *actividades físicas libres*, las realizadas por cuenta propia, sus principales demandantes reales son aquellos que se ejercitan solos o en compañía de familiares, no suelen participar en actividades no competitivas dirigidas por un técnico (*ejercicios físicos didácticos*) ni en *deportes*, tampoco suelen hacer ejercicio físico acompañados de personas con las que no guardan vinculación afectiva, son practicantes de más de una modalidad física y, entre los estudiantes, dominan los matriculados en Administración y Dirección de Empresas, Empresariales, Ingeniería Técnica en Electrónica e Ingenierías Agrarias.

A estos universitarios riojanos se les debe facilitar el acceso a las instalaciones físico-deportivas para practicar por su cuenta en horarios compatibles con sus obligaciones.

Dado que más de la mitad de los universitarios riojanos físicamente activos practican por su cuenta, este acceso libre a las instalaciones ha de ocupar un punto importante en la planificación del Servicio de Deportes de la Universidad de La Rioja.

En cuanto a los *deportes*, los universitarios riojanos que no desarrollan actividad física por su cuenta, que comenzaron sus experiencias motrices de tiempo libre con menos de 20 años, que se ejercitan en gran medida con personas con las que no guardan vínculos afectivos, principalmente estudiantes de Maestro especialista en Educación Física, de Ingeniería Técnica en Mecánica, de Empresariales y de Administración y Dirección de Empresas, se corresponden

con los que más se involucran en estas actividades competitivas federadas. Por lo tanto, la oferta deportiva federada debe ir encaminada principalmente a estos sujetos.

Atendiendo a los perfiles de quienes practican en solitario, en compañía de amigos, familiares u otras personas, se detectan las siguientes características:

Los que hacen ejercicio físico solos se ejercitan fundamentalmente por su cuenta (*actividades físicas libres*) y experimentan más de una modalidad físico-deportiva.

Por su parte, los que más practican en compañía de amigos coinciden con los hombres que no interaccionan motrizmente con personas sin vinculación afectiva y son usuarios de las instalaciones de la Universidad de La Rioja. Entre el personal docente e investigador destacan los adscritos a los departamentos de Matemáticas y Computación, Agricultura y Alimentación y Química. Entre el alumnado sobresalen los estudiantes de Maestro especialista en Educación Física, Administración y Dirección de Empresa e Ingeniería Mecánica.

El hecho de que los universitarios que más practican con amigos lo hagan en las instalaciones de la universidad resalta la necesidad de que el Servicio de Deportes universitario posibilite el acceso a sus instalaciones a amigos de universitarios, pertenezcan o no a la institución.

Finalmente, los deportistas federados, sobre todo estudiantes de Maestro especialista en Educación Física, Empresariales, Ingeniería Técnica en Electricidad y Química, son los que más se relacionan con personas no familiares ni amigas para practicar motrizmente.

Una vez concluida la interpretación de los resultados obtenidos en nuestra investigación, ha llegado el momento de elevar las principales conclusiones que hemos extraído y, en un afán de caminar hacia el futuro y mejorar el marco educativo, formativo y organizativo de la práctica físico-deportiva de tiempo libre, proponer nuevos campos de estudio e intervención que han ido surgiendo a lo largo del presente trabajo.



## CAPÍTULO 6

# CONCLUSIONES Y PROSPECTIVA

### 6.0. Introducción

En este capítulo vamos a presentar las principales conclusiones derivadas de esta investigación sobre la práctica físico-deportiva de tiempo libre de los universitarios riojanos.

Estas aportaciones se orientan tanto al ámbito organizativo de la práctica físico-deportiva de tiempo libre como al marco educativo y formativo del ocio físico-deportivo.

Las del ámbito organizativo se dirigen fundamentalmente al conjunto de entidades implicadas en la oferta de actividades físico-deportivas, en general, y, de manera concreta, al Servicio de Actividades Físico-Deportivas de la Universidad de La Rioja.

Dentro del marco educativo y formativo se atiende, por un lado, a la educación formal y no formal inexcusable para el conjunto de la sociedad y, por otro, a la necesidad de formación especializada en pedagogía del ocio para los profesionales implicados en estos campos educativos.

Este trabajo nos ha proporcionado hallazgos de gran interés para nuestras expectativas, que, junto con las reflexiones surgidas a lo largo de todo el proceso, permiten la apertura a nuevos campos de investigación, tal y como se sugiere en la última fase de este capítulo.

### 6.1. Conclusiones generales de la investigación

A partir de las aportaciones ofrecidas por los resultados de esta investigación, se elevan las principales conclusiones y se sugiere una serie de iniciativas en torno a la práctica físico-deportiva de tiempo libre en la población universitaria riojana que nos conduzcan a la obtención de un mejor aprovechamiento del tiempo libre y de una mayor calidad de vida.

### **6.1.1. Referentes a la organización y planificación de las prácticas físico-deportivas**

En referencia a la organización y planificación de las prácticas motrices por parte de los servicios de actividades físico-deportivas, los resultados obtenidos en la presente investigación sugieren una serie de propuestas a tener en cuenta en función de las demandas reales y potenciales de la comunidad de la Universidad de La Rioja.

Los universitarios riojanos presentan una gran predisposición hacia la ejercitación física. Por un lado, siete de cada diez creen que el día de mañana ocuparán parte de su tiempo libre en actividades físicas; por otro, cuatro de cada diez físicamente inactivos desean emplear su tiempo en actividades motrices; en tercer lugar, los que hacen ejercicio físico en su tiempo libre se muestran más satisfechos con su situación de práctica que los físicamente inactivos. Estos resultados señalan a los que actualmente no se ejercitan como posibles practicantes potenciales al mostrar mayor disposición al cambio. Al mismo tiempo, se refuerza la posibilidad de que los practicantes actuales sigan siendo físicamente activos al sentirse satisfechos con estas experiencias de tiempo libre.

#### DIRIGIDAS AL CONJUNTO DE ENTIDADES IMPLICADAS EN LA OFERTA DE ACTIVIDADES FÍSICO-DEPORTIVAS

Las entidades que proporcionan servicios físico-deportivos deben producir un incremento en la práctica motriz; para ello, han de planificar su oferta atendiendo a las actitudes, aspiraciones, motivaciones y expectativas de los universitarios posibles practicantes reales y potenciales.

Entre toda la comunidad universitaria, los practicantes potenciales más sólidos de actividades físicas de tiempo libre, los que con mayor seguridad se ejercitarán motrizmente el día de mañana, son aquellos físicamente activos que:

- Comenzaron a practicar actividades físicas a edades muy tempranas y continúan ejercitándose motrizmente pero no a través de actividades no competitivas dirigidas por técnicos; se sienten los más satisfechos de su situación física y están muy seguros de su práctica futura; fundamentalmente pertenecen al sexo masculino.
- Hacen ejercicio físico, desean ocupar su tiempo en estas experiencias, se muestran satisfechos con su situación físico-deportiva y se manifiestan más seguros con su práctica futura.

Los servicios de actividades físico-deportivas deben considerar sus deseos, necesidades, preferencias, motivaciones y expectativas para que sigan invirtiendo su tiempo libre en estos hábitos saludables. Especialmente han de cuidar de los que, siendo físicamente activos, muestran un mayor riesgo de abandono y

procurarles mayor atención para evitar que pierdan este hábito saludable. Este es el caso de las mujeres y de los practicantes de actividades libres, juegos deportivos tradicionales y ejercicios didácticos.

Por otro lado, la práctica motriz futura de los físicamente inactivos aparece más dudosa, pero no por ello este colectivo debe ser desatendido, sino todo lo contrario: requiere una atención más profunda y especializada por parte de los servicios de actividades físico-deportivas, los cuales han de conocer qué es lo que les impide el acceso a la práctica motriz, con el fin de intentar eliminar dichas barreras a través de su planificación y organización; de este modo facilitarán la ejercitación de esta forma de tiempo libre.

Entre los que no hacen ejercicio físico, las entidades físico-deportivas deben tener en cuenta sobre todo a quienes se muestran más susceptibles al cambio, a quienes presentan mayor predisposición a la ejercitación motriz, es decir, a los que se manifiestan como practicantes potenciales. Entre estos destacamos los siguientes perfiles:

- Los que desean hacer ejercicio físico y creen en su práctica motriz futura (integran el grupo de practicantes potenciales más claros).
- Aquellos que se muestran descontentos con su situación de inactividad motriz (casi suponen la mitad de los que no realizan actividades físicas de tiempo libre).
- Quienes han abandonado las actividades físicas y están insatisfechos con su situación de práctica.
- Los físicamente inactivos que no se encuentren satisfechos con su ocupación del tiempo libre, seguramente, tampoco se sentirán muy contentos con su situación físico-deportiva, lo que les convierte en posibles practicantes potenciales.
- Mujeres que nunca han hecho ejercicio físico, ya que presentan mayor índice de incorporación físico-deportiva reciente que ellos. Por lo tanto, representan un colectivo de practicantes potenciales más seguro que el de los hombres físicamente inactivos.

No obstante, también es muy importante que las entidades organizadoras de actividades físico-deportivas de tiempo libre consideren a los que han abandonado la práctica motriz. Estas entidades deberían indagar en las causas que han provocado el abandono, para intentar eliminarlas o paliarlas con el fin de favorecer la reincorporación a los hábitos físico-deportivos y, por otro lado, reducir el abandono. Los que más han dejado de practicar actividad física son:

- Alumnos de Derecho, Ingeniería Técnica en Hortifruticultura y Jardinería, Maestro especialista en Educación Infantil y Maestro especialista en Educación Musical.

- Generalmente, mujeres, que se iniciaron ni muy jóvenes ni muy entradas en años. Son los que menos intenciones de práctica futura presentan y los menos satisfechos con su situación motriz actual. En este colectivo la reincorporación resulta muy difícil ya que, a pesar de ser los menos satisfechos con su situación físico-deportiva, se manifiestan bastante contentos.

Por su parte, casi la mitad de los físicamente inactivos no desean hacer ejercicio físico y se declaran satisfechos con su situación físico-deportiva; constituyen el grupo de los que menos creen en su práctica física futura. Este colectivo difícilmente cambiará su comportamiento para convertirse en físicamente activos, luego no forman parte de la demanda potencial de actividades físico-deportivas.

Una vez descritos los practicantes reales y potenciales de actividades físico-deportivas, se propone una serie de iniciativas a llevar a cabo por los servicios de actividades físico-deportivas para aumentar la práctica motriz de los universitarios riojanos.

Centrándonos en los contextos de práctica, las *actividades físicas libres* constituyen la principal competencia de los *ejercicios didácticos*, puesto que la ejercitación motriz por cuenta propia limita la participación en actividades físicas no competitivas dirigidas por un técnico. Lo que nos ofrece dos grupos de demandantes de actividades físico-deportivas bien diferenciados: los de *actividades físicas libres* y los de *ejercicios didácticos*.

Los que menos participan en actividades no competitivas dirigidas por un técnico (*ejercicios didácticos*) son aquellos que hacen ejercicio físico por su cuenta, fundamentalmente hombres que llevan muchos años de experiencia físico-deportiva. Por el contrario, los que no realizan actividades físicas por su cuenta, tanto hombres como mujeres, con menor experiencia físico-deportiva, constituyen la demanda real de las actividades físico-deportivas no competitivas dirigidas por un técnico (*ejercicios didácticos*).

Estos hombres y mujeres con menor experiencia física requieren una organización, planificación y dirección por parte de un técnico para sus vivencias físicas no competitivas. Por ello, para la captación de quienes nunca han realizado ejercicio físico será conveniente la organización de estas actividades denominadas *ejercicios físicos didácticos*.

Las universitarias se decantan más que ellos por los *ejercicios didácticos*, mientras que ellos practican más *juegos deportivos tradicionales* que ellas. Esto sugiere la necesidad de planificar una oferta diferenciada para mujeres y para hombres, que ofrezca *ejercicios didácticos* principalmente para ellas y *juegos deportivos tradicionales* más orientados a ellos.

Por su parte, los estudiantes de Derecho, Química y Maestro especialista en Educación Infantil y Musical necesitan que les organicen la práctica físico-deportiva, ya que son los que menos realizan *actividades físicas libres*.

Centrándonos en las *actividades físicas libres*, las realizadas por cuenta propia, sus principales demandantes reales son aquellos que se ejercitan solos o en compañía de familiares; no suelen participar en actividades no competitivas dirigidas por un técnico (*ejercicios físicos didácticos*) ni en *deportes*; tampoco suelen hacer ejercicio físico acompañados de personas con las que no guardan vinculación afectiva; cultivan más de una modalidad física y, entre los estudiantes, dominan los matriculados en Administración y Dirección de Empresas, Empresariales, Ingeniería Técnica en Electrónica e Ingenierías Agrarias.

Estos universitarios son más independientes; no necesitan que nadie les organice ni planifique su actividad motriz; ellos deciden cuándo y cómo quieren practicar actividad física; luego harán ejercicio físico a pesar de que no haya oferta motriz. Los servicios físico-deportivos deben facilitarles el acceso a las instalaciones para practicar por su cuenta en horarios compatibles con sus obligaciones.

Los clubes y el servicio de actividades físico-deportivas de la Universidad de La Rioja, a la hora de captar deportistas, deberían tomar como principal foco de referencia a los alumnos de Maestro especialista en Educación Física, Ingeniería Técnica Industrial en Electrónica y Mecánica, ya que se trata de los que más practican estas actividades.

En cuanto a las compañías elegidas para hacer ejercicio físico, los universitarios riojanos prefieren practicar junto a sus amistades, por lo que tenderán a buscar instalaciones e incluso actividades accesibles no sólo para él sino también para sus amigos. Por ello, los servicios de actividades físico-deportivas han de facilitar y permitir el acceso a las instalaciones, así como la práctica conjunta de grupos de amigos, sobre todo en el caso de los hombres, ya que son ellos los que más se ejercitan en compañía de sus amigos.

La *práctica en compañía de amigos* resulta competitiva directa de la *práctica en compañía de otras personas* sin vinculación afectiva. En esta línea, aquellos universitarios riojanos que quieran hacer ejercicio físico con sus amigos se alejarán de los *deportes* para decantarse por otros contextos físico-deportivos. A estos se les tendrá que ofertar principalmente ejercicios didácticos y juegos deportivos tradicionales.

Aquellos que más realizan actividades físicas con gente con la que no mantienen vinculación afectiva serán los que mejor acojan la oferta físico-deportiva independientemente de las compañías de práctica. Este representa el caso de los estudiantes de Educación Física, Electricidad y Mecánica.

Si a los practicantes de actividades no deportivas que no están contentos con la forma de ocupar su tiempo libre se les proporciona la posibilidad de ejercitarse motrizmente separados de su familia, se consigue aumentar el grado de satisfacción con su comportamiento físico reduciendo la posibilidad de su abandono. Por lo que convendría ofertar paralelamente unas actividades dirigidas a los hijos y otras a los padres; de esta manera los padres aprovechan el tiempo de

práctica de sus hijos para su propia ejercitación motriz y se evaden por un momento de sus obligaciones familiares.

Por otro lado, se hace necesario construir más piscinas climatizadas en la capital riojana puesto que, a pesar del escaso número de vasos cubiertos existentes, la natación constituye la actividad más deseada y la segunda más practicada, de manera que el número de personas que quieren nadar quintuplica el del total de universitarios que lo hacen actualmente.

El hecho de que el ciclismo represente una de las cinco modalidades físico-deportivas más practicadas pone de manifiesto la necesidad de crear zonas seguras para andar en bicicleta por toda la ciudad, tal y como reclaman los universitarios riojanos en el análisis cualitativo.

Los servicios de actividades físico-deportivas deberían programar más actividades de relajación, tenis y aeróbic, puesto que son de las modalidades más deseadas pero muy poco practicadas.

El hecho de que la natación resulte la única de las cinco actividades más realizadas por la comunidad universitaria riojana que se mantiene entre las más deseadas muestra un desajuste entre el deseo y el comportamiento real. Así mismo, el número de personas que desean realizar cualquier modalidad es muy superior al de quienes dicen realizarla. Esto nos indica la existencia de factores externos que impiden o dificultan el acceso a su práctica. Los servicios de actividades físico-deportivas deberían conocer estas barreras e intervenir sobre ellas para permitir a los practicantes reales y potenciales satisfacer sus expectativas.

Entre las personas que han dejado de ejercitarse motrizmente, un porcentaje considerable señala, más que la falta de tiempo, la incompatibilidad entre los horarios de la oferta y los de sus obligaciones, lo que indica de nuevo un desajuste entre la oferta y la demanda. Si los servicios de actividades físicas atendieran los horarios libres de obligaciones de esta población, podrían frenar el abandono e incluso aumentar la práctica físico-deportiva.

La cercanía al lugar de estudio, trabajo o residencia, junto con el lugar donde practican las amistades y los horarios de las actividades suponen aspectos muy tenidos en cuenta por los universitarios riojanos a la hora de decidir dónde hacer ejercicio físico y, por lo tanto, han de ser considerados por los servicios de actividades físico-deportivas si quieren atraer a esta población.

DIRIGIDAS AL SERVICIO DE ACTIVIDADES FÍSICO-DEPORTIVAS DE LA UNIVERSIDAD  
DE LA RIOJA

Deteniéndonos específicamente en el servicio de actividades físico-deportivas de la Universidad de La Rioja, la cercanía al lugar de trabajo, estudio o residencia, el coste económico de los servicios, así como la práctica de los amigos, constituyen sus puntos fuertes, al ser señalados en mayor medida entre los motivos de práctica en la propia universidad que en los de práctica fuera de la misma.

Estos atributos deben ser explotados por el servicio de actividades físico-deportivas para incrementar el índice de usuarios.

Sin embargo, la adecuación de los espacios, la vinculación creada entre el practicante y la instalación, junto con la calidad percibida de las actividades por parte de los usuarios, representan las principales amenazas del Servicio de Deportes de la Universidad de La Rioja, ya que son los principales motivos señalados para practicar en otras instalaciones.

La Universidad de La Rioja debería aprovechar la enorme predisposición hacia la ejercitación motriz de su población para organizar actividades físicas ocasionales similares al "paintball" o las prácticas de riesgo, tan de moda entre las empresas de ejecutivos, en las que la participación conjunta y relajada de todos los colectivos de la entidad, en este caso alumnado, personal docente e investigador y personal de administración y servicios, permite desarrollar importantes valores sociales, laborales y educativos como: colaboración, solidaridad, integridad, honestidad, confianza, competencia, capacidad de comunicación interpersonal y convicción de la eficacia del trabajo compartido. Estos valores favorezcan las relaciones laborales y educativas entre los tres colectivos que interactúan en la universidad, creando un ambiente formativo más sólido y eficiente.

Tan sólo un 29,32% de los universitarios riojanos físicamente activos utilizan las instalaciones del Servicio de Deportes universitario, lo que resalta la importancia de fomentar más el uso de sus espacios físico-deportivos.

Aquellos universitarios que han comenzado su práctica físico-deportiva hace poco tiempo son los que más emplean las instalaciones de la universidad riojana, de lo que se deduce que aquellos universitarios riojanos que actualmente no hacen ejercicio físico, si algún día se involucran en esta forma de tiempo libre, es muy probable que lo hagan utilizando los espacios de la Universidad de La Rioja. Luego los esfuerzos invertidos por esta institución para aumentar el hábito físico-deportivo de su población además le reportarán un incremento en el número de usuarios de sus instalaciones físico-deportivas.

El hecho de que los universitarios que más practican con amigos lo hagan en las instalaciones de la universidad resalta la importancia de que el Servicio de Deportes universitario posibilite el acceso a sus instalaciones a amigos de universitarios, pertenezcan o no a la institución.

En cuanto al *sexo* se observan diferencias a favor de los hombres, de tal forma que son ellos los que más se ejercitan en las instalaciones universitarias, mientras que ellas hacen más ejercicio fuera de la universidad. Quizás esto se deba a que las actividades ofertadas estén más orientadas a los hombres que a las mujeres. Existe una amplia oferta de actividades deportivas y competiciones internas (*juegos deportivos tradicionales*) muy adecuadas para la práctica masculina, mientras que resulta escasa la oferta de actividades formativas no competitivas con técnico (*ejercicios didácticos*), que son las más demandadas por las

mujeres. Por lo tanto se considera necesario mantener las actividades de competición y ampliar los ejercicios didácticos para orientarlos más a los deseos y expectativas de las universitarias.

Así mismo, sugerimos una campaña de promoción de las instalaciones y actividades físico-deportivas principalmente dirigida a los estudiantes de Enfermería, Derecho, Química y Maestro en Educación Infantil y Musical, que son los que menos emplean estos servicios universitarios.

Atendiendo al contexto de práctica físico-deportiva, más de la mitad de los universitarios riojanos físicamente activos hacen *actividades físicas libres*, realizadas por su cuenta, por lo que resulta trascendente programar un horario amplio y flexible de acceso a todos los espacios físico-deportivos del campus para uso libre.

Los *ejercicios didácticos*, actividades de aprendizaje programadas y dirigidas por un técnico, constituyen la forma de ejercitación preferida por los universitarios riojanos tras las actividades libres. Este dato vuelve a confirmar la necesidad de atender en mayor medida este tipo de actividades desde el servicio de actividades físico-deportivas de la Universidad de La Rioja.

Así mismo, esta investigación resalta la necesidad de construir una piscina climatizada en el campus universitario, ya que la natación se manifiesta como la segunda actividad más practicada y la más deseada: un tercio de universitarios declara querer nadar en su tiempo libre.

### **6.1.2. Referentes a la educación en y para el ocio físico-deportivo**

Por otro lado, los resultados obtenidos en la presente investigación fundamentan la **necesidad de recibir una educación en y para el ocio físico-deportivo a lo largo de toda la vida**, comenzando desde los primeros años de edad. Una educación que permita adquirir criterios para escoger libremente cómo utilizar el tiempo libre de manera satisfactoria a través de experiencias físico-deportivas de ocio.

Esta educación debe llegar a todos favoreciendo la igualdad de oportunidades; por eso sugerimos que sea asumida tanto por las entidades vinculadas al ocio físico-deportivo, como por los centros de educación formal, empezando por las escuelas y colegios de Educación Primaria, continuando con los centros de Educación Secundaria Obligatoria y Post-obligatoria, e incluyendo los centros de Educación Superior.

La educación formal del ocio, dentro de los planes de estudio regulados por el sistema educativo oficial, nos asegura que todos reciban una formación básica en este ámbito; sin embargo la educación no formal está dirigida a quienes en algún momento sienten interés por la práctica motriz y acuden a estas actividades organizadas, dejando de lado precisamente a quienes, bajo nuestro punto de

vista, más necesitan una formación en y para el ocio físico-deportivo, los que no muestran interés por estas prácticas.

En la Educación Primaria y Secundaria esta educación resulta accesible a través de la asignatura obligatoria de Educación Física; sin embargo, en la Educación Superior tan sólo las titulaciones de Educación Física contemplan esta posibilidad en sus planes de estudio. No obstante, consideramos que las Universidades deben seguir educando formalmente en y para el ocio físico-deportivo. Para ello, se podrían plantear asignaturas de libre elección en las que se conciencie al alumnado de la importancia de un hábito saludable de tiempo libre, se dé a conocer la capacidad de desarrollar valores que aumentan la calidad de vida y se fomente el interés por la práctica físico-deportiva de ocio.

La importancia de la **necesidad de una educación en y para el ocio físico-deportivo desde los primeros años de vida** se fundamenta en los siguientes hallazgos de la presente investigación:

La *edad de inicio* se revela como el principal responsable de que se practique motrizmente siendo miembro de la comunidad universitaria. Cuanto antes se comience a hacer ejercicio físico de tiempo libre, mayores son las posibilidades de continuar físicamente activo en la universidad. En cambio, cuanto más tarde se empiece a practicar actividad física, antes se abandonará esta forma de tiempo libre, por lo que la consolidación del hábito físico-deportivo resulta menor.

Así mismo, la práctica físico-deportiva actual y pasada constituye el principal factor influyente en la adherencia físico-deportiva de tiempo libre. Así, quienes vienen realizando ejercicio físico desde el pasado y siguen con esta ejercitación libre se corresponden con los que más experiencia físico-deportiva presentan.

De aquí la importancia de recibir una educación físico-deportiva de ocio, desde edades muy tempranas, que enseñe a disfrutar, descansar y desarrollarse personal y socialmente, fomentando y consolidando el hábito físico-deportivo desde la infancia.

Por su parte, la práctica de *deportes* en la universidad se ve condicionada por la edad a la que se comenzó a hacer ejercicio físico de tiempo libre. De tal modo que quienes antes se inician, más deporte hacen en la universidad. Estos datos vuelven a reflejar la importancia de consolidar el hábito físico-deportivo desde los primeros años, en este caso, para ampliar la posibilidad de práctica en diferentes contextos físico-depotivos.

El análisis causal muestra cómo cuanto más se busque un desarrollo personal y social en los inicios físico-deportivos, mayor será la probabilidad de que se continúe practicando por estas razones. De este modo, la acción de los profesionales del ocio físico-deportivo ha de centrarse en intervenciones pedagógicas que favorezcan el desarrollo personal y social de sus practicantes, sea cual sea su edad, para permitir la consolidación de un hábito físico-deportivo de ocio.

Si bien los resultados del presente estudio nos indican que universitarios riojanos que hacen ejercicio físico poseen una buena base formativa en ocio físico-deportivo puesto que, en general, perciben libertad en su elección y buscan diversión, autotelismo, desarrollo y descanso, el elevado porcentaje de físicamente inactivos nos indica la **necesaria intervención educativa desde la universidad que potencie la práctica motriz de calidad**, centrándose fundamentalmente en la sensibilización, conocimiento y orientación de las vivencias de ocio físico-deportivo.

Profundizando en los físicamente inactivos, el principal problema se encuentra entre los que no se ejercitan, no desean hacerlo y además opinan que tampoco lo harán en el futuro; se trata del grupo en el que más difícil resulta instaurar un hábito físico-deportivo. Este colectivo necesita una formación que pretenda entre otras cosas:

- Concienciar sobre la importancia y beneficios de la práctica físico-deportiva de ocio.
- Fomentar el interés por este tipo de actividades de ocio.
- Dar a conocer la gran variedad de actividades y posibilidades de ocio físico-deportivo.
- Estimular el deseo y la participación en actividades físico-deportivas de ocio.
- Orientar y generar la capacidad de elegir las vivencias físico-deportivas en función de los deseos, motivaciones, expectativas y necesidades personales.

En cuanto al sexo, las universitarias requieren más que los universitarios una preparación de ocio físico-deportivo en la universidad, ya que el porcentaje de las que nunca han hecho ejercicio físico se manifiesta significativamente superior al de ellos; así mismo, son ellas las que más abandonan esta forma de tiempo libre y, a la vez, las que mayor índice presentan de incorporación físico-deportiva reciente.

Entre el alumnado universitario, los que más necesitan esta intervención educativa son los estudiantes de Derecho, Maestro especialista en Educación Infantil, Matemáticas, Química y Trabajo Social; en estos se revela mayor el porcentaje de quienes nunca han realizado actividades físicas de tiempo libre que el de los que se han ejercitado siempre.

El elevado porcentaje de universitarios riojanos que dicen haber abandonado la práctica físico-deportiva por escaso interés descubre la necesidad de una intervención educativa centrada, fundamentalmente, en la concienciación hacia el ocio físico-deportivo.

Por otra parte, los resultados de este trabajo nos revelan un conjunto de universitarios riojanos que no saben ocupar su tiempo libre con experiencias que les proporcionen satisfacción personal. Este colectivo está formado por los físicamente inactivos que no se encuentran satisfechos con su ocupación del tiem-

po libre y tampoco se sienten muy contentos con su situación físico-deportiva. Se trata, fundamentalmente, de mujeres con pocas expectativas de práctica futura. Este grupo necesitará una educación para el ocio, en general, y para la actividad física, en particular, que les oriente hacia la práctica físico-deportiva y les aporte criterios de selección de actividades de ocio basadas en sus propias expectativas, motivaciones, necesidades e intereses.

La asociación negativa entre la ocupación de tiempo libre basada en *ir de tiendas* y las actividades físicas detectada en universitarias riojanas que comenzaron su práctica físico-deportiva entre los 5 y los 10 años, sobre todo estudiantes de Derecho, Empresariales, Administración y Dirección de Empresa, Química y Relaciones Laborales, evidencia la necesidad de una educación de ocio que les ayude a reducir los hábitos consumistas a favor de los de ejercicio físico. Un cambio en sus costumbres consumistas producirá un beneficio en el hábito físico-deportivo.

Aquellos universitarios físicamente activos con un alto riesgo de abandono físico-deportivo también requieren una educación físico-deportiva de ocio especializada. Entre ellos destacan quienes no se encuentran satisfechos con su ocupación del tiempo libre, tampoco están muy contentos con su práctica motriz, efectúan actividades físicas no deportivas y practican en compañía de familiares; se trata, sobre todo, de mujeres.

En estos casos la educación físico-deportiva de ocio debe ser continua y orientada a ayudar, desde la propia práctica, a apreciar sus ejercitaciones motrices de tiempo libre como experiencias valiosas, que se conviertan en vivencias de un verdadero ocio, divertido, satisfactorio, creativo y autotético.

Por su parte, la pedagogía del ocio también se hace necesaria entre los practicantes físico-deportivos más sólidos, con el fin de consolidar los hábitos de ocio físico-deportivo.

Ante estas conclusiones se detecta la necesidad imperiosa de formar en pedagogía del ocio a todos los profesionales relacionados con el ámbito físico-deportivo de tiempo libre y, en particular, a los técnicos y monitores que se encuentran al frente de las distintas actividades ofertadas. Estos técnicos y monitores son los que van a interactuar directamente con los practicantes y a través de las propias vivencias deben facilitar experiencias físico-deportivas positivas y enriquecedoras, en las que el practicante sienta placer, satisfacción, autodesarrollo y autorrealización.

Finalmente, se propone la creación de servicios de orientación, concienciación e intervención educativa de ocio en entidades físico-deportivas públicas y privadas, que complementen la educación formal y ayuden a los practicantes reales y potenciales a elegir sus prácticas en función de sus deseos, expectativas, motivaciones, capacidades, habilidades y posibilidades.

A continuación se recogen las recomendaciones fundamentales derivadas de esta investigación:

## RECOMENDACIONES SINTETIZADAS REFERENTES A LA ORGANIZACIÓN Y PLANIFICACIÓN DE LAS PRÁCTICAS FÍSICO-DEPORTIVAS

### 1. Dirigidas al conjunto de entidades implicadas en la oferta de actividades físico-deportivas:

- ☞ Planificar la oferta atendiendo a las actitudes, aspiraciones, motivaciones y expectativas de los practicantes reales y potenciales.
- ☞ Organizar más actividades formativas no competitivas con técnico (ejercicios didácticos) dirigidos fundamentalmente a los nuevos practicantes y a las mujeres.
- ☞ Ofrecer actividades competitivas sin técnico (*juegos deportivos tradicionales*) orientadas fundamentalmente a los chicos.
- ☞ Garantizar horarios para ejercitarse motrizmente por cuenta propia.
- ☞ Permitir el acceso a las instalaciones y la práctica físico-deportiva conjunta de grupos de amigos.
- ☞ Ofertar paralelamente unas actividades dirigidas a los hijos y otras a los padres.
- ☞ Construir más piscinas climatizadas de uso público.
- ☞ Crear zonas seguras para andar en bicicleta por toda la ciudad.
- ☞ Programar más actividades de relajación, tenis y aeróbic.
- ☞ Conocer e intervenir sobre las barreras que dificultan el acceso a la práctica físico-deportiva.
- ☞ Ajustar la oferta a los horarios libres de la población.

### 2. Dirigidas al servicio de actividades físico-deportivas de la Universidad de La Rioja:

- ☞ Fomentar el uso de sus espacios físico-deportivos a través de campañas de promoción en las que se exploten sus puntos fuertes (cercanía de las instalaciones, coste económico y la práctica en compañía de amigos).
- ☞ Organizar actividades físicas en las que interactúen todos los colectivos universitarios y desarrollar importantes valores sociales, laborales y educativos que favorezcan un ambiente formativo sólido y eficiente.
- ☞ Posibilitar el acceso a amigos de universitarios, pertenezcan o no a la UR.
- ☞ Mantener la oferta de actividades competitivas y ampliar la de actividades formativas no competitivas con técnico (*ejercicios didácticos*).
- ☞ Programar un horario amplio y flexible de acceso a todos los espacios físico-deportivos del campus para uso libre.
- ☞ Construir una piscina climatizada en el campus universitario.

### **RECOMENDACIONES SINTETIZADAS REFERENTES A LA EDUCACIÓN EN Y PARA EL OCIO FÍSICO-DEPORTIVO**

- ☞ Educar en y para el ocio desde la educación formal (Educación Primaria, Educación Secundaria Obligatoria, Bachillerato y Educación Superior).
- ☞ Plantear en la Universidad asignaturas de libre elección en las que se conciencie al alumnado de la importancia de un hábito saludable de tiempo libre.
- ☞ Ofrecer una educación físico-deportiva de ocio, desde edades muy tempranas, que enseñe a disfrutar, descansar y desarrollarse personal y socialmente, fomentando y consolidando el hábito físico-deportivo desde la infancia.
- ☞ Proporcionar una intervención educativa desde la universidad que potencie la práctica motriz de calidad y que busque:
  - Concienciar sobre la importancia y beneficios de la práctica física.
  - Fomentar el interés por este tipo de actividades de ocio.
  - Dar a conocer la gran variedad de actividades y posibilidades de ocio físico-deportivo.
  - Estimular el deseo y la participación en actividades físicas de ocio.
  - Orientar y generar la capacidad de elegir las vivencias físico-deportivas en función de los deseos, motivaciones, expectativas y necesidades personales.
  - Reducir los hábitos consumistas en favor de los de ejercicio físico.
  - Apreciar la ejercitación física de tiempo libre como experiencia valiosa, que se convierta en vivencia de un verdadero ocio, divertido, satisfactorio, creativo y autotélico.
- ☞ Formar en pedagogía del ocio a todos los profesionales relacionados con el ámbito físico-deportivo de tiempo libre y, en particular, a los técnicos y monitores.
- ☞ Crear servicios de orientación, concienciación e intervención educativa de ocio en entidades físico-deportivas públicas y privadas.

## 6.2. Prospectiva

Con este estudio nos hemos aproximado al conocimiento de los comportamientos, actitudes y motivaciones en torno a la práctica físico-deportiva de tiempo libre de una población concreta, la comunidad universitaria riojana.

Los datos obtenidos ofrecen aportaciones de indudable interés para la reflexión y la búsqueda de soluciones, por parte de las entidades implicadas en actividades físico-deportivas de tiempo libre, no sólo en cuanto a la organización, sino también en torno a una educación en y para el ocio.

Así mismo, este trabajo no se agota en los resultados obtenidos, sino que, a medida que la investigación avanzaba, han ido surgiendo nuevos campos abiertos a otros posibles estudios para todos aquellos que deseen contribuir a mejorar la calidad del tiempo libre, en general, y de la práctica físico-deportiva, en particular.

A continuación se sugieren los que desde nuestro punto de vista despiertan mayor interés:

- El presente estudio podría complementarse con:
  - Un análisis estratificado de las modalidades físico-deportivas practicadas y deseadas por sexo, colectivo universitario y comportamiento físico-deportivo.
  - Un análisis diferencial entre las modalidades físico-deportivas practicadas y las deseadas. Esto nos revelaría el índice de universitarios que practican aquellas modalidades que realmente desean.
  - Una cuantificación de la intensidad con la que influyen los factores causales detectados en el análisis multivariable.
- Esta misma investigación llevada a cabo longitudinalmente aportaría la evolución de la población universitaria riojana en cuanto a los hábitos físico-deportivos de tiempo libre.
- La necesidad de instaurar un hábito físico-deportivo desde la infancia requiere analizar los comportamientos, actitudes y motivaciones físico-deportivos de los niños, de tal modo que sus aportaciones guíen la intervención educativa temprana en ocio físico-deportivo.
- Investigaciones comparativas entre universitarios riojanos y otras comunidades universitarias detectarían las razones por las que se practica más o menos actividad física, de manera que se podrían aprovechar las mejores experiencias para mejorar la calidad de la práctica físico-deportiva universitaria.
- Del mismo modo, se propone plantear un estudio que analice y compare la demanda físico-deportiva de tiempo libre (deseos, preferencias, necesidades, motivaciones y expectativas de distintas poblaciones) con la oferta de los servicios de actividades físico-deportivas (organización y planificación de objetivos, metodología, espacios, actividades, etc.). Estas investigaciones deberían estar orientadas a la detección de posibles desajustes entre oferta

y demanda, con la intención de inducir a la reflexión y búsqueda de soluciones por parte de los profesionales del ocio físico-deportivo.

- El gran interés hacia la práctica físico-deportiva mostrado por los universitarios riojanos físicamente inactivos nos señala la necesidad de efectuar investigaciones que profundicen en los que no practican actividades físico-deportivas de tiempo libre, como posibles practicantes potenciales, con el propósito de determinar las causas que impiden o dificultan su acceso a la ejercitación motriz y de que aporten iniciativas para favorecer su incorporación al ámbito físico-deportivo.
- Sin duda, el tema que más interés suscita es el de las cualidades subjetivas de la práctica físico-deportiva de tiempo libre. La mayoría de las investigaciones se centran en aspectos cuantitativos de las conductas motrices de tiempo libre, pero un estudio realmente trascendente sería aquel que permitiera determinar y analizar las verdaderas experiencias subjetivas del ocio físico-deportivo.

Estas representan algunas de las numerosas líneas de investigación posibles en torno a este amplio y complejo campo de estudio, que puede y debe ser atendido desde los ámbitos de la pedagogía, la psicología, la sociología, la educación física y la gestión, cuyos hallazgos han de complementarse y caminar en pro de un mismo objetivo: **mejorar la calidad del ocio físico-deportivo.**

#### POSIBLES INVESTIGACIONES FUTURAS SINTETIZADAS

- ☞ Análisis estratificado de las modalidades físico-deportivas practicadas y deseadas por variables identificativas.
- ☞ Análisis diferencial entre las modalidades físico-deportivas practicadas y las deseadas.
- ☞ Cuantificación de la intensidad con la que influyen los factores causales detectados en el análisis multivariable.
- ☞ Investigación longitudinal sobre la práctica físico-deportiva de tiempo libre de la comunidad universitaria riojana.
- ☞ Analizar los comportamientos, actitudes y motivaciones físico-deportivos de los niños.
- ☞ Investigaciones comparativas entre universitarios riojanos y de otras comunidades universitarias.
- ☞ Estudios que analicen y comparen la demanda físico-deportiva de tiempo libre con la oferta de los servicios de actividades físico-deportivas.
- ☞ Investigaciones que profundicen en los que no practican actividades físico-deportivas de tiempo libre, como posibles practicantes potenciales.
- ☞ Estudiar y determinar las verdaderas experiencias subjetivas del ocio físico-deportivo.

Tras este estudio, reforzamos nuestras convicciones de que el colectivo estudiado presenta una buena predisposición hacia la práctica físico-deportiva de tiempo libre y contiene en sí mismo el potencial necesario para experimentar vivencias físico-deportivas valiosas. Con esta perspectiva, los profesionales implicados en el ocio físico-deportivo adquieren una enorme responsabilidad en el desarrollo y consolidación de un hábito físico-deportivo constructivo. Por ello, y aunando sinergias, deben invertir todos sus esfuerzos tanto en una organización y planificación de la oferta como en una acción pedagógica del ocio que contribuyan al desarrollo del potencial humano y social.

## BIBLIOGRAFÍA

- AARÓN, D. J.; KRISKA, A. M.; DEARWATER, S. R.; ANDERSON, R. L.; OLSEN, T. L.; CAULEY, J. A. y LAPORTE, R. E. (1993). The epidemiology of leisure physical activity in a adolescent population. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 25, 7, 847-853.
- AGUINAGA, J. y COMAS, D. (1997). *Cambios de hábito en el uso del tiempo*. Madrid: Instituto de la Juventud-Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales.
- ALBERTO SACRISTÁN, C.; HERNANDO JEREZ, V. y FERNÁNDEZ AJENJO, J. A. (1996). *Gestión y Dirección de empresas deportivas Teoría y Práctica*. Madrid: Gymnos.
- ALONSO SANZ, C. y BARRIO GÁNDARA, V. DEL (1994). Empleo del tiempo libre y consumo de drogas en escolares. *Revista de Psicología Social*, (9) 1, 71-93.
- ÁLVAREZ POLVORINOS, M. L., (1994) *Aproximación al estudio del comportamiento deportivo de los estudiantes de la Universidad de León*. II Convocatoria de ayudas para la Investigación Deportiva. UNISPORT (paper).
- ANSÓN, R. (2000). El cambio de vigencia en las formas de ocio durante el siglo XX. *Cuenta y Razón del pensamiento actual*, 114, 28-31.
- AÑÓ, V., RAMOS, J. y MARTÍNEZ-TUR, V. (1997). Conducta de práctica deportiva y uso de instalaciones. Diferencias en función del tipo de práctica. *Revista de Psicología del Deporte*, 11, 7-20.
- ARRIBAS GALARRAGAS, S. y ARRUZA GABILONDO, J. A. (2004). Estudio sobre los hábitos deportivos de la población de Guipúzcoa (País Vasco). En *XXII Congreso Nacional de Educación Física. La formación inicial del profesorado de Educación Física ante el reto europeo*, La Coruña: Universidad de La Coruña.
- BALAGUER SOLÁ, I.; CASTILLO FERNÁNDEZ, I. y TOMÁS, I. (1996). Análisis de las propiedades psicométricas del cuestionario de orientación al Ego y a la tarea en el deporte (TEOSQ) en su traducción al castellano. *Psicológica*, 17, 71-81.
- BALAGUER SOLÁ, I.; PASTOR RUIZ, Y. y MORENO SIGÜENZA, Y. (1999). Algunas características de los estilos de vida de los adolescentes de la Comunidad Valenciana. *Revista Valenciana d'Estudis Autònoms*, 26, 33-56.

- BARBA C. y MESTRE O. (1999). La fuerza de la iniciativa social en el tiempo libre educativo. En SUBIRATS J. (ed.), *¿Existe sociedad civil en España?* (203-229). Madrid: Fundación Encuentro.
- BARÓN, S. y PHILLIPS, D. (1994). Attitude Survey Data Reduction Using CHAID: An Example in Shopping Centre Market Research. En HOOLEY, G.J. y HUSSEY M.K., *Quantitative Methods in Marketing* (75-88). London: Academic Press.
- BARUEL, J. (1997). El ocio en el horizonte de la sociedad industrializada. En LÓPEZ CHICHARRO, M.; FERNÁNDEZ MENÉNDEZ, L.; DÍEZ NICOLÁS, J. y CAMACHO, I., *Ocio y Trabajo en la sociedad tecnológica* (49-60). Madrid: publicaciones de la Universidad Pontificia Comillas.
- BIANCHI, S. y BRINNITZER, E. (2000). Mujeres adolescentes y actividad física. Relación entre motivación para la práctica de la actividad física extraescolar y agentes socializadores. *Lecturas: Educación Física y Deportes. Revista digital*, 26.
- BLASCO, T.; CAPDEVILA, L.; CRUZ, J.; PINTANEL, M. y VALIENTE L. (1996). Evolución de los patrones de actividad física en estudiantes universitarios. *Revista de psicología del deporte*, 9-10, 51-63.
- BOOTHBY, J.; TUNGATT, M. F; y TOWNSEND, A. R. (1981). Ceasing participation in sports activity: Reported reasons and their implications. *Journal of Leisure Research*, 13 (1), 1-14.
- BROOKS, C. (1988). Adult physical activity behaviour: a trend analysis. *Journal Clin. Epidemiol.*, 41, 4, 385-392.
- BUÑUEL HERAS A. (1992) Deporte y calidad de vida: aspectos sociológicos de las actividades físico-deportivas de las mujeres en España. *Sistema: Sociedad y Deporte*, 110-111, 105-116.
- BUÑUEL HERAS, A. (1986). Repercusiones psico-sociales de las gimnasias de tiempo libre en la población femenina adulta. *Revista de Investigación y Documentación sobre las Ciencias de la Educación Física y el Deporte*, 2, 32-58.
- CAMARERO RIOJA, L. A. y DEL VAL CID, C. (2001). *Técnicas avanzadas de investigación social*. Madrid: Universidad Nacional a Distancia.
- CAMPOS LÓPEZ, C. (2000). Gestión deportiva. ( Tesis Doctoral). *Lecturas: Educación Física y Deportes*. [Revista digital], 22.
- CANTERA GARDE, M. A. (1997). *Niveles de actividad física en la adolescencia. Estudio realizado en la población escolar de la provincia de Teruel*. Zaragoza: Universidad de Zaragoza.
- CANTERA GARDE, M. A. (1998). Niveles de actividad física en la adolescencia. Estudio realizado en la población escolar de la provincia de Teruel. *Apunts: Educación Física y Deportes*, 51, 111-113.
- CANTERA GARDE, M. A. y DEVIS-DEVIS, J. (2002). La promoción de la actividad física relacionada con la salud en el ámbito escolar. Implicaciones y propuestas a partir de un estudio realizado entre adolescentes. *Apunts: Educación Física y Deportes*, 67, 54-62.

- CANTÓN CHIRIVELA, E. y SÁNCHEZ GOMBÁU, M. C. (1997). Deporte y calidad de vida: motivos y actitudes en una muestra de jóvenes valencianos. *Revista de Psicología del Deporte*, 12, 119-135.
- CAÑELLAS I MAJORAL, A. y ROVIRA I RIERA, J. (1995). Los hábitos deportivos de la población adulta barcelonesa (15-59 años). *Apunts: Educación Física y Deportes*, 42, 75-79.
- CARRATALÁ DEVAL, V. (1995). *La influencia de los agentes sociales en la participación deportiva en la adolescencia*. Valencia: Servicio de publicaciones de la Universidad de Valencia.
- CARRATALÁ DEVAL, V. y GARCÍA, A. (1999). Diferencias en las motivaciones y actividades de ocio y tiempo libre entre adolescentes deportistas y no deportistas. *Revista Motricidad*, 5, 111-131.
- CARRATALÁ DEVAL, V.; GARCÍA FERRIOL, A. y CARRATALÁ SÁNCHEZ, E. (1998). Análisis de las diferencias por género y grupo en los factores de los iguales relacionados con la práctica deportiva. *Revista de Psicología del Deporte*, 2 (7), 283-293.
- CARVAJAL DÍAZ, L. M. (2001). Motivación para el ocio. *Monitor Educador*, 86, 8-15.
- CASH, T. F., NOVY, P. L. y GRANT, J. R. (1994). Why do women exercise? Factor analysis and further validation of the reasons for exercise inventory. *Perceptual and Motor Skills*, 78, 539-544.
- CASIMIRO ANDÚJAR, A. J. (2000). ¿ Se está robotizando el tiempo libre de nuestros jóvenes?. *Lecturas: Educación Física y Deportes. Revista digital*, 20.
- CASIMIRO ANDÚJAR, A. J. y PIERÓN, M. (2001). La incidencia de la práctica físico-deportiva de los padres hacia sus hijos durante la infancia y adolescencia. *Apunts: Educación Física y Deportes*, 65: 100-104.
- CASTAÑO, A. (1999). Estudio de las relaciones entre el clima motivacional percibido, la orientación de metas, la ansiedad y la satisfacción en jugadores de fútbol alevines. En BALAGUER, I. y MORENO, Y. *I Reunión científica sobre el alto rendimiento deportivo en la Comunidad Valenciana*, (29-30). Valencia: Cristóbal Serrano.
- CASTILLO FERNÁNDEZ, I. M. y BALAGUER SOLÁ, I. (1998). Patrones de actividades físicas en niños y adolescentes. *Apunts: Educación Física y Deportes*, 54, 22-29.
- CASTILLO FERNÁNDEZ, I. M. y BALAGUER SOLÁ, I. (2001). Dimensiones de los motivos de práctica deportiva de los adolescentes valencianos escolarizados. *Apunts: Educación Física y Deportes*, 63, 22-29.
- CASTILLO FERNÁNDEZ, I.; BALAGUER SOLÁ, I. y DUDA, J. L. (2000). Las orientaciones de meta y los motivos de práctica deportiva en los jóvenes deportistas valencianos escolarizados. *Revista de Psicología del Deporte*, 9 (1-2), 37-50.
- CASTILLO FERNÁNDEZ, I.; TOMÁS, I. y PASTOR, Y. (1999). Participación en competiciones deportivas, motivos de práctica deportiva y conductas de salud. En

- GUILLÉN F. (ed.). *La Psicología del Deporte en España al final del milenio. Actas del VI Congreso Nacional de Psicología de la Actividad Física y el Deporte* (471-477). Las Palmas de Gran Canaria: Universidad de las Palmas de Gran Canaria.
- CASTILLO FERNÁNDEZ, M. I. (2000). *Un estudio de las relaciones entre las perspectivas de meta y otras variables motivacionales con el estilo de vida saludable en la adolescencia temprana*. Valencia: Servicio de publicaciones de la Universidad de Valencia.
- CASTRO FARIÑAS, J. A. (1966). La función educativa del deporte en una sociedad de masas. En INSTITUTO NACIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTES (Ed.), *Actas del congreso mundial de educación física y deportiva* (130-143). Madrid: Servicio de publicaciones del Instituto Nacional de Educación Física y Deportes.
- CENTRO ASOCIADO DE LA UNED D'ELCHE (2002). Ocio y Tiempo Libre en los adolescentes y jóvenes de Elche. *I Congreso sobre ocio joven* (457-475). Alicante: Instituto Alicantino de Cultura "Juan Gil-Albert" y regidoria de Juventut i Cooperació del Ajuntament d'Elx.
- CERVELLÓ GIMENO, E. (1996). *La motivación y el abandono deportivo desde la perspectiva de las metas de logro*. Valencia: Servei de Publicacions Universitat de Valencia.
- CHILLÓN GARZÓN, P. (2003). Análisis del tiempo libre de escolares adolescentes de Madrid y Granada. *Habilidad Motriz*, 21, 37-47.
- CHILLÓN GARZÓN, P.; DELGADO FERNÁNDEZ, M.; TERCEDOR SÁNCHEZ, P. y GONZÁLEZ-GROSS, M. (2002). Actividad físico-deportiva en escolares adolescentes. *Retos: nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 3, 5-12.
- CODINA, N. (1999). Tendencias emergentes en el comportamiento de ocio: el ocio serio y su evaluación. *Revista de Psicología Social*, 14 (2-3), 331-346.
- Constitución Española del 6 de diciembre** (B.O.E. de 29 de diciembre de 1978).
- COROMINAS, J. y PASCUAL, J.A. (1980). *Diccionario Etimológico castellano e hispánico*. Barcelona: Gredos.
- CUENCA CABEZA, M. (1987). *Educación para el ocio. Actividades escolares*. Bogotá-Colombia: Cincel Kapelusz.
- CUENCA CABEZA, M. (1992). El ocio: un nuevo marco para el desarrollo de las humanidades. *Letras de Deusto*, 54, 235-252.
- CUENCA CABEZA, M. (1995). *Temas de Pedagogía del Ocio*. Bilbao: Universidad de Deusto.
- CUENCA CABEZA, M. (2000). *Ocio humanista. Dimensiones y manifestaciones actuales del ocio*. Bilbao: Universidad de Deusto.
- CUENCA CABEZA, M. (2002). La educación del ocio: ámbitos de acción futura. *Revista de educación*, número extraordinario, 149-167.

- CUENCA CABEZA, M. (2004). *Pedagogía del Ocio: Modelos y Propuestas*. Bilbao: Universidad de Deusto.
- CUEVAS ZUBIZARRETA, M. J. (1994). *Los andaluces y el deporte: Hábitos de la práctica deportiva en Andalucía en el medio urbano*. II Convocatoria de ayudas para la Investigación Deportiva. UNISPORT
- DÍAZ DE RADA, V. (1999). *Técnicas de análisis de datos para investigadores sociales. Aplicaciones prácticas con SPSS para Windows*. Madrid: RA-MA.
- DÍAZ DE RADA, V. (2002). *Tipos de encuestas y diseños de investigación*. Navarra: Universidad Pública de Navarra.
- DÍEZ GARCÍA, M. D. y QUESADA RETTSCHLAG, S. (2000). El binomio deporte-sociedad en la ciudad de Alicante. *Lecturas: Educación Física y Deportes. Revista digital*, 27.
- DUDA, J. L. y WHITE, S.A. (1992). Goal orientations and beliefs about the causes of sport success among elite skiers. *The sport psychologist*, 6, 334-343.
- DUDA, J. L.; FOX, K. R.; BIDDLE, S. J. H. y ARMSTRONG, N. (1992). Childrens' achievement goals and beliefs about success in sport. *British journal of educational psyhology*, 62, 313-323.
- DUMAZEDIER, J. (1964). *Hacia una civilización del ocio* (PARÉS, M. trad.). Barcelona: Editorial Estela.
- DUMAZEDIER, J. (1974). *Sociologie empirique du loisir*. París: Editions du Seuil.
- DURÁN, M. A. (1986). La práctica del ejercicio físico del ama de casa española. Un estudio sociológico. En BUÑUEL A.; DURÁN M. A.; FERNÁNDEZ E.; GARCÍA M.; MENDIARA N.; ODRIOZOLA J. M.; PUIG N. Y VÁZQUEZ B., *Mujer y Deporte* (93-101), Madrid: Ministerio de Cultura: Instituto de la Mujer.
- DURÁN, M. A.; HERAS, D.; GARCÍA, C.; CAILLAVET, F y MOYER, M. (1988). *De puertas adentro*. Madrid: Ministerio de Cultura. Instituto de la Mujer. Serie Estudios 12.
- DURÁN, M. A. (1991). El tiempo en la economía española. *ICE: Información comercial española. Revista de economía*, 695, 9-48.
- DUVERGER, M. (1996). *Métodos de las Ciencias Sociales*. Barcelona: Ariel.
- ELORZA, H. (2000). *Estadística para las ciencias sociales y del comportamiento*. Mexico: Oxford University Press.
- EQUIPO DE INVESTIGACIÓN INTERDISCIPLINAR DE OCIO (1992). *El ocio en el área metropolitana de Bilbao*. Bilbao: Ayuntamiento de Bilbao.
- ESCARTÍ CARBONELL, A. y GARCÍA FERRIOL, A. (1994). Factores de los iguales relacionados con la práctica y la motivación deportiva en la adolescencia. *Revista de Psicología del Deporte*, 6, 35-51.
- ESCOLANO, E. (1999). Relación entre el clima motivacional percibido y el grado de satisfacción y ansiedad generado en baloncestistas adolescentes. En BALAGUER I. y MORENO Y. *I Reunión científica sobre el alto rendimiento deportivo en la Comunidad Valenciana*, (31-32). Valencia: Cristóbal Serrano.

- FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE DEPORTE UNIVERSITARIO [FEDU] (1984). *Encuesta. Las prácticas deportivas de los estudiantes universitarios*. Madrid: Federación Española de Deporte Universitario.
- FERNÁNDEZ ABASCAL, E. G. (2000). *Psicología general. Motivación y emoción*. Madrid: Centro de estudios Ramón Aceres.
- FERNÁNDEZ CORDÓN, J. A. (2002). Demografía y mercado de trabajo en España. Situación actual y perspectivas futuras. *El campo de las ciencias y las artes*, 139, 167-187.
- FERNÁNDEZ GARCÍA, E. (1986). Evolución de la participación femenina en actividades físico deportivas extraescolares: Estudio de un caso. En BUÑUEL, A.; DURÁN, M. A.; FERNÁNDEZ, E.; GARCÍA, M.; MENDIARA, N.; ODRIOZOLA, J. M.; PUIG, N. y VÁZQUEZ, B., *Mujer y Deporte (75-80)*. Madrid: Ministerio de Cultura: Instituto de la Mujer.
- FERNÁNDEZ SIERRA, J. (1996). *La evaluación del profesorado de la Universidad de Almería*. Almería: Servicio de publicaciones de la Universidad de Almería.
- FERRERAS ALONSO, F. (2002). El futuro de las pensiones de jubilación en España: el "nuevo orden demográfico" y otras cuestiones a considerar. *El campo de las ciencias y las artes*, 139, 189-216.
- FOESSA (1994). *Informe sociológico sobre la situación social en España*. Madrid: Fundación FOESSA-Fomento de Estudios Sociales y de Sociología Aplicada.
- FONSECA, A. M. y DE PAULA BRITO, A. (2000). Las concepciones sobre la competencia deportiva y los objetivos de logro. *Revista de Psicología del Deporte*, 1-2 (9), 159-176.
- GARCÍA DE LA TORRE, F. M. y ANTÓN IDRÓQUILIS, P. (1990). Motivaciones para la práctica físico-deportiva entre los alumnos del campus universitario de Álava. *Apunts: Educació Física i Esports*, 22, 71-88.
- GARCÍA FERRANDO M. (1986). Aspectos sociológicos de la mujer en la alta competición. En BUÑUEL, A.; DURÁN, M. A.; FERNÁNDEZ, E.; GARCÍA, M.; MENDIARA, N.; ODRIOZOLA, J. M.; PUIG, N. y VÁZQUEZ, B., *Mujer y Deporte (23-51)*. Madrid: Ministerio de Cultura: Instituto de la Mujer.
- GARCÍA FERRANDO M. (1990). *Aspectos sociales del deporte. Una reflexión sociológica*. Madrid: Alianza editorial.
- GARCÍA FERRANDO M. (1992). Cambio y permanencia en los hábitos deportivos de los españoles, en *Sistema: Deporte y Sociedad*, núm. 110-111, 55-84.
- GARCÍA FERRANDO M. (1993a). Tendencias de las prácticas físico-deportivas del alumnado universitario. *III Jornadas de Actividad Física y Universidad (21-38)*. Barcelona: Servei d'activitat física de la Universitat Autònoma de Barcelona.
- GARCÍA FERRANDO M. (1993b). *Tiempo libre y actividades deportivas de la juventud en España*. Madrid: Ministerio de Asuntos Sociales. Instituto de la Juventud.

- GARCÍA FERRANDO M. (1994). Cambio y permanencia en los hábitos deportivos de los españoles. En CAMPO DEL S. (Ed.), *Tendencias sociales en España (1960-1990)* (253-276). Bilbao: Fundación BBV.
- GARCÍA FERRANDO M. (1997). *Los Españoles y el Deporte 1980-1995 (un estudio sociológico sobre comportamientos, actitudes y valores)*. Madrid: Consejo Superior de Deportes.
- GARCÍA FERRANDO M. (1998). Estructura social de la práctica deportiva. En GARCÍA FERRANDO, M.; PUIG BARATA, N. y LAGARDERA OTERO, F., *Sociología del Deporte* (41-68). Madrid: Alianza Editorial.
- GARCÍA FERRANDO M. (2001). *Los Españoles y el Deporte: Prácticas y comportamientos en la última década del siglo XX*. Madrid: Consejo Superior de Deportes.
- GARCÍA FERRANDO M. y MESTRE SANCHO, J. A. (2000) Los hábitos deportivos de la población de Valencia. Valencia: Ajuntament de Valencia.
- GARCÍA JIMÉNEZ, M. V. (2002). *Métodos y diseños de investigación científica ciencias humanas: sociales y de la salud*. Barcelona: EUB.
- GARCÍA MARTÍN, M. A. (2002). La actividad y el ocio como fuente de bienestar durante el envejecimiento. *Lecturas: Educación Física y Deportes*. Revista digital, 47.
- GARCÍA MONTES, M. E. (1997). *Actitudes y comportamientos de la mujer granadina ante la práctica física de tiempo libre*. Tesis doctoral. Universidad de Granada.
- GARCÍA MONTES, M. E.; HERNÁNDEZ RODRÍGUEZ, A. I.; OÑA SICILIA, A.; GODOY, J. F. y REBOLLO, S. (2001). La práctica física de tiempo libre en la mujer. *Revista Motricidad*, 7, 145-186.
- GARCÍA MONTES, M.E.; REBOLLO, S.; MARTÍNEZ, M. y OÑA SICILIA, A. (1996). Estudio de hábitos deportivos en la provincia de Granada. *Revista Motricidad*, 2, 55-73.
- GARCÍA RUIZ, Y. (2002). Influencia del modelo de relación Iglesia-Estado en la Ley de Instrucción de 1857. *Revista de derecho universitat de València (estudi general)*, 1, (Revista virtual).
- GENERALITAT DE CATALUNYA (1991). *Activitat física i promoció de la salut: Llibre blanc*. Barcelona: Departament de Sanitat i Seguretat Social.
- GERSHUNY, J. (1991). El crecimiento económico y el cambiante equilibrio entre trabajo y ocio. *ICE: Información Comercial Española. Revista de economía*, 695, 49-62.
- GIL CALVO, E. y MENÉNDEZ VERGARA, E. (1985). *Ocio y prácticas culturales de los jóvenes. Informe juventud en España*. Madrid: Publicaciones de Juventud y Sociedad S.A. Ministerio de Cultura. Instituto de la Juventud.
- GILL-PLANAS, M. y FERRER-PÉREZ, V. A. (1994). Práctica deportiva y estereotipos de género: un estudio en la Comunidad Autónoma de las Islas Baleares (CAIB). *Revista de Psicología del Deporte*, 5, 81-88.

- GILL, D.L., GROSS, J. B. y HUDDLESTON, S. (1983). Participation motivation in youth sport. *International Journal Sport Psychology*, 14, 1-14.
- GISBERT, A. (1991). La figura del gestor deportivo -Reflexiones sobre una función poco definida-, *Dirección Deportiva* 47, 12-14.
- GONZÁLEZ, A. M. Y FERNÁNDEZ DE LIGER, I. (2004). Ejercicio físico en estudiantes universitarios: participación, motivos y obstáculos. En MONTEAGUDO, M. J. Y PUIG, N. *Ocio y Deporte. Un análisis multidisciplinar. Documentos de Estudios de Ocio*, 27 (161-176), Bilbao: Universidad de Deusto.
- GONZÁLEZ SEARA, L. (1998). *El laberinto de la fortuna. Juego, Trabajo y Ocio en la sociedad española*. Madrid: Biblioteca Nueva.
- GOULD, D.; FELTZ, D. y WEISS, M. (1985). Motives for participating in competitive youth swimming. *International Journal Sport Psychology*, 16, 126-140.
- GOVAERTS, F. (1969). *Loisirs des femmes et temps libre*. Bruxelles: Institut de Sociologie de l'Université Libre de Bruxelles.
- GRAZIA, S. (1966). *Tiempo, trabajo y ocio*. Madrid: Tecnos.
- GRUSHIN, B. (1968). *El tiempo libre. Problemas actuales*. Montevideo: Pueblos Unidos.
- GUGLIELMI, N. (1997). La cultura del ocio. *Acta Histórica et Archaeologica Medievalia*, 18, 135-153.
- GUIVERNAU, M. y DUDA, J. L. (1994). Psychometric properties of a spanish version of the task and ego orientation in sport questionnaire (TEOSQ) and beliefs about the causes of success inventory. *Revista de Psicología del Deporte*, 5, 31-51.
- HELLÍN GÓMEZ, P. (2004). *Hábitos físico-deportivos de la región de Murcia: Implicaciones para la elaboración del currículum en el ciclo formativo de Actividades Físico-Deportivas*. Murcia: Universidad de Murcia.
- HERMIDA CEBREIRO, J. (1983). Deporte, Cultura, Política y Derecho. En ACADEMIA OLÍMPICA ESPAÑOLA, *Actas curso 1982-83* (127-150). Madrid: Servicio de publicaciones del Instituto Nacional de Educación Física y Deportes.
- HERNÁNDEZ BLÁZQUEZ, B. (2001). *Técnicas estadísticas de investigación social*. Madrid: Díaz de Santos.
- HERNÁNDEZ RODRÍGUEZ, A. I. (2001). *Análisis de la demanda de la comunidad universitaria almeriense en actividades físico-deportivas. Estudio de adecuación de la oferta*. Almería: Servicio de publicaciones de la Universidad de Almería.
- HERNÁNDEZ RODRÍGUEZ, A. I.; GARCÍA MONTES, M. E. y OÑA SICILIA, A. (2002). Demanda y práctica de actividades físico-deportivas de tiempo libre entre la comunidad universitaria almeriense. *Revista Motricidad*, 8, 111-139.
- HOPKINS, K.D., HOPKINS, B.R. y GLASS, G.V. (1997). *Estadística básica para las Ciencias Sociales y del Comportamiento*. Méjico: Prentice-Hall Hispanoamericana S.A.

- INSTITUTO NACIONAL DE ESTADÍSTICA (2003). *Base de datos INEbase*.  
<http://www.ine.es/inebase/cgi/axi>
- ISPIZUA URIBARRI M. (1993). *Hábitos deportivos de la población de la margen izquierda: Baracaldo, Portugalete, Santurtzi y Sestao -1992-*. Bilbao: Ayuntamientos de Baracaldo, Portugalete, Santurtzi y Sestao. Eusko Jaurlaritza. Gobierno Vasco. Birkaiko Foru Aldundia. Diputación Foral de Bizkaia. EUDEL y KAIT.
- ISPIZUA URIBARRI, M. y MONTEAGUDO SÁNCHEZ, M. J. (1998). Ocio y deporte en las sociedades del hombre. En GARCÍA FERRANDO, M.; PUIG BARATA, N. y LAGARDERA OTERO, F., *Sociología del Deporte* (231-257). Madrid: Alianza Editorial.
- IZQUIERDO, I.; DEL RÍO, O y RODRÍGUEZ, A. (1988). *La desigualdad de la mujeres en el uso del tiempo*. Madrid: Ministerio de Asuntos Sociales. Instituto de la mujer. Serie Debate 20.
- JÁUREGUI, R.; EGEA, F y PUERTA DE LA, J. (1998). *El tiempo que vivimos y el reparto del trabajo. La gran transformación del trabajo, la jornada laboral y el tiempo libre*. Barcelona: Paidós Ibérica.
- JIMÉNEZ, R.; PÉREZ, P. y GARCÍA-MAS, A. (1999). Evaluación de la actividad física en población juvenil de Mallorca. *Revista de Psicología del Deporte*, 2 (8), 219-230.
- JUÁREZ GALLEGO, M. (1993). La cultura del ocio y su función de cambio social hacia el final del siglo XX. *Revista Complutense de Educación*, 4 (1), 29-52.
- JUNTA DE CASTILLA Y LEÓN. CONSEJERÍA DE CULTURA Y TURISMO (1994). *La juventud de los 90. Estudio sociológico de la juventud de Castilla y León*. Valladolid: Junta de Castilla y León.
- KING, G., KEOHANE, R. O. y VERBA, S. (2000). *El diseño de la investigación social. La inferencia científica en los estudios cualitativos*. Madrid: Alianza Editorial.
- LANUZA BROSED, R. y PONCE DE LEÓN ELIZONDO, A. (2004). El sociotipo de practicante de actividades físico-deportivas en la sierra de Guara (Huesca). En MONTEAGUDO M. J. Y PUIG N. *Ocio y Deporte. Un análisis multidisciplinar: Documentos de Estudios de Ocio*, 27 (177-192), Bilbao: Universidad de Deusto.
- LEVIN, J. y LEVIN, C. W. (1997). *Fundamentos de estadística en la investigación social*. Mexico: Oxford university press.
- Ley 10/1990 del Deporte** (B.O.E. 17 de octubre de 1990).
- Ley General 14/1970 de 4 de agosto de Educación y Financiación de la Reforma Educativa** (B.O.E. 6 de agosto de 1970).
- Ley Orgánica 11/1983 de 25 de agosto de Reforma Universitaria** (B.O.E. 1 de septiembre de 1983).
- Ley Orgánica 6/2001 de 21 de diciembre de Universidades** (B.O.E. 24 de diciembre de 2001).

- LIZASOAIN HERNÁNDEZ, L. y JOARISTI OLARRIAGA, L. (2003). *Gestión y análisis de datos con SPSS. Versión 11*. Madrid: Paraninfo.
- LLORENS, A.; CASTILLO, I. y BALAGUER, I. (1999). Motivos de práctica deportiva de las chicas adolescentes: Análisis de las diferencias según la edad y la participación en competiciones. En BALAGUER, I. y MORENO, Y. *I Reunión científica sobre el alto rendimiento deportivo en la Comunidad Valenciana*, (33-34). Valencia: Cristóbal Serrano.
- LÓPEZ ANDRADA, B.; MARTÍNEZ ÁLVAREZ; MENCHÉN BELLÓN e IBÁÑEZ BENET (1982). *Tiempo libre y educación*. Madrid: Escuela española.
- LÓPEZ FRANCO, E. (1993). El ocio. Perspectiva pedagógica. *Revista Complutense de Educación*, 4 (1), 69-88.
- LÓPEZ I VILLANUEVA, C. (2002). Perspectivas del envejecimiento mundial. *Educación Social*, 22, 32-50.
- LÓPEZ YESTE A. (1999). *El deporte de la Universidad Politécnica de Valencia, un estudio desde la psicología social del consumidor*. Tesis Doctoral no publicada. Valencia: Universidad de Valencia.
- LÓPEZ-CÓZAR MARTÍN, R. y REBOLLO RICO, S. (2002). La práctica deportiva en personas mayores: análisis de la calidad de vida y la práctica deportiva realizada. *Lecturas: Educación Física y Deportes*. Revista digital, 53.
- LUNA-AROCAS R. (1998). Segmentación psicográfica y marketing deportivo. *Revista de Psicología del deporte*, 13, 121-133.
- LUNA-AROCAS R., MUNDINA GÓMEZ, J. y ROMÁ A. (1999 b). Marketing y Deporte: La escala mode de motivaciones deportivas, En BALAGUER I. y MORENO Y. *I Reunión científica sobre el alto rendimiento deportivo en la Comunidad Valenciana*, (43-54). Valencia: Cristóbal Serrano.
- LUNA-AROCAS, R. (2001a). El papel de las promociones, las relaciones públicas y el marketing directo en los servicios deportivos. *Lecturas: Educación Física y Deportes*. Revista digital, 34.
- LUNA-AROCAS, R. (2001b). Marketing y Deporte: la Escala Mode de motivaciones deportivas. *Lecturas: Educación Física y Deportes*. [Revista digital], 35.
- LUNA-AROCAS, R. y MUNDINA GÓMEZ, J. (1998 a). La satisfacción del consumidor en el marketing del deporte. *Revista de Psicología del deporte*, 13, 147-155.
- LUNA-AROCAS, R. y MUNDINA GÓMEZ, J. (1998 b). El marketing estratégico del deporte: satisfacción, motivación y expectativas. *Revista de Psicología del deporte*, 13, 169-174.
- LUNA-AROCAS, R.; MUNDINA GÓMEZ, J. y ROMÁ A. (1999 a). Desarrollo de la escala mode: Motivaciones deportivas del consumidor. En BALAGUER I. y MORENO Y. *I Reunión científica sobre el alto rendimiento deportivo en la Comunidad Valenciana*, (16-17). Valencia: Cristóbal Serrano.

- MAGIDSON, J. (1994). The CHAID Approach to Segmentation Modeling: Chi-square Automatic Interaction Detection. En BAGOZZI, R.P., *Advanced Methods of Marketing Research* (118-159). Oxford: Blackwell.
- MARTÍN ALBO, J.; NÚÑEZ ALONSO, J. L. y NAVARRO IZQUIERDO, J. G. (2003). Clasificación de los deportes en función de la evolución de los motivos atendiendo al tiempo de práctica y el género. *Revista Electrónica de Motivación y Emoción*, [Revista electrónica] 5 (11/12). <http://reme.uji.es/reme/numero11>
- MARTÍN ALBO, L. J. (1997). *La motivación en los deportes de equipo: Análisis de las motivaciones de inicio, mantenimiento, cambio y abandono. Un programa piloto de intervención*. Las Palmas de Gran Canaria: Universidad de Las Palmas de Gran Canaria.
- MARTÍN ALMENDROS, M. I. S. (2000). *Determinantes de actividad física y sobrepeso/obesidad en España*. Navarra: Universidad de Navarra.
- MARTÍN ANDRÉS, O. (1996). *Manual práctico de organización deportiva*. Madrid: Gymnos.
- MARTÍN SERRANO M. (2002). Cambio en las pautas de vida de la Juventud. En INSTITUTO ALICANTINO DE CULTURA “ JUAN GIL-ALBERT ” Y REGIDORIA DE JUVENTUT I COOPERACIÓ DEL AJUNTAMENT D'ELX, ALICANTE (ed.), *I Congreso sobre ocio joven* (185-212). Alicante: Instituto Alicantino de Cultura “Juan Gil-Albert” y Regidoria de Juventut i Cooperació del Ajuntament d'Elx, Alicante.
- MARTÍNEZ ROS, M. T. (1999). *Obesidad y actividad física: Prevalencia y factores asociados en una muestra representativa de la población de la región de Murcia*. Murcia: Universidad de Murcia.
- MARTÍNEZ-TUR, V., TORDERA, N. y CABALLER, A. (1995). Efecto contraste-asimilación en el uso de instalaciones deportivas: propiedad de los equipamientos y nivel de asociacionismo de los usuarios. *Revista de Psicología Social Aplicada*, 5 (3), 95-110.
- MARTÍNEZ-TUR, V.; GARCÍA-BUADES, E.; MARZO, J. C. y GOSÁLVEZ, I. (1998). El nivel de saturación de las instalaciones deportivas como atributo situacional y variable de la calidad: sus relaciones con la satisfacción de los usuarios. *Revista de Psicología del Deporte*, 13, 135-145.
- MARTÍNEZ-TUR, V.; TORDERA, N. y RAMOS, J. (1996). Tipología de instalaciones deportivas en función de su carácter público o privado: diferencias en la gestión y uso de las mismas. *Apunts: Educación Física y Deportes*, 43, 91-102.
- MASACHS, M.; PUENTE, M. y BLASCO, T. (1994). Evolución de los motivos para participar en programas de ejercicio físico. *Revista de Psicología del Deporte*, 5, 71-80.
- MESEGUER, E. M. (1999). Grado de satisfacción de los usuarios de una instalación deportiva. En BALAGUER, I. y MORENO, Y. *I Reunión científica sobre el alto rendimiento deportivo en la Comunidad Valenciana*, (37-38). Valencia: Cristóbal Serrano.

- MIRÓN PÉREZ, M. D. (2001). Tiempo de mujeres, tiempo de hombres: género, ocio y trabajo en Grecia antigua. *Arenal: Revista de Historia de las mujeres*, 8 (1), 5-37.
- MONERA OLMOS, M. L. (1985). Análisis del ocio y tiempo libre en la actualidad. *Bordón: Revista de orientación pedagógica*, 37 (256), 93-130.
- MONTIEL GAMEZ, P.; SÁNCHEZ, H.; AVALOS, E. y RUIZ, J. M. (1994). Los servicios de deportes: Estructura y formación de personal. *IV Jornadas de deporte universitario del grupo sur (95-104)*. Córdoba: Servicio de Educación Física y Deportes de la Universidad de Córdoba.
- MUÑOZ DE ESCALONA, F. (2000). Economía del ocio y trabajo no remunerado. *Cuaderno de Relaciones Laborales*, 17, 163-192.
- NACIONES UNIDAS (1948). Declaración Universal de los Derechos Humanos.
- NAVARRO LÓPEZ, M. y MATEO RIVAS, M. J. (1993). *Juventud en cifras 1992*. Madrid: Ministerio de Asuntos Sociales. Instituto de la Mujer.
- NEBOT, M.; COMÍN, E.; VILLALBÍ, J. R. y MURILLO, C. (1991). La actividad física de los escolares: Un estudio transversal. *Rev. San. Hig. Pub.*, 65 (4), 325-331.
- Orden de 20 de diciembre de 1988 por la que se crea el Comité Español del Deporte Universitario** (B.O.E. 24 de diciembre de 1988).
- PARIS, F. (1996). El deporte en las universidades españolas. Análisis de la encuesta realizada sobre su organización, práctica y equipamientos. *ICD, 11*. Madrid: Consejo Superior de Deportes.
- PARLEBAS, P. (2001). *Juegos, deporte y sociedad. Léxico de praxiología motriz* (GONZÁLEZ DEL CAMPO ROMÁN, F., trad.). Barcelona: Paidotribo.
- PAVÓN LORES, A.; MORENO MURCIA, J. A. y GUTIÉRREZ SANMARTÍN M. SICIALIA CAMACHO, A. (2003). La práctica físico-deportiva en la universidad. *Revista de psicología del Deporte*, 12, 1, 39-54.
- PAVÓN LORES, A.; MORENO MURCIA, J. A. y GUTIÉRREZ SANMARTÍN M. SICIALIA CAMACHO, A. (2004). Motivos de práctica físico-deportiva según la edad y el género en una muestra de universitarios. *Apunts*, 76, 13-21.
- PÉREZ SERRANO, G. (1994). *Investigación cualitativa : retos e interrogantes*. Madrid: La Muralla.
- PÉREZ SERRANO, G. (coord.) (1999). *Modelos de investigación cualitativa en educación social y animación sociocultural : aplicaciones prácticas*. Madrid: Narcea.
- PERICH, M.J. (2002). *Los hábitos deportivos de los aragoneses. Actitudes y opiniones sobre el deporte. Informe sobre la encuesta de hábitos deportivos de 2000 en Aragón*. Zaragoza: Gobierno de Aragón.
- PINTANEL BASSETS, M. y CAPDEVILA ORTIZ, L. (1999). Una intervención motivacional para pasar del sedentarismo a la actividad física en mujeres universitarias. *Revista de Psicología del Deporte*, 1 (8), 53-66.
- PONCE DE LEÓN ELIZONDO, A. (1996). *La actividades de ocio y tiempo libre en el rendimiento escolar*. Madrid: UNED.

- PONCE DE LEÓN ELIZONDO, A. (1998). *Tiempo libre y rendimiento académico*. Logroño: Servicio de publicaciones de la Universidad de la Rioja.
- PONCE DE LEÓN ELIZONDO, A.; MARTÍNEZ ABANZABALEGUI, M<sup>a</sup>. S. y SANZ ARAZURI E. (2001). Recursos de información para Educación Física. *Actas del XIX Congreso Nacional de Educación Física -Facultades de Educación y Escuelas de Magisterio-. Volumen II* (1327-1338). Murcia: Universidad de Murcia.
- PONSETI, F. J.; GILL, M.; PALOU, P. y BORRÁS, P. A. (1998). Intereses, motivos y actitudes hacia el deporte en adolescentes: diferencias en función del nivel de práctica. *Revista de Psicología del Deporte*, 2 (7), 259-274.
- PUIG BARATA, N. y MASNOU I FERRER, M. M. (1988). Los itinerarios deportivos de la población juvenil. *Revista de estudios de juventud*, 32, 45-56.
- PUIG BARATA, N. (1986). El proceso de incorporación al deporte por parte de la mujer española (1939-1985). En BUÑUEL, A.; DURÁN, M. A.; FERNÁNDEZ, E.; GARCÍA, M.; MENDIARA, N.; ODRIOZOLA, J. M.; PUIG, N. y VÁZQUEZ, B., *Mujer y Deporte* (85-89). Madrid: Ministerio de Cultura: Instituto de la Mujer.
- PUIG BARATA, N.; MASNOU I FERRER, M. M. e IBÁÑEZ I COMA, J. (1987). Los jóvenes, la oferta asociativa y el deporte. *Revista de Investigación y Documentación sobre las Ciencias de la Educación Física y el Deporte*, 3 (7), 10-28.
- QUESADA RETTSCHLAG, S. y DÍEZ GARCÍA, M. D. (1998). Descripción y análisis del deporte universitario en España. Perspectivas de futuro. *Lecturas: Educación Física y Deportes*. [Revista digital], 12.
- QUIROGA, S. R. (2001). Estudiantes, universidad y deporte. *Lecturas: Educación Física y Deportes*. [Revista digital], 42.
- RAMOS TORRES, R. (1990). *Cronos dividido. Uso del tiempo y desigualdad entre mujeres y hombres en España*. Madrid: Ministerio de Asuntos Sociales. Instituto de la Mujer. Serie Estudios 26.
- RAMOS TORRES, R. (1994). Tiempo libre. En CAMPO, S. DEL. *Tendencias sociales en España (1960-1990)* (vol. 3, 215-227). Bilbao: Fundación BBV.
- RAMOS TORRES, R. (1995). Uso del tiempo y ocio de los mayores. *Las actividades económicas de las personas mayores* (63-98). Madrid: SECOT: Seniors Españoles para la Cooperación Técnica.
- RAMOS, J.; PEIRÓ, J. M.; ZORNOZA, A. y GONZÁLEZ, P. (1993). Gestión de instalaciones deportivas: influencia sobre la satisfacción de sus usuarios. *Revista de Psicología Social Aplicada*, 3 (2), 5-26.
- Real Decreto 2582/1996 sobre estructura orgánica y funciones del Consejo Superior de Deportes**. (B.O.E. 3 de enero de 1996).
- RIVADENEYRA SICILIA, M<sup>a</sup>. L. (2002). *Deporte, mercado laboral y formación inicial en España en el siglo XX*. Sevilla: Wanceulen.
- RODRÍGUEZ SAN PEDRO, L. E. (2003). *Las universidades españolas. Las universidades hispanas en su contexto histórico*. [Página Web] Disponible: <http://>

[www.universia.es/contenidos/universidades/historia/Universidades\\_historia\\_marco.htm](http://www.universia.es/contenidos/universidades/historia/Universidades_historia_marco.htm)

- ROSICH I VILARO, M.; ALSINET I MORA, C. y CASAS I AZNAR, F. (2004). Relación entre la satisfacción vital y la satisfacción en el deporte de un grupo de adolescentes entre 12 y 14 años. En MONTEAGUDO M. J. y PUIG N. *Ocio y Deporte. Un análisis multidisciplinar. Documentos de Estudios de Ocio*, 27 (77-92), Bilbao: Universidad de Deusto.
- ROSS, J. G.; DOTSON, C. O.; GILBERT, G.G. y KATZ, S.A. (1985). After physical education .physical activity outside of school physical education programs. *Journal of Physical Education, Recreation and Dance*, 56 (1), 77-81.
- RUIZ JUAN, F. (2001). *Análisis diferencial de los comportamientos, motivaciones y demanda de actividades físico-deportivas del alumnado almeriense de enseñanza secundaria postobligatoria y de la Universidad de Almería*. Almería: Servicio de publicaciones de la Universidad de Almería.
- RUIZ JUAN, F y GARCÍA MONTES, M. E. (2002 a). El abandono y la ausencia de práctica de actividad físico-deportiva de tiempo libre del alumnado de la Universidad de Almería. Un estudio longitudinal. *Lecturas: Educación Física y Deportes*. [Revista digital] 47.
- RUIZ JUAN, F y GARCÍA MONTES, M. E. (2002 b). Práctica de actividades físico-deportivas y motivos para realizarla. Estudio comparativo entre el alumnado de enseñanza secundaria postobligatoria y de segundo ciclo de la Universidad de Almería. *Lecturas: Educación Física y Deportes*. [Revista digital] 53.
- RUIZ JUAN, F; GARCÍA MONTES, M. E. y HERNÁNDEZ RODRÍGUEZ, A. I. (2001a). Comportamientos de actividades físico-deportivas de tiempo libre del alumnado almeriense de enseñanza secundaria post obligatoria. *Revista Motricidad*, 7, 113-143.
- RUIZ JUAN, F; GARCÍA MONTES, M. E. y HERNÁNDEZ RODRÍGUEZ, A. I. (2001b). Disponibilidad de tiempo libre, del alumnado almeriense de enseñanza secundaria postobligatoria y de segundo ciclo de la Universidad de Almería, y tipos de actividades con que lo ocupan. *Lecturas: Educación Física y Deportes*. [Revista digital], 34.
- RUIZ JUAN, F; GARCÍA MONTES, M. E. y HERNÁNDEZ RODRÍGUEZ, I. (2002). Características del alumnado almeriense de enseñanza secundaria postobligatoria y de segundo ciclo de la Universidad de Almería que han abandonado o nunca ha practicado actividad físico-deportiva en su tiempo libre y motivos aludidos. *Habilidad motriz: Revista de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*, 18, 5-11.
- RUIZ OLABUENAGA, J. I. (1994). Ocio y estilos de vida. *Informe sociológico sobre la situación social en España*. Madrid: Informe Foessa.
- RULLÁN BUADES, G. (1997). Del ocio al neg-ocio... y otra vez al ocio. *Papers: Revista de sociología*, 53, 171-193.

- SÁNCHEZ CARRIÓN, J.J. (1992). *Análisis de tablas de contingencia*. Madrid: Centro de Investigaciones Sociológicas y Siglo XXI de España Editores S.A.
- SÁNCHEZ PÉREZ, A.; GARCÍA DOMÍNGUEZ, F.; LANDABASO, V. y DE NICOLÁS y MARTÍNEZ, L. (1998). Participación en actividad física de una muestra universitaria a partir del modelo de las etapas de cambio en el ejercicio físico: un estudio piloto. *Revista de Psicología del Deporte*, 2 (7), 233-245.
- SANTESMASES MESTRE, M. (2001). *DYANE Versión 2. Diseño y análisis de encuestas en investigación social y de mercados*. Madrid: Pirámide.
- SECADAS MARCOS, F. (1966). El ocio, concepto ambivalente. *Actas del congreso mundial de educación física y deportiva (447-460)*. Madrid: Servicio de publicaciones del Instituto Nacional de Educación Física y Deportes.
- SEMPERE, D. (2002). Estudio sociológico sobre el ocio de los jóvenes de Barcelona, “pacte per la nit: Pautes, hàbits i preferències de lleure i oci nocturn dels joves barcelonins”. *I Congreso sobre ocio joven (53-70)*. Alicante: Instituto Alicantino de Cultura “Juan Gil-Albert” y Regidoria de Juventut i Cooperació del Ajuntament d’Elx.
- SERRANO SÁNCHEZ J. A. (1997). *Una aproximación empírica y multidimensional al estudio de la participación deportiva en el tiempo libre*. Tesis Doctoral no publicada. Las Palmas de Gran Canaria: Universidad de las Palmas de Gran Canaria.
- SETIÉN, M. L. y LÓPEZ MARUGÁN, A. (2000). *El ocio de la sociedad apresurada: el caso vasco*. Bilbao: Universidad de Deusto, Instituto de Estudios de Ocio.
- SETIÉN, M. L. y LÓPEZ MARUGÁN, A. (2002). *Mujeres y Ocio. Nuevas redes de espacios y tiempos*. Bilbao: Universidad de Deusto, Instituto de Estudios de Ocio.
- SIERRA BRAVO, R. (1998). *Técnicas de Investigación Social. Teoría y Ejercicios*. Madrid: Paraninfo.
- SKINNER, B. F. (1975). *Sobre el conductismo* (BARRERA, F., trad.). Barcelona: Fontanella.
- SMITH, R. G. (1999). Log-term care for the elderly. *British Actuarial Journal*, 5 II (22).
- SOLER GRACIA, M. (1994). Una experiencia de mejoramiento de la calidad: el proceso de la reforma educativa en España. *Revista Iberoamericana de Educación* [Revista virtual], 5.
- TERUELO FERRERAS, B. (1996). Dos herramientas para la mejora de la gestión de las entidades deportivas municipales: La planificación estratégica y la gestión de la calidad de los servicios (1). *Apunts: Educación Física y Deportes*, 46, 103-112.
- TORRE RAMOS E. (2000). *La actividad físico-deportiva extraescolar y su interrelación con el área de educación física en el alumnado de enseñanzas medias*. Granada: Universidad de Granada.

- TORRE RAMOS, E.; CÁRDENAS, D. y GARCÍA, E. (2001). Las percepciones que se derivan de las experiencias recibidas en las clases de educación física y su repercusión en los hábitos deportivos en el alumnado de bachillerato. *Revista Motricidad*, 7, 95-112.
- TORRE RAMOS, E.; CÁRDENAS, D. y GIRELA, M. J. (1997). Los hábitos deportivos extraescolares y su interrelación con el área de educación física en el alumnado de bachillerato. *Revista Motricidad*, 3, 109-129.
- TORRES LUQUE, G.; CARRASCO PÁEZ, L. y MEDINA CASAUBÓN, J. (1999). La motivación de los estudiantes universitarios por la práctica deportiva en la Universidad de Granada. *Actas I Congreso sobre la actividad física y el deporte en la Universidad*. Valencia: Universidad de Valencia: FCAFE.
- TORRES LUQUE, G.; CARRASCO PÁEZ, L. y MEDINA CASAUBÓN, J. (2000). Investigación sobre los motivos por los que los estudiantes universitarios practican deporte. El caso de la Universidad de Granada. *Revista Motricidad*, 6, 95-105.
- TRIGO AZA E. (1992). La educación del tiempo libre de los jóvenes. *Revista de Educación*, 298, 369-392.
- TRILLA BERNET, J. (1991). Revisión de los conceptos de tiempo libre y ocio. El caso infantil. *Infancia y sociedad*, 8, 17-32.
- UNIVERSIDAD POLITÉCNICA DE MADRID (1993). *El deporte en la Universidad Politécnica de Madrid*. Madrid: Universidad Politécnica de Madrid.
- VALDERAS JAÉN, C.; RIBELLES GARCÍA, M<sup>a</sup> V. y ORDÓÑEZ RUIZ, J. (2002). Estudio de la actividad física en alumnos de 3<sup>o</sup> y 4<sup>o</sup> curso de E.S.O. en la población de Puerto Real (Cádiz). *TAVIRA: Revista de ciencias de la educación*, 18, 63-76.
- VALLS, J. F. (2000). *Gestión de empresas de turismo y ocio. El arte de provocar la satisfacción*. Barcelona: Gestión 2000.
- VÁZQUEZ, B. (1992). La presencia de la mujer en el deporte español. En VV.AA., *El ejercicio físico y la práctica deportiva de las mujeres*. Madrid: Instituto de la Mujer.
- VILA LLADOSA, L. E. y CARRASCO ARROYO, S. (2002). Nivel educativo y satisfacciones no monetarias derivadas del trabajo y el ocio en España. *ICE: Información Comercial Española. Revista de economía*, 801, 167-180.
- VILHJALMSSON, R. y THORLINDSSON, T. (1998). Factors related to physical activity: a study of adolescents. *Social Science and Medicine*, 47, (5), 665-675.
- VILLAMARÍN, F. (1999). Motivación con bases cognitivas: la propuesta de la Teoría Cognitivo Social. *Revista de Psicología Social Aplicada*, 1 (9), 65-83.
- VILLAR ÁLVAREZ, F. del (1994). *Estudio de los hábitos físico-deportivos de los escolares andaluces*. No publicado. II Convocatoria de ayudas para la Investigación Deportiva. UNISPORT (paper).

- VIZUETE CARRIZOSA, M. (1995). Política y deporte universitario en el Estado de las Autonomías. *V jornadas de deporte universitario del grupo sur (89-97)*. Cádiz: Servicio de deportes, Universidad de Cádiz.
- WHITE, S. A. y DUDA, J. L. (1993). Dimensions of goal-beliefs about success among disabled athletes. *Adapted physical activity quarterly*, 10, 125-136.
- WHITE, S. A. y DUDA, J. L. (1994). The relationship of gender, level of sport involvement, and participation motivation to task and ego orientation. *International Journal Sport Psychology*, 25, 4-18.
- WORLD LEISURE AND RECREATION ASSOCIATION (1994). International Charter for Leisure Education. *ELRA (European Leisure and Recreation Association)*, Summer, 13-16.
- ZARAGOZA, A. (1988). El ocio en las sociedades avanzadas. *Sistema: Revista de Ciencias Sociales*, 84, 71-88.
- ZORRILLA CASTRESANA, R. (1990). *El consumo del ocio. Una aproximación a la teoría del tiempo libre desde la perspectiva del consumo*. Vitoria: Servicio central de publicaciones del Gobierno Vasco.



45 | Biblioteca  
de Investigación



UNIVERSIDAD  
DE LA RIOJA