

# ESTUDIO DE LAS ACTITUDES DE LOS ALUMNOS DE LAS CINCO VILLAS HACIA LA LA ACTIVIDAD FÍSICA

M<sup>a</sup> Pilar López Mercader

*IES Reyes Católicos. Ejea de los Caballeros*

**RESUMEN:** *El presente artículo es un estudio de las actitudes que tienen los alumnos de 3º y 4º de la Educación Secundaria Obligatoria de la Comarca de las Cinco Villas (Zaragoza). El estudio se centra en la diferencia de actitudes que presentan los alumnos bien hacia el proceso o hacia el resultado según la clasificación de Pérez-Samaniego. Los resultados muestran diferencias significativas en las actitudes con respecto al sexo en 6 de los 9 ítems y en las actitudes hacia el resultado existen diferencias significativas en 7 de los 9 ítems.*

**PALABRAS CLAVE:** *Actitudes, Actividad física*

## STUDY OF THE ATTITUDES OF STUDENTS IN THE FIVE VILLAGES TO THE PHYSICAL ACTIVITY

**ABSTRACT:** *This article is a study of attitudes students of 3 and 4 of compulsory secondary education in the region of the Cinco Villas (Zaragoza). The study focuses on the difference in attitudes that the students well into the process or to the outcome as rated by Perez-Samaniego. The results show significant differences in attitudes about sex in 6 of the 9 items and in attitudes towards the outcome there are significant differences in 7 of the 9 items.*

**KEY WORDS:** *Attitude. Physical activity. Compulsory Secondary Education*

## 1. PROBLEMÁTICA ACTUAL

Actualmente, y a pesar de los evidentes progresos, caída de mitos y tabúes precendentes hacia actividad física, muchos relacionados con el sexo; todavía la menor actividad físico-deportiva de las mujeres hace que reflexionemos acerca de lo que hay alrededor del hecho físico-deportivo; ¿por qué hacemos ejercicio físico? ¿Se vive de diferente manera por el hecho de pertenecer a uno u otro sexo? En nuestro país ha surgido interés por estas problemáticas en los últimos años, dando lugar a diversas publicaciones y a celebración de congresos con aportaciones interesantes desde diversas perspectivas.

Los diversos estudios que se han ido realizando sobre los hábitos deportivos de la población desde los años 80 señalan que el género es una variable independiente fundamental para comprender dichos hábitos. Esta variable muestra diferentes formas de relacionarse con la actividad física<sup>1</sup>. Eso, es a medida que las españolas han ido accediendo a esta actividad, lejos de reproducir comportamientos masculinos, lo han modelado según otros parámetros; han creado una cultura deportiva propia. En la misma, las mujeres proyectan los valores que han adquirido en el curso de su socialización, reproduciendo así las relaciones de género existentes. La interpretación de esta incorporación de la mujer a la cultura deportiva es que no ha imitado el mundo masculino, sino que han creado uno propio.

*Autores como Comellas<sup>2</sup> afirman que “a pesar de los valores y la opinión positiva que tiene nuestra juventud respecto a la práctica de ejercicio físico y deportiva y los valores que de esta se derivan, no hay coherencia entre sus ideas y su actuación, especialmente si se trata del público femenino”.*

A este respecto, Puig y Soler<sup>3</sup> hablan de la situación de la mujer con respecto al deporte explicando cómo se da lugar a una reproducción de los estereotipos asociados al género además de un espacio de confrontación y creación de nuevas formas de relación. Estudios como el de Moreno, Rodríguez y Gutiérrez<sup>4</sup> confirman que muchas chicas adolescentes mantienen actitudes negativas hacia la actividad física en general y la educación física en particular. Un bajo «ego» y una «baja orientación hacia la tarea» por parte de las chicas influyen en su participación en las clases y en su posterior estilo de vida y salud<sup>5</sup>.

Estudios enfocados a analizar las actitudes con las que se enfrentan los y las adolescentes a la actividad física y a la educación física muestran las diferencias de género y las diferentes motivaciones y formas de vivir dicha actividad física<sup>6</sup>.

Así pues, la diferente participación de hombres y mujeres en deporte no es sólo una cuestión cuantitativa, de más o menos, sino también de frecuencia, de tipo de deportes, motivaciones, etc..

<sup>1</sup> García Ferrando 1997.

<sup>2</sup> Comellas, M.J.: “Finalidades educativas del deporte en la educación”, *Apunts*, (1992), Nº 29, p.32.

<sup>3</sup> Puig Barata, N. y Soler Prat, S.: “Dona i esport a Espanya : estat de la qüestió i proposta interpretativa”, *Apunts*, (2004) nº 76, pp. 71-78.

<sup>4</sup> Moreno, J.A., Rodríguez, P.L., Gutiérrez, M.: Actitudes hacia la Educación Física : Elaboración de un instrumento de medida, en *Actas del III Congreso Nacional de Educación Física de Facultades de Educación y XIV de Escuelas Universitarias de Magisterio* Guadalajara, Universidad de Alcalá de Henares, 1996, pp. 507-516.

<sup>5</sup> Vid. Cockburn, C.: “Las opiniones de las chicas de 13 y 14 años sobre la educación física en las escuelas públicas británicas”. *Apunts*, (2000), Nº 62, pp. 91-99; Pérez-Samaniego, V.: *Actividad física Salud y Actitudes*. Valencia, Edetania, 2000.

<sup>6</sup> Polo Martínez, I. y López Mercader, M<sup>a</sup> P.: “Estudio de las actitudes hacia la actividad física en los alumnos del Alto Jalón”, *Apuntes : Revista del C.P.R. de Calatayud*, (2002), nº 11, pp. 29-40; López Mercader, M<sup>a</sup> P.: “Estudio de las actitudes hacia la educación física en los alumn@s de las Cinco Villas”. *Revista de educación física: Renovar la teoría y práctica*, (2006), nº 103, pp. 5-10.

El presente estudio trata de la actividad física y las actitudes que tienen nuestros alumnos de segundo ciclo de la Educación Secundaria Obligatoria, es decir, de una parte de la realidad educativa de nuestras aulas.

La elección de este tramo poblacional es debido a que la adolescencia, constituye un periodo de la vida que está suscitando gran interés en cuanto al estudio de los estilos de vida saludables, ya que adquirirán hábitos que se conforman en la vida adulta, donde se produce un marcado descenso en la práctica de la actividad física<sup>7</sup>. Según Vázquez<sup>8</sup> si queremos cambiar actitudes en comportamientos hay que insistir en varios puntos. El primero en la práctica durante la etapa escolar, ya que la mayoría de los que practican ejercicio físico empezaron a hacerlo antes de los 15 años, y otro, que el motivo más citado para hacer deporte es “por gusto”, y esto, como sabemos, sólo se adquiere por el hábito, y también sabemos que es la infancia última y en la adolescencia donde se instalan los hábitos definitivos.

Desde el punto de vista educativo las actitudes relacionadas con la educación física han ido cobrando importancia con los años. En la década de los 80 cambia la concepción de la educación física en nuestro país (La Ley Orgánica General del Sistema Educativo, de 3 de octubre de 1990, Real Decreto 1345/1991, Ley Orgánica 2/2006 de Educación del 3 de mayo, Orden de 9 de mayo de 2007, del Departamento de Educación, Cultura y Deporte de Aragón). A este cambio se debe el estudio de las actitudes hacia la actividad física, entendida como predisposición adquirida para responder de un modo favorable o desfavorable con respecto a un objetivo social dado<sup>9</sup>. Esta nueva “filosofía” conlleva también cambios no sólo de lo que entendemos por deporte sino también por educación física, lo que lleva en los últimos tiempos a pasar de una concepción de la educación física basada en el rendimiento, a una educación física basada en la educación para la salud, a la que se añade el fenómeno creciente y excesivo del sedentarismo de la población.

Nos interesa indagar sobre como viven este fenómeno social nuestros alumnos. Al igual que la mayoría de las actividades humanas, el deporte es un reflejo de la vida social y de los valores de una determinada sociedad en un momento dado, y puede reflejar también la situación social de nuestros alumnos.

Si somos capaces de conocer las actitudes de nuestros alumnos con respecto a la actividad física, sabremos con que alumnos estamos trabajando y podremos adaptar nuestra programación y nuestra metodología. Ya que la adolescencia es una etapa decisiva en la adquisición y consolidación de estilos de vida, estimulando patrones maduros de funcionamiento y desarrollando identidades, autonomías y competencias, esto, nos ayudará posteriormente a dar una coherencia curricular al trabajo diario.

## 2. ACTITUDES Y ACTIVIDAD FÍSICA

El término actitud es utilizado en ámbitos muy diversos para referirse a fenómenos diferentes. Partiremos del significado de la definición clásica que proponen Fishbein y Ajzen

<sup>7</sup> Horst, K. van der; Paw, M. J.; Twisk, J. W. y Mechelen, W. Van: “A brief review on correlates of physical activity and sedentari-ness in youth”. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, (2007), Nº 39 (8), PP. 1241-1250; Roman, B., Serra, L., Ribas, L., Pérez, C., & Aranceta, J.: “Actividad física en la población infantil y juvenil española en el tiempo libre”, En *Kid, Apunts: Medicina de l'Esport*, (1998-2000), nº 41(151).

<sup>8</sup> Vázquez, B.: *Actitudes y prácticas deportivas de las mujeres españolas*, Madrid, Ministerio de Asuntos Sociales. Instituto de la mujer. nº 34, 1993.

<sup>9</sup> Pérez-Samaniego, V.: *Actividad física Salud y Actitudes*, Valencia, Edetania, 2000.

(1975)<sup>10</sup>. Para estos autores es una disposición favorable o desfavorable con respecto a un objeto social dado.

Este mismo autor diferencia entre Actitud hacia el Resultado y Actitud hacia el Proceso. La siguiente tabla muestra un resumen de sus principales características<sup>11</sup>.

<b>Actitudes hacia la actividad física</b>		
Componentes actitudinales	Actitud hacia el resultado (A.R)	Actitud hacia el proceso (A.P)
Cognitivo	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Concepción objetiva del cuerpo y estática de la salud.</li> <li>-Enfoque terapéutico-preventivo de la actividad física y la salud basado en aspectos biológicos normativos.</li> <li>-Beneficios psicofísicos del estilo de vida activo y riesgos del sedentarismo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Concepción sociocultural y afectiva del cuerpo y dinámica de la salud.</li> <li>-Enfoque orientado hacia el bienestar basado en el autoconocimiento y el -concepción sociocultural y afectiva del cuerpo y dinámica de la salud.</li> <li>-Enfoque orientado hacia el bienestar basado en el autoconocimiento y el</li> </ul>
Afectivo	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Sensaciones tras la práctica: identificación entre bienestar y ausencia de enfermedad.</li> <li>-Sentimientos de sacrificio, auto-superación y victoria.</li> <li>-Potencial obsesión por el ejercicio.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Sensaciones durante la práctica: percepciones subjetivas del bienestar.</li> <li>-Sentimientos y emociones gratificantes en relación con un mismo, con los demás y el entorno.</li> <li>-Sentido lúdico de la actividad.</li> <li>-Sentimiento de dominio sobre la práctica.</li> </ul>
Conductual	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Actividades que producen gasto energético.</li> <li>-Actividades medibles y controlables.</li> <li>-Actividades individualistas y aisladas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Inclusión de actividades que implican escaso o nulo gasto energético.</li> <li>-Importancia de aspectos no cuantificables de la práctica.</li> </ul>

<sup>10</sup> En Pérez-Samaniego, V.: op. cit.

<sup>11</sup> Pérez-Samaniego, V.: Actividad física Salud y Actitudes, Valencia, Edetania, 2000

### 3. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN

A raíz de las consideraciones anteriores la investigación se plantea con los siguientes objetivos básicos:

1. En las actitudes hacia la actividad física se distingue entre actitudes hacia el proceso (A.P) o hacia el resultado(A.R.).
2. Hay una diferenciación de las actitudes hacia la educación física en función del sexo.

El estudio esta realizado en base a la clasificación de las actitudes del mencionado autor elaborada a partir del estudio de diversas teorías, en las que diferencia únicamente entre Actitud hacia el Resultado y Actitud hacia el Proceso ya que recopila y define con mayor claridad las actitudes distinguiendo entre los componentes cognitivo, afectivo y conductual de la actitud hacia el resultado (A.R.) y la actitud hacia el proceso (A.P). En el cuestionario los sujetos han de responder a 21 ítems en una escala tipo Likert si creían que con el ítem: 1- *Estoy en total desacuerdo*; 2- *Estoy en desacuerdo*; 3- *No se*; 4- *Estoy de acuerdo*; 5- *Estoy muy de acuerdo*.

CARACTERÍSTICAS DEL CUESTIONARIO A PASAR A LOS ALUMNOS DE ESO			
	Ítems	Alfa de Cronbach	Dimensiones
Subescala A Actitud hacia el proceso (A.P.)	1, 10, 3, 12, 20, 6, 8, 14, 17.	.79	Gratificación; Continuidad; Adecuación; Autonomía; Seguridad.
Subescala B Actitud hacia el resultado (A.R)	9, 2, 18, 15, 4, 13, 19, 5, 21, 7, 16, 11.	.83	Mejora de la apariencia; Victoria; Rendimiento; Obsesión.

1. Cuando estoy haciendo actividad física, el tiempo se me pasa volando.
2. Si no hago actividad física me veo mal físicamente.
3. Siempre que puedo practico actividad física.
4. Vencer es una de las razones primordiales por la que hago actividad física.
5. Si no hago actividad física todos lo días me encuentro mal.
6. No tengo suficientes conocimientos como para dirigir mi propia actividad física.
7. Mis únicos amigos y amigas están vinculados al mundo de la actividad física.
8. Antes de hacer actividad física, siempre realizo un calentamiento adecuado al tipo de actividad que voy a realizar a continuación.
9. Hago actividad física fundamentalmente porque deseo mejorar mi apariencia.
10. No siento ningún placer haciendo actividad física.
11. Consumo productos dietéticos con el fin de mejorar mi rendimiento físico.
12. Practico actividad física de forma regular desde hace años.
13. Para disfrutar haciendo actividad física necesito competir con otras personas.
14. Después de una sesión de práctica física intensa, siempre realizo ejercicios de estiramiento.
15. Hago actividad física porque así obtengo una apariencia agradable para los demás.
16. Me alimento de forma especializada para conseguir un mejor rendimiento físico.

17. Después de realizar actividad física, suelo sentir algún tipo de molestias físicas, como por ejemplo agujetas o dolores articulares.
18. Hago actividad física porque me gusta llamar la atención sobre mi apariencia.
19. No hago actividad física por diversión, sino para superarme.
20. No hago actividad física porque no encuentro un horario que me vaya bien.
21. Lo único que me gusta es hacer ejercicio.

### 3.1. Selección de la muestra

Una vez seleccionado el instrumento de medida se procedió a pasar el test por los alumnos de ESO del IES Reyes Católicos de Ejea de los Caballeros. Se pasa con el objetivo de conocer la realidad de nuestros alumnos a los que damos clase.

Características de la muestra:

	Número		
<b>Alumnos</b>	58		
<b>Alumnas</b>	71		
<b>Total</b>	<b>129</b>		
<b>Curso</b>	<b>Alumnos</b>	<b>Alumnas</b>	
3º	35	39	
4º	23	32	
	<b>Total 58</b>	<b>Total 71</b>	

### 3.2. Procedimiento

Los resultados se han analizado con el programa informático SPSS para Windows, en función de las dos medidas de las actitudes hacia a la actividad física: actitud hacia el proceso (A.P.) y actitud hacia el resultado (A.R.).

En primer lugar se presentan las medias y desviaciones típicas obtenidas en función de los grupos, sexo y después ir analizando las variables.

## 4. RESULTADOS

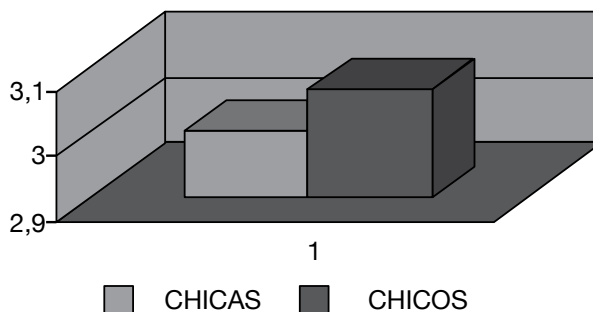
### 4.1. Análisis de la actitud hacia el proceso (A.P) en el test

En la siguiente tabla se muestran las medias y desviaciones típicas de las puntuaciones obtenidas en el cuestionario por sexos en el total de la subescala A.P. y en cada uno de los ítems que la componen.

Descriptive Statistics				
	CHICAS		CHICOS	
A.P.	Mean	Std. Deviation	Mean	Std. Deviation
	3,0015	1,36933	3,0651	1,18583
VAR 1	3,7606	,99232	4,1207	1,02730
VAR 10	2,5211	1,28574	2,1724	1,17186
VAR 3	3,3099	1,44015	3,8276	1,17186
VAR 12	3,2958	1,43820	3,7069	1,31134
VAR 20	2,2817	1,36469	1,8276	1,06191
VAR 6	2,2394	1,25885	2,2069	1,19588
VAR 8	3,5775	1,38008	3,6724	1,28947
VAR 14	3,1831	1,33427	3,4483	1,18725
VAR 17	2,7042	1,25805	2,6034	1,25572

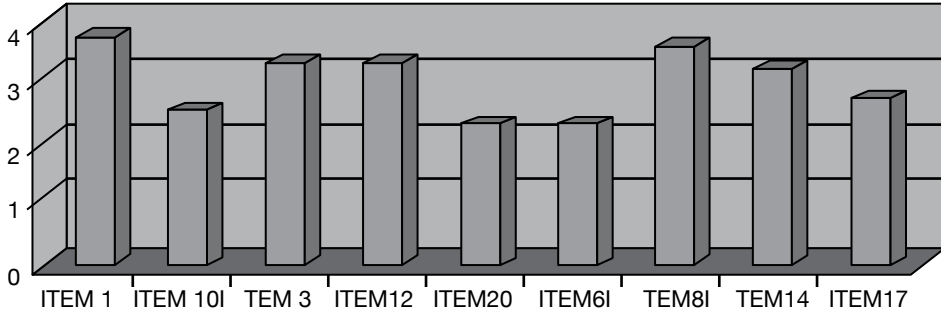
Como puede apreciarse la puntuación media total de los chicos es 3.0651 y la de las chicas 3.0015. La dispersión de las respuestas es superior en las chicas (1.3693). En cuanto al análisis por ítems, puede verse que la puntuación más alta se da en el ítem 1, los cuáles están relacionados con la dimensión gratificación (ítem 1: Cuando estoy haciendo actividad física el tiempo se me pasa volando, ítem 10: No siento ningún placer haciendo actividad física), 3.7606 las chicas y 4,1207 los chicos; y 2.5211 las chicas y 2.1724 los chicos. La puntuación más baja es del ítem 20 (2.28 las chicas y 1.82 los chicos): Lo único que me gusta es hacer ejercicio. Y los ítems 6 de Autonomía también presenta medias bajas (2.23 las chicas; y 2.2 los chicos que tiende a lo contrario a que consideran que tienen conocimientos suficientes).

El gráfico siguiente presenta la actitud hacia el proceso (A.P.) de los dos sexos. Puede apreciarse como la media de los dos grupos son muy similares.



Como puede apreciarse la media de los dos grupos se diferencia de .06, lo que puede hacer pensar que las medias son parecidas.

MEDIAS ACTITUDES AL PROCESO CHICAS



MEDIAS ACTITUDES AL PROCESO CHICOS

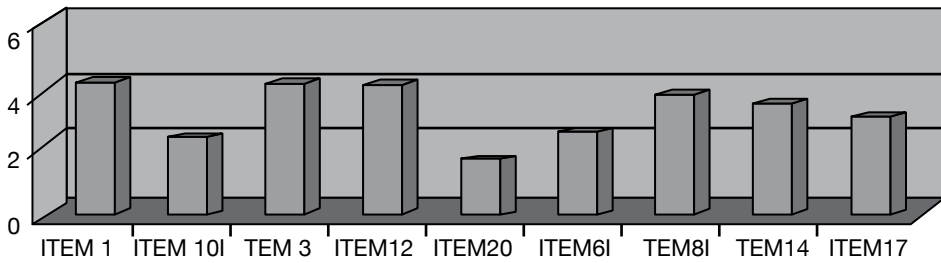
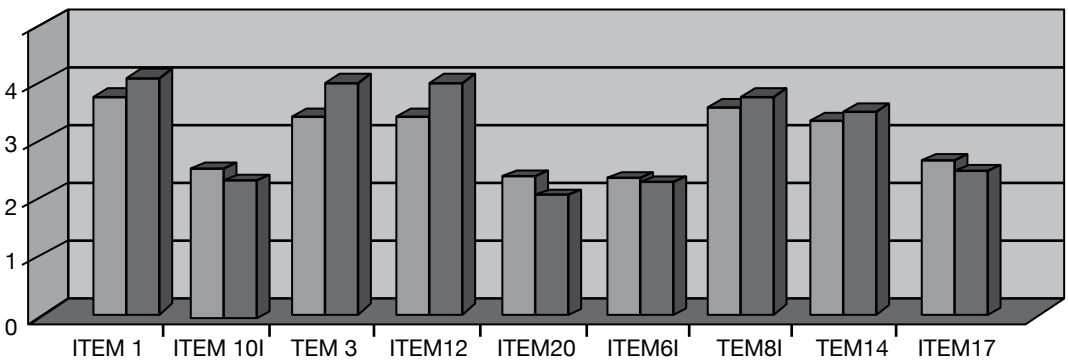


GRÁFICO MEDIA DE A.P. POR SEXOS.





Como puede apreciarse la media de ambos grupos puede ser similar. En general, los chicos tienen una media superior de A.P, las chicas tienen en algunos ítems puntuación superior a los chicos pero esto no quiere decir que tengan más actitudes positivas hacia la A.P. ya que son frases que se miden al contrario, por ejemplo: Ítem 10(No siento ningún placer haciendo actividad física, que están más de acuerdo que los chicos en esta afirmación y, 20 (No hago actividad física porque no encuentro un horario que me vaya bien), 6 y el 17(autonomía: No tengo conocimientos suficientes como para dirigir mi propia actividad física; y seguridad: Después de realizar actividad física, suelo sentir algún tipo de molestias físicas...). Si hacemos el análisis por las dimensiones, tenemos:

**GRATIFICACIÓN:** Ítems 1-10, los chicos tienen en ambos ítems actitudes más positivas (ya que 10 es más bajo porque están más en desacuerdo con que no sienten placer al realizar actividad física).

**CONTINUIDAD:** Ítems 3-12, los chicos tienen medias más altas que las chicas, siendo además la desviación más alta en las chicas.

**ADECUACIÓN:** Ítem 20: No hago actividad física porque no encuentro un horario que me vaya bien. Las chicas tienen una media de 2.28 estando pues, más de acuerdo con esta afirmación, frente al 1.8 de los chicos.

**AUTONOMIA:** Ítems 6-8.Las medias son más altas hacia la A.P para los chicos que están más en desacuerdo con que “No tengo suficientes conocimientos como para dirigir mi propia actividad física ...” y tienen la media más alta en “Antes de hacer actividad física siempre realizo un calentamiento adecuado al tipo de actividad que voy a realizar”.

**SEGURIDAD:** Ítems 14 y 17. Los chicos tienen la media más alta en el 14 (“Después de una sesión de práctica física intensa, siempre realizo ejercicios de estiramiento.”) y en el 17 las chicas tienen más media (“Después de realizar actividad física, suelo sentir algún tipo de molestias físicas, como por ejemplo agujetas o dolores articulares”).

Para analizar la equivalencia de la A.P por sexos, se presenta el resultado del ANOVA tomando como variable independiente el grupo y como variable dependiente la A.P. En la siguiente tabla se muestra el resultado en cada ítem.

ANOVA							
		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.	Signific.
VAR 1	Between Groups	4,140	1	4,140	4,073	,046	No Signi.
	Within Groups	129,085	127	1,016			
	Total	133,225	128				
VAR 10	Between Groups	3,882	1	3,882	2,541	,113	Significativa
	Within Groups	193,994	127	1,528			
	Total	197,876	128				

VAR 3	Between Groups	8,557	1	8,557	4,863	,029	No Significativa
	Within Groups	223,459	127	1,760			
	Total	232,016	128				
VAR 12	Between Groups	5,396	1	5,396	2,822	,095	Significativa
	Within Groups	242,806	127	1,912			
	Total	248,202	128				
VAR 20	Between Groups	6,583	1	6,583	4,295	,040	No Significativa
	Within Groups	194,642	127	1,533			
	Total	201,225	128				
VAR 6	Between Groups	,034	1	,034	,022	,882	Significativa
	Within Groups	192,447	127	1,515			
	Total	192,481	128				
VAR 8	Between Groups	,288	1	,288	,160	,690	Significativa
	Within Groups	228,100	127	1,796			
	Total	228,388	128				
VAR 14	Between Groups	2,245	1	2,245	1,391	,240	Significativa
	Within Groups	204,965	127	1,614			
	Total	207,209	128				
VAR 17	Between Groups	,324	1	,324	,205	,651	Significativa
	Within Groups	200,668	127	1,580			
	Total	200,992	128				

Según puede apreciarse en la tabla, el ANOVA muestra que existen diferencias significativas en cuanto a sexo en 6 ítems. En el ítem 10 (No siento ningún placer haciendo actividad física; de la dimensión Gratificación), 12 (Practico actividad física de forma regular desde hace años; Continuidad), en los dos ítems de la dimensión de Autonomía, el 6 (No tengo suficientes conocimientos como para dirigir mi propia actividad física), y el 8 (Antes de hacer actividad física, siempre realizo un calentamiento adecuado al tipo de actividad que voy a realizar a continuación), y en los dos ítems de la dimensión Seguridad: 14 (Después de una sesión de práctica física intensa, siempre realizo ejercicios de estiramiento) y 17 (Después de realizar actividad física, suelo sentir algún tipo de molestias físicas, como por ejemplo agujetas o dolores articulares).

Las diferencias de la actitud al proceso son siempre a favor de los chicos, lo que quiere decir que en la categoría entera de continuidad hay diferencias significativas de género practicando más los chicos en un ítem, así como en un ítem de gratificación, en los dos de autonomía y en los dos de seguridad.

#### 4.2. Análisis de la actitud hacia el resultado (A.R) en el test

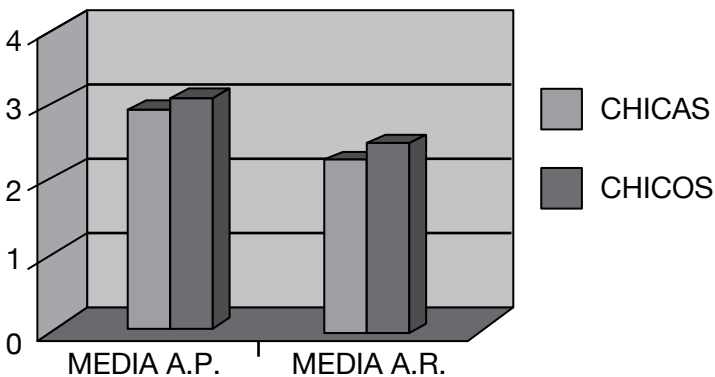
En primer lugar se presenta medias y desviaciones típicas de las puntuaciones obtenidas por ambos sexos y cada uno de los ítems que componen la variable de Actitud al Resultado (A.R.).

Descriptive Statistics				
	CHICAS		CHICOS	
A.R.	Mean	Std. Deviation	Mean	Std. Deviation
	2,1706		2,6221	
VAR 9	2,7183	1,34359	3,3276	1,21955
VAR 2	2,5775	1,24971	3,4483	1,25897
VAR 18	1,6479	1,16003	1,9483	1,24847
VAR 15	2,3099	1,31575	2,7241	1,28135
VAR 4	1,9718	1,18288	2,7759	1,25716
VAR 13	2,0282	1,08195	2,9310	1,24057
VAR 19	2,4507	1,28495	2,3966	1,22746
VAR 5	2,0986	1,12320	2,6724	1,31640
VAR 21	2,4789	1,31865	3,3143	1,36708
VAR 7	2,0563	1,28605	2,4828	1,34087
VAR 16	2,0986	1,25533	2,3621	1,29369
VAR 11	1,6056	1,15237	1,6207	1,08946

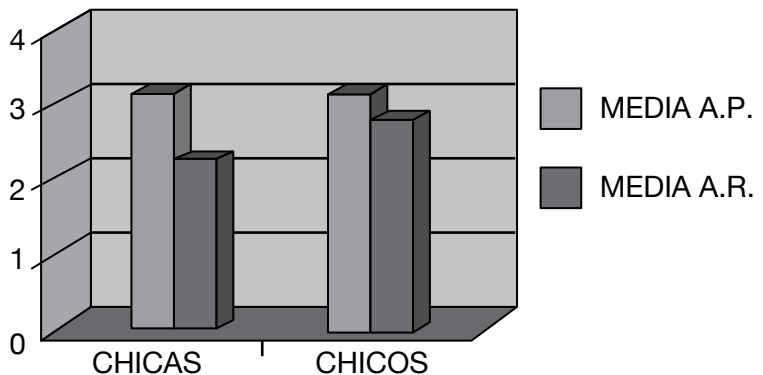
Se observa que la media de las puntuaciones de las chicas inferior a la de los chicos en 0.4515. Las chicas tienen una media de las puntuaciones A.R de 2,17 y los chicos de 2,62. En cuanto al análisis por ítems la puntuación más alta se da en ambos sexos en el ítem 2 “Si no hago actividad física me veo mal físicamente”. El ítem 11 “Consumo productos dietéticos es el ítem con menor puntuación de todos con 1.6 las chicas y 1.62 los chicos, con lo que ambos sexos están en bastante desacuerdo con esta afirmación. Otra puntuación baja también coincide en el ítem 18 “Hago actividad física porque me gusta llamar la atención sobre mi apariencia”. La mayor dispersión de respuestas de las chicas se da en el ítem 9 “Hago actividad física fundamentalmente porque deseo mejorar mi apariencia” (1,34) , y en los chicos en los ítems 21 y 7 “Lo único que me gusta es hacer ejercicio” (1,36) y “Mis únicos amigos y amigas están vinculados al mundo de la actividad física” (1,34). Los valores más altos en actitudes hacia el resultado los alcanzan en la afirmación 9 y 2, confirmando la preocupación de los adolescentes por la apariencia física. Es curioso que en los dos grupos de alumnos estudiados son los chicos los que mayor importancia le dan.

El gráfico muestra las medias de la A.R. de los chicos y las chicas. Se puede apreciar como la media de los chicos (2,62) es mayor a la de las chicas (2,17). Si la comparamos con la A.P. se ve que ambas medias son inferiores a la A.P.

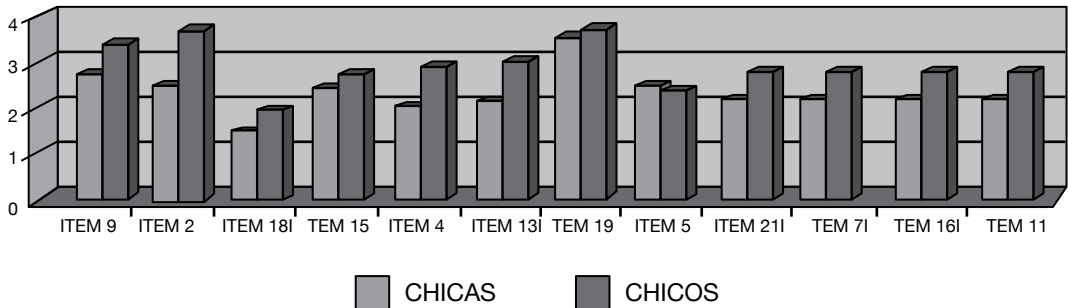
COMPARACIÓN MEDIAS AP - AR



COMPARACIÓN AP - AR



## ACTITUD AL RESULTADO



En todos los ítems los chicos tienen más actitudes positivas hacia el resultado salvo en el ítem 19 “No hago actividad física por diversión, sino para superarme”, en el que las chicas superan ligeramente a los chicos. Si hacemos un análisis por ítems tenemos:

**MEJORA DE LA APARIENCIA.** Ítems 9-2-18-15. En todos los chicos superan a las chicas con una diferencia que va según el ítem de 0.3 hasta 0.87.

**VICTORIA:** Ítems 4-13-19. En los ítems 4 y 13 (“Vencer es una de las razones primordiales por la que hago actividad física” y “Para disfrutar haciendo actividad física necesito competir con otras personas” respectivamente) los chicos superan la media de las chicas en 0.8 y 0.81 respectivamente. Sin embargo, en el ítem 19 (“No hago actividad física por diversión, sino para superarme”) las chicas superan ligeramente por 0.06 a los chicos.

**OBSESION.** Ítem 5-21. Las chicas tienen menor puntuación (2.09) que los chicos (2.67) con respecto a actitudes hacia la obsesión, el ítem 5 “Si no hago actividad física todos los días me encuentro mal”, al igual que hacia el ítem 21: “Lo único que me gusta es hacer ejercicio”, la media de las chicas es de 2.47 y la de los chicos más alta con 3.31.

**RENDIMIENTO.** Ítem 7-16-11. Los ítems 7 y 16 (“Mis únicos amigos y amigas están vinculados al mundo de la actividad física” y “Me alimento de forma especializada para conseguir un mejor rendimiento físico”) presentan mayor media los chicos con 2.48 y 2.36 frente a 2.05 y 2.09 de las chicas. El ítem 11 “Consumo productos dietéticos es el ítem con menor puntuación de todos con 1.6 las chicas y 1.62 los chicos, con lo que ambos sexos están en bastante desacuerdo con esta afirmación.

Para analizar la equivalencia de la A.R por sexos, se presenta el resultado del **ANOVA** tomando como variable independiente el grupo y como variable dependiente la A.R. En la siguiente tabla se muestra el resultado en cada ítem.

ANOVA							
		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.	Sig.
VAR00009	Between Groups	11,850	1	11,850	7,128	,009	No Significativa
	Within Groups	211,142	127	1,663			
	Total	222,992	128				
VAR00002	Between Groups	24,207	1	24,207	15,397	,000	No Significativa
	Within Groups	199,669	127	1,572			
	Total	223,876	128				
VAR00018	Between Groups	2,880	1	2,880	1,999	,160	Significativa
	Within Groups	183,042	127	1,441			
	Total	185,922	128				
VAR00015	Between Groups	5,479	1	5,479	3,240	,074	Significativa
	Within Groups	214,769	127	1,691			
	Total	220,248	128				
VAR00004	Between Groups	20,637	1	20,637	13,939	,000	No Significativa
	Within Groups	188,030	127	1,481			
	Total	208,667	128				
VAR00013	Between Groups	26,022	1	26,022	19,478	,000	No Significativa
	Within Groups	169,668	127	1,336			
	Total	195,690	128				
VAR00019	Between Groups	,094	1	,094	,059	,808	Significativa
	Within Groups	201,457	127	1,586			

	Total	201,550	128				
VAR00005	Between Groups	10,511	1	10,511	7,135	,009	No Significativa
	Within Groups	187,086	127	1,473			
	Total	197,597	128				
VAR00021	Between Groups	2,816	1	2,816	1,491	,224	Significativa
	Within Groups	239,805	127	1,888			
	Total	242,620	128				
VAR00007	Between Groups	5,805	1	5,805	3,378	,068	Significativa
	Within Groups	218,257	127	1,719			
	Total	224,062	128				
VAR00016	Between Groups	2,216	1	2,216	1,368	,244	Significativa
	Within Groups	205,706	127	1,620			
	Total	207,922	128				
VAR00011	Between Groups	,007	1	,007	,006	,940	Significativa
	Within Groups	160,613	127	1,265			
	Total	160,620	128				

Existen diferencias significativas en 7 ítems. En estos las diferencias son significativas a favor de los chicos. Así pues, diferencias en el ítem de Mejora de la apariencia nº 18 y 15 (Hago actividad física porque me gusta llamar la atención sobre mi apariencia; Hago actividad física porque así obtengo una apariencia agradable para los demás); el 19 de la dimensión Victoria (No hago actividad física por diversión, sino para superarme); el 21 de la dimensión Obsesión (Lo único que me gusta es hacer ejercicio); y los 3 de la dimensión Rendimiento (7: Mis únicos amigos y amigas están vinculados al mundo de la actividad física; 16: Me alimento de forma especializada para conseguir un mejor rendimiento físico; y 11: Consumo productos dietéticos con el fin de mejorar mi rendimiento físico).

CHICAS		CHICOS	
AP	AR	AP	AR
3,0015	2,1706	3,0651	2,6221
3,7606	2,7183	4,1207	3,3276
2,5211	2,5775	2,1724	3,4483
3,3099	1,6479	3,8276	1,9483
3,2958	2,3099	3,7069	2,7241
2,2817	1,9718	1,8276	2,7759
2,2394	2,0282	2,2069	2,9310
3,5775	2,4507	3,6724	2,3966
3,1831	2,0986	3,4483	2,6724
2,7042	2,4789	2,6034	3,3143
	2,0563		2,4828
	2,0986		2,3621
	1,6056		1,6207

Las medias comparativas por sexos de las puntuaciones de la actitudes indican que valoran más el proceso que el resultado. En general, tanto chicas como chicos están en desacuerdo con las afirmaciones de realizar actividad física con un fin y/o resultado (A.R). Las chicas estarían más en desacuerdo. Existiría una tendencia por parte de los chicos a valorarlas más las actitudes al resultado que las chicas (aunque no las llegan a valorar positivamente).

## CONCLUSIONES

- En las actitudes al proceso existen diferencias significativas con respecto al sexo en 6 de los 9 ítems.
- En las actitudes al resultado existen diferencias significativas en 7 de los 9 ítems.
- Los chicos tienen una mayor tendencia a las actitudes al resultado que las chicas (medias más altas en todos los ítems salvo en el 19 "No hago actividad física por diversión sino para superarme").
- Existiría una tendencia por parte de los chicos a valorar más las actitudes al resultado que las chicas (aunque no las llegan a valorar positivamente). Sería conveniente incidir en estos alumnos ya que la AF no debe tener como objetivo mejorar la apariencia física o, por lo menos, no como objetivo principal.
- Ambos sexos están más orientados al proceso.
- Las chicas presentan un nivel de práctica de la AF menor que los alumnos analizados, lo que confirma la desvinculación de la AF de las chicas en la etapa de la adolescencia (pregunta 3, 12, 20).
- Los valores más altos en actitudes hacia el resultado los alcanzan en la afirmación 9 y 2, con-



firmando la preocupación de los adolescentes por la apariencia física. Es curioso que son los chicos los que mayor importancia le dan.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- COCKBURN, C.: "Las opiniones de las chicas de 13 y 14 años sobre la educación física en las escuelas públicas británicas". *Apunts*, (2000). Nº 62, pp. 91-99.
- COMELLAS, M.J.: "Finalidades educativas del deporte en la educación", *Apunts*, (1992). Nº 29, p.32.
- HORST, K. VAN DER; PAW, M. J.; TWISK, J. W. Y MECHELEN, W. VAN: "A brief review on correlates of physical activity and sedentariness in youth". *Medicine and Science in Sports and Exercise*, (2007), Nº 39 (8), pp. 1241-1250.
- LÓPEZ MERCADER, M<sup>a</sup> P.: "Estudio de las actitudes hacia la educación física en los alumn@s de las Cinco Villas". *Revista de educación física: Renovar la teoría y práctica*, (2006), nº 103, pp. 5-10.
- MORENO, J.A., RODRÍGUEZ, P.L. y GUTIÉRREZ, M.: Actitudes hacia la Educación Física : Elaboración de un instrumento de medida, en ... *Actas del III Congreso Nacional de Educación Física de Facultades de Educación y XIV de Escuelas Universitarias de Magisterio* Guadalajara, Universidad de Alcalá de Henares, 1996, pp. 507-516.
- PÉREZ-SAMANIEGO, V.: *Actividad física Salud y Actitudes*, Valencia, Edetania, 2000.
- POLO MARTINEZ, I. y LÓPEZ MERCADER, M<sup>a</sup> P.: "Estudio de las actitudes hacia la actividad física en los alumnos del Alto Jalón", *Apuntes : Revista del C.P.R. de Calatayud*, (2002), nº 11, pp. 29-40.
- PUIG BARATA, N. y SOLER PRAT, S.: "Dona i esport a Espanya : estat de la qüestió i proposta interpretativa", *Apunts*, (2004) nº 76. pp. 71-78.
- ROMAN, B., SERRA, L., RIBAS, L., PÉREZ, C., y ARANCETA, J.: "Actividad física en la población infantil y juvenil española en el tiempo libre", En *Kid, Apuntes: Medicina de l'Esport*, (1998-2000), nº 41(151).
- VÁZQUEZ, B.: *Actitudes y prácticas deportivas de las mujeres españolas*, Madrid, Ministerio de Asuntos Sociales. Instituto de la mujer. nº 34, 1993.