

EDAD Y GÉNERO, VARIABLES QUE INCIDEN EN LA REALIZACIÓN DE ACTIVIDAD FÍSICO DEPORTIVA ENTRE EL ALUMNADO DE 10 A 16 AÑOS

Alberto Nuviala Nuviala y Javier Álvarez Medina

Universidad de Zaragoza

La actividad física entre los jóvenes está en crisis, especialmente la organizada. Esta situación se agrava todavía más en el mundo rural. Los datos nos permiten afirmar que los chicos practican más que las chicas, tanto de forma libre como organizada. Además se observa que a mayor edad, menor práctica. El abandono se produce de forma significativa en el paso de la Educación Primaria a la Educación Secundaria Obligatoria.

Palabras clave: género, edad, práctica, abandono

INTRODUCCIÓN

Por actividad física Ortega y Pujol (1997: 3) entienden *cualquier movimiento corporal realizado por los músculos esqueléticos que produce gasto energético*. Podemos distinguir entre la actividad física laboral o profesional, de la actividad física como actividad de ocio o de tiempo libre. Nosotros, siguiendo la reflexión de Cantera (2000) y desde una visión restringida de este término, entendemos por actividad física aquella que supone un gasto energético superior al basal, que realizamos en nuestro tiempo libre, en nuestro tiempo formativo o el tiempo profesional, al tiempo que ejecutamos alguna práctica reconocida como lúdico-deportiva.

El deporte es una actividad motriz, por lo que supone un gasto energético para el jugador. Es una realidad social y cultural muy importante que cuenta con unas estructuras organizativas y disciplinarias que le hacen perder el carácter lúdico que en sus orígenes tenía. Hernández Moreno (1994: 15) lo define como *una situación motriz de competición, reglada, de carácter lúdico e institucionalizada*.

Delgado (1994) distingue la actividad física del deporte por que éste está más organizado y conlleva normalmente un aspecto de competición o de cooperación oposición, elementos que en la actividad física no tienen porque aparecer.

Por ello, en las prácticas físico deportivas incluimos tanto las actividades competitivas, el deporte, como todas aquellas otras manifestaciones lúdico-motrices que realizan las personas sin tener como fin la superación de una marca o de un adversario. La práctica físico deportiva es de una gran variedad debido a la diversidad de propósitos o fines que los practicantes tienen. Pensamos, al igual que Sánchez Bañuelos (2000: 68), que *no existe un solo tipo de práctica deportiva sino muchos tipos de prácticas deportivas relacionadas con los contextos*.

EDAD, SEXO Y ACTIVIDAD FÍSICO DEPORTIVA

La práctica físico deportiva en la edad escolar ha evolucionado cuantitativamente, prueba de ello es que Solar (1993: 122) afirmaba que *las cifras totales de participación en el deporte entre los escolares, muestran que ésta no es motivo de preocupación*. Vázquez (1992) sostenía que la participación masculina no había aumentado desde 1985, mientras que la participación femenina sí que aumentaba. Solar (1993) continuaba reiterando que el interés de los escolares por el deporte nunca había sido tan alto. Su actitud hacia el deporte era muy positiva, la demanda en aquel momento era muy fuerte. Dudaba de si en un futuro, sería capaz de alcanzar niveles más altos, tanto de participación como de rendimiento.

Hemos de darle la razón, en la actualidad, *los niveles de actividad física de los jóvenes constituyen un motivo de preocupación* (Cantera, 2000: 385). La experiencia y el sentido

común nos dice que existe un amplio porcentaje de alumnado que no realiza suficiente actividad física ni para mejorar o mantener su salud, ni para consolidar o crear hábitos de práctica física.

Debemos mencionar que los valores de práctica encontrados en diferentes países, tanto europeos como americanos, es menor de lo que sería conveniente para obtener beneficios en la salud física y psicológica de nuestros niños y adolescentes, encontrando entre ellos problemas de sedentarismo o de inactividad física (Castillo y Balaguer, 2001; Cantera y Devís, 2002).

La práctica deportiva fuera del horario escolar, en la actualidad, se sitúa en torno al 72% en el alumnado de la actual Educación Secundaria Obligatoria, según Mendoza y cols. (1994). Para García Ferrando (1996), el porcentaje de población menor de 16 que afirma hacer deporte una o dos veces por semana es del 70%, mientras que para Guerrero (2000) es del 74%.

Mendoza (2000) da un pasito más en la concreción de la actividad física realizada y afirma que los estudiantes españoles de entre 11 y 18 años que realizan actividad deportiva extraescolar varios días por semana, o diariamente, son un 57%. Mientras que según el mismo autor, un 16% afirma realizarlo diariamente. Para Guerrero (2000), es un 29% de los escolares de 11 a 14 años, los que practican con una frecuencia semanal, mientras que el 22% lo hace diariamente.

El género es factor condicionante a la hora de realizar actividad física (García Ferrando, 1993, 1997, 2001; Castillo y Balaguer, 2001; Ruiz Juan 2001). Si estudiamos la práctica deportiva según el sexo y haciendo incidencia en valores cuantitativos, podemos decir que existe una gran diferencia entre sexos, puesto que las mujeres que no practican para García Ferrando (2001) son un 79%, por un 59% de no practicantes entre los hombres.

De cualquier modo, los datos anteriores nos permiten afirmar que los chicos practican más que las chicas, a mayor edad, menor práctica (Mendoza, 2000; Ruiz Juan, 2001; Zabala, Lozano y Viciano, 2002). La tasa de práctica física femenina es sensiblemente menor que la masculina, seguramente por que nos encontramos dentro de un contexto social en el que el deporte de tiempo libre, el deporte practicado con el objetivo de la salud y la recreación, no está tan extendido como se podría esperar a causa de las circunstancias en las que se mueve la sociedad (García Ferrando, 1991).

METODOLOGÍA

Para conocer las prácticas físico deportivas que realiza la población escolar con edades comprendidas entre los 10 a los 16 años que vive en el espacio gestionado por el Servicio Comarcal de Deportes "Corredor del Ebro", utilizamos la metodología cuantitativa materializada a través de una de las técnicas más habituales: el cuestionario.

Debido a la técnica utilizada en el trabajo de campo, cuestionario autoadministrado de aplicación masiva, por aulas y con la presencia del encuestador, el número de cuestionarios será el mismo que el del total de la población, es decir, el número total asciende a 647.

En una investigación de carácter cuantitativo la interpretación de los datos debe realizarse mediante la aplicación de técnicas de análisis cuantitativo. Se analizaron los datos, tras ser tabulados y mecanizados informáticamente, mediante el paquete informático SPSS 11.5, que posibilitó la puesta en práctica de las técnicas estadísticas precisas para esta investigación.

En primer lugar, se recurrió al análisis de tipo descriptivo, es decir, a un análisis que permite analizar y describir el conjunto de datos o valores de una población. Tras el análisis descriptivo, pasamos al análisis inferencial que tuvo por objeto constatar el grado de asociación/relación entre las diversas variables controladas. Así, cuando el objetivo de la investigación se centra en constatar el grado de asociación/relación entre variables nominales y/o ordinales, se realizarán tablas de contingencia y la prueba de contraste χ^2 .

RESULTADOS

El 33,3% del alumnado declara que no ha realizado actividad física no organizada en un día laboral, por lo que el 66,7% afirma realizar alguna práctica física de forma libre. El

porcentaje de niñas que no realizaron actividad física es superior que el de niños (41,5% y 24,9% respectivamente).

A lo largo del fin de semana, el porcentaje de alumnos que afirman no haber realizado actividad física libre, desciende con relación a los días laborables (18,8%). Las chicas en el fin de semana, siguen siendo menos activas que los chicos. El 21,5% de las niñas afirma no haber realizado ninguna actividad, porcentaje que desciende hasta el 15,7% en los chicos.

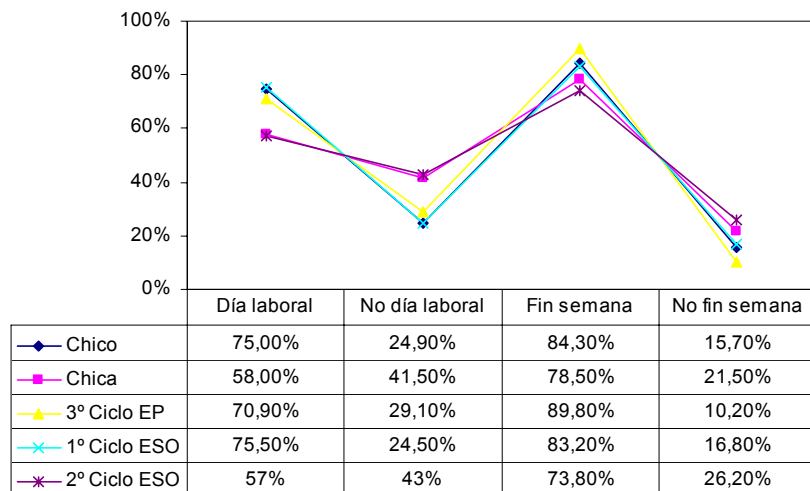


Figura 1. Realización de actividad física no organizada en función del sexo y ciclo educativo

Con relación al ciclo educativo observamos que los alumnos del 2° ciclo de la Educación Secundaria Obligatoria son menos activos en un día laboral que el resto de alumnos. Algo más de un setenta por ciento de alumnos de 1° ciclo de la Educación Secundaria Obligatoria y 3° ciclo de Educación Primaria afirma que sí han realizado actividades físico deportivas de forma libre.

En el fin de semana, sigue siendo el alumnado de 2° ciclo de la Educación Secundaria Obligatoria el menos activo (26%), seguidos por los del 1° ciclo de la Educación Secundaria Obligatoria (16%) y los más activos, los encontramos entre los alumnos y alumnas del 3° ciclo de Educación Primaria.

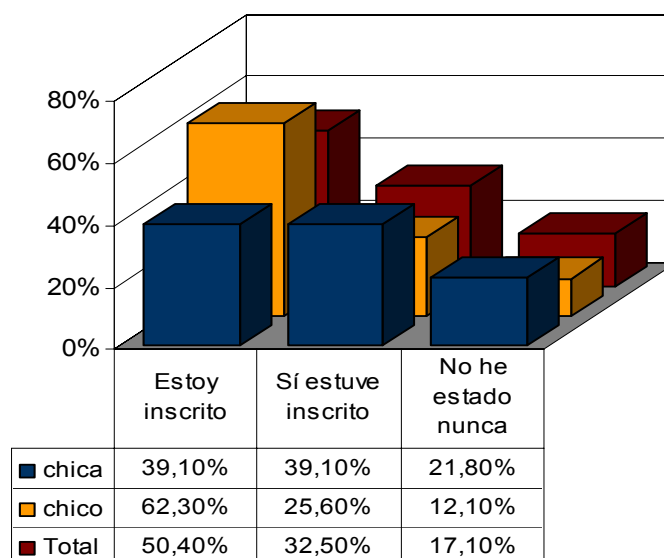


Figura 2. Adscripción a escuelas deportivas en función del sexo

La participación del alumnado en actividades físico deportivas extraescolares organizadas es de un 50,4%, por lo que la otra mitad, 49,6%, no realiza actividad física organizada. Teniendo en cuenta la variable sexo, al igual que ocurría con las actividades no organizadas que realizan en su tiempo libre, existe una relación estadísticamente significativa entre el sexo y la adscripción. Las chicas se inscriben menos (39,1%) que los chicos (62,3%). El abandono de las prácticas organizadas es mayor entre las niñas, casi un cuarenta por ciento ha abandonado este tipo de actividades. De igual forma, son más las que nunca han estado inscritas, un 21,8% por un 12,1%.

Relacionando ciclo educativo y adscripción a escuelas deportivas, observamos que a menor edad mayor participación, resultando que los alumnos del tercer ciclo de Educación Primaria, están inscritos en mayor proporción (47,5% de chicas y 70,5% los chicos), que los alumnos del segundo ciclo de Educación Secundaria Obligatoria (34% de chicas y 52,9% de chicos).

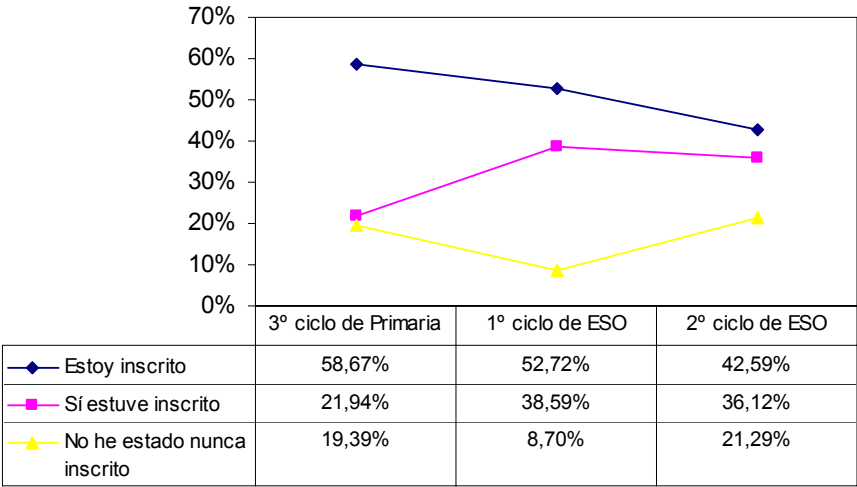


Figura 3. Adscripción a escuelas deportivas en función del ciclo educativo

El porcentaje de abandono es mayor entre los alumnos de Educación Secundaria que entre los de Educación Primaria. Destaca sobre el resto de ciclos educativos objeto de análisis, los alumnos que cursan el primer ciclo de la Educación Secundaria, al ser estos quienes han abandonado en mayor porcentaje que el resto de ciclos (38,59%).

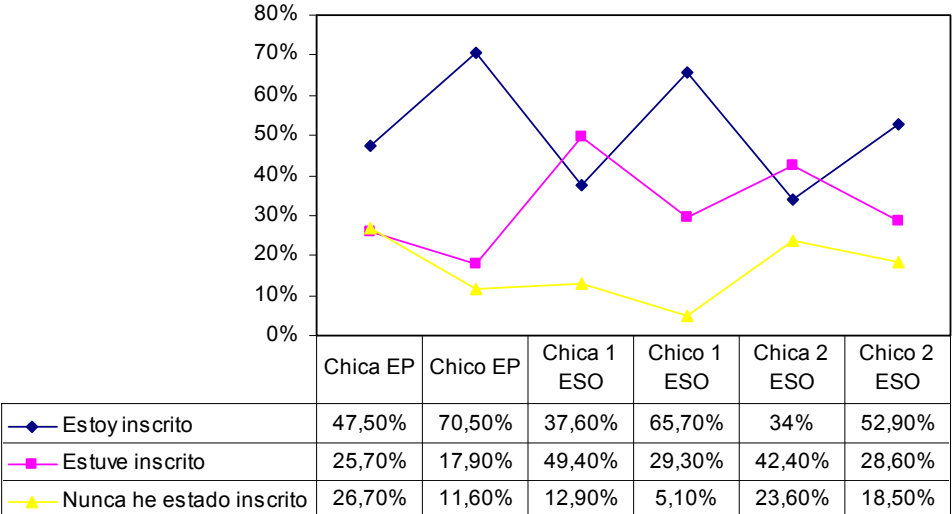


Figura 4. Adscripción a escuelas deportivas en función del ciclo educativo y el sexo

Si observamos de forma conjunta edad, ciclo y participación en actividades organizadas, vemos que siempre son los niños los que en mayor porcentaje disfrutan de estas actividades. Los porcentajes femeninos son muy inferiores en todos los ciclos. De igual forma puede verse que a mayor edad menor participación, tanto en niñas como en niños.

El abandono aumenta con la edad. Sin embargo, como hemos comentado anteriormente, el mayor porcentaje de abandono se da en el primer ciclo de la ESO, 49,4% entre las niñas y un 29,3% entre los niños, dato que debe ser tenido muy en cuenta.

CONCLUSIONES

El porcentaje de personas de 10 a 16 años que realizan actividad física de forma libre, al menos una vez por semana, podemos situarlo en torno al ochenta por ciento, siendo las niñas menos activas que los niños.

En relación a la práctica deportiva organizada, hemos visto que algo menos de un 50% expone estar inscrito en estas actividades, siendo menor el porcentaje de niñas que de niños. El factor edad determina igualmente la participación en estas actividades, los más jóvenes son los más activos.

Los centros de Secundaria son los que cuentan con menor porcentaje de participación entre su alumnado. Por el contrario los centros educativos de Primaria presentan los índices de participación más altos.

Son los alumnos de Primaria el grupo de edad más importante a la hora de crear hábitos deportivos por dos razones: la disposición natural que éstos tienen hacia el juego motor y por la influencia que agentes externos, especialmente padres y docentes, tienen en esta edad en la consolidación y desarrollo de la personalidad y el estilo de vida.

La labor de los centros educativos de Primaria y de sus docentes, nos parece esencial en el desarrollo de un sistema deportivo educativo cuyo fin es la consolidación del deporte práctica en contraposición a la única alternativa actual: sistema deportivo competición.

Es necesario realizar investigaciones que tengan como fin conocer y proponer alternativas al actual abandono que se da al pasar de la Educación Primaria a la Educación Secundaria, es decir, a los 12 años. Este dato es alarmante puesto que demuestra que el abandono ya no se produce al inicio de la etapa adulta, sino que se da en la adolescencia.

La oferta de actividades puede ser uno de los factores responsables del abandono prematuro que hemos podido constatar. Creemos que es preciso diversificar y mejorar la oferta, no solamente con actividades competitivas, sino de otro tipo, teniendo como grupo prioritario de actuación las niñas.

Creemos que es el modelo deportivo, al igual que ocurre en la mayoría de los casos, un modelo competitivo que restringe la participación, el responsable de la situación. Es preciso favorecer una práctica deportiva abierta a las necesidades actuales y a las expectativas futuras de los usuarios. Las diferentes organizaciones con competencias en materia deportiva en edad escolar, deben reflexionar sobre sus finalidades con el fin de adecuar las actividades a sus competencias y de esta forma enriquecer, tanto en variedad como en calidad, la oferta.

BIBLIOGRAFÍA

Cantera, M. A. (2000). *Promoción de la salud en el ámbito escolar. Implicaciones de un estudio sobre la actividad física de los adolescentes de la provincia de Teruel*. En Fete-UGT (Ed.). *Educación Física y salud. Actas del Segundo Congreso Internacional de Educación Física*. (pp. 383-398) Cádiz: Publicaciones del Sur.

Cantera, M. A. y Devís, 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 con adolescentes*. En *Apunts. Educación Física y deportes*. 67, 54-62.

Castillo, I., y Balaguer, I. (2001). *Dimensiones de los motivos de práctica deportiva de los adolescentes valencianos escolarizados*. En *Apunts. Educación Física y deportes*. 63, 22-29.

Delgado, C. (1994). *Propuesta de prioridades de actuación local en materia de deportes en la actual coyuntura: Gestión deportiva municipal*. En *Federación Española de Municipios y*

- Provincias (Eds) (1994). *VIII Jornadas Deporte y Corporaciones Locales*. (pp. 75-116). Madrid: Tecnología Gráfica.
- García Ferrando, M. (1991). *Societat, esport y dona*. En García, M. (1991) *Dona i esport*. (pp. 50-67). Barcelona: Ajuntament de Barcelona.
- García Ferrando, M. (1993). *Tiempo libre y actividades deportivas en la juventud en España*. Madrid: Ministerio de Asuntos Sociales.
- García Ferrando, M. (1996). *Las prácticas deportivas de la población española 1976-1996*. En Sánchez, R. y cols. (Eds.) *La actividad física y el deporte en un contexto democrático*.(1976-1996) (pp. 9-26) Pamplona: AIESAD.
- García Ferrando, M. (1997). *Los españoles y el deporte (1980-1995) Un análisis sociológico*. C.S.D. Valencia:Tirant lo blanch.
- García Ferrando, M. (2001). *Los españoles y el deporte. Prácticas y comportamientos en la última década del siglo XX: encuesta sobre los hábitos deportivos de los españoles*. Madrid: C.S.D.
- Guerrero, A. (2000). *Evolución del Deporte en edad escolar en España, antecedentes, situación actual*. En VV.AA. (2000) *I Congreso Nacional de Deporte en edad escolar*. (pp. 21-62) Dos Hermanas (Sevilla) .Excmo. Ayuntamiento de Dos Hermanas.
- Hernández, J. (1994). *Fundamentos del deporte: análisis de las estructuras del juego deportivo*. Barcelona: INDE.
- Mendoza, R., Ságrera, M., y Batista, J. M. (1994). *Conductas de los escolares españoles relacionadas con la salud*. Madrid: C.S.I.C
- Mendoza, R. (2000). *Diferencias de género en los estilos de vida de los adolescentes españoles: implicaciones para la promoción de la salud y para el fomento de la actividad físico-deportiva*. En Fete-UGT (Ed.). *Educación Física y salud. Actas del Segundo Congreso Internacional de Educación Física*. (pp. 765-790) Cádiz: Publicaciones del Sur.
- Ortega, R. y Pujol, P. (1997). *Estilos de vida saludables: Actividad Física*. Madrid: Ergon.
- Ruiz Juan, F. (2001). *Análisis diferencial de los comportamientos, motivaciones y demanda de actividades físico-deportivas del alumnado almeriense de enseñanza secundaria post obligatoria y de la universidad de Almería*. Almería: Universidad de Almería. Servicio de Publicaciones.
- Sánchez Bañuelos, F. (2000). *Análisis del deporte en edad escolar y una alternativa para el futuro*. En VV.AA. (2000). *I Congreso Nacional de Deporte en edad escolar*. (pp. 63-79) Dos Hermanas (Sevilla) .Excmo. Ayuntamiento de Dos Hermanas.
- Solar, L. (1993). *El Deporte en la edad escolar*. En VV.AA. (Eds.). *El deporte en la edad escolar. Actas de las VII Jornadas de Deporte y Corporaciones Locales*. (pp. 119-126) Madrid: F.E.M.P.
- Vázquez, B. (1992). *La presencia de la mujer en el deporte español*. En Consejo Superior de Deportes, Ministerio de Educación y Ciencia, Secretaría de Estado de Educación, Ministerio de Asuntos Sociales e Instituto de la Mujer (Eds.). *El ejercicio físico y la práctica deportiva de las mujeres*. Madrid: Consejo Superior de Deportes, Ministerio de Educación y Ciencia, Secretaría de Estado de Educación, Ministerio de Asuntos Sociales e Instituto de la Mujer. Serie debate, 12, 9-15.
- Zabala, M., Lozano, L. y Viciano, J. (2002). *La práctica deportiva extralectiva y extraescolar y su relación con la Educación Física lectiva desde la perspectiva de profesores y alumnos de ESO*. En Fete-UGT. *Educación Física, ocio y recreación. Actas del Tercer Congreso Internacional de Educación Física*. (pp.807-820). Cádiz: Santa Teresa, Ind. Gráficas.