

## 1. DISCUSIÓN

Siguiendo la línea desarrollada en la presentación de los resultados, hemos centrado la discusión en los dos bloques temáticos fundamentales, la práctica de actividades físico-deportivas y las motivaciones que guían el comportamiento físico-deportivo de los estudiantes de la Universidad de Murcia, atendiendo a un conjunto de factores que van a influir sobre estas variables, como son: los datos sociodemográficos, las instalaciones deportivas utilizadas, el tipo de práctica realizada, el interés hacia el deporte, el concepto de deporte, la competencia motriz percibida, la valoración de las clases de Educación Física recibidas, y la oferta de actividades físico-deportivas de la Universidad.

### 1.1. LA PRÁCTICA DE ACTIVIDADES FÍSICO-DEPORTIVAS

Los trabajos desarrollados en España evidencian que aquellos jóvenes con niveles culturales altos son los que realizan más actividad física (Sánchez-Barrera y cols., 1995; García Ferrando, 2001). Sin embargo, la proporción de practicantes involuciona al aumentar la edad, hasta llegar un momento en el que la disminución de practicantes es elevada, coincidiendo con la franja de edad de 18 a 25 años. En otras palabras, el inicio de una carrera universitaria va a implicar una disminución de los niveles de actividad física, que se hace más patente entre las mujeres, por su menor preferencia por los aspectos vinculados al deporte y la competición (Bellmunt y cols., 1994; Madera y González, 2003; Segura y cols., 1999; Salguero, Tuero y Márquez, 2003). El comienzo de la vida universitaria, con el consiguiente aumento en la exigencia y dedicación de este nivel educativo y el traslado de localidad que puede llevar acarreada esta circunstancia, unidas a la falta de coordinación entre lo que podríamos denominar estructura deportiva y estructura académica va a favorecer la retirada del deporte (Madera y González, 2003; Salguero, Tuero, González y Márquez, 2003). Basándonos en esta premisa, hemos llevado a cabo la presente investigación en un intento de profundizar más en la realidad concreta de la práctica físico-deportiva en esta comunidad educativa de la Universidad de Murcia.

#### 1.1.1. Datos sociodemográficos

El análisis de la muestra de estudiantes de la Universidad de Murcia utilizada para esta investigación, revela que la media de edad es de 21,93 años, de los cuales el 61,6% son mujeres y el 38,4% hombres. Con el objeto de facilitar los análisis posteriores se ha distribuido la muestra en dos grupos de edad, el primero de los cuales comprende los alumnos menores de 21 años (51,1%), entre los que predominan las chicas, mientras que el segundo grupo incluye los alumnos que

tienen de 22 años en adelante (48,9%), donde el género dominante es el masculino.

Además, se ha llevado a cabo la distribución del alumnado atendiendo a las 50 especialidades presentes en la Facultad de Murcia, donde los alumnos matriculados se reparten en los siguientes cursos: el 21,10% en 1º, el 20% en 2º, el 29% en 3º, el 15,70% en 4º y el 14,20% en 5º curso.

Aparece un escaso porcentaje de alumnos que poseen alguna titulación deportiva (8,9%), aunque se aprecia un ligero predominio de los hombres sobre las mujeres en esta cuestión, tal y como ya adelantaban Moreno y cols. (1996a), en su trabajo con los estudiantes de la especialidad de Educación Física de la Universidad de Murcia.

En efecto, pocos son los practicantes de actividades físico-deportivas que poseen alguna titulación deportiva, frente a la totalidad de los no practicantes que carecen de ellas. De hecho, los datos indican que el 16,6% de los practicantes de actividades físico-deportivas de nivel avanzado y el 40,3% de nivel experto poseen alguna titulación deportiva, frente a la casi totalidad de los principiantes que no tienen ninguna, lo cual sugiere la existencia de una relación de dependencia, entre la posesión de un mayor nivel de conocimientos asociado a la adquisición de una titulación deportiva y una percepción más positiva de su nivel de ejecución o habilidad dentro de una determinada actividad físico-deportiva.

### ***1.1.2. Características de la práctica físico-deportiva***

Numerosos autores (Moreno y cols., 2003; Mowatt y cols., 1988; Ponseti y cols., 1998) han demostrado que las actitudes hacia la actividad física son más positivas a medida que ésta se practica con mayor frecuencia. De ahí la importancia de analizar, en primer lugar, los niveles de práctica de la población de estudiantes de la Universidad de Murcia.

Al investigar la práctica del alumnado universitario, comprobamos que uno de cada dos alumnos declara participar en alguna actividad físico-deportiva. Entre los no practicantes, debemos destacar que 7 de cada 10 dicen haber practicado anteriormente. Así, la mayoría de los hombres son practicantes de alguna actividad física o deporte; en cambio, las mujeres son las que menos practican en la actualidad (García Ferrando, 2001; Gutiérrez, 1995; París, 1996; Ruiz y García, 2002).

De hecho, el Centro de Investigaciones Sociológicas (1997) y García Ferrando (2001) afirman que la tasa de práctica de la población española que tiene de 18 a 24 años es del 52%. Justificando este fuerte descenso al traspasar los 17 años, porque los jóvenes o bien abandonan los estudios o bien inician estudios de carácter profesional o universitario con las limitaciones que ello implica.

Contrariamente a estos resultados, Añó (1995a), Sánchez-Barrera y cols. (1995), García Ferrando (1991, 1996, 1998), Hellín (2003) y Reyes y Garcés de los Fayos (1999) muestran niveles significativamente más bajos de práctica físico-deportiva que los que acabamos de mencionar en esta investigación. Destacando que en los trabajos realizado por Reyes y Garcés de los Fayos (1999) dentro de la población de estudiantes universitarios de la Región de Murcia, el número de hombres ha sido muy escaso y es muy alto el número de mujeres que hacen deporte en edad universitaria comparando con otras investigaciones. Mientras que en el estudio de Hellín (2003) sobre la población murciana, las personas que no practican ningún tipo de actividad físico-deportiva superan ligeramente a los que practican, siendo significativamente importante el número de personas que ha abandonado la práctica físico-deportiva.

Así, si bien se puede hablar de un continuado incremento de la práctica deportiva en los últimos 25 años, en la última década de los años 90 sigue siendo mayoritaria la población española que no practica ningún deporte, claro estancamiento que en porcentajes absolutos abarca desde el 34% en 1985 y el 35% en 1990 al 38% en 2000 (García Ferrando, 2001).

Mencionar la existencia de otros estudios que van a establecer niveles de práctica superiores entre los estudiantes universitarios, como es el caso de Abadía (1995), Gutiérrez (1995), Torre y cols. (1995), Parera y Solanellas (1998) Sánchez y cols. (1998), Gutiérrez y cols. (1999a), Moreno y cols. (1996a, 1996b, 2003), Pavón (2001), Ruiz y cols. (2001) y Ruiz y García (2002), autores que confirman, además, la idea de que la práctica deportiva está más extendida entre los hombres que entre las mujeres. En concreto, en el estudio longitudinal de Ruiz y García (2002), se puede confirmar el creciente proceso de abandono entre las mujeres universitarias pasados dos años.

La incorporación masiva de la mujer a la Universidad no ha tenido un reflejo igual en la práctica deportiva universitaria, tres veces superior en los hombres que en las mujeres (París, 1996). Las causas de este comportamiento están relacionadas con la posición de la mujer en la sociedad y el rol que ésta le asigna, así como las relativas a la propia naturaleza de la actividad físico-deportiva

(Vázquez, 1993). Como señala París (1996), las actividades competitivas mueven todavía mucha más gente en las Universidades que las de promoción y recreación. Destacando en este tema las opiniones de Flintoff y Scraton (2001) y Ruiz y cols. (2000), que defienden que aunque los niveles de práctica son inferiores entre la población femenina, las mujeres se involucran en las actividades físicas durante el tiempo libre en un rango que las definiría como activas, debido a la influencia positiva del discurso contemporáneo sobre los beneficios saludables del ejercicio.

Siguiendo los trabajos desarrollados sobre esta cuestión, también debemos destacar aquellas investigaciones que afirman que a medida que aumenta la edad se realiza menos actividad física (García Ferrando, 1984, 1990; Hellín, 2003; López y González, 2001; Piéron y cols., 1999; Procris-joven, 1999; Ruiz y García, 2002; Sánchez-Barrera y cols., 1995; Sanz y cols., 2003), ya que, por el contrario, en nuestro estudio comprobamos como, mientras la mayoría de los menores de 21 años se declaran no practicantes, un porcentaje ligeramente superior de los mayores de 22 años son practicantes de actividades físico-deportivas.

Coincidiendo con los estudios que establecen diferencias entre el grado de interés por la actividad físico-deportiva y los niveles de práctica existentes en la realidad (Añó, 1995a; García Ferrando, 1998, 2001; Moreno y cols., 2003; Ruiz y cols., 2001), encontramos en nuestro trabajo que de todos los alumnos que manifiestan que les gusta el deporte, sólo algo más de la mitad son practicantes de alguna actividad física; en cambio, la mayoría de aquellos a los que no les gusta el deporte no practican ninguna actividad físico-deportiva. Además, entre los que han abandonado la práctica en la actualidad, declaran que han practicado con anterioridad aquellos a los que les gusta el deporte, mientras que, los estudiantes a los que no les gusta el deporte manifiestan que nunca han practicado ninguna actividad física o deporte.

En cuanto a la preferencia de los practicantes universitarios por los deportes individuales o por los colectivos, observamos una clara orientación hacia los primeros, lo cual corrobora las afirmaciones realizadas por Parera y Solanellas (1998) y Rice (1988) sobre el carácter marcadamente individual de las actividades físico-deportivas en la etapa universitaria. Por otra parte, los resultados de Hellín (2003) muestran que la práctica de actividad físico-deportiva de carácter colectivo es más común entre los jóvenes de 15 a 25 años, afirmando que a medida que se incrementa la edad se tiende a realizar más actividad física de carácter individual (García Ferrando, 1990; López-Cózar y cols., 2002).

En concreto, es interesante observar como los estudiantes de la Universidad de Murcia se decantan por la práctica del fitness, seguido del fútbol y la natación, coincidiendo con otros trabajos realizados con universitarios (Añó, 1995b; García Ferrando, 1996; Madera y González, 2003; Moreno y Gutiérrez, 1998b; Parera y Solanellas, 1998; Pavón, 2001; Sánchez y cols., 1998), donde variando el orden de aparición se van a mencionar como las actividades físico-deportivas más demandadas: el fútbol, la natación, el baloncesto, el aeróbic y la gimnasia.

Debemos aclarar, no obstante, que los deportes colectivos son elegidos por los avanzados (baloncesto y fútbol), frente a los dos tercios de los principiantes que optan por los deportes individuales (fitness, footing y ciclismo). Únicamente los expertos eligen practicar artes marciales. Al indagar sobre las actividades físicas elegidas en función de su interés por el deporte, comprobamos que el fútbol es la actividad preferida por los practicantes de actividades físico-deportivas a los que les gusta el deporte, siendo el fitness la actividad elegida por los practicantes a los que no les gusta el deporte. Justificando quizás estos resultados porque es en esta última actividad donde se concentran características como el establecimiento de horarios fijos, el trabajo en grupo y el uso de una instalación cubierta, necesarias para compensar el escaso interés de este grupo por el deporte.

El Centro de Investigaciones Sociológicas (1997) y García Ferrando (1998, 2001) coinciden en líneas generales con estos resultados, que van a confirmar además, las tendencias de cambio que en los últimos años han hecho de la natación recreativa la práctica más popular, seguida del deporte que más recursos moviliza en España, el fútbol, y del espectacular incremento del ciclismo, de la gimnasia de mantenimiento y el montañismo. De hecho, en la actualidad se aprecia una gran demanda de actividades físicas y deportivas, en parte debido a una nueva conciencia social sobre la salud, el cuidado del cuerpo y la imagen física, y en parte, por la aparición de nuevos motivos de práctica, como es el caso de las actividades físico-deportivas en el medio natural que conllevan emociones, aventuras y ciertos niveles de riesgo (Gutiérrez y González, 1995; García Ferrando, 1996; Moreno y Gutiérrez, 1998a). Para el doctor García Ferrando (2001), estas actividades ejemplifican perfectamente los cambios que se están consolidando en los hábitos de tiempo libre y ocio de la población, con una clara retirada de los deportes de mayor tradición federativa y competitiva que refuerzan su carácter de deporte espectáculo a la vez que disminuyen los practicantes aficionados, con la excepción del fútbol, y el auge de las actividades físico-deportivas de recreación y salud, tanto en instalaciones cerradas como en espacios naturales, que se adaptan muy bien a las posibilidades y necesidades de la población urbana.

Las diferencias aparecen entre las características de la actividad física realizada por los chicos y las chicas, como confirman Busser y cols. (1996) y Gili-Planas y Ferrer-Pérez (1994). Los hombres se decantan por la práctica del Fútbol, el Baloncesto y el Atletismo; mientras que las mujeres prefieren el Fitness, la Natación, y el Footing (Abadía, 1995; Gili-Planas y Ferrer-Pérez, 1994; Sánchez-Barrera y cols., 1995). En concreto, los hombres demandan más deportes colectivos, mientras que las mujeres prefieren los deportes individuales (Hellín, 2003, Ruiz y cols., 2000). Por el contrario, Soto y cols. (1998) muestran en su investigación, la preferencia de las chicas por aquellas actividades de carácter más cooperativo y menos individualista, frente a los intereses de los chicos que se centran en actividades de carácter más activo y competitivo.

Cuando orientamos nuestro trabajo hacia el momento de mayor satisfacción de los practicantes universitarios, éstos van a responder que están más satisfechos por el “placer de practicar en sí mismo”, “por motivos de salud” y “por el sentimiento de equipo y de estar con mis amigos”. Sin embargo, los niveles más altos de disconformidad los encontramos en “por el apoyo y el estímulo de mis padres”, por “mostrar que soy mejor que otros de mi edad o equipo” y “por trabajar duro en la práctica”. Conclusiones similares a las obtenidas por Wiersma (2001) con jóvenes atletas norteamericanos de 14 deportes diferentes.

No obstante, las diferencias por géneros se extienden también al momento de mayor satisfacción proporcionado por la práctica físico-deportiva, así, los hombres van a mostrar satisfacción por motivaciones diferentes a las del sexo femenino, como el hecho de jugar mejor que en prácticas anteriores y trabajar duro en la práctica, mientras que las mujeres no sienten satisfacción por este motivo al practicar actividades físico-deportivas.

La misma relación se establece con la satisfacción proporcionada por demostrar que son mejores que otros compañeros de su equipo durante la práctica deportiva, por la tensión de la competición, y por el sentimiento de equipo, con opiniones favorables por parte de los chicos. Mientras que, por el contrario, los motivos de salud reflejan el momento de mayor satisfacción para las alumnas (Blasco y cols., 1996; Castillo y Balaguer, 2001; Castillo y cols., 2000; García Ferrando, 1998; Torre, 1998; Vázquez, 1993).

A medida que se va incrementando el nivel de práctica, observamos como va convergiendo la opinión del alumnado hacia las características y satisfacciones asociadas al deporte de competición. Así, el momento de mayor satisfacción durante la práctica físico-deportiva para los principiantes viene dado por la mejora

de la salud, mientras que, para los avanzados es prioritaria la tensión de la competición y el sentimiento de equipo y de estar con los amigos, y para los expertos, mostrar que son mejores que los compañeros, trabajar duro en la práctica, la tensión de la competición, y el apoyo y el estímulo de los padres.

En un intento de conocer el tipo de práctica físico-deportiva que realizan los practicantes de la Universidad de Murcia, podemos decir que los valores más bajos se refieren a las actividades dirigidas en la Universidad, ya que los universitarios prefieren en su mayoría practicar por su cuenta con los amigos, por su cuenta en solitario y como actividad dirigida en un gimnasio, siguiendo las tendencias manifestadas por Cañellas y Rovira (1995), Weinberg y Gould (1996), el Centro de Investigaciones Sociológicas (1997), Moreno y Gutiérrez (1998b), Pavón (2001) y Reyes y Garcés de los Fayos (1999). Quizás, como indica Miquel (1998), una posible interpretación de este resultado vendría dado por la gran importancia del respaldo social en la adopción y mantenimiento de hábitos de ejercicio.

Cuando se analiza en función del género, los chicos practican por su cuenta con los amigos, realizan actividades dirigidas en un club federado y practican las actividades dirigidas en la Universidad. Por el contrario, las actividades dirigidas en un gimnasio privado atraen a las chicas. Lo cual nos permite afirmar que las mujeres se adhieren a los contextos de práctica organizados, mientras que los hombres se decantan en primer lugar por ambientes no organizados, en clara contradicción con las conclusiones de Serrano y Navarro (1998).

Además, al especificar el tipo de práctica que realizan en relación a la edad, es necesario recordar que un pequeño porcentaje de los mayores de 22 años elige las actividades dirigidas en la Universidad y se decanta por la utilización de las instalaciones deportivas de la Universidad de Murcia para la práctica, frente a la totalidad de los menores de 21 que rechazan participar en las instalaciones y las actividades ofertadas por su Universidad.

Al preguntar a los practicantes de actividades físico-deportivas por la forma de realizar su práctica teniendo en cuenta su nivel, nos encontramos con que los principiantes prefieren practicar por su cuenta, los avanzados van a elegir las actividades dirigidas en un club federado, y los expertos se van a centrar en las actividades dirigidas en la Universidad y en las pertenecientes a los clubes federados.

Las condiciones especiales provocadas por el horario académico de un estudiante universitario, van a determinar su preferencia por la práctica de

actividades físico-deportivas durante la semana, especialmente los lunes, seguido del miércoles y el viernes; mientras que el domingo se convierte en el día de la semana menos utilizado para la práctica físico-deportiva, lo que coincide con los resultados obtenidos por Moreno y Gutiérrez (1999) al analizar los patrones de uso de las instalaciones acuáticas cubiertas de la Comunidad Valenciana, y por Pavón (2001), que estudia los hábitos de los Universitarios de Murcia, Valencia y Almería.

También comprobamos como la mayoría de los practicantes encuestados destinan una hora o menos a realizar actividades físico-deportivas en cada sesión de práctica, principalmente entre los principiantes y los mayores de 22 años, ya que los alumnos de nivel avanzado y experto, y los menores de 21 prefieren practicar más de una hora en cada sesión. Hecho que contrasta con el trabajo de Segura y cols. (1999), donde el promedio de actividad física diaria es superior a 60 minutos.

Curiosamente, los practicantes universitarios a los que les gusta el deporte realizan sesiones de más de una hora y se consideran de nivel avanzado, frente a los que no les gusta el deporte que practican durante una hora o menos y se clasifican de nivel principiante. Comportamiento que quizás se explique por la relación de dependencia existente entre el aumento del nivel de práctica y el incremento del interés por la práctica.

Al preguntar a los practicantes universitarios sobre las horas del día durante las que suelen realizar actividad física o deporte, observamos dos picos de actividad: un pequeño incremento de la actividad en torno a las 10 horas de la mañana y una clara preferencia por la actividad deportiva durante la tarde-noche, concretamente a las 20 horas, seguida de las 21, las 19 y las 18 horas (Hellín, 2003).

No obstante, no se encuentran diferencias significativas entre ambos géneros en la elección de la franja horaria, observando un interés generalizado por las últimas horas de la tarde. Resultados que, al ser comparados con el mencionado trabajo de Moreno y Gutiérrez (1999), difieren en que ellos sí encuentran una diferente utilización de la instalación en función del género, las mujeres asisten más por la mañana, mientras que por la tarde la mayor afluencia corresponde al género masculino, a pesar de la coincidencia en el horario de máxima asistencia: de 9 a 10 h de la mañana y de 19 a 22 h de la tarde-noche.

Si tenemos en cuenta el tiempo de práctica, las horas del día durante las que suelen realizar actividad física los que practican una hora o menos, son las 20

horas, seguida de las 21 horas y las 19 horas. Para los que practican sesiones de más de una hora de actividad física, las horas elegidas son las 20, las 21, las 10 y las 18 horas.

En cuanto a la opinión manifestada por los alumnos, sobre cómo perciben su nivel en las actividades físico-deportivas practicadas, comprobamos que coincide con los datos aportados por Gutiérrez y cols. (1999a) y Pavón y cols. (2003b), donde la mayoría de los universitarios encuestados se consideran avanzados, seguidos de los principiantes y, por último, de los alumnos expertos. Además, coincidiendo con los estudios de Lantz y Schroeder (1999), Miller y cols. (2000), Procris-joven (1999), Ryckman y Hamel (1995) y Spaeth y Schlicht (2000), certificamos que las mujeres se autoperceben en mayor medida de nivel principiante, siendo por tanto, los hombres los que se encuadran dentro de los grupos de avanzados y expertos.

Cuando preguntamos a los estudiantes que realizan actividades físico-deportivas sobre la titulación de la persona que les dirige la práctica, la mayoría de los alumnos encuestados manifiesta que realizan prácticas no dirigidas. No obstante, las titulaciones mencionadas en mayor medida, fueron la de monitor y entrenador deportivo, siendo las menos representadas las de animador deportivo y Maestro Especialista en Educación Física (Hellín, 2003). De esta manera, conforme aumenta el nivel de práctica se va a incrementar el nivel de exigencia, en consecuencia, los principiantes prefieren, en primer lugar, las prácticas no dirigidas, mientras que los avanzados y los expertos se decantan por las prácticas dirigidas por entrenadores deportivos. Sin embargo, los resultados obtenidos van a confirmar las conclusiones de París (1996) y Quesada y Díez (1998), donde a pesar de la continua finalización de Licenciados y Maestros Especialistas en Educación Física en las distintas Universidades españolas, se cifra la cualificación universitaria del personal de los Servicios de Deportes Universitarios en sólo un 23%, porcentaje de formación que en esta investigación únicamente alcanza el 4,8%.

En el año 1996, García Ferrando ya adelantaba que la mayor parte de los universitarios no poseían licencia federativa, ya que preferían la práctica de actividades físico-deportivas por su cuenta, siendo minoría los que practicaban como actividad de un centro de enseñanza, club o asociación. Comprobamos en este estudio, que los alumnos federados o asociados a alguna agrupación deportiva alcanzan valores bajos, donde entre los que no poseen licencia federativa en la actualidad, el 34,6% había estado federado alguna vez con anterioridad, mientras que el 65,4% nunca ha estado federado.

Estos resultados son muy similares a los encontrados por Cañellas y Rovira (1995) entre la población adulta barcelonesa, por el Centro de Investigaciones Sociológicas (1997, 2000), sobre la población española de 18 o más años y por Abadía (1995), Gutiérrez y cols. (1999b), Pavón (2001) y Reyes y Garcés de los Fayos (1999) dentro de la población de estudiantes universitarios, valores que, como cabía esperar, son inferiores a los encontrados por Gil y cols. (2000), Moreno y cols. (1996a) y Serón y cols. (1994), entre los estudiantes universitarios de la especialidad de Educación Física.

La explicación que da García Ferrando (2001) en sus estudios longitudinales, va encaminada a confirmar que existe un mayor nivel de practicantes que de afiliados en clubes o federaciones, es decir, nos encontramos en un país con un bajo nivel de asociacionismo deportivo, donde apenas existe relación entre el porcentaje de práctica deportiva, la población y el número de licencias federativas, ya que el deporte formalmente organizado no mantiene una relación proporcional con la práctica real y popular de ese deporte. Hecho que para este autor se explica porque continúa siendo mayoritaria la población que practica por su cuenta, en tanto que es minoritaria la población deportiva que realiza deporte como actividad de un club o una asociación deportiva.

Estos niveles bajos de asociacionismo deportivo todavía descienden más en el caso concreto del género femenino, tal y como apuntaban García Ferrando (1991) y París (1996). Este comportamiento se justifica debido al interés de los varones por el deporte de competición que, en la mayoría de los casos, requiere de licencia federativa para su práctica (García Ferrando, 2001). Concretamente en nuestro trabajo, el 20,7% de los varones están federados, frente al 92% de las mujeres que no están federadas. Además, la mitad de los varones que actualmente no están federados, ha estado federado antes; mientras que, la mayoría de las mujeres nunca han estado federadas para la práctica físico-deportiva. Sánchez y García (2001) confirman la relación existente entre el género y la participación en las asociaciones, basándose en las diferencias motivacionales que llevan a las mujeres a preferir las asociaciones religiosas mientras los hombres se decantan por las deportivas, políticas y de ocio.

Si consideramos el nivel de práctica de la muestra, vemos con claridad que los principiantes presentan las tasas más bajas de asociacionismo, frente a los porcentajes más altos del grupo de avanzados y expertos. Lo cual corroboraría la idea de García Ferrando (2001) de que el deporte de competición prevalece al aumentar el nivel de práctica, siendo necesaria la pertenencia a alguna asociación o federación deportiva para poder intervenir en su participación, frente al deporte recreativo preferido por los principiantes.

Por otra parte, en el curso académico analizado, algo más de la mitad del alumnado encuestado ha comenzado la práctica de algún tipo de actividad físico-deportiva (entre los que destacan los alumnos de nivel experto), siendo ligeramente inferior el porcentaje de alumnos que no ha iniciado ninguna (con predominio de los alumnos de nivel avanzado).

### **1.1.3. Opinión sobre la práctica físico-deportiva**

Partiendo de las ideas defendidas por autores como Adams y Brynteson (1992, 1993), que relacionan la participación en programas de Educación Física, con cómo perciben el valor del ejercicio, con qué frecuencia se ejercitan y con la cantidad de actividad física realizada por los asistentes, en esta investigación valoramos la importancia y el interés que sentían hacia los programas de Educación Física y Deportes los estudiantes de la Universidad de Murcia. Destacando que casi la mitad de los encuestados se sienten competentes para la práctica de actividades físico-deportivas, seguidos de aquellos a los que no se les da bien la práctica deportiva, y los que consideran que dominan con eficacia la práctica motriz.

La menor experiencia de los alumnos menores de 21 años condiciona su valoración de la práctica físico-deportiva, ni se les da bien ni se sienten competentes para realizarla, siendo los mayores de 22 los que afirman que se les da bien y que se sienten competentes para la práctica de la actividad física y el deporte. También comprobamos como va aumentando su nivel de autopercepción a medida que se avanza en el nivel de práctica. Por ello, los principiantes afirman que los demás piensan que no son coordinados, que no dominan la práctica físico-deportiva, que no se sienten competentes, y que no se les da bien la actividad física. Los alumnos de nivel avanzado opinan que se les da bien la práctica, se sienten competentes y dominan la práctica con eficacia. Y, por último, los expertos consideran que se les da bien, que dominan con eficacia la práctica de actividades físicas o deportes y que los demás piensan que son coordinados.

En la actualidad, estudios como los de Lantz y Schroeder (1999) y Miller y cols. (2000), muestran que los hombres manifiestan mayor implicación deportiva que las mujeres; ya que la identidad atlética está positivamente relacionada con la masculinidad y negativamente con la feminidad. Este hecho, unido a la baja satisfacción en el deporte, con valores inferiores entre las chicas, indica la necesidad de reconstruir el deporte actual desde una perspectiva que profundice en los valores democráticos alejados de estereotipos sexistas (Rosich, 1999).

De hecho, cuando en nuestro trabajo preguntamos a los chicos sobre esta cuestión, ellos se autodefinen afirmando que se les da bien la práctica deportiva, que se sienten competentes para la práctica, y que dominan con eficacia la práctica de actividades físicas o deportes, mientras que las mujeres opinan todo lo contrario.

#### **1.1.4. Características de las instalaciones deportivas**

En general, las instalaciones preferidas por los estudiantes universitarios son los lugares públicos, las que pertenecen a los clubes o gimnasios privados, las de los Ayuntamientos o Comunidad Autónoma, las universitarias y, en menor medida, las existentes en los colegios o institutos de secundaria. Datos que no difieren en gran medida de los encontrados por Vázquez (1993), el Centro de Investigaciones Sociológicas (1997), García Ferrando (1996, 2001) y Pavón (2001), donde predominan las instalaciones públicas de carácter municipal, los espacios públicos al aire libre y las instalaciones privadas.

Si centramos nuestra atención en el tipo de instalaciones utilizadas para la práctica deportiva, podemos apreciar porcentajes muy similares entre los que utilizan las instalaciones cubiertas y los que prefieren las instalaciones al aire libre, lo cual parece avalar la opinión de París (1996), que afirma que el deporte practicado no está en función de las instalaciones deportivas, o la de otros autores, como Añó (1995a) y Cañellas y Rovira (1995), que afirman que los factores infraestructurales influyen en la práctica, pero no provocan el abandono ni impiden su realización, ya que no podemos obviar que un porcentaje todavía elevado de alumnos hace deporte fuera del marco universitario. Por el contrario, otras tendencias aparecen en trabajos como los de Weinberg y Gould (1996) y Llopis y Llopis (1999b), donde se va a citar la falta, insuficiencia o inadecuación de las instalaciones como el motivo principal para dejar de hacer deporte.

Al diferenciar por género, destacamos que los hombres eligen los lugares públicos, las instalaciones deportivas del Ayuntamiento o la Comunidad Autónoma, las de la Universidad, y las pertenecientes a los colegios o Institutos para su práctica, mientras que las mujeres optan por los clubes o gimnasios privados en primer lugar. Es decir, los hombres prefieren las instalaciones al aire libre, mientras las mujeres se decantan más por las instalaciones cubiertas.

Si tenemos en cuenta el nivel de los practicantes de actividades físico-deportivas, comprobamos que los lugares públicos son los elegidos por los principiantes para la práctica deportiva, las instalaciones del Ayuntamiento o Comunidad Autónoma son las preferidas de los avanzados, y las pertenecientes a

los clubes o gimnasios privados son utilizadas por los expertos. Además, las instalaciones cubiertas son elegidas, en su mayoría, por los alumnos de nivel avanzado.

En cuanto a la opinión de los estudiantes a los que les gusta el deporte, éstos prefieren las instalaciones al aire libre, sin embargo, los universitarios a los que no les gusta el deporte prefieren las instalaciones cubiertas, en clara consonancia con el tipo de actividad física elegida anteriormente.

### **1.1.5. Concepto de deporte**

A continuación se lleva a cabo un análisis del significado del término deporte para el alumnado universitario en un intento de relacionar el nivel de práctica físico-deportiva de este grupo concreto de población con la visión que tienen de las actividades físicas en el marco global de la sociedad, ya que los individuos con actitudes positivas y conocimientos básicos sobre los beneficios psicológicos del ejercicio, exhiben generalmente comportamientos de ejercicio físico más intensos y más frecuentes (Daley y Maynard, 2003; Mowatt y cols., 1988).

De esta manera, cuando interrogamos a los estudiantes universitarios sobre si les gusta el deporte, la inmensa mayoría contestan afirmativamente, aunque debemos diferenciar que casi la totalidad de los hombres afirman que les gusta el deporte, mientras que sólo un pequeño porcentaje de mujeres van a manifestar que no les gusta el deporte. En clara consonancia con el trabajo de Ruiz y cols. (2001), sobre el interés por la práctica de actividades físico-deportivas del alumnado universitario almeriense. Mientras que, por el contrario, el Centro de Investigaciones Sociológicas (1997) establece unos niveles de interés por el deporte claramente inferiores entre la población de más de 18 años.

Además, casi la totalidad de los universitarios analizados considera importante la Educación Física y el deporte en el conjunto de los aspectos que definen la vida de un país. Opinión que se confirma a medida que se incrementa la edad, lo cual contrasta con los datos de Moreno y cols. (2003), sobre la asociación entre la práctica de actividades físicas y la utilidad que se le da en el futuro, ya que no encontramos concordancia entre la importancia y el interés atribuido a la Educación Física y el porcentaje de practicantes entre la población adulta. Evidentemente, la Educación Física va a ser más importante para los practicantes que para los no practicantes (Moreno y cols., 2003). Es decir, frente a la opinión contraria de los no practicantes, para los universitarios que practican, la Educación Física y el deporte debe ocupar un lugar importante en el conjunto de aspectos que definen la vida de un país.

Prácticamente todos los universitarios encuestados asocian el deporte con el concepto de salud, coincidiendo con la opinión manifestada por el Centro de Investigaciones Sociológicas (1997) y Hellín (2003), seguido de aquellos que entienden el deporte como un medio para mantenerse en forma, los que utilizan el deporte como una válvula de escape y los que identifican el deporte por sus posibilidades de relación con los demás. Mientras que, sólo un mínimo porcentaje de la muestra considera que el deporte no aporta nada positivo.

En efecto, los chicos manifiestan estar de acuerdo con la idea de que el deporte es una válvula de escape, es un medio de relación con los demás, les permite mantenerse en forma, forma parte importante de su Educación, y les permite poner a prueba sus capacidades físicas; en tanto que, las chicas dicen tener poco o ningún interés hacia estas concepciones del deporte.

El concepto de deporte entre los practicantes de actividades físico-deportivas es totalmente opuesto al de los no practicantes, destacando para los primeros, la aportación positiva del deporte, la visión saludable del deporte, el mantenimiento de la forma física, la utilización del deporte como válvula de escape, las posibilidades de relación del deporte, los aspectos educativos del deporte, y la posibilidad de poner a prueba la propia capacidad física.

Como era de esperar, la concepción personal del deporte va a estar directamente relacionada con el nivel de los practicantes físico-deportivos y con el tipo de deporte que debe promocionar la Universidad de Murcia según la opinión de los alumnos encuestados, observando como las respuestas van a definir claramente los tres tipos de orientaciones deportivas existentes entre los universitarios. Así, en primer lugar, los estudiantes que están a favor de promocionar el deporte de rendimiento van a opinar que el deporte no es saludable y que les va a permitir poner a prueba sus capacidades físicas. Por el contrario, para los que prefieren que la Universidad fomente el deporte para todos, el deporte es equiparable al concepto de salud. Y, finalmente, los que desearían compartir los dos tipos de deporte van a destacar los valores sociales de este tipo de actividades, opinando que el deporte les permite mantenerse en forma, es una válvula de escape, les permite relacionarse con los demás, y es una parte importante de nuestra educación.

Teniendo en cuenta que el deporte es percibido como la actividad de ocio que aporta mayores beneficios (Hudgson y cols., 1995; Carron y cols., 1996; Weinberg y Gould, 1996; Brawley, 1999), interrogamos a los universitarios sobre las actividades que prefieren realizar en su tiempo libre, con el objeto de

conformar un marco global donde situar las actividades deportivas dentro de la estructura social.

Los datos evidencian que los universitarios prefieren realizar actividades deportivas, seguidos de las actividades sociales, las aficiones personales y las actividades culturales para ocupar su tiempo libre. Asimismo, la función que va a desarrollar el deporte como actividad de ocio es diferente para cada género, mientras los universitarios se decantan por las actividades deportivas, las universitarias se reparten entre las actividades sociales y las aficiones personales (Márquez y Zubiaur, 1990; Sanz y cols., 2003).

Los trabajos realizados por Reyes y Garcés de Los Fayos (1999) con estudiantes universitarios, y el "Informe sobre la juventud española" elaborado por el Centro de Investigaciones Sociológicas (2000), coinciden en la importancia de "*hacer deporte*" como la actividad que les gusta llevar a cabo fuera de casa cuando disponen de tiempo libre. Por el contrario, García Ferrando (2001) establece que entre las actividades de tiempo libre más frecuentes en España, al igual que ocurre en el resto de los países europeos, se encuentra en primer lugar "*estar con la familia*", seguida de otras actividades también de marcado carácter familiar como "*ver la televisión*", "*estar con los amigos*", "*leer libros y revistas*", "*escuchar música*" y "*oír la radio*". Mientras que "*hacer deporte*" como actividad de tiempo libre estaría situada en octavo lugar, por encima del deporte como espectáculo deportivo (Ispizua y Monteagudo, 1998).

Tal y como suponíamos, los estudiantes universitarios que practican regularmente eligen realizar en su tiempo libre actividades deportivas. Por el contrario, los no practicantes prefieren las actividades sociales, las aficiones personales y las actividades culturales.

#### **1.1.6. La oferta físico-deportiva de la Universidad**

Conocer la opinión del alumnado sobre la oferta de actividades físico-deportivas llevada a cabo dentro del marco de la Universidad de Murcia, constituye un punto de partida para intentar establecer las motivaciones que guían la práctica, así como la posible relación entre los medios, las infraestructuras y el currículum existente y la práctica de actividades físico-deportivas entre la población de estudiantes universitarios.

Así, los alumnos desmotivados superan con un amplio margen a los alumnos motivados para la práctica por la Universidad de Murcia, destacando que, son las mujeres quienes alcanzan los mayores índices de desmotivación,

frente a los hombres que se muestran los más motivados (Pavón, 2001). Entre los alumnos que se sienten motivados por la Universidad para la práctica físico-deportiva, sólo un pequeño porcentaje manifiesta que esto les ha provocado algún cambio de deporte o actividad física frente a la amplia mayoría que niega haber cambiado de actividad deportiva. Además, entre los motivos alegados para el cambio de actividad destacan que la oferta universitaria es más amplia, seguido de los que opinan que su percepción sobre la práctica ha cambiado, y de los que piensan que los programas ofertados por la Universidad son más motivantes.

También podemos afirmar que los alumnos consideran suficientes las instalaciones proporcionadas por su Universidad, mientras que los alumnos que opinan que las instalaciones deportivas que le ofrece su Universidad son insuficientes para cubrir la demanda, indican como propuestas para construir y mejorar: la construcción de una piscina cubierta, mejorar la dotación de instalaciones cubiertas o pabellones polideportivos, y aumentar las instalaciones o pistas al aire libre.

Si tenemos en cuenta el género, mientras los hombres consideran que son insuficientes, para las mujeres son suficientes las instalaciones deportivas existentes en la Universidad; a pesar de que el estudio de Proeres-Joven (1999), dice que las mujeres perciben menor accesibilidad a las instalaciones deportivas porque están preparadas para deportes masculinos, opinión compartida por Bellmunt y cols. (1994) y Ostrander (1998), para los que las mujeres no practican porque no encuentran el lugar adecuado donde hacerlo debido a la carencia de instalaciones deportivas. Si continuamos indagando vemos que en las instalaciones deportivas que es necesario construir o mejorar, los hombres señalan preferiblemente las instalaciones al aire libre y las mujeres las piscinas cubiertas, coincidiendo con sus preferencias de actividades físico-deportivas.

Atendiendo a su edad y preferencias personales, los universitarios mayores de 22 años se sienten motivados por la Universidad de Murcia para la práctica de actividades físico-deportivas, y quizás debido a ello, consideran que las instalaciones deportivas universitarias son insuficientes para cubrir sus necesidades, mientras que, los alumnos menores de 21 años están desmotivados, por lo que creen que las instalaciones universitarias existentes son suficientes para su práctica.

Únicamente un pequeño porcentaje de estudiantes a los que les gusta el deporte se sienten motivados hacia la práctica físico-deportiva por la Universidad de Murcia, a la vez que clasifican de insuficientes las instalaciones deportivas universitarias, siendo necesario construir o mejorar las instalaciones al aire libre y

las instalaciones cubiertas; frente a la mayoría de aquellos a los que no les gusta el deporte que se sienten desmotivados y consideran que hay suficientes instalaciones deportivas, decantándose por la construcción de piscinas cubiertas y la mejora de todas las instalaciones en general.

No podemos obviar numerosos trabajos donde se han encontrado diferencias claras entre los alumnos practicantes y los no practicantes (Finkenbergh y Moode, 1996; Reyes y Garcés de los Fayos, 1999; Sánchez y cols., 1998). Para estos autores, los no practicantes muestran un alto interés centrado en el deporte saludable, mientras los practicantes van a mostrar interés por la competición y el deporte-rendimiento. Coincidiendo con estos resultados, nuestros datos indican que los practicantes se van a sentir motivados por la Universidad para la práctica de actividades físico-deportivas, orientando su interés hacia la promoción del deporte de rendimiento. En cuanto a su opinión sobre las instalaciones y equipamientos deportivos universitarios, los practicantes consideran que no son de calidad, por el mal estado en que se encuentran las instalaciones deportivas, y que además son insuficientes, siendo necesario construir o mejorar las instalaciones al aire libre. Por el contrario, los no practicantes se van a sentir desmotivados por la Universidad, con un claro interés hacia la promoción del deporte para todos (Pavón, 2001). Además, en su opinión sobre las instalaciones deportivas existentes establecen ciertas matizaciones, así, consideran que son de calidad, a pesar de que la distancia que les separa de las instalaciones deportivas y los malos horarios son los inconvenientes principales a la hora de explicar las carencias de calidad, y piensan que son suficientes, aunque mencionan la necesidad de construir piscinas cubiertas para la práctica de actividades físico-deportivas.

Asimismo, cuanto mayor es el dominio de la práctica deportiva, menor es el número de alumnos que consideran suficientes las instalaciones y menor es la satisfacción con la calidad de las mismas, o lo que es lo mismo, los expertos consideran insuficientes y están más insatisfechos con las instalaciones universitarias que los principiantes. Lo cual se contradice con lo afirmado por Alexandris y cols. (1997), para los que al aumentar el nivel de participación, disminuye la percepción de que las instalaciones limitan la participación deportivo-recreativa.

Al indagar sobre las calidades de las instalaciones universitarias, la mayoría de los alumnos encuestados manifestaron estar de acuerdo con los niveles de calidad de la Universidad de Murcia. Sin embargo, debemos resaltar que entre los motivos que alegan los universitarios para justificar su descontento con la calidad de las instalaciones deportivas universitarias encontramos, el mal estado de las

instalaciones, la distancia que les separa de las instalaciones universitarias situadas en el Campus de Espinardo, la carencia de material, personal e instalaciones suficientes para satisfacer la oferta, la mala información, organización y localización de las instalaciones existentes, los malos horarios de utilización de las instalaciones y la falta de condiciones que garantizan la seguridad durante el uso. Es más, los menores de 21 años opinan que la falta de calidad se debe a que las instalaciones deportivas están muy lejos, ya que se encuentran centralizadas en el Campus de Espinardo con los problemas de desplazamiento que esto conlleva, sin embargo, para los mayores de 22 años la causa principal es el mal estado de las instalaciones universitarias.

Además, los hombres que consideran que las instalaciones deportivas no son de calidad, justifican su opinión por el mal estado de conservación y mantenimiento de las instalaciones universitarias, sin embargo, para las mujeres los motivos se centran en la distancia que las separa de las instalaciones deportivas universitarias concentradas en el Campus de Espinardo, en la mala información, organización y localización de las instalaciones y en los inadecuados horarios existentes.

Por otra parte, sobre la influencia de las instalaciones deportivas en los niveles de práctica aparecen opiniones encontradas, mientras que en unos estudios se citan con frecuencia la falta, insuficiencia o inadecuación de las instalaciones como el motivo principal para dejar de hacer deporte (Weinberg y Gould, 1996; Llopis y Llopis, 1999b), para otros autores es un factor que parece influir en la práctica deportiva aunque sin ser una dificultad que impida su realización, ya que en su opinión, en los últimos años la municipalización del deporte y la consiguiente construcción de equipamientos e instalaciones deportivas, sobre todo de carácter público, ha permitido mejorar sustancialmente las infraestructuras que han propiciado la expansión cualitativa y cuantitativa de los hábitos deportivos de los españoles (Andrés y Delgado, 1995; Añó, 1995a; García Ferrando, 1998; Procrés-joven, 1999).

Dentro de los deportes a promocionar en la Universidad destaca el deporte salud o deporte para todos, siendo la opción mayoritaria la que incluye ambos tipos de deporte (deporte salud y deporte rendimiento), coincidiendo con otros estudios que ponen de manifiesto la importancia de la salud en el significado del deporte para los universitarios (Castillo y Balaguer, 2001; DeMarco y Sydney, 1989; García Ferrando, 1991, 1996; Masachs y cols., 1994; Pavón, 2001). Concretamente, García Ferrando (1984, 1990, 2001) y Parera y Solanellas (1998) dicen, sobre las preferencias de actividades deportivas entre los estudiantes universitarios, que aparece una tendencia creciente hacia las actividades de

recreo o mantenimiento y menor hacia las de competición, que debe ser fomentada por las instituciones y los profesionales de la Educación Física y deportiva, los verdaderos encargados de realizar políticas activas que favorezcan este estilo de vida saludable.

De forma concreta, encontramos que son las mujeres quienes más se interesan por los aspectos saludables del deporte, mostrando los hombres mayor preocupación por los deportes de rendimiento, como ya indicaban Castillo y Balaguer (2001), Cañellas y Rovira (1995), García Ferrando (1984, 1990), Gutiérrez (1995), Gutiérrez y González-Herrero (1995), Madera y González (2003), Moreno y Gutiérrez (1998a) y Vázquez (1993).

Por otra parte, la influencia del interés y del nivel de práctica alcanzado sobre el tipo de deporte a promocionar por la Universidad es clara, a medida que se incrementan aumentan las opiniones favorables hacia el deporte-rendimiento y disminuyen los defensores del deporte orientado hacia la salud (deporte para todos), manifestándose esta última tendencia de forma más evidente entre los alumnos de nivel principiante o aquellos a los que no les gusta el deporte.

Sin olvidarnos de aquellos trabajos que encuentran relaciones entre el nivel de estudios y el tipo de deporte que se debería promocionar, como es el caso de Masachs y cols. (1994), Sánchez-Barrera y cols. (1995) y Ruiz y cols. (2001) indicando que a mayor nivel de estudios mayor porcentaje de alumnos motivados hacia la salud, mientras que, Moreno y Gutiérrez (1998a) van más allá, al afirmar que los alumnos con menor nivel de estudios siguen un modelo de rendimiento, mientras que los que poseen mayor nivel de estudios prefieren los motivos de disfrute, relación social, salud y forma física.

Los universitarios van a manifestar que la oferta deportiva satisface sus intereses de práctica, mientras que un porcentaje ligeramente inferior declara no estar satisfecho con las posibilidades que ofrece la Universidad para la práctica físico-deportiva.

El estudio de Luke (1991) sobre la importancia determinante de los componentes del currículo de la Educación Física escolar, en las actitudes positivas de los practicantes de actividades físico-deportivas, nos sirve de referencia para adentrarnos en el análisis de las características de los programas físico-deportivos ofertados por la Universidad, de cara a conocer en mayor profundidad las motivaciones que mueven a los practicantes de actividades físico-deportivas.

De hecho, Mowatt y cols. (1988) afirman que los estudiantes universitarios están de acuerdo en que es necesario una base científica para valorar positivamente la actividad física, o lo que es lo mismo, los individuos que poseen conocimientos sobre las actividades físicas, están más predispuestos a participar en actividades físicas de forma regular (Adams y Brynteson, 1992, 1993).

En nuestro estudio, todos los alumnos se muestran interesados por la oferta de créditos relacionados con la Educación Física y el deporte en la Universidad, confirmando el interés de la totalidad de los practicantes y el desinterés mostrado por los no practicantes. Además, entre las motivaciones aducidas para la elección de los créditos deportivos, los alumnos optan “por hacer deporte”, seguidas de “para conseguir créditos”, “para mi formación personal” y, con un porcentaje muy bajo “porque se aprueban fácil”. Por el contrario, para el ínfimo porcentaje de alumnos que cree que los créditos relacionados con la Educación Física y el deporte carecen de interés, los motivos se van a centrar principalmente en que “no valen para sus carreras”, seguidos con porcentajes más bajos por “porque no les gusta el deporte”, “es una pérdida de tiempo”, y porque “son difíciles de aprobar”.

Concretamente, entre los interesados por la oferta de créditos físico-deportivos, los practicantes van a justificar su motivación por la necesidad de hacer deporte, por formación personal y porque se aprueban fácil, mientras que, los no practicantes van a mencionar motivos ajenos al deporte como la necesidad de conseguir créditos (Gutiérrez y González-Herrero, 1995). Por otra parte, de los universitarios que no están interesados en estos créditos, los practicantes aseguran que no son válidos para su carrera, frente a los no practicantes que se reafirman en que no les gusta el deporte.

Al indagar con mayor profundidad comprobamos que conseguir créditos era el interés principal de los alumnos menores de 21 años. En cambio, los mayores de 22 años justifican su desinterés opinando que los créditos físico-deportivos son una pérdida de tiempo, ya que su preocupación se centra más en finalizar sus estudios y su futura incorporación al mundo laboral.

Curiosamente, los datos reflejan que las universitarias que no sienten interés por la oferta de créditos físico-deportivos de la Universidad, declaran además que no les gusta el deporte. Por el contrario, las que sí consideran interesante la posibilidad de elegir créditos físico-deportivos van a centrar su motivación en conseguir créditos para su carrera, mientras que, para mejorar la formación personal y porque se aprueban fácil son las razones seleccionadas por los chicos.

### **1.1.7. Valoración de la Educación Física escolar**

Este apartado pretende reflejar la opinión de los universitarios sobre la Educación Física recibida en las etapas educativas anteriores, ya que, para reconocidos autores (Sánchez-Barrera y cols., 1995; Blasco y cols., 1996; Cale, 1996; Cale y Almond, 1997; Goudas y cols., 2001; Trudeau y cols., 1999) la historia previa de ejercicio es un factor importante en el inicio y/o mantenimiento de la práctica físico-deportiva, por lo que influirá de forma determinante en el nivel actual de actividad física. Como dicen Eastman y cols. (1998), el mejor predictor de la participación universitaria en actividades físicas de tiempo libre, es el tiempo dedicado a dichas actividades durante la etapa de Enseñanza Secundaria.

Así, pese a las afirmaciones que constatan la influencia de las experiencias relacionadas con la participación en actividades físicas durante la niñez y la adolescencia, y el nivel de actividad física de los adultos (Piéron y cols., 1999; Taylor y cols., 1999), encontramos opiniones contrarias como el trabajo realizado por Moreno y cols. (2003) con adolescentes, donde se observa que a medida que se pasa de curso la preferencia por la Educación Física y el deporte es menor.

En nuestro estudio las clases de Educación Física recibidas con anterioridad les resultaban fáciles, eran suficientes, eran motivantes, eran consideradas útiles, y se sentían animados por el profesor a practicar en horario extraescolar. Destacando que, a pesar de ello, sólo el 1% considera que la Educación Física es más importante que el resto de las asignaturas.

Para las universitarias encuestadas las clases de Educación Física recibidas en la etapa educativa anterior eran difíciles, inútiles y suficientes; contrariamente, para los varones las clases eran fáciles, útiles e insuficientes. Estos resultados coinciden con los encontrados por Hellín (2003) sobre los hábitos físico-deportivos en la Región de Murcia, pero se muestran en desacuerdo con Moreno y cols. (2003) donde los varones valoran menos la asignatura de Educación Física y al profesor que las mujeres, asociándose a que las chicas declaran mayor dificultad y utilidad de la Educación Física, resultados que coinciden con los encontrados en su día por Mowatt y cols. (1988). Mientras que, por el contrario, los varones manifiestan mayor empatía con el profesor y la asignatura, a la vez que una mayor preferencia por las actividades físicas en el tiempo libre.

Las opiniones de Moreno y cols. (2003) sobre la asociación entre la práctica de actividades físicas y la utilidad que se le da en el futuro, pueden basar su justificación en que los practicantes y los universitarios a los que les gusta el deporte, valoran las clases de Educación Física recibidas en la etapa escolar

como motivantes, útiles, insuficientes y fáciles, siendo animados por el profesor a practicar en horario extraescolar, mientras que los no practicantes recuerdan de las clases recibidas que eran difíciles y suficientes. Sin embargo, aunque trabajos como el de Ruiz y cols. (2001) confirman que los estudiantes universitarios que han tenido experiencias positivas en su valoración de la Educación Física recibida, se posicionan con grados más altos de interés por la práctica de la actividad físico-deportiva de tiempo libre, siendo una Educación Física donde el factor lúdico es lo más importante, nos vamos a encontrar con que no existe paralelismo entre este grado de interés y el nivel de práctica del alumnado universitario (Añó, 1995a; García Ferrando, 1998, 2001; Ruiz y cols., 2001).

## **1.2. MOTIVACIONES HACIA LAS ACTIVIDADES FÍSICO-DEPORTIVAS**

Teniendo en cuenta que las motivaciones son conceptos dinámicos que varían en función del tiempo de práctica y que raramente se concretan en un sólo motivo (Masachs y cols., 1994; Cervelló, 2000), es interesante nombrar el trabajo de Salvador (1994) en la Universidad de Valencia, citado por Ruiz y cols. (2000), donde se mencionan como motivos que han influido en el cambio de preferencias de los universitarios: la incorporación masiva de la mujer a la vida universitaria, la falta de instalaciones en su Universidad, la falta de tiempo y la curiosidad que despiertan las nuevas formas de hacer ejercicio o el componente de riesgo.

Por ello, es nuestra intención en este segundo apartado profundizar en el análisis de los hábitos físico-deportivos de la población universitaria, con el objetivo de concretar cuáles son los motivos que van a determinar entre los estudiantes universitarios su interés por la práctica de deportes o actividades físicas, o el abandono más o menos temporal de la práctica e, incluso, la falta de interés hacia todo lo que representa el entorno físico-deportivo.

Así, los practicantes de actividades físico-deportivas van a explicar su participación en este tipo de actividades, por motivos vinculados al mantenimiento de la forma física y a los beneficios que aporta el ejercicio para la salud. Seguidos de la necesidad de liberar energía y tensiones, por diversión y pasar el tiempo, para mejorar la imagen y el aspecto físico, para relacionarse y conocer gente, porque les gusta superarse, y porque les gusta competir. Resaltando, por el contrario, los bajos porcentajes obtenidos alegando motivos como complacer a la familia, porque está de moda, por la influencia de los profesores y entrenadores, y porque lo hacen sus amigos.

Dentro de la población universitaria encontramos diversos trabajos que avalan estos resultados. Los datos aportados por Mowatt y cols. (1988), Rice

(1988) y Bakker y cols. (1993), indican la preferencia de los estudiantes por la diversión, la salud y forma física, y el bienestar general, en consonancia con las publicaciones de García Ferrando (1996), Weinberg y Gould (1996), Llopis y Llopis (1999b) y Segura y cols. (1999), que insisten en la diversión y pasar el tiempo. Mientras que, otros autores como Reyes y Garcés de Los Fayos (1999) y Sánchez y cols. (1998), señalan como grandes motivos para hacer deporte, aquellos relacionados con la salud y la interacción social.

De hecho, cuando los estudios se centran en la población general los motivos que conducen a las personas a practicar deporte están vinculados a “*hacer ejercicio físico*”, “*por diversión*”, “*porque le gusta el deporte*” y por “*mantener y mejorar la salud*”, dominando sobre las motivaciones de carácter competitivo (Centro de Investigaciones Sociológicas, 1997; García Ferrando, 2001; Gómez y cols., 2003b).

Cuando Cervelló (2000) habla del fenómeno del abandono deportivo establece que debemos considerarlo como un continuo, que va desde los que se retiran de un deporte particular, pero pasan a practicar otro deporte o el mismo deporte pero a diferente nivel de intensidad, hasta aquellos sujetos que se retiran definitivamente del deporte. A partir de esta idea y para simplificar el análisis, nos hemos visto en la necesidad de diferenciar entre los universitarios que nunca han practicado ninguna actividad físico-deportiva durante su tiempo libre y los universitarios que han abandonado la práctica en la actualidad, bien de forma temporal o definitiva, aunque antes sí practicaban.

De esta manera, los primeros basan su comportamiento en que la práctica físico-deportiva quita tiempo para el estudio y en la falta de interés (Centro de Investigaciones Sociológicas, 1997; Cervelló, 1996; García Ferrando, 2001; Gómez y cols., 2003a; Ruiz y García, 2002; Valero y Latorre, 1998). Justificando también su actitud porque salen cansados del trabajo y/o clase, porque el deporte nunca se les dio bien, porque las instalaciones están muy lejos, por la falta de horarios e instalaciones adecuadas, por falta de apoyo y tradición familiar, y porque los amigos no practican deporte. Los motivos seleccionados en menor medida fueron la edad, la dificultad de acceso al deporte, los motivos de salud, y la falta de medios económicos. Tal y como podemos observar en varios trabajos, quienes no practican sobresalen en exponer que practicarían deporte por motivos ajenos al mismo, tales como los económicos y profesionales (DeMarco y Sydney, 1989; Gutiérrez, 1995; Gutiérrez y González-Herrero, 1995; White, 1995).

Mientras que, los alumnos que manifiestan haber practicado deporte con anterioridad, pero que en la actualidad han dejado de practicarlo, señalan la falta

de tiempo libre y el nivel de exigencia de sus estudios como razones para explicar su comportamiento físico-deportivo (Llopis y Llopis, 1999b; Moreno y Gutiérrez, 1998b; García Ferrando, 1996; Ruiz y García, 2002; Weinberg y Gould, 1996). Seguidos de otros motivos como la incompatibilidad de horarios y la falta de instalaciones deportivas adecuadas o cercanas al domicilio, en consonancia con los trabajos de Lands (1998) y Fan y cols. (2000), donde se aprecia que los estudiantes abandonaban la práctica de actividades físicas por la escasez de instalaciones y equipamiento deportivo, por el escaso conocimiento sobre los programas deportivos universitarios, así como por la exigencia de los estudios. Por debajo de ellos, se encuentran con valores bajos motivaciones asociadas a la pérdida de interés, al abandono de los amigos, a la falta de asociaciones deportivas, a los problemas económicos, a los problemas de salud, a la falta de información, a la falta de apoyo y estímulo familiar, a la edad, y a las malas experiencias en prácticas anteriores.

Resultados que no son muy dispares de los encontrados por el Centro de Investigaciones Sociológicas (1997) y el Doctor García Ferrando (2001), que mencionan como motivos que han conducido a la población española al abandono de la práctica de actividades deportivas: *“por falta de tiempo”*, *“por salir cansado del trabajo”*, *“por la salud (lesiones, etc.)”* y *“por pereza y desgana”*. Destacando el estudio de Ruiz y García (2002), donde los universitarios almerienses seleccionan la falta de tiempo porque el estudio o trabajo le exigían demasiado, seguido de la pereza o desgana, porque el horario es incompatible con sus obligaciones, porque les gustaban más otras cosas, porque sus amigos no lo hacían y por la distancia al domicilio, como motivos que explican su abandono de la práctica.

Paralela e inevitablemente la influencia de los estereotipos en la enseñanza de la Educación Física se va a traducir en una serie de diferencias, tanto de intereses y motivación como en el grado de participación hacia ciertas actividades físicas, en función del género del alumno, tal y como han sido detectadas en numerosas investigaciones (Blasco y cols., 1996; DeMarco y Sydney, 1989; Flintoff y Scraton, 2001; Gili-Planas y Ferrer-Pérez, 1994; Pavón, 2001; Procris-Joven, 1999; Sánchez y cols., 1998; Scraton y Flintoff, 2002; Sicilia, 2002; Soto y cols., 1998).

De esta manera, el género del alumnado va a influir en su percepción de la actividad física y de la Educación Física, así como en su implicación y competencia motriz. No obstante, debemos entender que la participación de mujeres y hombres en actividades físicas y deportivas no sólo es cuantitativa, sino que varía dependiendo de factores como el tipo de deporte, las motivaciones de

práctica, la facilidad o dificultad de acceso, de la disposición y distribución del tiempo libre, etc. (Sicilia, 2002; Vázquez, 2001; Wang y Biddle, 2001). En general, la mujer se ha incorporado más tarde a la práctica deportiva y, cuando lo ha hecho, ha sido limitando su participación a determinadas modalidades.

Lo verdaderamente relevante es que el género es, junto con la edad, el principal elemento diferenciador en los motivos de práctica deportiva (Bungum y cols., 2000; Castillo y Balaguer, 2001; Ruiz y cols., 2001). Para el alumnado de la Universidad de Murcia que se declara practicante de actividades físico-deportivas, los motivos de los chicos se centran en el gusto por superarse, para relacionarse y conocer gente, el gusto por competir, porque lo hacen sus amigos y por la influencia de sus profesores y entrenadores. No obstante, las practicantes prefieren las actividades físico-deportivas por los beneficios que aporta para la salud, para liberar la energía y las tensiones acumuladas durante el día y por mejorar su imagen y su aspecto físico.

Es decir, los varones van a valorar más aquellos aspectos vinculados a la capacidad personal, la competición, el hedonismo y las relaciones sociales, mientras que las mujeres van a practicar actividades físico-deportivas por motivaciones más relacionadas con la forma física, la imagen personal y la salud, tal y como ya adelantábamos al plantear las hipótesis iniciales. Estos resultados coinciden con los encontrados en su día en numerosas investigaciones (Blasco y cols., 1996; Castillo y Balaguer, 2001; Cañellas y Rovira, 1995; DeMarco y Sydney, 1989; García Ferrando, 1998; Gutiérrez, 1995; Moreno y Gutiérrez, 1998a; Pavón y cols., 2003a; Torre, 1998; Vázquez, 1993; White, 1995), donde se identificaba a los hombres con motivos competitivos, de relación social y de diversión, y a las mujeres con la salud, los fines terapéuticos y la estética corporal.

De los estudiantes encuestados que no practican actividades físico-deportivas en su tiempo libre, los chicos afirman que es difícil acceder al deporte, frente a las chicas que opinan que el deporte nunca se les dio bien.

Además, para los alumnos que ya no practican actividades físico-deportivas durante su tiempo libre, la falta de tiempo libre, la exigencia de los estudios, la incompatibilidad de horarios con las ocupaciones diarias, la falta de instalaciones adecuadas o cercanas al domicilio y los problemas económicos, son motivos vinculados al abandono entre el género femenino. Mientras que, la pérdida de interés y las malas experiencias en prácticas anteriores constituyen las motivaciones básicas del abandono para los chicos.

Estos resultados difieren de los hallados por Salguero, Tuero y Márquez (2003), donde se detectan escasas diferencias entre varones y mujeres en las causas de abandono, así, la habilidad percibida tenía una contribución mayor entre las mujeres, mientras que la falta de interés se consideraba de mayor importancia en los varones.

Como mencionábamos anteriormente, el análisis atendiendo a la edad es fundamental, ya que constituye un gran elemento diferenciador en el estudio de los motivos de práctica físico-deportiva (Campbell, MacAuley, McCrum y Evans, 2001; Castillo y Balaguer, 2001; Wang y Biddle, 2001). De hecho, la edad media de abandono se sitúa en torno a los 18 años (Salguero, Tuero, González y Márquez, 2003), que es cuando se empiezan los estudios universitarios, con el gran salto cualitativo y cuantitativo que ello implica, lo cual unido a la falta de coordinación entre la estructura deportiva y la estructura académica va a favorecer la retirada del deporte.

Encontramos numerosos trabajos dedicados a explicar las motivaciones que guían a los practicantes en función de su edad. Así, estudios como los de Castillo y Balaguer (2001) y López y Márquez (2001), van a mencionar que los más jóvenes están más motivados por factores externos y motivos extrínsecos, algunos citan que el componente divertido del deporte y la actividad física es la principal motivación entre los jóvenes, disminuyendo a medida que se madura y se incrementa la necesidad de ser eficaz, esforzarse y tener éxito (Segura y cols., 1999; Weinberg y Gould, 1996), mientras que, otros trabajos como Moreno y Gutiérrez (1998a) y Pavón y cols. (2003a), establecen que a menor edad más interés hacia el rendimiento, la diversión y la relación social, descendiendo su importancia a medida que aumentan la edad y los motivos vinculados a la salud.

Para facilitar la explicación de los datos en nuestro trabajo, éstos se han dividido en dos grupos teniendo en cuenta la edad media de la muestra seleccionada: los que tienen menos de 21 años y los que tienen 22 o más años. No obstante, no encontramos resultados significativos o diferenciadores atendiendo a la edad de la muestra.

Entre los practicantes de actividades físico-deportivas, los motivos de los menores de 21 años se centran en liberar la energía y las tensiones acumuladas el resto del día, mientras que los mayores de 22 años rechazan esta motivación. Para los que ya no practican actividades físico-deportivas durante su tiempo libre, la exigencia de los estudios y la falta de información son motivos asociados al abandono entre los menores de 21 años. Sin embargo, el hecho de que los

amigos hayan dejado de practicar constituye un motivo importante para los mayores de 22 años.

En las motivaciones hacia las actividades físico-deportivas, apreciamos otra vez la relación que se establece entre el nivel de práctica y el tipo de deporte practicado. De esta manera, los alumnos avanzados y expertos justifican como motivos de práctica que les gusta superarse y que les gusta competir, añadiendo además, para los segundos, la influencia de sus profesores y entrenadores, todo ello en clara consonancia con el deporte de competición. Quedando para los principiantes, todos aquellos motivos vinculados a mejorar su imagen personal y su aspecto físico, predominantes entre las actividades saludables y lúdico-recreativas propias del deporte para todos. Lo cual está en consonancia con los resultados obtenidos por Pavón y cols. (2003b) y Taberero (1998), que parecen indicar que cuánto mayor es el nivel de práctica mayor es el interés demostrado hacia los valores competitivos y sociales del deporte, mientras que en los niveles inferiores parecen predominar las motivaciones cercanas al cuidado de la imagen personal y a la concepción del deporte-salud como elemento indispensable para una mejor calidad de vida.

Si tenemos en cuenta el gusto manifestado por la muestra hacia el deporte y las actividades físico-deportivas, los practicantes a los que les gusta el deporte mencionan como motivos de práctica que les gusta estar en forma, la diversión y pasar el tiempo, para relacionarse y conocer gente, el placer de superarse, y el placer de competir. Sin embargo, para los alumnos a los que no les gusta el deporte los motivos de práctica se centran en complacer a la familia, evidenciando la importancia del apoyo social en la adopción y mantenimiento de patrones de ejercicio (Gutiérrez, 2000; Miquel, 1998). Entre los estudiantes a los que les gusta el deporte a pesar de que nunca han practicado ninguna actividad físico-deportiva en su tiempo libre, la falta de motivación se basa en la carencia de instalaciones y horarios adecuados, mientras que, para los encuestados a los que no les gusta el deporte, la ausencia de motivación debemos fundamentarla en que el deporte nunca se les dio bien y en la falta de interés. El grupo de los universitarios a los que no les gusta el deporte que ha abandonado la práctica físico-deportiva en la actualidad, justifica su decisión por la pérdida de interés y por las malas experiencias acumuladas en prácticas anteriores.

Los practicantes de actividades físico-deportivas que afirman sentirse motivados por la Universidad, alegan como motivos de práctica la diversión, el gusto por superarse, la necesidad de relacionarse y conocer gente, el gusto por la competición, el hecho de que practiquen los amigos, y la influencia de los profesores y entrenadores. Opinión totalmente contraria a la manifestada por los

practicantes que no se sienten motivados por la Universidad. Además, los estudiantes que no practican actividades físico-deportivas a pesar de sentirse motivados por la Universidad, justifican sus motivos por la falta de medios económicos y por considerarse demasiado mayores. No obstante, para los no practicantes que no se sienten motivados por la Universidad, las motivaciones se centran en la falta de interés y en que el deporte nunca se les dio bien. Entre los que han abandonado la práctica deportiva, aunque manifiestan sentirse motivados por la Universidad, prevalece que los horarios son incompatibles con sus ocupaciones.