

¿DISFRUTAN LOS ESCOLARES DE EDUCACIÓN PRIMARIA EN LAS CLASES DE EDUCACIÓN FÍSICA? UN ESTUDIO DESCRIPTIVO.

DO SCHOOLCHILDREN ENJOY IN PHYSICAL EDUCATION CLASSES? A DESCRIPTIVE RESEARCH.

Autores:

Barreal-López, P.; Navarro-Patón, R.; Basanta-Camiño, S.

Institución:

Facultad de Formación de Profesorado. Universidad de Santiago de Compostela.

ruben.navarro.paton@usc.es

Resumen:

El principal objetivo de este estudio fue analizar el disfrute que percibe el alumnado del tercer ciclo de primaria en las clases de Educación Física. La muestra estuvo compuesta por 142 alumnos de 5º y 6º curso (60 niños = 42.3%; 82 niñas = 57.7%) de edades comprendidas entre los 10 y 12 años ($M=10.99$; $DT=0.81$) de dos colegios públicos de la ciudad de Lugo, a los que se les pasó el cuestionario Escala de medida del disfrute en la actividad física (PACES). Los datos resultantes del cuestionario mostraron que el alumnado posee un alto grado de disfrute en las clases de Educación Física ($M=4.54$; $DT=0.53$) y no presentan diferencias significativas en la variable género (niños: $M=4.51$ y $DT=0.52$; niñas: $M=4.56$ y $DT=0.54$), pero sí entre el alumnado de 10 y 11 años ($p=0.05$) (obteniendo los siguientes resultados por edades: 10 años: $M=4.68$ y $DT=0.30$; 11 años: $M=4.40$ y $DT=0.75$) y el alumnado de 12 años ($M=4.55$ y $DT=0.39$). Por tanto, quedó constatado que el alumnado del tercer ciclo de Educación Primaria de la ciudad de Lugo disfruta en las clases de Educación Física, independientemente de la edad o el sexo, aunque parece ser que este disfrute es mayor a menor edad.

Palabras Clave: Educación Física, Educación Primaria, disfrute, escolares.

Abstract:

This research main objective was to analyze the enjoyment received by schoolchildren in third cycle, in Physical Education classes. The sample consisted of 142 students in 5th and 6th grade (60 boys = 42.3%; 82 girls = 57.7%), aged between 10 and 12 years (M=10.99, SD=0.81) of two public schools in Lugo city. The Scale questionnaire measure of enjoyment in physical activity (PACES) was passed to them. The data resulting from the questionnaire showed that students have a high degree of enjoyment in PE classes (M=4.54; SD=0.53) and no significant differences in the gender variable (boys: M=4.51 and SD=0.52; girls: M=4.56 and SD=0.54), but among students 10 to 11 years (p=0.05) (with the following results by age: 10 years old: M=4.68 and SD=0.30; 11 years old: M=4.40 and SD=0.75) and 12 year-old students (M=4.55 and SD=0.39). Therefore, it was found that schoolchildren in Lugo city enjoyed in PE classes, regardless of age or sex, but it seems that this enjoyment is greater at younger ages.

Key Words: Physical Education, Elementary School, enjoyment, schoolchildren.

1. INTRODUCCIÓN

La Educación Física escolar es un excelente escenario para la promoción de la actividad física de los niños y niñas con el afán de despertar el interés por un estilo de vida saludable y de actividad física para su vida adulta. Para ello es importante conocer los factores que influyen en la adherencia por la práctica deportiva y los motivos por los que se continúa y mantiene los niveles de actividad una persona.

En términos generales, se considera que el grado de disfrute es un factor importante que subyace en las clases de Educación Física (Chen, 2001; Ntoumanis et al., 2004; Yli-Piipari, 2011), además de existir numerosos estudios que han demostrado que este disfrute es un factor clave para la motivación hacia la Educación Física escolar en niños de tal manera que, cuanto mayor es el grado de disfrute, más se mantiene el compromiso positivo hacia ella (Prochaska et al., 2003; Sallis, Prochaska y Taylor, 2000; Wallhead y Buckworth, 2004; Yli-Piipari et al., 2009, citados en Gråstén et al., 2012).

El disfrute tradicionalmente ha sido definido como un efecto positivo de los sentimientos del alumnado que se refleja como placer, gusto y diversión (Scanlan y Simmons, 1992), y más recientemente como una estructura multidimensional relacionada con el entusiasmo y las percepciones de la competencia hacia una actividad determinada, en este caso hacia la Educación Física (Hashim, Grove y Whipp, 2008). Se puede considerar pues, que el disfrute es un elemento asociado con la motivación para participar en el ejercicio y actividad física, y también en la Educación Física escolar (Hashim, Grove y Whipp, 2008; Wallhead y Buckworth, 2004).

Se ha demostrado que el disfrute en las clases de Educación Física, está relacionado con la motivación intrínseca del alumnado y como éste percibe su competencia física, refiriéndose a las creencias que tiene el alumnado sobre el logro del éxito (Carrol y Loumidis, 2001). En este sentido, la diversión o disfrute es un factor clave, puesto que actúa como fuerte predictor

de la voluntad de iniciar una actividad físico-deportiva continuada e, igualmente, de mantenerse en aquella que ya ha sido iniciada, ya que el disfrute y la participación en una actividad son la consecuencia de la motivación intrínseca, que pueden aumentar o mantener la participación futura en cualquier actividad (Garita, 2006; Niñerola, Pintanel y Capdevila, 2004).

Además existen estudios que revelan que los alumnos/as que tenían un alto grado de disfrute en las clases de Educación Física eran quienes tenían creencias más fuertes sobre su competencia física (Ferrer-Caja y Weiss, 2000), observándose también que el grado de disfrute según el género es mayor en niños que en niñas, ya que los primeros poseen una percepción más positiva de su concepto físico que las niñas (Carroll y Loumidis, 2001; Fairclough, 2003).

Por otro lado, se ha demostrado que cuando el alumnado disfruta en las clases de Educación Física, es más proclive a practicar actividad física fuera del centro educativo (Sallis et al., 1999, citado en Gråstén et al., 2012), cosa importante que debemos tener en cuenta, ya que la actual ley educativa (Ley Orgánica 8/2013, de 29 de diciembre, para Mejora de la Calidad Educativa), propone que la Educación Física escolar debe fomentar estilos de vida saludable para generar en el alumnado práctica deportiva regular. Por tanto, si se consigue un disfrute en la Educación Física escolar, se conseguirá una mayor adherencia y por consiguiente mayor práctica.

Aunque, la importancia de disfrute en las clases de Educación Física está ampliamente aceptado (Barr-Anderson et al., 2008, Ntoumanis, 2002, y Standage, Duda y Ntoumanis, 2005, citados en Gråstén et al., 2012), también existe evidencia científica que sugiere una disminución de ésta, relacionada con la edad, de tal manera que cuanto mayor es el alumnado, el disfrute disminuye (Hashim, 2007). Igualmente, se ha visto que el sexo masculino puntuaba más alto que el femenino, en el grado de disfrute (Carroll y Loumidis, 2001).

Tomando como referencia a García, Guzmán y Elvira (2003, citados en Gómez-Mármol, 2013, p.101), “la diversión en las clases de Educación Física puede ser considerada como un elemento que predispone favorablemente hacia la práctica de actividad físico-deportiva; de este modo, su relevancia entre la población en edad escolar está más que justificada”. Sin embargo, existen investigaciones contrarias, como la de Sallis, Prochaska y Taylor (2000) y la de Trost, Owen, Bauman, Sallis y Brown (2002) (ambas citadas en Gómez-Mármol, 2013) que han demostrado que la intensidad del ejercicio físico realizado se correlaciona negativamente con los índices de práctica de tal manera que cuanto más intensidad menos disfrute.

De ahí que en este trabajo se haya propuesto el estudio del grado de disfrute en las clases de Educación Física, ya que autores como Marchesi y Hernández (2003) señalan que entre los factores que pueden explicar el fracaso escolar son, por un lado, la falta de conocimientos y habilidades cognitivas y, por otro, factores como el disfrute y el gusto por la materia.

Se ha querido averiguar si el alumnado en las clases de Educación Física tiene un alto grado de disfrute en la asignatura. Específicamente, se intenta dar respuesta a las siguientes las preguntas: ¿Cuál es la situación en la que se encuentran y perciben los alumnos y alumnas hacia la Educación Física en relación con el grado de disfrute? ¿Hay diferencias significativas en dicho disfrute en las clases Educación Física de los alumnos/as en función del género o la edad?

2. MATERIAL Y MÉTODO

2.1. PARTICIPANTES

La selección de la muestra para esta investigación fue de tipo no probabilístico y por conveniencia, según los sujetos a los que se tuvo acceso. Participaron un total de 142 alumnos, 60 niños (42.3%) y 82 niñas (57.7%) de Educación Primaria de centros públicos de la ciudad de Lugo. El rango de edad **Barreal-López, P.; Navarro-Patón, R.; Basanta-Camiño, S. (2015). Disfrutan los 617 escolares de Educación Primaria en las clases de Educación Física. Un estudio descriptivo. *Trances*, 7(4):613-625.**

estuvo comprendido entre 10 y 12 años ($M=10.99$; $DT=0.81$). La distribución por edades fue la siguiente: 47 sujetos (33.10%) tenían 10 años; 49 (34,5%), tenían 11 años; y 46 (32.4%), de 12 años.

2.2. INSTRUMENTO

El instrumento usado fue la *Escala de medida del disfrute en la actividad física (PACES)*, una adaptación a la Educación Física de la escala de las necesidades psicológicas básicas de Molt et al. (2001), amoldado por Moreno, González-Cutre, Martínez Galindo, Alonso y López (2008) al contexto español. La escala está compuesta por un total de 16 ítems encabezados por el enunciado: "Cuando estoy activo". Los ítems se corresponden con una escala tipo Likert que va desde 1 (*totalmente en desacuerdo*) a 5 (*totalmente de acuerdo*). Consta de un único factor: *disfrute* (p.e. "Me siento bien"). Esta escala mostró una consistencia interna, alfa de Cronbach (α)=0.892.

2.3. PROCEDIMIENTO

Para poder llevar a cabo esta investigación se pidió permiso a los órganos educativos competentes, posteriormente se informó en detalle a padres/madres/tutores/tutoras sobre el protocolo y objeto del estudio, de la voluntariedad para participar y de la confidencialidad de las respuestas y datos que los niños y niñas facilitasen. La firma del consentimiento informado fue requisito para poder participar. El instrumento para medir el grado de satisfacción de las necesidades psicológicas básica se administró en la clase de Educación Física por los investigadores/as y sin la presencia del docente para que no interfiriese en las respuestas del alumnado. Para contestar al cuestionario se dejó un tiempo de 15 minutos, indicando que no se trataba de un examen y que no había respuestas correctas ni incorrectas, con el fin de que contestasen con la mayor sinceridad posible. Las dudas surgidas en la contestación del cuestionario fueron resueltas por los investigadores/as.

2.4. ANÁLISIS ESTADÍSTICO

Se realizaron los estadísticos descriptivos, correlaciones (coeficiente de Pearson) entre las dimensiones analizadas del PACES, consistencia interna (alfa de Cronbach) y diferencias según la variable sexo y edad. El valor p de los contrastes de hipótesis *post hoc* se determinaron mediante la corrección de Bonferroni para comparaciones múltiples. Todo el análisis estadístico se realizó con el programa estadístico IBM SPSS 20.0.

3. RESULTADOS

3.1. ANÁLISIS DESCRIPTIVO Y CORRELACIONES BIVARIADAS

En la Tabla 1 se muestran los estadísticos descriptivos de las variables utilizadas así como su correlación. En relación al análisis de correlación no se ha encontrado significatividad entre la edad, el disfrute en las clases de Educación Física y el sexo de los participantes en el estudio cuando se hacen de manera global.

Tabla 1. Media (M), desviación típica (DT) y correlaciones entre las dimensiones analizadas

Dimensiones	M	DT	Edad	Sexo	Disfrute
Edad	10.99	0.81	1	-	-
Disfrute	4.54	0.53	0.105	0.58	1

3.2. DIFERENCIAS SEGÚN LAS VARIABLES SEXO Y EDAD

Para analizar la interacción del sexo y la edad de los estudiantes, se realizó un análisis de varianza multivariado (MANOVA) 2 (sexo) x 3 (edad). El sexo y la edad fueron consideradas como variables independientes, mientras que el disfrute del PACES actuó como variable dependiente. No se hallaron

diferencias significativas en el contraste multivariado. Las pruebas *post hoc* (Bonferroni), de efectos intersujetos sí mostraron diferencias significativas en función de la variable edad entre los niños y niñas de entre 10 y 11 años ($p=0.05$) y el grado de disfrute en las clases de Educación Física. En relación al sexo, como se puede observar en la Tabla 2, no se encontraron diferencias significativas, siendo muy altas y parecidas las medias obtenidas.

Tabla 2. Análisis multivariante según el sexo y la edad

Variables	Sexo						Edad (Años)							
	Niños (n=60)		Niñas (n=82)		F	p	10 (47)		11 (49)		12 (46)		F	p
	M	DT	M	DT			M	DT	M	DT	M	DT		
Disfrute	4.51	0.52	4.56	0.54	0.08	0.77	4,68	0.30	4.40	0.75	4.55	0.39	3.02	0.05

4. DISCUSIÓN

El grado de disfrute ha sido identificado como un factor significativo de motivación que subyace cuando los niños y niñas practican deporte o acuden a las clases de Educación Física escolar y para que éstos mantenga su compromiso positivo hacia la Educación Física (Prochaska et al., 2003, Wallhead y Buckworth, 2004, Yli-Piipari et al., 2009, citados en Gråstén et al., 2012).

El objetivo de este estudio fue examinar si los escolares del tercer ciclo de Educación Primaria percibían un gran disfrute respecto a la Educación Física escolar y por los resultados obtenidos podemos decir que sí, no existiendo diferencias significativas en cuanto a sexo, y sí en cuanto a la edad. Cuanto mayor es el alumnado, parece que no disfrutaban tanto con la Educación Física.

En estudios anteriores, sobre esta temática, como el de Carroll y Loumidis (2001), Yli-Piipari (2011) o Moreno-Murcia, Sicilia, Cervelló, Huéscar, y Dumitru (2011), se ha demostrado que el género es un factor determinante en cuanto a este disfrute. Sin embargo, no ocurre así en nuestra investigación y esto puede ser debido a que los estudios anteriores se han realizado en adolescentes y la metodología seguida en esa etapa educativa (Real Decreto 1631/2006, de 29 de diciembre, por el que se establecen las enseñanzas mínimas para la Educación Secundaria), difiere de la empleada en Educación Primaria (Real Decreto 126/2014, de 28 de febrero, por el que se establece el currículo básico de la Educación Primaria).

Por ello debemos tener en cuenta que el disfrute con una actividad es el factor que mejor predice el inicio de nuevas prácticas o el mantenimiento en el tiempo de las que ya se han comenzado (Garita, 2006; Niñerola et al., 2004). Para fomentar esta adhesión a la actividad física futura, los maestros y maestras deberán tener en cuenta factores sensibles como el gusto por la asignatura, de tal manera que se propongan prácticas variadas, motivadoras y que sean promotoras de aprendizajes auténticos y efectivos (Gil-Madrona y Díaz-Suarez, 2012).

Desde el punto de vista del grado de disfrute de la Educación Física escolar, éste puede ser mayor si se basan las tareas con implicación al clima motivacional, siendo el principal objetivo aumentar el número de estudiantes que perciben mayor disfrute porque se sienten más competentes y existe una mayor motivación intrínseca. En este sentido, estudios como en el de Fairclough (2003), revelan que los estudiantes disfrutaban más de las clases de Educación Física en función del contenido, la cantidad y la intensidad en las sesiones, ya que si una actividad es demasiado fácil, los niños y niñas se aburren, y si es demasiado difícil, suelen abandonar.

Una limitación clave de este estudio se relaciona con lo mencionado anteriormente, ya que no se ha considerado el tipo de contenido que se estaba impartiendo en las clases de Educación Física (cuya influencia en la diversión y

la intensidad es evidente), ni tampoco se han tenido en cuenta la intensidad o exigencia en las sesiones que han coincidido con la toma de datos.

Otra posible limitación es el tamaño de la muestra y el rango de edad, ya que aumentar la muestra y el rango de edad habría supuesto que los datos pudiesen tener mayor fiabilidad y extrapolación de los resultados.

Las investigaciones futuras deberían dirigirse hacia la realización de estudios longitudinales o de corte transversal que abarquen el final de la etapa primaria hasta el final de la escolarización obligatoria, en relación a la temática tratada en nuestro estudio. Esto se debe a que se trata de un factor relevante en la práctica de actividad física en la edad adulta, y además podrían aportar información relevante sobre períodos críticos en el gusto y disfrute por la Educación Física en la transición de las diferentes etapas educativas para tratar de paliarlas.

5. CONCLUSIONES

A la luz de los resultados en nuestra investigación cabe concluir que no hay diferencias significativas entre los alumnos/as en función del género en cuanto al disfrute en las clases de Educación Física. No ocurre lo mismo con la edad, ya que los alumnos de 10 años parecen disfrutaban más que los de 11 años. Aún así, el alumnado estima y tiene un alto grado de disfrute en las clases de Educación Física, si bien dicha circunstancia queda reflejada en que casi alcanzan la máxima puntuación.

A partir de los hallazgos de esta investigación, cabría resaltar la importancia de seguir manteniendo la línea de trabajo actual donde se potencia la utilización de estrategias didácticas en las que se diseñan objetivos que todo el mundo puede alcanzar, guiando de esta manera los aprendizajes en este ámbito educativo, ya que los alumnos y alumnas en la actualidad están mostrando una alta valoración en el grado de disfrute en la asignatura de Educación Física.

6. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Carroll, B. y Loumidis, J. (2001). Children's perceived competence and enjoyment in physical education and physical activity outside school. *European Physical Education Review*, 7, 24-43.
- Chen, A. (2001). A theoretical conceptualization for motivation research in physical education: An integrated perspective. *Quest*, 2, 35-58.
- Fairclough, S. (2003). Physical activity, perceived competence and enjoyment during secondary school physical education. *The European Journal of Physical Education* 8, 5-18.
- Ferrer-Caja, E. y Weiss, M.R. (2000). Predictors of intrinsic motivation among adolescent students in physical education. *Research Quarterly for Exercise and Sport* 71, 267-279.
- Garita, E. (2006). Motivos de participación y satisfacción en la actividad física, el ejercicio físico y el deporte. *Revista Movimiento Humano y Salud*, 3(1), 1-16.
- Gil-Madrona, P. y Díaz-Suárez, A. (2012). Dominio afectivo de los alumnos de 6º curso de primaria hacia la asignatura de educación física. *Revista de Investigación en Educación*, 10 (2), 109-117.
- Gómez-Mármol, A. (2013). Relación entre la autopercepción de la imagen corporal y las clases de Educación Física, según su nivel de intensidad y diversión, en alumnos de Educación Secundaria. *Motricidad. European Journal of Human Movement*, 31, 99-109.
- Gråstén, A., Jaakkola, T., Liukkonen, J., Watt, A. y Yli-Piipari, S. (2012). Prediction of enjoyment in school physical education. *Journal of Sports Science and Medicine*, 11, 260-269.
- Hashim, H. (2007). *Components of enjoyment in physical education*. Tesis Doctoral. The University of Western Australia.

Hashim, H., Grove, J.R. y Whipp, P. (2008). Validating the youth sport enjoyment construct in high school physical education. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 79, 183-195.

Ley Orgánica 8/2013, del 9 de diciembre, para la Mejora da Calidad Educativa. *Boletín Oficial del Estado*, 295.

Marchesi, A. y Hernández, C. (Coords.) (2003). *El fracaso escolar: una perspectiva internacional*. Madrid: Alianza.

Molt, R.W., Dishman R.K., Saunders R., Dowda M., Felton G. y Pate R.R. (2001). Measuring enjoyment of physical activity in adolescent girls. *Am J Prev Med*. 21, 110-7.

Moreno, González-Cutre, Martínez Galindo, Alonso y López (2008). Propiedades psicométricas de la Physical Activity Enjoyment Scale (PACES) en el cntexto expañol. *Estudios de Psicología*, 29(2), 173-180.

Moreno-Murcia, J. A., Sicilia, A., Cervelló, E., Huéscar, E. y Dumitru, E. (2011). The relationship between goal orientations, motivational climate and self-reported discipline in physical education. *Journal of Sports Science and Medicine*, 10, 119-129.

Niñerola, J., Pintanel, M. y Capdevila, L. (2004). Motivación y actividad física: el autoinforme de motivos para la práctica de ejercicio físico (AMPEF). *Revista de Psicología del Deporte*, 13(1), 55-74.

Ntoumanis, N., Pensgaard, A.M., Martin, C. y Pipe, K. (2004). An ideographic analysis of amotivation in compulsory school physical education. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 26, 197-214.

Real Decreto 126/2014, de 28 de febrero, por el que se establece el currículo básico de la Educación Primaria. *Boletín Oficial del Estado*, 52.

Real Decreto 1631/2006, de 29 de diciembre, por el que se establecen las enseñanzas mínimas para la Educación Secundaria. *Boletín Oficial del Estado*, 5.

- Scanlan, T.K. y Simmons, J.P. (1992). The construct of sport enjoyment. En G.C. Roberts y I.L. Champaign, *Motivation in sport and exercise* (pp. 199-216). Human Kinetics.
- Wallhead, T.L. y Buckworth, J. (2004). The role of physical education in the promotion of youth physical activity. *Quest*, 56, 285-301.
- Yli-Piipari, S. (2011). *The development of students' physical education motivation and physical activity - A 3.5-year longitudinal study across Grades 6 to 9*. Tesis doctoral, Universidad de Jyvaskyla.