

# La percepció del lleure saludable en la pràctica fisicoesportiva juvenil. Una anàlisi qualitativa<sup>1</sup>

**RAFAEL RAMOS ECHAZARRETA\***

*Llicenciat en Ciències de l'Activitat Física i l'Esport. Professor Ajudant*

**EVA SANZ ARAZURI\*\***

*Doctora en Ciències de l'Activitat Física i l'Esport. Professora Col·laboradora*

**ANA PONCE DE LEÓN ELIZONDO\*\*\***

*Doctora en Ciències de l'Educació. Professora TU*

**M<sup>a</sup> ÀNGELES VALDEMOROS SAN EMETERIO\*\*\*\***

*Doctora en Ciències de l'Educació. Professora Associada a TP*

Departament de Ciències de l'Educació. Universidad de La Rioja

---

## Correspondència amb autors/es

\* [rafael.ramos@unirioja.es](mailto:rafael.ramos@unirioja.es)

\*\* [eva.sanz@unirioja.es](mailto:eva.sanz@unirioja.es)

\*\*\* [ana.ponce@unirioja.es](mailto:ana.ponce@unirioja.es)

\*\*\*\* [maria-de-los-angeles.valdemoros@unirioja.es](mailto:maria-de-los-angeles.valdemoros@unirioja.es)

## Resum

El nostre article presenta una anàlisi de contingut sobre la percepció del lleure saludable en la pràctica fisicoesportiva, que mostren pares, professors i joves de la Rioja. S'integra en una investigació que pretén de conèixer i valorar la demanda real i potencial d'activitats fisicoesportives de lleure dels adolescents i joves estudiants de Secundària, Cicles Formatius i Batxillerat de la Comunitat Autònoma de la Rioja.

En els resultats s'observa que la pràctica fisicoesportiva, entesa com a experiència de lleure saludable, és percebuda, entre els col·lectius analitzats, amb un matís més preventiu de la salut dels nostres joves que no pas rehabilitador. El grup de professors d'Educació Física és el que atorga, a les activitats fisicoesportives, un caràcter més orientat a la millora i la prevenció de la salut dels practicants, per damunt de la resta de col·lectius; a aquests els segueixen els professors d'altres àrees i els mateixos joves. Al contrari, són els pares dels alumnes els que perceben, en menor mesura, les pràctiques fisicoesportives com a experiències d'un lleure saludable, i concedeixen a aquestes pràctiques funcions més orientades a la productivitat o a la identificació social.

## Paraules clau

Lleure, Activitat fisicoesportiva, Salut.

## Abstract

*The perception of the healthy leisure in the physical-sports juvenile practice. A qualitative analysis*

*This research presents a content analysis about the physical-sportive practice perception, that parents, teachers and young riojanos show. It is integrated in a research that tries to know and assess the real and potencial demand of leisure physical-sportive activities requested by adolescents and young students of Secondary School, Formative Cycles and High School in the Autonomous Region of La Rioja.*

*According to the results, it is observed that the physical-sportive practice, as an experience of healthy leisure, it is perceived among the analysed collectives with a more preventive nuance of our youngs health than a curative one.*

*The group of Physical Education teachers grant a nature more orientated to the health's improvement and prevention of the practising to the physical-sportive activities than the rest of the collectives. This group is followed by the other subjects teachers and the youngs. On the other hand, students' parents perceive, in a better extent, the physical-sportive practices as healthy leisure experiences, giving to these practices functions more orientated to the productivity or to the social identification.*

## Key words

*Leisure, Physical-sportive activity, Health.*

---

<sup>1</sup> Aquesta investigació ha rebut el suport i l'ajut del Pla de la Rioja de I+D+I del Govern de la Rioja en els anys 2005-2007 i d'un ajut a la investigació de la Universitat de la Rioja.

## Introducció

Aquest article s'insereix en una investigació que busca conèixer i valorar la pràctica fisicoesportiva com a experiència de lleure dels joves de la Rioja.

En una primera fase, Sanz i Ponce de León (2005) van arribar a obtenir i definir una sèrie de perfils en els joves universitaris de la Rioja en funció dels seus comportaments, actituds i motivacions i també van constatar l'existència de determinades variables predictores de la pràctica fisicoesportiva en els universitaris de la Rioja.

En aquesta segona fase, l'estudi se centra en adolescents i joves d'Educació Secundària Obligatoria, Cicles Formatius i Batxillerat.

En aquest treball es pretén d'analitzar la dimensió saludable del lleure fisicoesportiu, en general, i l'espai que ocupa el valor de la salut en la pràctica fisicoesportiva dels joves de la Rioja, en particular. S'aborda des d'una doble perspectiva:

- La percepció de la població objecte d'estudi (joves i adolescents).
- La percepció dels agents més propers a ells (pares i professors).

Prèviament, es durà a terme una conceptualització dels termes salut i lleure que ens permeti de reflexionar sobre la interrelació existent entre tots dos camps i extreure'n conclusions, alhora, sobre el lloc que ocupa la dimensió saludable en la pràctica fisicoesportiva dels joves de la Rioja.

## Objecte

La Salut és una dimensió que històricament ha preocupat i que, a hores d'ara, ha esdevingut un dels nostres grans referents.

D'una banda, la Constitució Espanyola (1978) promou "el dret a la protecció de la salut" (art. 43.1).

Igualment, el Dr. Lee Jong-Wook, Director General de l'Organització Mundial de la Salut (l'OMS), afirma que la millora de la salut és essencial per avançar cap a l'assoliment dels altres Objectius de Desenvolupament del Mil·lenni (Organització Mundial de la Salut: <http://www.who.int>, enllaç <http://www.who.int/mdg/es/>). Tres dels vuit objectius, vuit de les setze fites i divuit dels quaranta-vuit indicadors es relacionen directament amb la salut. La salut també contribueix de manera considerable a d'altres diversos objectius.

Pel que fa a la legislació educativa, la Llei Orgànica d'Educació (LOE, 2006) en el seu títol preliminar, inclou entre les seves finalitats, "[...] el desenvolupament d'hàbits saludables, l'exercici físic i l'esport" (Cap. I, art. 2, punt h).

En el col·lectiu que ens ocupa es destaca, a més a més, algun dels objectius relacionats amb l'àmbit de la salut:

*[...] reforçar els hàbits de cura i salut corporals i incorporar l'educació física i la pràctica de l'esport per afavorir el desenvolupament personal i social... Valorar críticament els hàbits socials relacionats amb la salut... (LOE, 2006. Cap. III. ESO. Art. 23, punt k).*

*Utilitzar l'educació física i l'esport per afavorir el desenvolupament personal i social. (LOE, 2006. Cap. IV. Batxillerat. Art. 33, punt m).*

*Treballar en condicions de seguretat i salut, igual com prevenir els possibles riscos derivats del treball. (LOE, 2006. Cap. V. Formació professional. Art. 40, punt d).*

D'altra banda, la relació entre l'activitat fisicoesportiva i la salut ha suscitat l'interès de nombroses disciplines i ha estat objecte de múltiples investigacions.

L'àmbit de la Medicina s'ha centrat a constatar els efectes que proporcionen aquests tipus de pràctiques sobre la salut, tant física com mental. En concret, diversos estudis epidemiològics han constatat, en els últims anys, els efectes negatius de la vida sedentària, igual com els beneficis que s'obtenen de la pràctica regular i controlada de l'exercici físic. (Perea, Bouché, Vázquez, Calderón, Garrido, Fuentes, Fontecha, i García, 2000):

*L'exercici és una necessitat natural del cos que afavoreix el benestar i contribueix a la prevenció de nombroses malalties tant físiques com psíquiques (p. 7).*

La Psicologia busca analitzar els comportaments de la població en aquest tipus de pràctiques a fi d'interferir-hi, tot generant una adherència, convençuts d'aquests efectes beneficiosos. (Duda, Fox, Biddle i Armstrong (1992); Blasco, Capdevila, Cruz, Pintanel i Valiente (1996).

Aquests estudis i molts d'altres, constaten que la dimensió saludable és inherent a la pròpia pràctica; però, són conscients els joves d'aquests efectes? Són conscients els pares, com a formadors i principals implicats en el desenvolupament dels seus fills, amb aquest tipus de pràctiques? Treballem tots els agents implicats en una mateixa direcció? S'han unificat criteris per aconseguir

els fins desitjats? S'educa per al que no és temps escolar –lleure– des dels centres educatius? S'encoratja des de l'àrea d'Educació Física a introduir els joves en la pràctica físicoesportiva? El professor d'Educació Física, ajuda a interessar-se per aquest tipus de lleure?

Aquestes dades, preguntes i reflexions evidencien la importància que cal concedir a la dimensió de la salut; d'una banda, com a dret a protegir en la persona; d'una altra, com a àmbit multidimensional en el qual cada una de les parcel·les s'interrelacionen i condicionen, i que afavoreixen, no solament el benestar integral de la persona, sinó també la prevenció d'actituds i hàbits negatius per a la salut en el seu sentit ampli; i finalment, com un bé susceptible i necessari de ser considerat en el currículum escolar i extraescolar per tots els agents implicats en l'educació per tal d'afavorir l'objectiu últim de desenvolupar plenament l'individu.

L'objectiu concret que s'exposa en aquest article se centra a conèixer la percepció que té, sobre la dimensió saludable del lleure físicoesportiu, la població a estudi (adolescents i joves), igual com la dels agents que hi són més propers que, potencialment, els haurien d'incloure a unes pràctiques saludables; quan parlem d'aquests agents ens referim a pares, professors d'Educació Física, i també, als d'altres àrees.

## Conceptualització

Tant la concepció de salut com la de lleure han anat evolucionant amb el pas del temps. Hi ha diversos conceptes que apareixen en el camp sociosemàntic de la paraula salut. Casares (1984), a la part onomasiològica del seu diccionari, recull diversos conceptes-termes de salut que la interrelacionen amb altres, com ara sanitat, frescor, robustesa, bona disposició, eufòria, higiene...

Segons el Diccionari de la Reial Acadèmia de la Llengua Espanyola (DRAE, 2001), salut, en la seva accepció primera, és l'"estat en el qual l'ésser orgànic exerceix normalment totes les seves funcions"; en la seva accepció segona, són les "condicions físiques en les quals es troba un organisme en un moment determinat"; en la seva accepció tercera, és "llibertat o bé públic o particular de cada un"; en la quarta, "estat de gràcia espiritual".

Segons l'Organització Mundial de la Salut (OMS, 1948), la salut és un estat de complet benestar físic, mental i social, i no només l'absència d'afeccions o malalties. (Organització Mundial de la Salut; sobre l'OMS: <http://www.who.int/about/es/>).

Si bé aquesta definició va suposar grans canvis per al sistema sanitari, alguns autors, com Perea, Quintana, Murga, Limón, i Corbella (1997), l'amplien i modifiquen tot considerant la salut com a:

*El conjunt de condicions físiques, psíquiques i socials que permetin a la persona desenvolupar i exercir totes les seves facultats en harmonia i relació amb el seu propi entorn (p. 30).*

De la mateixa manera, la concepció del lleure ha anat evolucionant amb el transcurs dels anys, i hom hi ha atribuït una gran varietat de significats que es modelen en funció dels canvis de tipus polític, religiós, econòmic i sociocultural esdevinguts al llarg de la història.

Sovint s'han utilitzat de forma indistinta els termes temps lliure i recreació, atorgant-los el mateix significat. Confusió conceptual que ha donat lloc a una utilització indiferenciada de termes diferents.

Un dels creadors de la denominada sociologia del lleure és Dumazedier (1964) que ens ho defineix com a:

*El conjunt d'ocupacions a què l'individu pot dedicar-se de manera completament voluntària, sigui per descansar, sigui per divertir-se, sigui per desenvolupar la seva informació o la seva formació desinteressada, la seva participació social voluntària, després d'haver-se alliberat de les seves obligacions professionals, familiars i socials (p. 30).*

En el 6è Congrés Mundial de Lleure celebrat a la Universitat de Deusto el juliol del 2000, es va defensar el concepte de lleure com una àrea específica de l'experiència humana que té els seus propis beneficis; també es va delimitar com una font important per al desenvolupament personal, social i econòmic i un aspecte clau de la qualitat de vida.

Som conscients que les experiències de lleure no sempre es troben enfocades cap a un lleure valuós i positiu, que fomenti el desenvolupament de la persona, sinó que es produeix, també, un altre ampli bagatge d'experiències considerades, unes, com a utilitàries, i percebudes, d'altres, com a avorrides i fins i tot danyoses. Per aquest motiu, sentim la necessitat de situar el nostre lleure en la direcció o orientació adequada. Per a aquesta finalitat, Cuenca (2004) estableix quatre coordenades diferents que fan referència a diferents àrees d'acció en les quals la vivència del lleure es manifesta de diferents maneres i en les quals podem ubicar les nostres experiències de lleure. Aquestes coordenades són: autotèlica, exotèlica, absent i nociva.

La coordenada absent o el lleure absent es manifesta a través d'una manca d'experiències de lleure, en el qual el subjecte percep de manera negativa el temps sense obligacions. En aquesta coordenada del lleure és palpable una gran sensació d'avorriment.

Com a lleure nociu entenem les experiències de lleure de resultats perjudicials, danyosos, negatius, tant per al practicant com per a la societat.

El lleure autotèlic, considerat com el verdader lleure i el que hem de buscar i perseguir, té com a característiques fonamentals, la percepció d'elecció lliure, ser un fi en ell mateix i una sensació satisfactòria i gratificant, que no busca un propòsit utilitari.

Finalment, en el lleure exotèlic, s'aglutinen les experiències de lleure que no tenen un fi en si mateix, sinó que constitueixen un mitjà per aconseguir un objectiu, considerat pels practicants, de més importància. Objectius que poden aplicar-se al desenvolupament social, cultural, educatiu o saludable i que configuren les dimensions d'identificació social, consumptiva, educativa, productiva i saludable. Dimensió, aquesta última, en la qual centrarem la discussió d'aquest article i en la qual l'objecte serà la salut, com a prevenció i com a rehabilitació.

En endinsar-nos en la conceptualització de les activitats físicoesportives com a vivències de lleure, aquestes són situacions motrius, cosa que deixa patent la necessitat i influència de la intervenció corporal en l'èxit de l'acció. Les situacions motrius comprenen dos àmbits: l'ergomotricitat i la ludomotricitat i en aquest estudi ens centrem en el segon, la ludomotricitat, com a terme oposat lingüísticament a l'ergomotricitat, i en el qual s'inclouen totes les pràctiques motrius realitzades en el temps lliure.

Aprofundint en aquestes activitats ludomotrius, com a activitats de temps lliure, cal aturar-se en la categorització desenvolupada per Parlebas (2001) que és la que s'ha considerat en aquesta investigació.

La tipificació basada en la presència o absència de criteris, com ara el reglament i la institucionalització, diferencia cinc tipus de situacions motrius: esports, quasi esports, jocs tradicionals, exercicis didàctics i activitats lliures, i són totes aquestes les que es tenen en compte en aquest estudi.

Avui en dia, existeixen nombroses investigacions que s'han centrat en l'individu com a participant, practicant

o usuari de les diferents formes d'ocupació del temps lliure, entre les quals destaca la pràctica físicoesportiva. Entre aquestes, hem confrontat una notable quantitat d'estudis nacionals i diversos d'estrangers; alguns d'aquests últims són els duts a terme per Dumazedier (1964) sobre l'ocupació del temps lliure i el lleure en general, i també els realitzats per Duda, Fox, Biddle i Armstrong (1992) i Duda i White (1992) que aporten dades molt rellevants sobre la motivació en les pràctiques físicoesportives de temps lliure.

## Material i mètode

Per servir a l'objectiu de conèixer la percepció que tenen els professors d'EF, i els d'altres àrees, els pares i els mateixos joves d'ESO, CF i Batxillerat, sobre el lleure físicoesportiu (primera part de la II fase de la nostra investigació), s'ha utilitzat una metodologia qualitativa a través d'una tècnica oberta, com ho és la dels grups de discussió, per tal d'aportar més profunditat en els resultats finals. D'aquesta manera es busca d'assolir matisos i significats de determinats fenòmens socials que queden fora de les tècniques quantitatives.

Com que aquesta II fase de la investigació es desenvolupa en les etapes educatives d'ESO, CF i Batxillerat, es van configurar 4 grups de discussió: professors d'aquestes etapes i d'Educació Física, professors d'altres àrees, pares i joves. La mostra va ser estructural i no estadística sota criteris de pertinença. En la configuració dels grups es van respectar uns mínims d'homogeneïtat i heterogeneïtat, buscant que cadascun estigués equilibrat quant al sexe, edat, tipus de context (rural/urbà, privat/públic), diferents nivells de pràctica físicoesportiva, etc.

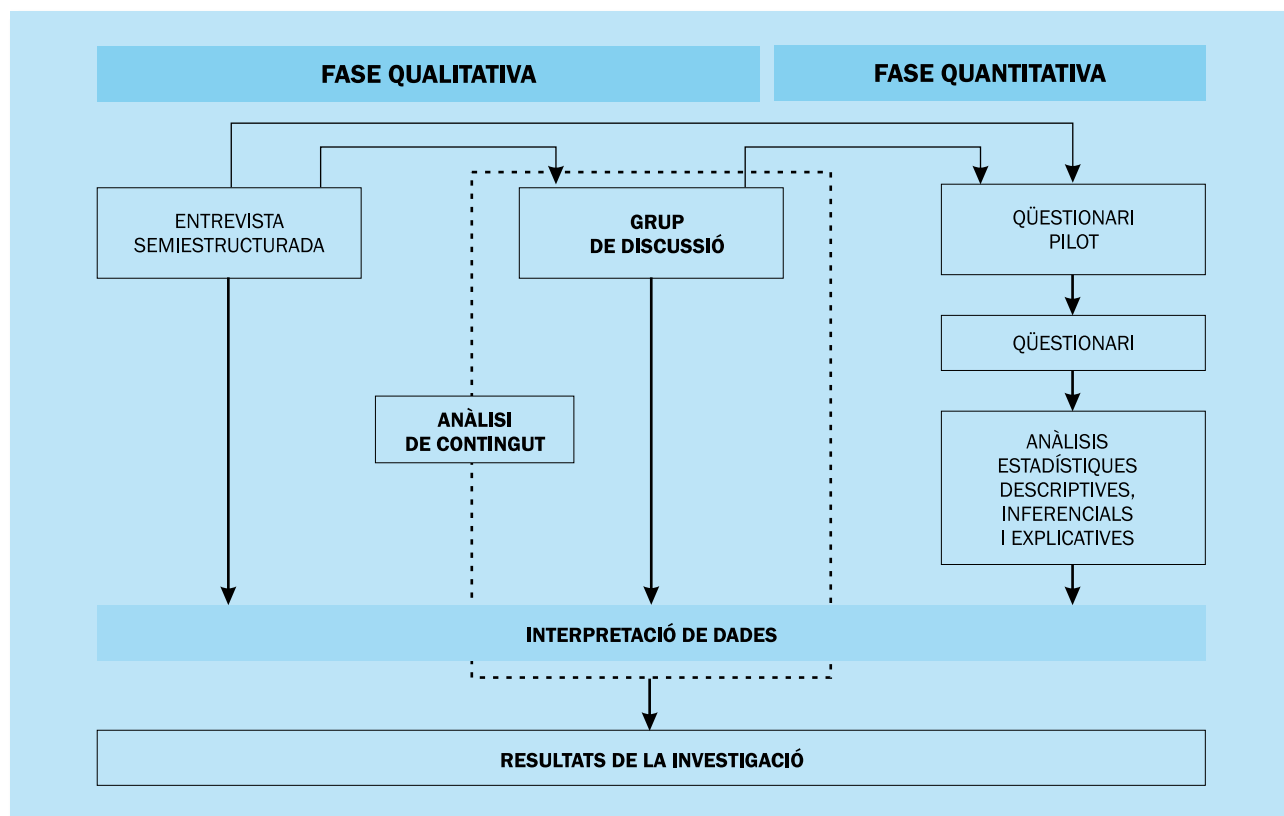
Van quedar, doncs, configurats quatre grups amb 10, 8, 8 i 12 subjectes respectivament, nombre ideal defensat per Suárez (2005).

El debat va ser incentivat amb imparcialitat a través de preguntes obertes sobre la pràctica físicoesportiva.

Tot el discurs va quedar enregistrat en una cinta d'àudio, previ el consens de tots els membres del grup de discussió, per a una posterior transcripció i anàlisi.

Per al desenvolupament de l'anàlisi de la investigació, es va fer servir el programa NUD\*IST;<sup>2</sup> paquet informàtic que va ser creat específicament per analitzar

<sup>2</sup> Programa NUD\*IST o Non-numerical Unstructured Data, Index, Searching and Theorising (indexació, recerca i teorització de i sobre dades no numèrics i no estructurats).



**Figura 1**

Esquema de la investigació.

dades qualitatives que s'obtenen per mitjà d'instruments qualitius, entre els quals destaquen l'entrevista oral o escrita, les converses, els documents escrits i els grups de discussió, entre d'altres.

L'avantatge principal que té l'aplicació d'aquest programa en l'anàlisi qualitativa de la informació, és que permet de manejar una gran quantitat de documents textuais i comparar-los entre si de forma resumida, en matrius d'intersecció, de tal manera que s'agiliten les tasques més mecàniques de la investigació, difícils de realitzar de forma manual, en els quals caldria invertir enormes esforços i grans quantitats de temps.

Així doncs, el NUD\*IST facilita la recerca i la recuperació de la informació de texts i codificacions i permet de treballar amb un nombre gairebé il·limitat de categories i subcategories.

Coneguem, però, els passos seguits en l'aplicació d'aquest programa informàtic.

Com a pas previ, cal preparar la informació que conforma el cos de la investigació. Amb aquesta finalitat,

s'han transcrit tots els comentaris de cada un dels quatre grups de discussió efectuats, evitant tot tipus de formats. Posteriorment, s'ha guardat cada una d'aquestes quatre transcripcions en documents independents, amb format RTF.

Per començar amb l'aplicació del NUD\*IST s'ha creat un nou projecte dins del programa i s'hi ha generat una base de dades documental, per a la qual s'han importat, els quatre texts en format RTF, les quatre transcripcions dels quatre grups de discussió, al projecte esmentat.

A partir d'aquí, s'ha creat un arbre de nodes per agrupar les dades analitzades en categories i subcategories, tot establint les relacions jeràrquiques entre els conceptes. La construcció de l'arbre de nodes ha començat amb la creació de dues branques ben diferenciades: l'una per allotjar la categoria demogràfica *col·lectiu* i l'altra per emmagatzemar les categories conceptuals o teòriques que es recullen en el apartat següent, dedicat als resultats. La primera ens ha permès d'organitzar la variabilitat de l'anàlisi a partir dels diferents col·lectius

que hi intervenen, mentre que les segones ens permeten de descriure el fenomen estudiat.

Per a una anàlisi fructífera de la informació, la codificació va ser realitzada de manera exhaustiva i minuciosa, tot efectuant recerques a partir de les unitats textuais codificades o agrupades en els diferents nodes específics.

Finalment, s'ha dut a terme l'anàlisi i la interpretació de la informació a partir de les diferents categories i subcategories, les aportacions de les quals se sintetitzen en l'apartat de discussió. (Figura 1).

## Resultats

El procés de l'anàlisi ha tingut com a sustentació dos tipus de categories: demogràfica i conceptuals o teòriques.

Les categories agrupades sota la denominació de demogràfiques inclouen els col·lectius amb què s'ha treballat: joves, pares, professors d'EF i d'altres àrees.

Dins de les categories anomenades conceptuals o teòriques s'estableixen les següents: *Configuració del Lleure*, *Influències*, *Idiosincràsia* i *Filosofia subjacent*.

Amb la categoria *Configuració del Lleure*, es pretén d'identificar la pràctica fisicoesportiva com a experiència de lleure. Per fer-ho, s'han establert 4 subcategories coincidents amb les quatre coordenades defensades per Cuenca (2004): *Autotèlic*, *Exotèlic*, *Nociu* i *Absent*. Cada una d'aquestes quatre subcategories se subdivideix en altres de coincidents amb les dimensions defensades pel mateix autor.

Aquest estudi se centrarà en la coordenada *Lleure Exotèlic* i, en concret, en la seva dimensió saludable.

A la taula 1 queden reflectits els resultats obtinguts en cada una de les coordenades de la categoria *Configuració del Lleure*. Es consignen en l'eix d'abscisses els valors totals de cada subcategoria conceptual teòrica relativa a la *Configuració del Lleure* i en l'eix d'ordenades les corresponents als diferents col·lectius.

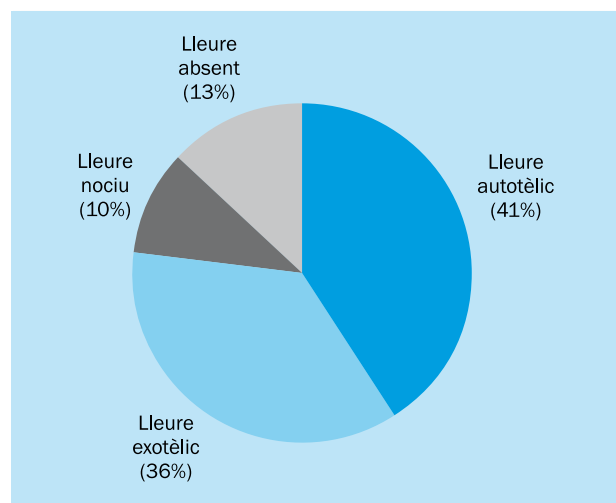
S'han registrat un total de 135 unitats textuais que fan referència a la *Configuració del Lleure*, de les

quals el 41 % es correspon amb la coordenada autotèlica, el 36 % amb el lleure exotèlic i el 13 % i el 10 % amb les coordenades absent i nociu respectivament. (Figura 2)

Són els pares-mares els que més perceben aquest tipus d'activitats com a experiències d'un lleure exotèlic, seguit, de prop, pels professors d'Educació Física. Això es tradueix amb expressions com ara (Taula 2):

Categoria demogràfica	Configuració del lleure					
	Col·lectiu	Total	Autotèlic	Exotèlic	Nociu	Absent
Alumnes		27	8	8	8	3
Pares		44	23	17	2	2
Professors E.F.		39	17	14	2	6
Professors d'altres àrees		25	9	9	1	6
<b>Total</b>		<b>135</b>	<b>57</b>	<b>48</b>	<b>13</b>	<b>17</b>

**Taula 1**  
Resultats de cada una de les coordenades de la categoria lleure.

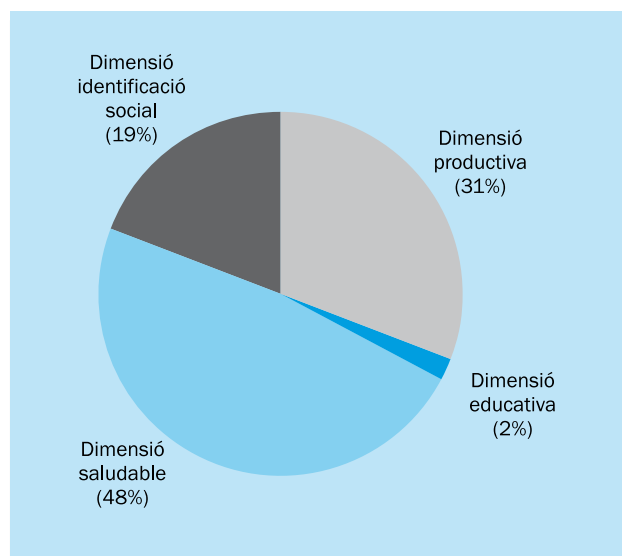


**Figura 2**  
Distribució de les dimensions del lleure.

**Taula 2**  
Resultats de les dimensions del lleure exotèlic.

	Productiva	Consumptiva	Educativa	Saludable	Identificació social	Total
Alumnes	1	–	–	6	1	8
Pares	11	–	–	2	4	17
Professors E.F.	2	–	–	9	3	14
Professors d'altres àrees	1	–	1	6	1	9
<b>Total</b>	<b>15</b>	<b>0</b>	<b>1</b>	<b>24</b>	<b>8</b>	<b>48</b>





**Figura 3**

Categories Inferiors - Dimensions del Lleure Exotèlic.

[...] *nosaltres intentem que practiquin esport o fer plans fisicoesportius orientats sempre cap a la salut, lògicament* (Col·lectiu Professors d'Educació Física).

La major freqüència de cites que presenten els nostres col·lectius en la subcategoria del lleure exotèlic, la trobem en la dimensió terapèutica saludable del lleure fisicoesportiu, car presenten un 50 % de les unitats textuais registrades en el lleure exotèlic. (Figura 3).

En relació amb els col·lectius analitzats, són els professors d'Educació Física, seguits pels professors d'altres àrees i pels joves estudiants, els que perceben un caràcter predominantment saludable de les activitats fisicoesportives, davant el caràcter productiu que predomina en el col·lectiu de pares.

## Consideracions finals i conclusions

La pràctica fisicoesportiva, entesa com a experiència de lleure saludable, és percebuda entre els col·lectius analitzats, amb un matís més preventiu de la salut dels nostres joves, que no pas de rehabilitació.

Observem que dins d'aquest aspecte preventiu, uns busquen més els efectes físics i psicològics que aporta la pràctica fisicoesportiva; és el cas dels professors d'Educació Física i dels professors d'altres àrees, constatat amb expressions com ara:

*Els xavals, el primer que han de posar-se al cap, és que fer esport, fer exercici físic, és bo per a la seva sa-*

*lut i la seva qualitat de vida.* (Col·lectiu de professors d'Educació Física).

[...] *fer esport, fer activitat física, perquè és sa, perquè és saludable, bo per al seu desenvolupament, sense buscar un altre objectiu.* (Col·lectiu de professors d'Educació Física).

[...] *evitar el sedentarisme, han de fer una activitat esportiva, han de moure's.* (Col·lectiu de professors d'altres Àrees).

[...] *els dic (als pares): no "li tregui vostè l'esport, que és la seva vàlvula d'escapament, que és la seva sortida"* (Col·lectiu de professors d'altres Àrees).

D'altres, veuen la dimensió saludable com a escapada o argument per apartar-se d'altres hàbits nocius i perjudicials per a la salut presents en la societat d'avui i intensificats en el context juvenil. Aquesta apreciació és més notable en el col·lectiu d'alumnes i de pares, amb expressions com ara:

[...] *una pràctica esportiva que és sana i t'evita, o almenys t'ajuda a evitar aquest tipus de camins (fumar, beure, un altre tipus de drogues).* (Col·lectiu d'alumnes).

*A molta gent els motiva fer esport; jo he estat molts anys en el futbol, i gent rebentada amb 12 anys, fumant porros i de tot, i ells volien anar al futbol per netejar-se els pulmons i tot això.* (Col·lectiu d'alumnes).

*Els xavals que practiquen esport, no poden estar posant-se coses (tabac, alcohol, drogues) encara que beuen, el meu fill beu una mica. Llavors són conscients que no poden estar ficant-se coses dolentes per al cos* (Col·lectiu de Pares).

L'anàlisi de contingut realitzat sobre els grups de discussió mantinguts en aquesta investigació ha servit per delimitar les principals variables que han guiat l'elaboració del qüestionari, instrument utilitzat en la segona fase de l'estudi. També servirà per realçar les conclusions generals de l'estudi.

En vista de la percepció que han manifestat els diferents col·lectius sobre la pràctica fisicoesportiva dels joves, les variables que s'han controlat es troben referides, d'una banda, a les quatre coordenades del lleure fisicoesportiu, i per això ha interessat de constatar la vivència del lleure fisicoesportiu com a gaudi, desenvolupament personal, contacte amb la natura, implicació desinteressada i voluntària o com a participació en esdeveniments fisicoesportius; però també el nostre interès s'ha vist orientat cap a la pràctica física esportiva com a desenvolupament de la identitat o com a consum o com a mitjà terapèutic i de prevenció, de salut i qualitat de vida, de lleure formatiu i educatiu, sense oblidar-

nos de la vivència d'altres experiències negatives o de l'avorriment provocat per l'absència de pràctica, etc. Som conscients que aquestes manifestacions formen part inherent del lleure en general i, en particular, ens interessa constatar-ho en el lleure fisicoesportiu.

A la llum dels resultats, es considera rellevant destacar com a conclusions d'aquest treball:

- L'evidència sobre la importància que concedeixen tots els col·lectius a la dimensió saludable de la pràctica fisicoesportiva.
- La dimensió saludable és percebuda pels alumnes, professors i pares, més des del punt de vista preventiu que no pas rehabilitador.
- La prevenció s'estima des de dos vessants diferents, avalats per diferents col·lectius. Els pares i els alumnes fonamenten l'esperit saludable del lleure fisicoesportiu des d'un vessant substitutiu d'hàbits nocius, mentre que els professors d'Educació Física i d'altres Àrees, sostenen el poder saludable com un fi propi de les pràctiques fisicoesportives. (Figura 4).

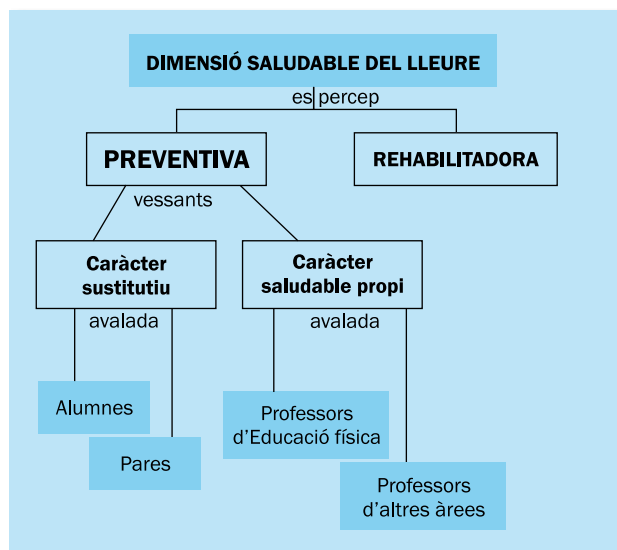
Els resultats obtinguts poden ajudar a elevar la consideració de la dimensió saludable de la pràctica fisicoesportiva i fomentar-ne la inclusió en els programes escolars i extraescolars. Tot conreant la salut, afavorim el desenvolupament ple de l'individu.

Corroborada, també, la importància que concedeix la família a aquest àmbit, i com que aquesta és el principal agent educatiu, seria positiu incloure a les Escoles de Pares temaris referents al foment d'actituds positives cap a l'activitat fisicoesportiva dels seus fills, com a espai de foment d'hàbits saludables.

Es considera necessari continuar aprofundint en aquest tema, tot analitzant els valors implícits en la pràctica fisicoesportiva dels joves de la Rioja a través de l'anàlisi de les actituds i les pautes de comportament que mostren. Un d'aquests valors és el de la Salut. Els resultats ens oferiran conclusions que poden enriquir les ja obtingudes.

## Bibliografia

- Blasco, T.; Capdevila, L.; Cruz, J.; Pintanel, M. i Valiente L. (1996). Evolución de los patrones de actividad física en estudiantes universitarios. *Revista de psicología del deporte* (9-10), 51-63.
- Casares, J. (1994). *Diccionario ideológico de la Lengua Española*. Barcelona: Gil y Gaya, S.A.



**Figura 4**

Percepció de la dimensió saludable.

- Constitución Española (1978). Capítulo Tercero. De los principios rectores de la política social y económica. *Artículo 43.1*.
- Cuenca Cabeza, M. (2004). *Pedagogía del Ocio: Modelos y Propuestas*. Bilbao: Universidad de Deusto.
- Duda, J. L.; Fox, K. R.; Biddle, S. J. H. i Armstrong, N. (1992). Childrens' achievement goals and beliefs about success in sport. *British journal of educational pshychology* (62), 313-323.
- Duda, J. L. i White, S. A. (1992). Goal orientations and beliefs about the causes of sport success among elite skiers. *The sport psychologist* (6) 334-343.
- Dumazedier, J. (1964). *Hacia una civilización del ocio*. Barcelona: Estela.
- Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación. (BOE núm. 106, de 4 mayo).
- Organització Mundial de la Salut: <http://www.who.int>.
- Organizació Mundial de la Salut i els Objectius de Desenvolupament del Mil·lenni: <http://www.who.int/mdg/es/Organización Mundial de la Salud>; en relació a l'OMS: <http://www.who.int/about/es/>
- Parlebas, P. (2001). *Juegos, deporte y sociedad. Léxico de praxiología motriz* (trad.: F. González del Campo Román). Barcelona: Paidotribo.
- Perea, R.; Quintana, J. M.; Murga, M. A.; Limón, M. R. i Corbella, M. (1997) (Edició restringida). *Curso de Educación para la Salud: Fundamentos y justificación de la Educación para la Salud*. Madrid: UNED-FUE.
- Perea, R.; Bouché, H.; Vázquez, B.; Calderón, F. J.; Garrido, G.; Fuentes, F.; Fontecha, C. i García, M. I. (2000). *Curso de Educación para la Salud: Educación para la salud y actividad física*. Madrid: UNED-FUE.
- Real Academia Española (2001). *Diccionario de la Lengua Española*. Madrid: Espasa Calpe.
- Sanz, E. i Ponce de León, A. (2005). La necesidad de educar la dimensión del ocio físico-deportivo. Propuesta surgida de un estudio centrado en la comunidad universitaria. *Tándem: Didáctica de la Educación Física* (20), 73-88.
- Suárez Ortega, M. (2005). *El grupo de discusión. Una herramienta para la investigación cualitativa*. Barcelona: Laertes.