

Motius de pràctica físicoesportiva segons l'edat i el gènere en una mostra d'universitaris

■ ANA PAVÓN LORES

Doctora en Educació Física.
Unitat d'Investigació en Educació Física i Esports

■ JUAN ANTONIO MORENO MURCIA

Doctor en Psicologia. Professor de la Universitat de Múrcia.
Facultat d'Educació

■ MELCHOR GUTIÉRREZ SANMARTÍN

Doctor en Psicologia. Professor de la Universitat de València.
Facultat de Ciències de l'Activitat Física i l'Esport

■ ÁLVARO SICILIA CAMACHO

Doctor en Educació Física. Professor de la Universitat d'Almeria.
Facultat de Ciències de l'Educació

■ Paraules clau

Motivació, Activitat físicoesportiva,
Universitat

■ Abstract

The main objective of this study has consisted of analyzing the sport participating motivation among three representative samples of the university students of Murcia, Valencia and Almeria, according to the gender and the age of the interviewed students. For this, 801 students (average age = 21 years-old) answered to the Questionnaire of attitudes, motivations and interests about the physical and sport activities (CAMIAF). In this work, a factor analysis evidenced the existence of six factors, with a high internal consistency ($\alpha = .91$). After the analysis and interpretation of the data it is demonstrated that according to the gender, males give more importance to those aspects related to competition, hedonism and social relationships, personal capability and adventure, whereas women prefer to practice physical and sport activities for reasons related with physical form, personal image and health. Furthermore, the youngest students (under 21 years-old) are those who give higher importance to competition, in order to compensate the physical inactivity of daily activities and to personal capabilities, when practicing physical and sport activities.

■ Key words

Motivation, Physical activity, University

Resum

L'objectiu principal d'aquest treball ha consistit a analitzar els motius de participació en activitats físicoesportives de tres mostres representatives dels estudiants de les Universitats de Múrcia, València i Almeria, en funció del gènere i l'edat dels alumnes enquestats. Per fer-ho, 801 alumnes (mitjana d'edat = 21 anys) van respondre el Qüestionari d'actituds, motivacions i interessos cap a les activitats físicoesportives (CAMIAF). En aquest document es va evidenciar, després de realitzar una anàlisi factorial, l'existència de sis factors amb una elevada consistència interna ($\alpha = .91$). Després de l'anàlisi i interpretació de les dades es demostra que en funció del gènere, els barons donen més importància als aspectes relacionats amb la competició, l'hedonisme i les relacions socials, la capacitat personal i l'aventura, mentre que les dones prefereixen practicar activitats físicoesportives per motius relacionats amb la forma física, la imatge personal i la salut. A més a més, els estudiants més joves (menors de 21 anys) són els qui atribueixen més importància a la competició, a compensar la inactivitat física de les tasques quotidianes i a les capacitats personals, a l'hora de practicar activitats físiques i esportives.

Introducció

En els últims anys hem pogut observar que la magnitud del fenomen esportiu ha calat profundament en el marc de la societat occidental, en virtut de la important difusió que se'n fa als diversos mitjans de comunicació, i associat a una revaloració de l'Educació Física i l'esport com a contingut capaç d'establir una formació integral de la persona mitjançant manifestacions motrius (Blasco i cols., 1996; Gutiérrez, 2000).

Les dificultats sorgeixen davant la necessitat d'un marc teòric per estudiar la realitat, atès que no existeixen unes teories definides sobre les interaccions entre l'activitat física, el temps lliure i la població universitària (Comes i cols., 1994), encara que trobem un increment important de professionals vinculats amb aquesta àrea de coneixement, que busquen de comprendre els factors que determinen que les persones adquireixin estils de vida actius, saludables i duradors, cosa que origina un sequeu de teories i models: les teories de la necessitat d'èxit (Atkinson, 1974), les teories de l'ansietat de prova (Mandler i Sarason, 1952), les teories de l'expectativa de reforçament (Crandall, 1963), les teories de l'atribució (Wei-

ner, 1986), les teories de l'autoeficàcia (Bandura, 1977), les teories de la competència percebuda (Harter, 1981), les teories de l'orientació de fites d'èxit (Duda, 1993), les teories de la motivació intrínseca (Deci i Ryan, 1985) i les teories de planificació d'objectius (Locke i Latham, 1990).

Si ens centrem en els estudis realitzats al nostre país, apreciem un elevat interès dels espanyols vers l'esport, que es correspon amb el que podem trobar en la majoria dels països del món, perquè es l'activitat humana preferida per les masses. Així, el 75% dels barons manifesta estar interessat per l'esport, davant del 56% de les dones (Añó, 1995); tanmateix, aquest interès expressat en les diferents investigacions es contradiu amb l'escassa pràctica esportiva posada de manifest en les enquestes esmentades (García Ferrando, 1991, 2001). D'aquesta manera i com a conseqüència del caràcter deficitari de la iniciació esportiva rebuda en la infància i preadolescència, els nivells de pràctica d'activitat física o esportiva en la població general són realment baixos, i són molt pocs els joves que han realitzat o realitzen activitats físiques de forma regular, encara que els beneficis fisiològics i psicològics que comporta la pràctica són àmpliament coneguts per la majoria de la població (Cale, 1996; Cale i Almond, 1997; Sánchez-Barrera i cols., 1995; Taylor i cols., 1999; Trudeau i cols., 1999). Per a Añó (1995), *“aquestes diferències entre l'interès i el nivell de pràctica dels espanyols tenen una justa correspondència amb la disponibilitat de temps lliure i amb les instal·lacions i mitjans de què disposen, comptant entre aquests mitjans amb un factor cada vegada més valorat com ara l'oportuna direcció tècnica de la pràctica”*.

Però a més a més, el gènere de l'alumnat també influirà en la seva percepció de l'activitat física i de l'Educació Física, així com en la seva implicació i competència

motriu. En comparar el nivell d'activitat física per gèneres trobem diferències, detectades en nombroses investigacions (Blasco i cols., 1996; DeMarco i Sydney, 1989; Gili-Planas i Ferrer-Pérez, 1994; Sánchez i cols., 1998; Sicília, 2002); en general, la dona s'ha incorporat més tard a la pràctica esportiva i, quan ho ha fet, ha estat limitant la seva participació a unes modalitats determinades. Per a Sánchez i cols. (1998), els barons s'exerciten en un 90% davant d'un 60% de dones, però encara que existeix un percentatge més gran d'homes actius, no s'han trobat diferències significatives entre tots dos gèneres en les variables de freqüència i durada de l'activitat física practicada.

Malgrat tot, hem d'entendre que la participació de dones i homes en activitats físiques i esportives no només és quantitativa, sinó que varia segons factors com el tipus d'esport, les motivacions de pràctica, la facilitat o dificultat d'accés, de l'actitud i distribució del temps lliure, etc. (Vázquez, 2001; Sicília, 2002; Soto i cols., 1998). Així, els trets atribuïts al gènere masculí giren al voltant de les característiques de lideratge, independència, presa de decisions, capacitat d'anàlisi, força, agressivitat, esperit competitiu, energia, consecució del triomf, etc.; mentre que les atribucions femenines es caracteritzen per trets de passivitat, dependència, adaptació, tendresa, modestia, cooperació, rebuig de riscos, ordre, espera en les pràctiques físiques, etc. Resultats que coincideixen de forma general amb les diferències de percepció que tenen els estudiants per explicar el propi fracàs escolar, mentre les dones atribueixen el fracàs a la falta de capacitat, els homes tendeixen amb més freqüència a atribuir-ho a la falta d'esforç.

A Espanya, les persones d'edat més avançada i menor nivell cultural són les que realitzen menys activitat física, mentre que els més joves i els qui tenen nivells culturals superiors són els que

realitzen més activitat física (Sánchez-Barrera i cols., 1995); hom observa que la quantitat de practicants és involutiva respecte a l'edat; és més gradual i progressiva en el seu procés inicial fins a arribar a un moment en el qual el salt és important per dos motius: perquè la disminució de practicants és elevada, i perquè es produeix en l'inici de la franja d'edat entre 18 i 25 anys; aquesta disminució és més accentuada a nivell de practicants femenins (Bellmunt i cols., 1994). Efectivament, García Ferrando (1996) va trobar que un 59% de joves en edat universitària manifestaven practicar l'esport durant el seu temps lliure, mentre que, Sánchez-Barrera i cols. (1995) van estimar en un 67% el percentatge d'universitaris actius físicament.

Igualment, en estudis com el realitzat per Mowatt i cols. (1988), es demostra que els individus amb actituds positives cap a la pràctica físicoesportiva, en general exhibeixen conductes motrius més intenses i més freqüents que les persones que tenen menys actituds positives cap a l'exercici. Per la qual cosa, si partim de les conclusions de Masachs i cols. (1994) que diuen que *“els motius es mantenen o modifiquen a mesura que es porta un temps practicant l'exercici”*, resultarà interessant observar com van evolucionant els interessos cap a l'activitat esportiva al llarg de les diferents edats, per la seva inqüestionable influència sobre el nivell de pràctica esportiva en l'edat adulta.

Des d'aquesta aproximació, els autors (Masachs i cols., 1994) defensen que la realització d'exercici físic de forma regular comporta una modificació substancial de les motivacions de l'individu, i determinen l'aparició de raons per mantenir l'activitat física que no havien estat considerades en el moment d'iniciar-la, per la qual cosa hem de comprendre que aquesta evolució de les diferències serà encara més patent si s'anul·litzen els resultats en funció del

temps que porten els subjectes realitzant activitat física. És a dir, podem aprofundir en els motius de pràctica si ens centrem en la fase en què aquesta pràctica disminueix, l'etapa universitària, perquè aquesta correspon a la conducta o aprenentatge adquirit al llarg de tot el període de formació de cada estudiant, i és precisament a partir de l'edat de 17-18 anys quan les oscil·lacions d'adhesió es fan més evidents. Treballs com el de Blasco i cols. (1996), identifiquen el moment de començar els estudis a la Universitat amb l'abandonament de l'hàbit de fer activitat física, atès que han de dedicar moltes hores a l'estudi amb la consegüent reducció del temps de lleure. Aquest fet porta a considerar l'experiència esportiva a l'escola superior o Universitat com un bon predictor del nivell de dedicació en l'edat adulta.

D'aquí la importància d'analitzar quins seran els interessos i motivacions que impulsen els estudiants universitaris a la pràctica d'activitats físicoesportives, sobretot tenint en compte els importants beneficis que comporten per a la seva salut física i mental. Dintre de la població espanyola i seguint els treballs de García Ferrando (1996), els motius pels quals fan esport els estudiants universitaris són, per ordre de preferència: “per diversió i passar el temps”, “per fer exercici físic” i “perquè li agrada l'esport”. Aquestes dades coincideixen amb les trobades per Llopis i Llopis (1999) a la població valenciana de 18 a 24 anys, que esmenten com a primer motiu pel qual es practica l'esport “per diversió i passar el temps”.

En definitiva, l'objecte d'aquest treball és l'estudi dels interessos i motivacions en funció de l'edat i el gènere, que porten els universitaris a participar en activitats físicoesportives. Per fer-ho, s'ha elaborat un qüestionari d'actituds, motivacions i interessos dels alumnes vers les activitats físicoesportives (CAMIAF), a partir del “Qüestionari de motius per a la pràctica d'activitat físicoesportiva” de Gutiérrez i González-Herrero (1995).

Més concretament, mitjançant aquesta investigació s'ha pretès de comprovar les possibles diferències ‘motivacionals’ dels estudiants pertanyents a distintes Universitats, per la qual cosa s'han portat a terme diverses anàlisis diferencials (ANOVAS) considerant com a variables independents l'edat i el gènere de les mostres estudiades.

Material i mètode

Per realitzar la selecció de la mostra s'ha utilitzat el procediment de mostreig aleatori estratificat per conglomerats, atenent al gènere, titulació i curs.

La mostra d'aquest estudi està composta per un total de 801 alumnes representatius de l'univers dels estudiants de les Universitats públiques de Múrcia, València i Almeria, entre els quals hi ha 399 nois i 402 noies. Tots ells d'edats compreses entre els 18 i els 45 anys, amb una edat mitjana de 21 anys i una desviació típica de 3,02. En la distribució per Universitats, el 37% pertanyen a la Universitat de València (35,3% nois i 38,6% noies), el 32,1% a la Universitat de Múrcia (34,1% nois i 30,1% noies) i, finalment, el 31% dels alumnes estaven matriculats a la Universitat d'Almeria (30,6% nois i 31,6% noies).

Per conèixer les raons que mouen o mourien els universitaris a practicar activitat físicoesportiva s'ha elaborat el qüestionari CAMIAF (Qüestionari d'Actituds, Motivacions i Interessos cap a les Activitats Físicoesportives), el qual ha estat autoempenyat per tots els components de la mostra.

Aquest instrument consta de 48 ítems, destinats a valorar els motius pels quals els universitaris practiquen o practicarien activitats físicoesportives. Les respostes es recullen mitjançant una escala tipus Likert de 4 punts:

- En desacord (1).
- Una mica d'acord (2).
- Força d'acord (3).
- Completament d'acord (4).

En el procediment seguit per al desenvolupament de la investigació s'ha utilitzat un disseny per a enquestes transversal, basat en les propostes de Sierra Bravo (1994, 1995), tot utilitzant el qüestionari per a la recollida de dades. Per a l'administració de l'instrument es va sol·licitar la col·laboració del professorat de les distintes Universitats, atès que durant l'horari lectiu els alumnes havien de respondre, individualment i voluntàriament tots els ítems, amb un investigador present per resoldre qualsevol dubte si de cas calia.

Finalment, les dades obtingudes a partir de l'aplicació del qüestionari CAMIAF a les mostres d'estudiants de les Universitats de Múrcia, València i Almeria, van ser sotmeses a una anàlisi de components principals amb rotació varimax per conèixer l'estructura factorial dels motius de pràctica físicoesportiva. Els 6 factors que configuren els motius per a la pràctica de l'activitat física i l'esport, són els següents: “Competició”, “Capacitat personal”, “Aventura”, “Hedonisme i relació social”, “Forma física i imatge personal” i “Salut mèdica”, i aporten una explicació de variància total del 66,6% (Pavón i cols., 2003).

L'índex de fiabilitat obtingut mitjançant la prova Alpha de Cronbach ($\alpha = .91$) mostra una alta consistència interna ($\alpha = .81$ per al factor “Competició”; .78 factor “Capacitat personal”; .71 factor “Aventura”; .69 factor “Hedonisme i relació social”; .69 factor “Forma física i imatge personal”, i .61 per al factor “Salut mèdica”); el nivell de confiança és del 95% amb un error mostral de $\pm 5\%$.

Amb l'objectiu de comprovar els motius de pràctica físicoesportiva dels estudiants universitaris, analitzant les diferències existents segons el gènere i l'edat de la mostra, es van efectuar diverses ANOVAS. Totes les anàlisis desenvolupades s'han realitzat amb el paquet estadístic SPSS per a Windows versió 9.0.

■ **TAULA 1.**
Anàlisi dels motius de pràctica relacionats amb la “competició” segons el gènere.

ÍTEMS	NOIS	NOIES	SIG.
5. Perquè m'agrada competir	2,55	1,73	***
6. Perquè m'agraden les sensacions fortes	2,39	1,98	***
7. Per adquirir més potència física	2,98	2,63	***
8. Perquè m'agrada entrenar dur	2,27	1,77	***
9. Per posar a prova les meves capacitats físiques	2,65	2,23	***
11. Perquè m'agrada fer tot allò en què destaco	1,96	1,64	***
19. Perquè vull arribar al límit de les meves possibilitats	2,17	1,84	***
20. Per demostrar les meves habilitats	2,09	1,72	***
23. Per ser un esportista d'elit	1,58	1,24	***
26. Perquè m'agrada participar en lligues recreatives	2,43	1,76	***
41. Perquè m'agrada participar en esports d'equip	2,95	2,49	***

*p < .05; ** p < .01; *** p < .001.

■ **TAULA 2.**
Anàlisi dels motius de pràctica relacionats amb la “capacitat personal” segons el gènere.

ÍTEMS	NOIS	NOIES	SIG.
17. Per conèixer i controlar el meu cos	3,11	3,23	*
30. Per potenciar la meua força de voluntat i autodisciplina	2,54	2,46	ns
31. Per millorar les meves estratègies, en la resolució de problemes que planteja l'activitat	2,47	2,24	***
33. Com a repte personal	2,66	2,48	**
34. Perquè m'agrada superar-me	2,98	2,66	***
35. Perquè gaudeixo resolent les dificultats de la tasca	2,59	2,35	***
36. Per adquirir esperit de sacrifici	2,55	2,04	***
43. Perquè vull aconseguir l'èxit personal	2,01	1,95	ns
44. Per demostrar la meua capacitat davant la dificultat de l'activitat	2,34	2,10	**
47. Perquè vull observar els meus progressos de dia en dia	2,64	2,74	ns

*p < .05; ** p < .01; *** p < .001; ns = no significatiu.

■ **TAULA 3.**
Anàlisi dels motius de pràctica relacionats amb l'“aventura” segons el gènere.

ÍTEMS	NOIS	NOIES	SIG.
24. Per aprendre noves habilitats	2,76	2,76	ns
25. Per descarregar l'agressivitat i la tensió personal	2,67	2,79	ns
27. Per fer funcionar la meua creativitat	2,54	2,29	***
28. Perquè m'agrada el risc i l'aventura	2,36	2,09	***
37. Per conèixer i practicar nous esports	2,89	2,82	ns
39. Per superar els desafiaments que planteja la natura (mar, muntanya)	2,38	2,24	ns
40. Per relacionar-me i conèixer gent	2,85	2,75	ns
42. Pel plaer de practicar, sense importar els resultats	3,01	3,00	ns
45. Per passar-m'ho bé	3,64	3,44	***

*p < .05; ** p < .01; *** p < .001; ns = no significatiu.

Resultats

Diferències en els motius de pràctica fisicoesportiva dels estudiants universitaris segons el gènere

En primer lloc, vam procedir a analitzar les variacions ‘motivacionals’ que presentaven els subjectes de la mostra analitzada. Amb aquesta finalitat, a través de l'ANOVA es va comprovar si existien diferències entre els ítems dels diferents factors dels motius de pràctica segons el gènere dels alumnes. Així, el grau d'acord dels alumnes amb els diferents motius de pràctica fisicoesportiva va ser tractada com a variable dependent, mentre que el gènere es va considerar com a variable independent.

A la *taula 1*, observem a tots els ítems que configuren els motius de pràctica relacionats amb la competició, que les diferències entre tots dos gèneres són molt significatives estadísticament, amb una significació de $p = .000$, i els valors de les dones són sempre inferiors als dels homes.

En analitzar els motius de pràctica relacionats amb la capacitat personal (*taula 2*), comprovem que les diferències significatives sorgeixen als ítems “perquè m'agrada superar-me” ($p = .000$), “per adquirir esperit de sacrifici” ($p = .000$), “per millorar les meves estratègies, en la resolució de problemes que planteja l'activitat” ($p = .001$), “perquè gaudeixo resolent les dificultats de la tasca” ($p = .001$), “per demostrar la meua capacitat davant la dificultat de l'activitat” ($p = .007$), “com a repte personal” ($p = .009$) i “per conèixer i controlar el meu cos” ($p = .043$). Únicament als motius “per potenciar la meua força de voluntat i autodisciplina”, “perquè vull aconseguir l'èxit personal” i “perquè vull observar els meus progressos de dia en dia”, no es van trobar diferències significatives entre tots dos gèneres. A més a més, les mitjanes de cada gènere ens indiquen que són els barons els qui donen més importància a tots els motius esmentats anteriorment, amb l'ex-

cepció de “per conèixer i controlar el meu cos” que és més valorat per les dones.

Contrastant les diferències que resulten de l'anàlisi general de variància dels motius de pràctica relacionats amb el factor aventura, a la *taula 3*, trobem que només assoleixen significació estadística tres motius: “per posar en funcionament la meua creativitat”, “perquè m'agrada el risc i l'aventura” i “per passar-m'ho bé”, tots amb una probabilitat de $p = .000$. s'aprecia que, en correspondència amb el valor de les mitjanes de cada gènere, són els nois els qui realitzen la pràctica físicoesportiva per aquestes raons en major mesura que no pas les noies.

D'altra banda, a la *taula 4* ens trobem amb l'anàlisi de les motivacions vinculades a l'hedonisme i les relacions socials, que mouen els universitaris a la pràctica d'activitats físicoesportives. En aquest punt, només aconseguen la significació estadística els motius de pràctica següents: “per sentir-me important davant els altres” ($p = .000$), “perquè vull ser cèlebre i popular” ($p = .000$), “perquè ho fan els meus amics” ($p = .000$), “per complaure els meus pares” ($p = .004$) i “per influència dels meus professors i entrenadors” ($p = .024$); són els nois els que concedeixen més importància a aquests motius per a la pràctica d'activitats físicoesportives. Únicament els ítems “perquè està de moda” i “per motius professionals (de treball)” no assoleixen diferències significatives.

Tot seguit, detallarem els resultats trobats en els motius de pràctica relacionats amb la forma física i la imatge personal (*taula 5*). És evident que les diferències més grans es troben en els motius “per perdre pes”, “per mantenir el meu pes” i “perquè vull desenvolupar el meu cos i la meua musculatura”, amb una significació de $p = .000$. Però, a més a més, també assoleixen nivells significatius els motius “per compensar la inactivitat física de les meves activitats quotidianes” ($p = .002$),

“per millorar la meua imatge i el meu aspecte físic” ($p = .020$) i “perquè no m'agrada estar fofo” ($p = .013$). El motiu “per mantenir-me en forma” ofereix diferències estadístiques. Malgrat tot, cal esmentar que en la comparació de les mitjanes dels dos gèneres, les noies concediran més importància a gairebé la totalitat dels motius relacionats amb la seva forma física i la seva imatge personal, amb l'excepció del que fa

referència al desenvolupament del cos i la musculatura, on els nois obtenen valors superiors.

Finalment, en analitzar les diferències significatives entre tots dos gèneres en l'estudi dels motius de pràctica relacionats amb la salut mèdica (*taula 6*), trobem que “per prescripció mèdica” ($p = .003$) i “per prevenir malalties” ($p = .019$) arriben a nivells significatius, i són favorables a les noies.

■ TAULA 4.

Anàlisi dels motius de pràctica relacionats amb l'“hedonisme i la relació social” segons el gènere.

ÍTEMS	NOIS	NOIES	SIG.
12. Per sentir-me important davant dels altres	1,41	1,15	***
13. Perquè vull ser cèlebre i popular	1,31	1,10	***
15. Perquè és moda	1,18	1,16	ns
21. Perquè ho fan els meus amics	1,46	1,25	***
29. Per complaure els meus pares	1,15	1,06	**
32. Per motius professionals (de treball)	1,58	1,53	ns
48. Per influència dels meus professors i entrenadors	1,40	1,30	*

* $p < .05$; ** $p < .01$; *** $p < .001$; ns = no significatiu.

■ TAULA 5.

Anàlisi dels motius de pràctica relacionats amb la “forma física i la imatge personal” segons el gènere.

ÍTEMS	NOIS	NOIES	SIG.
1. Per millorar la meua imatge i el meu aspecte físic	2,65	2,80	*
2. Per perdre pes	1,95	2,22	***
4. Per compensar la inactivitat física de les meves activitats quotidianes	2,87	3,09	**
14. Per mantenir el meu pes	2,10	2,43	***
22. Perquè vull desenvolupar el meu cos i la meua musculatura	2,57	2,15	***
38. Per mantenir-me en forma	3,38	3,34	ns
46. Perquè no m'agrada estar fofo	2,56	2,75	*

* $p < .05$; ** $p < .01$; *** $p < .001$; ns = no significatiu.

■ TAULA 6.

Anàlisi dels motius de pràctica relacionats amb la “salut mèdica” segons el gènere.

ÍTEMS	NOIS	NOIES	SIG.
10. Per prescripció mèdica	1,58	1,79	**
16. Pels beneficis que obtinc per a la salut	3,44	3,53	ns
18. Per prevenir malalties	2,93	3,09	*

* $p < .05$; ** $p < .01$; *** $p < .001$; ns = no significatiu.

■ **TAULA 7.**
Anàlisi dels motius de pràctica relacionats amb la “competició” segons l’edat.

ÍTEMS	-21 ANYS	+21 ANYS	SIG.
5. Perquè m'agrada competir	2,29	2,01	***
6. Perquè m'agraden les sensacions fortes	2,26	2,12	ns
7. Per adquirir més potència física	2,89	2,73	*
8. Perquè m'agrada entrenar dur	2,16	1,89	***
9. Per posar a prova les meves capacitats físiques	2,49	2,41	ns
11. Perquè m'agrada fer tot allò en què destaco	1,85	1,75	ns
19. Perquè vull arribar al límit de les meves possibilitats	2,12	1,91	**
20. Per demostrar les meves habilitats	1,95	1,86	ns
23. Per ser un esportista d'elit	1,52	1,32	***
26. Perquè m'agrada participar en lligues recreatives	2,22	1,98	**
41. Perquè m'agrada participar en esports d'equip	2,78	2,67	ns

*p < .05; ** p < .01; *** p < .001; ns = no significatiu.

■ **TAULA 8.**
Anàlisi dels motius de pràctica relacionats amb la “capacitat personal” segons l’edat.

ÍTEMS	-21 ANYS	+21 ANYS	SIG.
17. Per conèixer i controlar el meu cos	3,22	3,11	ns
30. Per potenciar la meua força de voluntat i autodisciplina	2,57	2,43	*
31. Per millorar les meves estratègies, en la resolució de problemes que planteja l'activitat	2,42	2,30	ns
33. Com a repte personal	2,58	2,56	ns
34. Perquè m'agrada superar-me	2,94	2,73	**
35. Perquè gaudeixo resolent les dificultats de la tasca	2,56	2,38	*
36. Per adquirir esperit de sacrifici	2,37	2,23	*
43. Perquè vull aconseguir l'èxit personal	2,06	1,91	*
44. Per demostrar la meua capacitat davant la dificultat de l'activitat	2,24	2,20	ns
47. Perquè vull observar els meus progressos de dia en dia	2,77	2,62	*

*p < .05; ** p < .01; *** p < .001; ns = no significatiu.

■ **TAULA 9.**
Anàlisi dels motius de pràctica relacionats amb l’“aventura” segons l’edat.

ÍTEMS	-21 ANYS	+21 ANYS	SIG.
24. Per aprendre noves habilitats	2,85	2,69	*
25. Per descarregar l'agressivitat i la tensió personal	2,73	2,73	ns
27. Per fer funcionar la meua creativitat	2,43	2,38	ns
28. Perquè m'agrada el risc i l'aventura	2,30	2,15	*
37. Per conèixer i practicar nous esports	2,87	2,84	ns
39. Per superar els desafiaments que planteja la natura (mar, muntanya)	2,28	2,33	ns
40. Per relacionar-me i conèixer gent	2,83	2,77	ns
42. Pel plaer de practicar, sense importar els resultats	2,93	3,06	ns
45. Per passar-m'ho bé	3,58	3,51	ns

*p < .05; ** p < .01; *** p < .001; ns = no significatiu.

Diferències en els motius de pràctica físicoesportiva dels estudiants universitaris segons l’edat

Per conèixer les diferències en els motius de pràctica tenint en compte l’edat dels universitaris, es va procedir a realitzar diverses ANOVAs, considerant com a variable dependent el grau d’acord dels alumnes amb els diferents motius de pràctica físicoesportiva, i com a variable independent l’edat. Per fer-ho, tal com hem explicat anteriorment, distingirem dos grups d’edat: els més grans de 21 anys i els menors de 21 anys, atès que aquesta és l’edat mitjana de la mostra seleccionada per a aquesta investigació.

Així, dins del factor competició (taula 7) veiem que els motius que assolien significació estadística entre els dos grups d’edat i que, alhora, són més valorats pels menors de 21 anys, són els següents: “perquè m’agrada competir” ($p = .000$), “per adquirir més potència física” ($p = .013$), “perquè m’agrada entrenar dur” ($p = .000$), “perquè vull arribar al límit de les meves possibilitats” ($p = .003$), “per ser un esportista d’elit” ($p = .000$) i “perquè m’agrada participar en lligues recreatives” ($p = .003$).

Als motius de pràctica relacionats amb la capacitat personal (taula 8), aconseguen significació estadística “per potenciar la meua força de voluntat i autodisciplina” ($p = .047$), “perquè m’agrada superar-me” ($p = .003$), “perquè gaudeixo resolent les dificultats de la tasca” ($p = .012$), “per adquirir esperit de sacrifici” ($p = .046$), “perquè vull aconseguir l’èxit personal” ($p = .045$) i “perquè vull observar els meus progressos de dia en dia” ($p = .024$); són rellevants en major mesura per als alumnes menors de 21 anys.

Dintre de les motivacions vinculades al risc i l’aventura, solament dos ítems aconseguen significació estadística: “per aprendre noves habilitats” ($p = .013$) i “perquè m’agrada el risc i l’aventura”

($p = .046$). En tots dos casos, els universitaris menors de 21 anys presenten uns valors mitjans més alts que no pas els més grans de 21 anys (*taula 9*).

Els motius “per sentir-me important davant els altres” ($p = .019$) i “perquè vull ser cèlebre i popular” ($p = .004$), presenten uns índexs de probabilitat significatius, dintre del factor hedonisme i relació social. Tot mostrant, com s'esdevenia anteriorment, més interès per part dels alumnes menors de 21 anys (*taula 10*).

L'únic motiu que aconsegueix significació estadística en el factor forma física i imatge personal, que a més a més és preferit pels més grans de 21 anys, és “per compensar la inactivitat física de les meves activitats quotidianes”, amb una probabilitat de $p = .035$, tal com es reflecteix a la *taula 11*.

Els resultats de l'anàlisi indiquen que en els motius relacionats amb la salut mèdica pels quals els universitaris practiquen activitats físicoesportives, l'edat dels alumnes no constitueix una variable diferenciadora, ja que no apareixen diferències significatives entre els majors i els menors de 21 anys (*taula 12*).

Discussió i conclusions

El concepte d'esport per als alumnes enquestats s'orienta cap a l'esport-salut, coincidint amb altres estudis que posen de manifest la importància de la salut en el significat de l'esport per als universitaris (Castillo i Balaguer, 2001; DeMarco i Sydney, 1989; García Ferrando, 1991, 1996; Masachs i cols., 1994). De fet, García Ferrando (1991) va trobar que el 59% dels espanyols s'identificaven amb el concepte d'esport-salut i el 10 % amb l'esport-diversió.

Malgrat tot, dintre de la població universitària les publicacions de Llopis i Llopis (1999), García Ferrando (1996) i Rice (1988), insisteixen en la preferència dels estudiants per la diversió i passar el temps. Mentre que, per contra, d'altres autors, com ara Reyes i Garcés de Los

■ **TAULA 10.**

Anàlisi dels motius de pràctica relacionats amb l'“hedonisme i la relació social” segons l'edat.

ÍTEMS	-21 ANYS	+21 ANYS	SIG.
3. Pels beneficis econòmics que em proporciona	1,35	1,36	ns
12. Per sentir-me important davant dels altres	1,33	1,23	*
13. Perquè vull ser cèlebre i popular	1,27	1,15	**
15. Perquè és moda	1,20	1,14	ns
21. Perquè ho fan els meus amics	1,35	1,36	ns
29. Per complaure els meus pares	1,12	1,09	ns
32. Per motius professionals (de treball)	1,55	1,55	ns
48. Per influència dels meus professors i entrenadors	1,39	1,30	ns

* $p < .05$; ** $p < .01$; *** $p < .001$; ns = no significatiu.

■ **TAULA 11.**

Anàlisi dels motius de pràctica relacionats amb la “forma física i la imatge personal” segons l'edat.

ÍTEMS	-21 ANYS	+21 ANYS	SIG.
1. Per millorar la meua imatge i el meu aspecte físic	2,74	2,72	ns
2. Per perdre pes	2,12	2,06	ns
4. Per compensar la inactivitat física de les meves activitats quotidianes	2,90	3,06	*
14. Per mantenir el meu pes	2,22	2,30	ns
22. Perquè vull desenvolupar el meu cos i la meua musculatura	2,41	2,32	ns
38. Per mantenir-me en forma	3,36	3,36	ns
46. Perquè no m'agrada estar fofo	2,66	2,65	ns

* $p < .05$; ** $p < .01$; *** $p < .001$; ns = no significatiu.

■ **TAULA 12.**

Anàlisi dels motius de pràctica relacionats amb la “salut mèdica” segons l'edat.

ÍTEMS	-21 ANYS	+21 ANYS	SIG.
10. Per prescripció mèdica	1,62	1,73	ns
16. Pels beneficis que obtinc per a la salut	3,49	3,47	ns
18. Per prevenir malalties	3,01	3,00	ns

ns = no significatiu.

Fayos (1999), assenyalen com a grans motius per fer esport els relacionats amb la salut i la interacció social.

A la nostra investigació, després de l'anàlisi dels factors que caracteritzen les motivacions dels estudiants universitaris cap a la pràctica d'activitats físicoesportives, observem que tots ells presenten diferències significatives en funció del

gènere. Així, els homes valoren més els aspectes relacionats amb la competició, l'hedonisme i les relacions socials, la capacitat personal i l'aventura, mentre que les dones practiquen activitats físicoesportives per motivacions vinculades principalment, en una major mesura, a la forma física, la imatge personal i la salut mèdica. Aquests resultats coincideixen

amb els trobats en nombroses investigacions (Blasco i cols., 1996; Castillo i Balaguer, 2001; Cañellas i Rovira, 1995; DeMarco i Sydney, 1989; Gutiérrez, 1995; Moreno i Gutiérrez, 1998; Sicília, 2002; Torre, 1998; Vázquez, 1993; White, 1995), on s'identificava els homes amb motius competitiu, de rendiment i diversió, i les dones amb els aspectes saludables de l'exercici, els fins terapèutics i l'estètica corporal.

Les úniques excepcions apareixen a l'ítem "perquè vull desenvolupar el meu cos i la meva musculatura" (forma física i imatge personal), cap al qual els homes se senten més motivats, i "per conèixer i controlar el meu cos" (capacitat personal), pel qual manifesten més interès les dones.

En analitzar les diferències en funció de l'edat dels alumnes enquestats, comprovem que són els més joves (menors de 21 anys) els qui més importància atribueixen a la competició, a compensar la inactivitat física de les activitats quotidianes (que pertany al factor de forma física i imatge personal) i a les capacitats personals, entre les motivacions per a la pràctica d'activitats físicoesportives, i això s'aproxima força a les conclusions de Moreno i Gutiérrez (1998), els quals van trobar que a menor edat més interès es manifesta pel rendiment, la diversió i la relació social.

En una anàlisi més detallada, observem l'evolució que experimenten els motius de pràctica, que ja esmentaven Masachs i cols. (1994). Les dades informen que els alumnes més joves es mostren més motivats pels aspectes competitiu, però a mesura que van augmentant en edat es produeix un progressiu descens de l'interès per la competició, la capacitat personal i l'aventura, opinió corroborada per nombrosos autors (Masachs i cols., 1994; Moreno i Gutiérrez, 1998; Pérez i cols., 1998; Ruiz i cols., 2001; Sánchez-Barrera i cols., 1995), els quals afirmen que els alumnes amb menor edat segueixen un model de rendiment, mentre que com més grans són major és

el percentatge d'alumnes interessats pels motius de gaudi, relació social, forma física i, fonamentalment, per la salut.

Es pot destacar que l'edat dels alumnes no és una variable diferenciadora de les motivacions per a la pràctica esportiva relacionades amb la salut mèdica, ja que no s'ha trobat una significació estadística en l'estudi d'aquest factor.

En resum, podem confirmar que els nostres resultats coincideixen amb les investigacions esmentades anteriorment, i establím que els elements significatius diferenciadors en els motius de pràctica esportiva són, principalment, el gènere i l'edat. Així, en general, per als barons són més importants les motivacions relacionades amb el resultat, mentre que per a les dones semblen ser més importants els aspectes socials de l'esport. Pel que fa a l'edat, els més joves estan més motivats que no pas els més grans per factors externs.

Referències

- Atkinson, J. W. (1974). The mainstream of achievement-oriented activity. A J. W. Atkinson i J. O. Raynor (eds.), *Motivation and achievement*. New York: Halstead.
- Añó, V. (1995). *Aspectos psicossociales en la oferta de instalaciones deportivas*. Tesis doctoral. València: Universitat de València.
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84, 191-215.
- Bellmunt, H.; Canós, R.; Comas, M. i Escolá, F. (1994). La pràctica físico-deportiva y la mujer entre 18 y 25 años. A *Aplicaciones y fundamentos de las actividades físico-deportivas, Actas del I Congreso de las Ciencias del Deporte y la Educación Física* (p. 325-330). Lleida: INEFC.
- Blasco, T., Capdevila, Ll.; Pintanel, M.; Valiente, L. i Cruz, J. (1996). Evolución de los patrones de actividad física en estudiantes universitarios. *Revista de Psicología del Deporte*, 9-10, 51-63.
- Cale, L. (1996). An assessment of the physical activity levels of adolescent girls - Implications for Physical Education. *European Journal of Physical Education*, 1, 46-55.
- Cale, L. i Almond, L. (1997). The physical activity levels of English adolescent boys. *European Journal of Physical Education*, 2, 74-82.
- Cantón, E. (2001). Motivación en la actividad física y deportiva. *Revista Española de Motivación y Emoción*, 2, 31-36.
- Castillo, I. i Balaguer, I. (2001). Dimensiones dels motius de pràctica esportiva dels adolescents valencians escolaritzats. *Apunts. Educació Física i Esports*, 63, 22-29.
- Cañellas, A. i Rovira, J. (1995). Els hàbits esportius de la població adulta barcelonina (15 a 59 anys). *Apunts. Educació Física i Esports*, 42, 75-79.
- Comes, M.; Font, M. i Vilá, A. (1994). *Deporte Universitario. A Ámbitos específicos de los Deportes y la Educación Física, Actas del I Congreso de las Ciencias del Deporte y la Educación Física* (p. 353-362). Lleida: INEFC.
- Crandall, V. C. (1963). Achievement. A H. W. Stevenson (ed.), *Child psychology*. Chicago: University of Chicago Press.
- Deci, E. L. i Ryan R. M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. New York: Plenum Press.
- DeMarco, T. i Sidney, K. (1989). Enhancing children's participation in physical activity. *Journal of School Health*, 59 (8), 337-340.
- Duda, J. L. (1993). Goals: A social-cognitive approach to the study of achievement motivation in sport. A R. N. Singer, M. Murphey i L. K. Tennant (eds.), *Handbook of research on sport psychology*. New York: Macmillan.
- García Ferrando, M. (1991). *Los españoles y el deporte (1980-1990). Un análisis sociológico*. Madrid: CSD i Ministerio de Educación y Ciencia.
- (1996). *Los hábitos deportivos de los estudiantes españoles*. Document sense publicar. Madrid: MEC.
- Gili-Planas, M. i Ferrer-Pérez, V. (1994). Práctica deportiva y estereotipos de género: un estudio en la Comunidad Autónoma de las Islas Baleares (CAIB). *Revista de Psicología del Deporte*, 5, 81-88.

- Gutiérrez, M. (1995). *Valores sociales y deporte. La Actividad Física y el Deporte como transmisores de valores sociales y personales*. Madrid: Gymnos.
- (2000). Actividad física, estilos de vida y calidad de vida. *Revista de Educación Física*, 77, 5-14.
- Gutiérrez, M. i González-Herrero, E. (1995). Motivos por los que los jóvenes practican actividad física y deportiva: análisis de una muestra de estudiantes universitarios. *A Aplicacions i fonaments de les activitats físico-esportives* (p. 363-374). Lleida: INEFC.
- Harter, S. (1981). The development of competence motivation in mastery of cognitive and physical skills: Is there a place for joy? A. G. C. Roberts i D. M. Landers (eds.), *Psychology of motor behavior and sport-1980*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Locke, E. A. i Latham, G. P. (1990). *A Theory on Goal Setting and Task Performance*. Englewood Cliffs (N. J.): Prentice Hall.
- Llopis, D. i Llopis, R. (1999). Motivación y práctica deportiva. A G. Nieto i E. J. Garcés (eds.), *Psicología de la Actividad Física y el Deporte* (p. 127-134). Murcia: Sociedad Murciana de Psicología de la Actividad Física y el Deporte.
- Mandler, G. i Sarason, S. B. (1952). A study of anxiety and learning. *Journal of abnormal and social psychology*, 47, 166-173.
- Masachs, M.; Puente, M. i Blasco, T. (1994). Evolución de los motivos para participar en programas de ejercicio físico. *Revista de Psicología del Deporte*, 5, 71-80.
- Moreno, J. A. i Gutiérrez, M. (1998). Motivos de práctica en los programas de actividades acuáticas. *Áskesis*, 2.
- Mowatt, M.; DePauw, K. P. i Hulac, G. M. (1988). Attitudes toward physical activity among college students. *Physical Educator*, 45, 2, 103-108.
- Pavón, A.; Moreno, J. A.; Gutiérrez, M. i Sicilia, A. (2003). La práctica físico-deportiva en la Universidad. *Revista de Psicología del Deporte*, 12, 1, 23-31.
- Pérez, V.; Romá, A. i Soler, D. (1998). Estudio de las actitudes hacia la práctica física y la salud de la FCAFD. A A. García, F. Ruiz i A. J. Casimiro (eds.), *Actas del II Congreso Internacional sobre la Enseñanza de la Educación Física y el Deporte Escolar* (p. 171-174). Málaga: Instituto Andaluz del Deporte.
- Reyes, S. i Garcés, E. (1999). ¿Por qué las personas hacen deporte? Un análisis descriptivo en una población de estudiantes universitarios. A G. Nieto i E. J. Garcés (eds.), *Psicología de la Actividad Física y el Deporte* (p. 121-126). Murcia: Sociedad Murciana de Psicología de la Actividad Física y el Deporte.
- Rice, P. (1988). Attitudes of high school students toward physical education activities, teachers and personal health. *Physical Educator*, 45, 2, 94-99.
- Ruiz, F.; García, E. i Hernández, A. I. (2001). L'interès per la pràctica d'activitat físicoesportiva de temps lliure de l'alumnat de la Universitat d'Almeria. Un estudi longitudinal. *Apunts. Educació Física i Esports*, 63, 86-92.
- Sánchez, A.; García, F.; Landabaso, V. i Nicolás, L. (1998). Participación en actividad física de una muestra universitaria a partir del modelo de las etapas de cambio en el ejercicio físico: un estudio piloto. *Revista de Psicología del Deporte*, 7 (2), 233-245.
- Sánchez-Barrera, M.; Pérez, M. i Godoy, J. (1995). Patrones de actividad física de una muestra española. *Revista de Psicología del Deporte*, 7-8, 51-71.
- Sierra Bravo, R. (1994). *Tesis doctorales y trabajos de investigación científica*. Madrid: Paraninfo.
- Sierra Bravo, R. (1995). *Técnicas de investigación social. Teoría y ejercicios*. Madrid: Paraninfo.
- Sicilia, A. (2002). Desigualdad y género en la Educación Física escolar. A *Actas del III Congreso Internacional de Educación Física* (p. 679-697). Jerez de la Frontera: FT-UGT.
- Soto, A.; Soto, E.; Archilla, I. i Franco, C. (1998). La condición del género en las preferencias por la actividad física y deportiva. A A. García, F. Ruiz i A. J. Casimiro (eds.), *Actas del II Congreso Internacional sobre la Enseñanza de la Educación Física y el Deporte Escolar* (p. 131-135). Málaga: Instituto Andaluz del Deporte.
- Taylor, W. C.; Blair, S. N.; Cummings, S. S.; Wun, C. C. i Malina, R. M. (1999). Childhood and adolescent physical activity patterns and adult physical activity. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 31 (1), 118-123.
- Torre, E. (1998). *La actividad físico-deportiva extraescolar y su interrelación con el área de Educación Física en el alumnado de enseñanzas medias*. Tesis doctoral. Granada: Universidad de Granada.
- Trudeau, F.; Laurencelle, L.; Tremblay, J.; Rajic, M. i Shephard, R. J. (1999). Daily primary school physical education: effects on physical activity during adult life. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 31 (1), 111-117.
- Vázquez, B. (1993). *Actitudes y prácticas deportivas de las mujeres españolas*. Madrid: Ministerio de Asuntos Sociales.
- (2001). La cultura física y las diferencias de género en el umbral del siglo XXI. A J. Devís (coord.), *La Educación Física, el Deporte y la Salud en el siglo XXI* (p. 213-226). Alcoy: Marfil.
- Weiner, B. (1986). *An attribution theory of motivation and emotion*. New York: Springer-Verlag.
- White, S. A. (1995). The perceived purposes of sport among male and female intercollegiate and recreational sport participants. *International Journal of Sport Psychology*, 26, 490-502.