



# I Congreso Internacional de Comunicación y Género

SEVILLA, 5,6 Y 7 DE MARZO DE 2012

## VALORACIÓN DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTIVA DESDE UNA PERSPECTIVA DE GÉNERO

González Ponce, Inmaculada  
Departamento de la Expresión Corporal Musical, Plástica y Corporal  
Universidad de Extremadura  
[ingopo@unex.es](mailto:ingopo@unex.es)

Sánchez Oliva, David  
Departamento de la Expresión Corporal Musical, Plástica y Corporal  
Universidad de Extremadura  
[davidsanchez@unex.es](mailto:davidsanchez@unex.es)

López Chamorro, José M<sup>a</sup>  
Departamento de la Expresión Corporal Musical, Plástica y Corporal  
Universidad de Extremadura  
[joslopcha1@gmail.com](mailto:joslopcha1@gmail.com)

### RESUMEN:

La actividad física y el deporte en la edad escolar es una de las principales preocupaciones de administraciones e investigadores en los últimos años, tratando de desarrollar programas que ayuden a mejorar la participación y evitar el sedentarismo en la infancia y adolescencia. En este sentido, la Junta de Extremadura viene desarrollando durante los últimos 30 años, un modelo implementado en el deporte escolar, que ha ido evolucionando y optimizando a lo largo de este periodo. Este modelo se denomina Juegos Deportivos Extremeños (JUDEX), y ha conseguido aumentar la participación de manera muy importante de chicos/as con edades comprendidas entre los 11 y 18. Sin embargo, a pesar de estos datos, existen algunas cuestiones que pueden ser mejoradas, para dotar de mayor calidad y fomentar la igualdad e inclusión a través de la práctica deportiva. Nos centraremos en la valoración de la actividad deportiva en edad escolar desde una perspectiva de género. Por ello, se realizó un estudio con una muestra comprendida por 898 alumnos/as todos ellos pertenecientes a los centros educativos de la comunidad extremeña. Los resultados muestran como existen diferencias en relación a la forma física, interés... entre chicos y chicas.

### PALABRAS CLAVE:

Deporte, género, Juegos Deportivos Extremeños



# I Congreso Internacional de Comunicación y Género

SEVILLA, 5,6 Y 7 DE MARZO DE 2012

## INTRODUCCIÓN

En la actualidad, cada vez la actividad física y el deporte se concibe como un fenómeno social con distintas y complementarias manifestaciones: educación física, deporte y salud, recreación deportiva, deporte escolar, deporte competición, deporte espectáculo, alto rendimiento... A consecuencia de esto, en los últimos treinta años, España ha experimentado un significativo progreso en todos los aspectos, centrándose esta importancia en el desarrollo de cuatro aspectos fundamentales: democratización, descentralización, desarrollo económico y proyección internacional.

Así, el deporte español se ha democratizado, tanto en las posibilidades de acceso a su práctica como en la articulación orgánica de sus estructuras. En este sentido, en los últimos años se ha observado una mayor oferta educativa hacia la población, hecho que contribuye positivamente a elevar los índices de práctica de actividad física y deporte. Además, se ha producido una descentralización muy positiva en torno a las Comunidades Autónomas y Corporaciones Locales, hecho que ha propiciado la aparición de diferentes modelos y programas en cada una de las Comunidades Autónomas.

De esta forma, la iniciación deportiva de los niños y niñas en Extremadura ha mejorado notablemente en las últimas décadas gracias a la consolidación de programas como los JUDEX (Juegos deportivos extremeños), mediante los cuales se ha conseguido una tasa de participación verdaderamente asombrosa, con un número de practicante de actividad física extraescolar muy elevado. Sin embargo, a pesar de las mejoras constantes que se han desarrollado en este programa, existen cuestiones que pueden ser optimizadas, con el objetivo de dotar de calidad y eficacia a un modelo de deporte en edad escolar, por lo que se hace necesario valorar y evaluar determinadas cuestiones en el desarrollo de este programa para conocer las deficiencias que posee. Los Juegos Deportivos Extremeños (JUDEX) tienen como objetivo fundamental el fomento y apoyo de las actividades deportivas para las personas en edad escolar en Extremadura. Desde los inicios de la práctica del deporte escolar, la participación ha ido creciendo año tras año.

Sin embargo, en diversas investigaciones desarrolladas desde la Organización Mundial de la Salud se han obtenido conclusiones ciertamente alarmantes. Así, se considera que en los países desarrollados el Sedentarismo es el 7º factor de riesgo, y con evidencia científica de su incidencia sobre el 2º, 4º y 5º factores (hipertensión, dislipemias y exceso de peso). Según el Eurobarómetro 2006, España es el país con más alto nivel de sedentarismo de Europa en el conjunto de la población. Además, según la OMS, España es el país europeo con mayor prevalencia de Obesidad y Sobrepeso infantil: 26,3% en las edades entre 2 y 24 años; y 35% para niños y niñas de 13 años, lo que se considera formalmente una epidemia. Estos datos, se vuelven más preocupantes pues según los resultados de diferentes estudios (Encuesta Nacional de Salud, 2010; ENKID, 2004), la Comunidad Autónoma de Extremadura es una de las que



# I Congreso Internacional de Comunicación y Género

SEVILLA, 5, 6 Y 7 DE MARZO DE 2012

mayor tasa de sobrepeso y obesidad posee. Así, la práctica de la educación física escolar ha disminuido y la práctica de la actividad física y deportiva infantil se ha estabilizado y presenta valores muy por debajo de lo deseable.

Por ello, resulta fundamental favorecer la participación e implicación de todos los colectivos para lograr desarrollar y aumentar la práctica de actividad física y deportiva en el contexto del deporte escolar, aplicando fundamentalmente, programas que se centren en los puntos prioritarios del Plan Integral. En esta línea, además de la promoción deportiva de niños y jóvenes, se busca fomentar la inclusión social y la igualdad a través del deporte.

Así que, aunque ha aumentado considerablemente el número de mujeres que realizan práctica deportiva, la participación es muy inferior a los hombres. Algunas investigaciones han intentado buscar las causas del porqué de esta diferencia entre practicantes masculinos y femeninos, y una de éstas hace referencia a la influencia de los estereotipos en relación a algunos deportes, ya que estos son considerados primordialmente de índole masculino (Fredricks, y Eccles, 2005).

Por todo lo anterior, nuestro principal objetivo en esta investigación es conocer las diferencias entre chicos y chicas en relación a la percepción de su forma física, el interés por la práctica deportiva, la relación que ven entre rendimiento académico y actividad física y finalmente valorar también si su familia realiza actividad física y la influencia que esto puede tener para que los chicos y chicas también la practiquen.

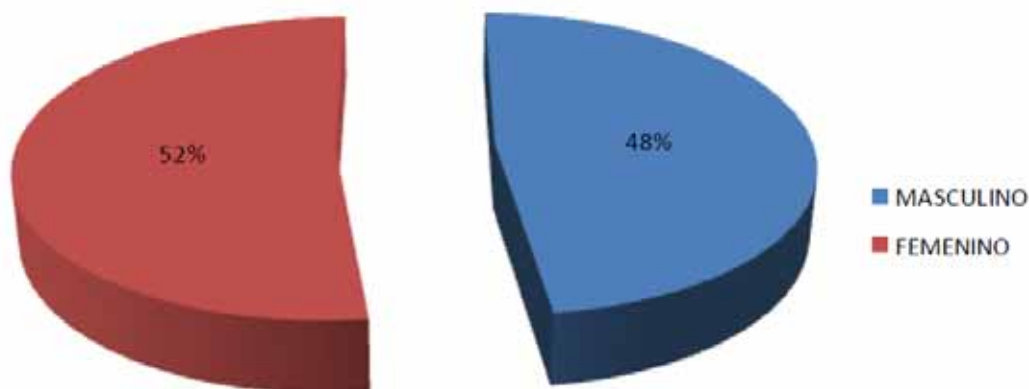
## MÉTODO

### Participantes

La muestra de la investigación estaba formada por 898 alumnos, matriculados en centros educativos de primaria y secundaria de la Comunidad Autónoma de Extremadura, con edades comprendidas entre los 11 y los 18 años ( $M = 15.78$ ;  $DT = 1.82$ ).

A continuación, aparece un gráfico que representa Los porcentajes de los participantes en función del género, comprobándose cómo el número de chicos y chicas que han participado en el estudio es muy similar. Concretamente, el 52% de los participantes eran de género femenino, mientras que el 48% de género masculino.

Gráfico 1. Porcentaje de Participantes por Género



## Instrumentos

A continuación pasamos a explicar las características más importantes de las herramientas utilizadas para desarrollar este proyecto. El principal instrumento utilizado ha sido el cuestionario auto-administrado. Esta herramienta posee una estructura bastante cerrada, ya que requiere por parte de los sujetos de estudio la exposición de sus pensamientos y creencias a partir de puntuar su acuerdo o desacuerdo con los ítems que se plantean a través del cuestionario. La puntuación se establece a partir de una escala tipo Likert que puede tener más o menos intervalos en función de las necesidades o prioridades del investigador. Se analizaban las siguientes variables:

- Variables Sociodemográficas. Nombre y Apellidos, Edad, Curso, Centro Educativo y Género.
- Estado Físico. Se valoró a través de la pregunta ¿Cuál dirías que es tu forma física?, con una escala que variaba desde “Francamente mala” hasta “Excelente”.
- Interés por el deporte. Esta variable se analizó a través de la siguiente frase: “Considerando el deporte en todas sus formas (juego, espectáculo, ejercicio físico y diversión), independientemente de que lo practiques o no, el deporte te interesa...”, valorándose en una escala de cinco puntuaciones que oscilaban desde Nada hasta Mucho.



# I Congreso Internacional de Comunicación y Género

SEVILLA, 5,6 Y 7 DE MARZO DE 2012

- Conflicto Deporte-Estudios. Para valorar la percepción que los alumnos/as tenían sobre el conflicto existente entre la práctica deportiva y los estudios, se elaboraron cuatro ítems agrupados en dos factores (factor positivo y factor negativo), valorados con una escala tipo Likert donde 1 se correspondía con Totalmente en desacuerdo y 5 con Totalmente de acuerdo. Un ejemplo de los ítems que medían el factor positivo era: "Está bien hacer deporte para el trabajo escolar porque te puede ayudar a organizar mejor el tiempo", mientras que del factor negativo: "Si practicas deporte eres peor alumno porque tienes menos tiempo para estudiar".

## Procedimiento

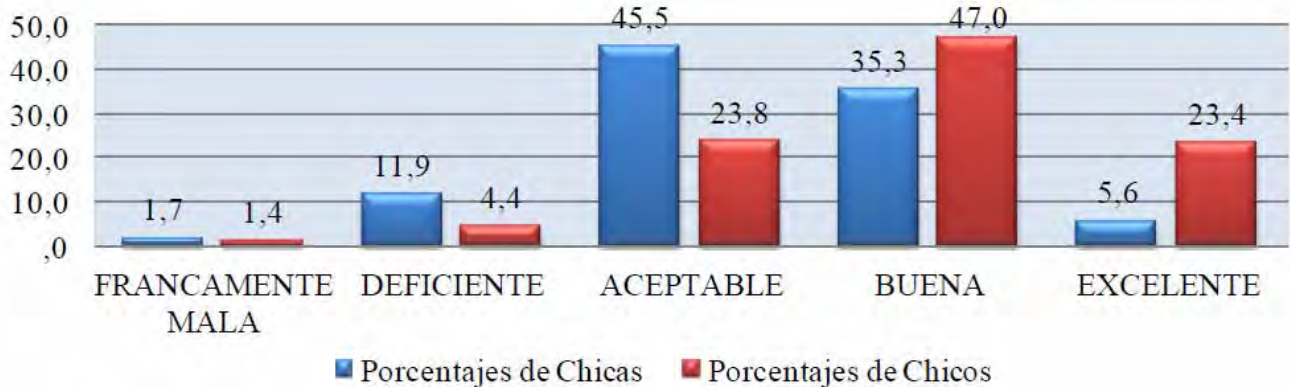
En primer lugar, se contactó con los centros educativos que iban a formar parte de la investigación. Así, se envió una carta a la dirección del centro explicando los objetivos del estudio, así como el procedimiento a seguir para llevar a cabo la recogida de los datos, detallando en todo momento que los datos obtenidos serían tratados confidencialmente. Una vez que conseguimos la aceptación por parte del centro, se propusieron una serie de fechas en las cuales nos podíamos desplazar para realizar la toma de datos.

Para ello, varios miembros del equipo investigador se desplazaron a los centros educativos que formaban parte de la muestra del estudio para que los alumnos participantes rellenaran el cuestionario. Así, los cuestionarios fueron rellenados en el aula de clase, sin la presencia del profesor, estando un investigador presente para resolver cualquier tipo de duda que pudiera surgir.

## RESULTADOS

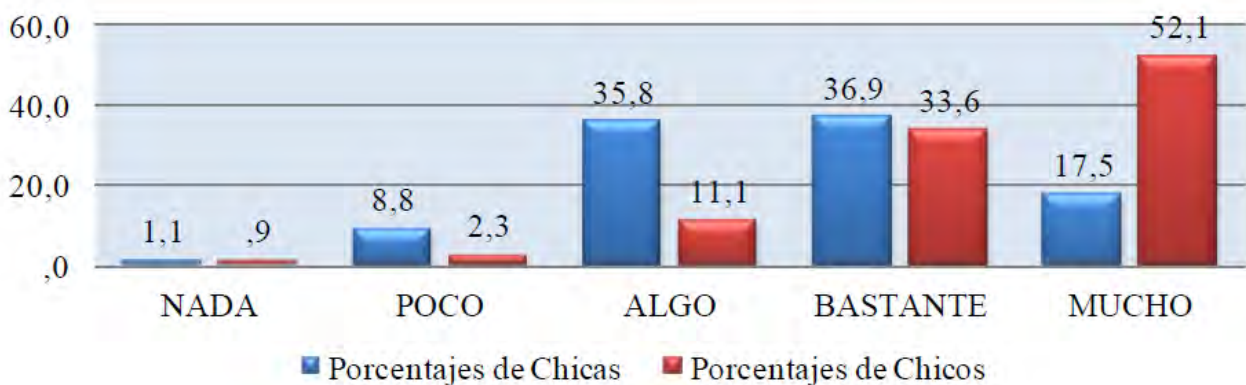
A Continuación se presenta los resultados en función de cada una de las variables tratadas. En primer lugar, se muestran los resultados relativos al análisis de la práctica deportiva en función del género del participante. De esta forma, en el Gráfico 2, relativo a la forma física en función del género, se aprecia que existe mayor porcentaje de chicos que consideran que es buena mientras que el mayor porcentaje de chicas considera que es aceptable.

Gráfico 2. ¿Cuál dirías que es tu forma física?



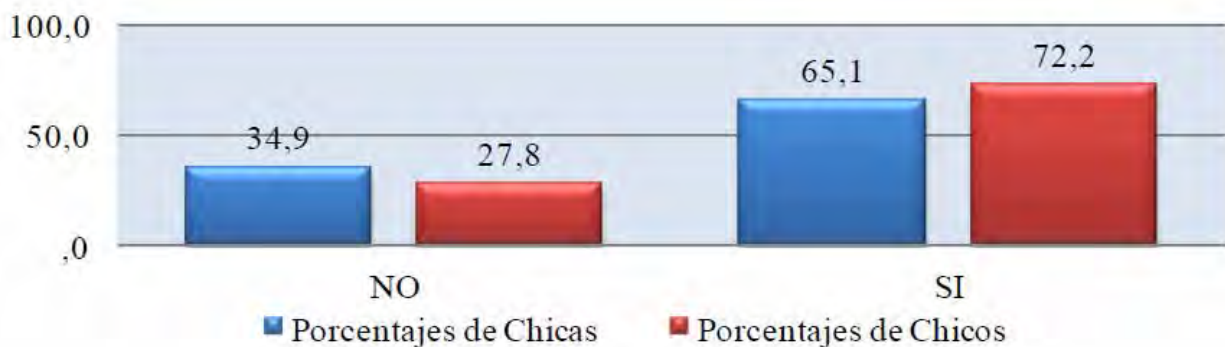
En el Gráfico 3, se puede observar que al género femenino le interesa algo o incluso bastante la práctica deportiva pero el género masculino refleja que le interesa mucho más que al femenino.

Gráfico 3. Considerando el deporte en todas sus formas, el deporte te interesa



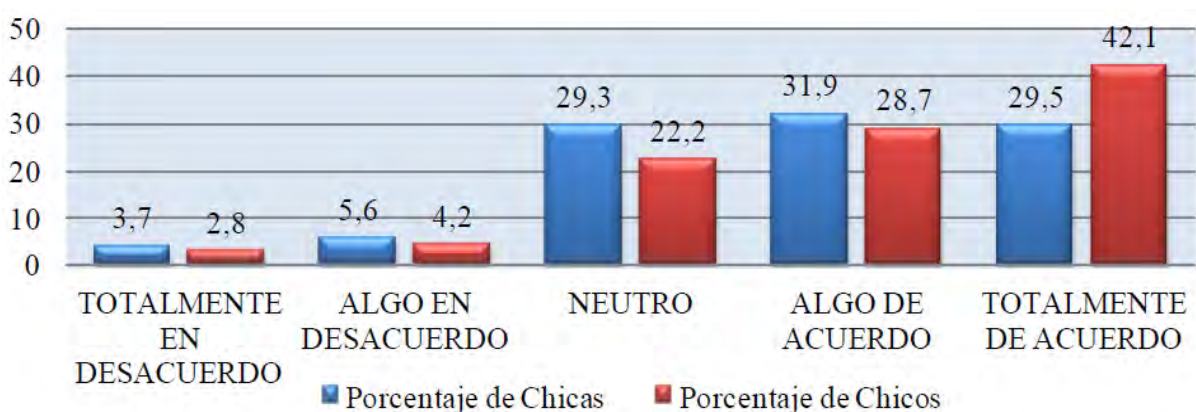
En la misma línea, en el Gráfico 4, los participantes ponen de manifiesto que las personas que viven en su casa practican alguna actividad deportiva, pero las puntuaciones del género masculino son algo superiores que las del género femenino.

Gráfico 4. ¿Las personas que viven contigo en tu casa practican alguna actividad deportiva?



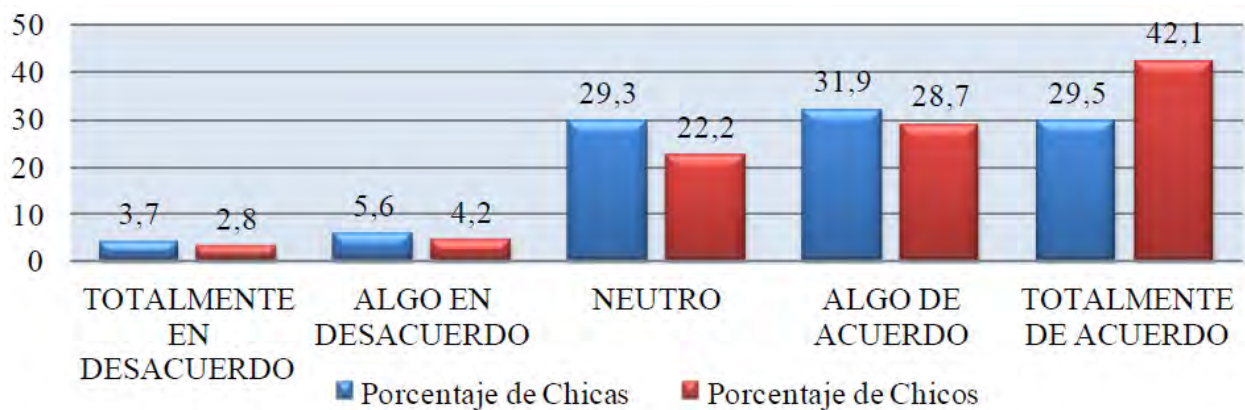
Por otro lado, respecto al conflicto entre papeles sociales que los participantes se ven obligados a desempeñar, en el Gráfico 5, aparece reflejado que ambos géneros no contemplan la existencia de un conflicto entre el deporte y el trabajo escolar sino que incluso consideran que el deporte favorece el trabajo escolar porque te ayuda a organizar mejor el tiempo, sin embargo el porcentaje de chicos que opinan esto es superior que el de las chicas.

Gráfico 5. Está bien hacer deporte para el trabajo escolar porque te puede ayudar a organizar mejor el tiempo.



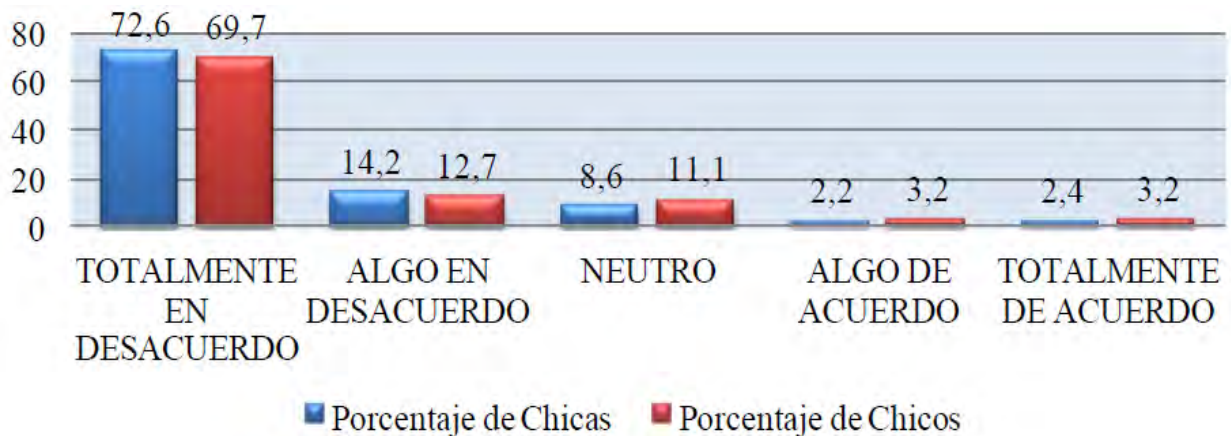
En el Gráfico 6, se aprecia que los participantes también están de acuerdo en que hacer deporte es bueno porque te permite pensar en otras cosas, además de estudiar, pero nuevamente es el género masculino el que tiene puntuaciones superiores al femenino.

Gráfico 6. Es bueno hacer deporte porque te permite pensar en otras cosas además de estudiar.



En el Gráfico 7, se contempla que tanto chicos como chicas están en desacuerdo en que si practican deporte son peores alumnos porque tienen menos tiempo para estudiar.

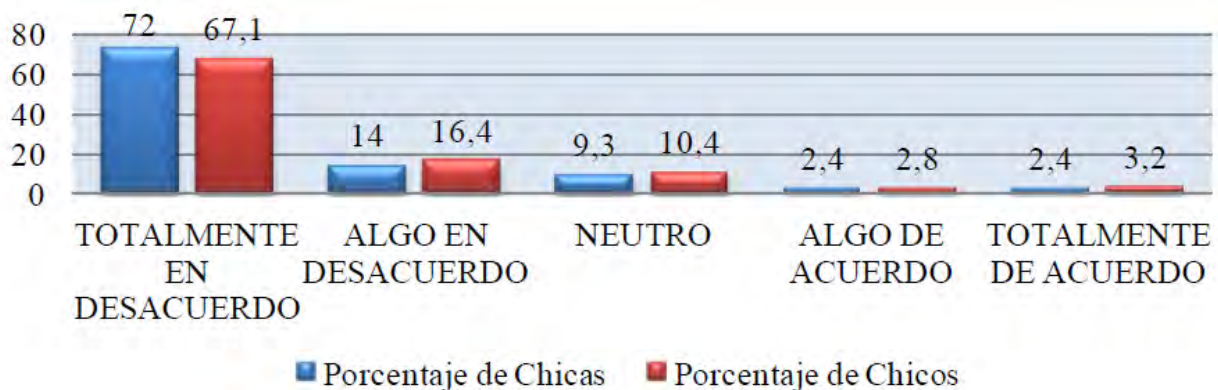
Gráfico 7. Si practicas deporte eres peor alumno porque tienes menos tiempo para estudiar.



En la misma línea, en el Gráfico 8, se puede observar que ambos géneros no están de acuerdo en que si practicas deporte eres peor alumno porque no te puedes concentrar tanto en los estudios.



**Gráfico 8.** Si practicas deporte, eres peor alumno porque no puedes concentrarte tanto en los estudios.



## DISCUSIÓN

El objetivo de esta investigación era conocer las diferencias entre chicos y chicas en relación a la percepción de su forma física, el interés por la práctica deportiva, la relación que ven entre rendimiento académico y actividad física y finalmente valorar también si su familia realiza actividad física y la influencia que estos pueden tener para que los chicos y chicas también la practiquen.

En primer lugar, con respecto a las diferencias entre género es destacable que los chicos consideran que la forma física que tienen es mayor que las chicas, al igual que es mayor el interés hacia el deporte ( $p < .01$ ). De esta manera, estos resultados corroboran los hallados a nivel nacional (Los Hábitos Deportivos de la Población Escolar en España, 2009).

En relación a los niveles de actividad deportiva de las personas que viven con los participantes, se destaca que en el caso de los chicos hay una mayor cantidad de personas que realizan algún tipo de actividad deportiva. Está demostrado, que si tenemos un ambiente favorable en cuanto a la realización de estilos de vida saludables, es más probable que los jóvenes adquieran un hábito positivo (Lee y Mclean, 1997; Wuerth, Lee y Alfermann, 2004).

Por lo tanto, Hay que tener en cuenta, que la participación e implicación activa de las familias en la actividad física de los jóvenes, va a provocar una mayor satisfacción y participación positiva del jugador en su deporte (Torregrosa y cols., 2007; Wuerth y cols., 2004), además de aumentar la práctica deportiva extracurricular (Anderson, Funk, Elliot, Hull Smith, 2003). Cabe recordar que la familia es el núcleo donde se producen las primeras experiencias de socialización deportiva, por ello las actitudes que mantenga este significativo frente a la sociedad y principalmente frente



# I Congreso Internacional de Comunicación y Género

SEVILLA, 5,6 Y 7 DE MARZO DE 2012

al deporte serán determinantes. Son muchos los trabajos que demuestran una estrecha relación entre las percepciones de los jóvenes sobre el interés de los padres hacia el deporte y los niveles de participación deportiva de los hijos (Duda, Ntoumanis, Mahoney, Larson y Eccles, 2005; Jowett y Timson-Katchis, 2005).

Por lo tanto, si tenemos un ambiente favorable en cuanto a la realización de estilos de vida saludables, es más probable que los jóvenes adquieran un hábito positivo (Lee y Mclean, 1997; Wuerth, Lee y Alfermann, 2004), y se manifiesta con una mayor intensidad en edad adulta.

Con respecto a la importancia que dan a la práctica del deporte y su relación con el rendimiento académico, entre chicos y chicas se han encontrado diferencias significativas en la percepción que la realización de actividad deportiva tiene sobre el rendimiento académico. Resultados similares fueron encontrados por otros autores (Coe y cols., 2006; Hillman, Castelli, y Buck, 2005), que señalaron una relación positiva pero diferenciada, entre la actividad física y el rendimiento académico en edad escolar entre chicos y chicas.

Con respecto a los niveles de actividad deportiva de las personas que viven con los participantes, se destaca que en el caso de los chicos hay una mayor cantidad de personas que realizan algún tipo de actividad deportiva. Esto apoya lo indicado anteriormente, si tenemos un ambiente favorable en cuanto a la realización de estilos de vida saludables, es más probable que los jóvenes adquieran un hábito positivo (Lee y Mclean, 1997; Wuerth, Lee y Alfermann, 2004).

## CONCLUSIONES

En primer lugar, los chicos consideran que tienen mejor forma física con respecto a las mujeres. En segundo lugar, el género masculino muestra mayor interés en la práctica deportiva que el género femenino. En tercer lugar, tanto chicos como chicas consideran positivo el deporte para obtener un buen rendimiento académico

Por lo tanto una vez conocidas estas conclusiones se tendrían que desarrollar programas específicos para concienciar al género femenino de la realización de la práctica deportiva de una forma procedimental ya que de forma conceptual conocen los beneficios que está tienen.

## BIBLIOGRAFÍA

Anderson, J.C., Funk, J.B., Elliot, R. y Hull Smith, P. (2003): "Parental support and pressure and children's extracurricular activities: relationships with amount of involvement and affective experience of participation", *Journal of Applied Developmental Psychology*, 24 (2), 241 – 257.



# I Congreso Internacional de Comunicación y Género

SEVILLA, 5,6 Y 7 DE MARZO DE 2012

Duda, J. L., Ntoumanis, N., Mahoney, J. L., Larson, R. W., y Eccles, J. S. (2005). *After-school sport for children: Implications of a task-involving motivational climate*. Mahwah, NJ, US: Lawrence Erlbaum Associates Publishers.

Fredricks, J. A., & Eccles, J. S. (2004): "Parental influences on youth involvement in sports". In M. R. Weiss (Ed.), *Developmental sport and exercise psychology: A lifespan perspective* (pp. 144-164). Morgantown, WV: Fitness Information Technology.

Jowett, S., y Timson-Katchis, M. (2005): "Social Networks in Sport: Parental Influence on the Coach-Athlete Relationship", *Sport Psychologist*, 19(3), 267-287.

Torregrosa, M., Cruz, J., Sousa, C., Viladrich, C., Villamarín, F., García Mas, A., & Palou, P. (2007): "La influencia de padres y madres en el compromiso deportivo de futbolistas jóvenes", *Revista Latinoamericana de Psicología*, 39(2), 227-237.

Wuerth, S., Lee, M., & Alfermann, D. (2004): "Parental Involvement and athletes career in youth Sport", *Psychology of Sport and Exercise*, 5, 21-33.