



COLEF
ANDALUCIA

Habilidad Motriz

REVISTA DE CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEL DEPORTE

Número **48** • Marzo 2017



ÍNDICE 48

EDITORIAL

VILLA GONZÁLEZ Emilio..... 2

ARTÍCULOS CIENTÍFICOS

- 1. Influencia del género, edad, nivel de competición y disciplina en la imagen corporal de jóvenes gimnastas.**
DEL POZO CRUZ Jesús, PIEDRA DE LA CUADRA Joaquín, ALFONSO ROSA Rosa M^a..... 5
- 2. Perfil de hábitos físico-deportivos en estudiantes universitarios: el caso de la Universidad de Playa Ancha, Chile.**
FERNÁNDEZ URIBE Sergio, AMADOR RAMÍREZ Fernando, DOPICO CALVO Xurxo, IGLESIAS SOLER Eliseo..... 15
- 3. Significaciones, gestión y usos del espacio deportivo de los inmigrantes durante el proceso de aculturación.**
FERNÁNDEZ-GAVIRA Jesús, GARCÍA FERNÁNDEZ Jerónimo, HUETE GARCÍA María Ángeles..... 23

4. Propuestas de intervención para fomentar los desplazamientos activos al centro educativo.

VALDEMOROS SAN EMETERIO M^a Ángeles, PONCE DE LEÓN ELIZONDO Ana, SANZ ARAZURI Eva, JADRAQUE ZORZANO Lucía, TIERNO CORDÓN Javier..... 33

EXPERIENCIA PROFESIONAL

5. Importancia del Plan Lector: práctica y desarrollo en la asignatura de Educación Física.

GONZÁLEZ FERNÁNDEZ Francisco Tomás, TABOADA VELASCO Ricardo, GOICOECHEA ACOSTA Joaquín..... 43



Habilidad Motriz
REVISTA DE CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEL DEPORTE

La revista "Habilidad Motriz" está recogida en los sistemas de valoración de revistas: DICE, CATÁLOGO LATINDEX, IN-RECS Y RESH.

Edita:

Ilustre Colegio Oficial de Licenciados en Educación Física y en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte de Andalucía

DIRECTORA:

Palma Chillón Garzón

SECRETARIO DE REDACCIÓN:

Isaac J. Pérez López

CONSEJO EDITORIAL Y CIENTÍFICO:

Presidente:

Alejandro Serrano Rodríguez

Vicepresidenta:

Patricia I. Sosa González

Secretario:

José Carlos Gómez Teba

Tesorero:

Enrique Briones Pérez de la Blanca

Vocal:

Jesús Del Pozo Cruz

COMITÉ CIENTÍFICO:

Dra. Arellano Correa, F. C.
(Universidad Mayor, Chile)

Dr. Blázquez Sánchez, D.
(INEF de Barcelona)

Dr. Carreiro da Costa, F.
(Universidade Técnica de Lisboa)

Dr. Delgado Fernández, M.
(Universidad de Granada)

Dr. Delgado López-Cózar, E.
(Universidad de Granada)

Dr. Delgado Noguera, M. A.
(Universidad de Granada)

Dr. Gálvez González, J.
(Universidad Pablo de Olavide, Sevilla)

Dr. García Artero, E.
(Universidad de Almería)

Dr. Gil Espinosa, F. J.
(IES Sierra Luna, Cádiz)

Dra. Girela Rejón, M. J.
(Universidad de Granada)

Dr. González Badillo, J. J.
(Universidad Pablo de Olavide, Sevilla)

Dr. González Naveros, S.
(Ayuntamiento de Jun, Granada)

Dr. Gutiérrez Dávila, M.
(Universidad de Granada)

Dr. Jiménez Pavón, D.
(Universidad de Cádiz)

Dr. León Guzmán, F.
(Universidad de Extremadura)

Dra. León Rodríguez, J.
(Universidad de Sevilla)

Dr. López García, P.
(IEES Nuestra Señora del Pilar, Tetuán)

Dr. López Jiménez, J. A.
(IES La Paz, Granada)

Dr. Martínez del Castillo, J.
(Universidad Politécnica de Madrid)

Dr. Martín-Matillas, M.
(Universidad de Granada)

Dr. Morente Sánchez, J.
(IES Almicerán, Jaén)

Dr. Navarro Ardoy, D.
(IES Marqués de los Vélez, Murcia)

Dr. Oña Sicilia, A.
(Universidad de Granada)

Dr. Ortega Toro, E.
(Universidad de Murcia)

Dra. Padilla Moledo, C.
(Universidad de Cádiz)

Dr. Ruiz Pérez, L. M.
(Universidad de Castilla-La Mancha)

Dr. Salazar Martínez, C.
(IES Santísima Trinidad de Baeza, Jaén)

Dr. Solari Montenegro, G. C.
(Universidad de Antofagasta, Chile)

Dr. Torres Guerrero, J.
(Universidad de Granada)

Dra. Vernetta Santana, M.
(Universidad de Granada)

ADMINISTRACIÓN:

Ilustre COLEF de Andalucía
C/ Luis Fuentes Bejarano, nº60.
Edificio Nudo Norte, 1ª planta.
41020 Sevilla
Tfno. y Fax: 955 232 246

web: www.colefandalucia.com

email:

colefandalucia@colefandalucia.com

Maquetación: *Rescuates*

Impresión: Imprenta GAMI (Granada)

Depósito Legal: CO-782-1992

ISSN: 1132-2462

Periodicidad: Semestral

Habilidad Motriz es una publicación plural y abierta, que no comparte necesariamente las opiniones expresadas por sus colaboradores. La reproducción del material publicado en esta revista, está autorizado, siempre que se cite su procedencia.

DESPLAZARSE ACTIVAMENTE: UNA HUELLA EVOLUTIVA

Andar, una huella evolutiva que debería de perdurar por el resto de nuestra existencia. Hace ya casi tres millones de años, el clima de la tierra cambiaba constantemente y las lluvias escaseaban. Los homínidos entonces, tenían que recorrer mayores distancias para obtener el alimento que permitiera su subsistencia. Con la evolución, el *Homo erectus* desarrolló unas piernas más largas que sus antecesores, permitiéndole alcanzar mayores distancias en menor tiempo. Después de diferentes investigaciones, parece que es el *Astralopithecus Afarensis* el que caminaba de la forma más parecida a un ser humano en la época actual. Nuestros antepasados salían de sus cuevas para cazar diferentes criaturas en busca de alimentos, a la conquista de nuevas tierras y nuevos tesoros.

¿Y es que nada ha cambiado en el S.XXI, verdad?

Un juego ha obligado a la generación de los *millennials* a salir a la calle en busca de las criaturas virtuales salvajes. Se trata de **Pokémon Go**, que ha sido descargado más de 500 millones de veces desde su lanzamiento. Una investigadora de la *Universidad de Harvard* (**Dra. Katherine Howe**) se hizo la siguiente pregunta: “¿ayudaría el juego a algo tan necesario como fomentar la práctica de actividad física en la población?”. Ella y sus colaboradores diseñaron un estudio⁽¹⁾ a través de una encuesta online para 1.182 participantes de entre 18 y 35 años, de los cuales un 47,4% había utilizado el juego *Pokémon Go* de forma habitual. El análisis de los datos desveló que el videojuego había tenido un efecto importante sobre los niveles de actividad física. En la primera semana, había supuesto 11 minutos adicionales de paseo a una velocidad de, al menos, cuatro kilómetros por hora. Sin embargo, el nú-

mero de pasos fue decayendo paulatinamente en las siguientes cinco semanas. Mes y medio después de la emoción de cazar el primer *po-kémon*, los vagos volvían a serlo y los niveles de actividad física estaban igual que antes del inicio del estudio. ¿Razones? Pues parece que la práctica de actividad física, aunque sea motivadora y novedosa, si no educa en integrar los comportamientos diarios como un estilo de vida, es difícil que perdure en el tiempo. No obstante, damos la enhorabuena por la estrategia tan novedosa, que busca al menos una iniciativa cuanto menos ACTIVA, algo cada vez más olvidado y además a través de un recurso motivante para los jóvenes, como son las TICS.

Aún recuerdo las peleas con mis hermanos para cambiar la TV, porque no había mando a distancia, echando a suertes a quién le tocaba comprar unas simples entradas de cine, o bajar a comprar el pan, porque no había tienda online; e incluso subiendo las escaleras de mi casa a modo de competición, carreras en bicicleta hasta el infinito y mil aventuras más, y es que ¡nos sabíamos desenvolver nosotros solos! Recuerdo carreras hasta la entrada del colegio, reencuentros diarios con amigos, aventuras en el camino, escapadas y luchas de niños, e incluso ese gran día en el que tu madre y padre te dejaban desplazarte solo al colegio acompañado con tus hermanos y amigos, menuda aventura aquella ¿eh?...Y pienso, ¿se está perdiendo el desplazamiento activo en la era actual? Se estima que si se eliminara la inactividad física, la esperanza de vida se incrementaría casi en 1 año.⁽²⁾ Dentro del término actividad física, se incluye y de manera muy remarcable el desplazamiento activo, es decir ir caminando, en bicicleta o cualquier otro modo de transporte activo, como pueden ser los patines o el monopatín, que ya han

mostrado tener efectos muy positivos para la salud física y mental en diferentes poblaciones. Una edad crucial para integrar estos comportamientos como un hábito de vida es la infancia y la adolescencia, y un marco ideal puede ser el camino al centro educativo, camino que el joven debe de realizar cada día como mínimo dos veces. En España, como se han nombrado en otras *Editoriales (Revista Habilidad Motriz, N° 41)*, descritas por la Dra. Palma Chillón, una de las pioneras en la promoción del desplazamiento activo al centro educativo en España, los porcentajes de desplazamiento andando al colegio en nuestro país ($\approx 50\%$) han disminuido en la última década⁽³⁾, siendo además menores que en otros países europeos, como Holanda o Suecia, donde se muestran además porcentajes de transporte en bicicleta significativamente mayores.

Otra de las tendencias actuales es desestimar o despreciar el gasto energético que se genera durante los desplazamientos andando, conociendo que se trata de una actividad física de carácter ligero. Sin embargo, el uso de otras actividades, quizás más "en boga", como pueden ser los métodos de alta intensidad, que parecen más efectivos a priori, deben de ser practicados con cautela, y mediante una progresión muy específica, siempre bajo la supervisión de un profesional cualificado. *¿Qué tal si empezamos andando, progresamos trotando, y continuamos corriendo, para finalmente volver a andar y volver a empezar? Los extremos nunca fueron buenos, nos decían nuestras madres, ¿no?*

Por hacernos una idea y en términos genéricos, para una persona adulta sana, aunque esto dependerá de variables como el peso corporal o la inclinación de terreno, **caminar 1,9 km durante 22 minutos dos veces al día/5 días a la semana**, o bien **montar en bicicleta a 16 km/h durante 11 minutos dos veces al día/5 días a la semana**, podría reducir considerablemente nuestro riesgo de padecer enfermedades cardiovasculares graves futuras, ya que esta actividad contribuiría con el gasto energético mínimo recomendado para proteger nuestra salud.⁽⁴⁾

Ahora en el 2017, creo que ya conocemos algunas de las intervenciones utilizadas por los países pioneros en promocionar el desplazamiento activo al colegio (mayormente EEUU), como *Safe Route to School* o *Walking School Bus*, entre otras, que tratan de realizar "autobuses de peatones o también llamados pedibús" en los cuales los escolares junto con sus familiares se desplazan activamente al centro educativo.

Este tipo de propuestas se han descrito con un limitado éxito, ya que dependerán en gran medida de factores de tipo socio-demográficos, entornos urbanos específicos, así como una alta implicación de los centros educativos y la comunidad.⁽⁵⁾ Para la aplicación de intervenciones, *Villa-González y col.* han descrito en la literatura una serie de recomendaciones y consejos que de los cuales los lectores podrían valerse a la hora de aplicar una intervención para promocionar el desplazamiento activo.⁽⁶⁾ Aunque, si bien es cierto, las intervenciones propuestas y publicadas en España, hasta la fecha, tampoco han tenido un éxito muy notable.^(7, 8)

Un factor que creemos que es esencial, es la percepción de las familias, que son finalmente quienes pueden influir en que esta conducta activa se produzca o no. En España, recientemente en un trabajo publicado por *Huertas-Delgado y col.*⁽⁹⁾ se ha descrito que el mayor impedimento por el cual los padres y madres no permitían a sus hijos e hijas desplazarse activamente al colegio era la peligrosidad de las intersecciones, así como el tráfico del entorno urbano cercano al centro educativo. Otras barreras percibidas por las familias fueron el crimen o la inseguridad del camino. Por tanto, a partir de ahora las intervenciones, al menos en esta área en concreto deberían de ir encaminadas a mejorar esta percepción por parte de los familiares, creando intervenciones acordes a las necesidades e inquietudes mostradas en este estudio descriptivo previo.

Por ello, como punto de partida, quizás deberíamos de conocer; **¿cómo se desplazan los jóvenes?**, posteriormente saber; **¿cuáles son los motivos principales para ser o no ser activos?**, y por último determinar; **¿es el entorno propicio para promover la conducta?**. A partir de aquí, se podría trabajar de manera consensuada con los agentes principales: **colegios, familias y comunidad**, que son la punta lanza para que estas intervenciones sean finalmente efectivas para los jóvenes y perduren en el tiempo, algo que ya se viene trabajando en proyectos activos en el panorama nacional, como **PACO: Pedalea y Anda al Colegio (DEP2016-75598-R)**.

De nada sirve que hagamos un nuevo y bonito carril bici, si el joven aún no tiene las habilidades necesarias para desenvolverse adecuadamente en éste, ni aumentar la presencia policial en los cruces, si las familias no se conciencian primero de que sus hijos e hijas son capaces de realizar el camino al colegio solos o acompañados por sus amista-

des. Tampoco es de recibo, crear nuevos aparcamientos de bicicletas en los centros educativos, para que las bicis brillen por su ausencia, sabiendo que los jóvenes quizás no sepan aún cambiar ni un pinchazo en la rueda de su bici. En España, si bien son ya sobradamente conocidos los beneficios para la salud del desplazamiento activo al colegio en los jóvenes, aún se necesitan más estudios científicos que evalúen los patrones de desplazamiento al colegio en jóvenes en diferentes regiones, así como los factores

que limitan a éstos a realizar los desplazamientos activos al centro educativo, para así conocer a ciencia cierta qué tipo de intervenciones podemos llevar a cabo. Partiendo de esta base sólida, evitaremos esfuerzos innecesarios, pudiendo alcanzar un alto nivel de realismo cercano a nuestro contexto particular y social, que son finalmente nuestros pueblos, ciudades, centros educativos, familiares y por supuesto la SALUD de nuestros jóvenes.

1. Howe KB, Suharlim C, Ueda P, Howe D, Kawachi I, Rimm EB. Gotta catch'em all! Pokémon GO and physical activity among young adults: difference in differences study. *BMJ*. 2016;355.
2. Lee IM, Shiroma EJ, Lobelo F, Puska P, Blair SN, Katzmarzyk PT. Impact of Physical Inactivity on the World's Major Non-Communicable Diseases. *Lancet*. 2012;380(9838):219-29. PubMed PMID: PMC3645500.
3. Chillón P, Martínez-Gómez D, Ortega FB, Pérez-López IJ, Díaz LE, Veses AM, et al. Six-Year Trend in Active Commuting to School in Spanish Adolescents. *International Journal of Behavioral Medicine*. 2013 Dec;20(4):529-37. PubMed PMID: WOS:000327494900007.
4. Shephard RJ. Is active commuting the answer to population health? *Sports Med*. 2008;38(9):751-8. PubMed PMID: WOS:000259242400004. English.
5. Chillón P, Evenson KR, Vaughn A, Ward DS. A systematic review of interventions for promoting active transportation to school. *Int J Behav Nutr Phys Act*. 2011;8:10. PubMed PMID: 21320322. Pubmed Central PMCID: PMC3050785. Epub 2011/02/16. eng.
6. Villa-Gonzalez E, Ruiz JR, Chillón P. Recommendations to implement quality interventions to promote active commuting to school. *Retos-Nuevas Tendencias En Educacion Fisica Deporte Y Recreacion*. 2016 (30):159-61. PubMed PMID: WOS:000376620200027.
7. Villa-González E, Pérez-López IJ, Ruiz JR, Delgado-Fernández M, Chillón P. El desplazamiento activo al colegio; Una propuesta de intervención escolar. *Tándem: Didáctica de la Educación Física* 2014 (46):24-32.
8. Villa-Gonzalez E, Ruiz JR, Ward DS, Chillón P. Effectiveness of an active commuting school-based intervention at 6-month follow-up. *Eur J Public Health*. 2016 Apr 1;26(2):272-6. PubMed PMID: WOS:000374479200014.
9. Huertas-Delgado FJ, Herrador-Colmenero M, Villa-Gonzalez E, Aranda-Balboa MJ, Caceres MV, Mandic S, et al. Parental perceptions of barriers to active commuting to school in Spanish children and adolescents. *Eur J Public Health*. 2017 Jan 19. PubMed PMID: 28108594. Epub 2017/01/22. eng.



Dr. Emilio Villa González
Colegiado nº: 58464
Doctor en Biomedicina
Licenciado en CC del Deporte
Profesor de la Universidad de Almería

INFLUENCIA DEL GÉNERO, EDAD, NIVEL DE COMPETICIÓN Y DISCIPLINA EN LA IMAGEN CORPORAL DE JÓVENES GIMNASTAS

INFLUENCE OF GENDER, AGE, LEVEL OF COMPETITION AND DISCIPLINE ON THE BODY IMAGE AMONG JUVENILES GYMNASTICS

JESÚS DEL POZO CRUZ

Departamento Educación Física y Deporte.
Facultad Ciencias de la Educación.
Universidad de Sevilla
Colegiado nº 53178

JOAQUÍN PIEDRA DE LA CUADRA

Departamento Educación Física y Deporte.
Facultad Ciencias de la Educación.
Universidad de Sevilla

ROSA M^a ALFONSO ROSA

Doctor en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte.
Departamento Educación Física y Deporte.
Facultad Ciencias de la Educación.
Universidad de Sevilla.

RESUMEN

El objetivo de este estudio fue establecer el perfil de percepción de imagen corporal en 75 jóvenes gimnastas (con media edad de 14 años) de diferentes disciplinas gimnásticas en función de la edad, el género, y el nivel de práctica. Los participantes fueron evaluados transversalmente incluyendo el índice de masa de cuerpo, el cuestionario "Body Shape Questionnaire" (la percepción de imagen corporal), y características de datos demográficos. Los resultados muestran diferencias estadísticamente significativas en la percepción de imagen corporal a través del género ($p=0,001$), el nivel de práctica ($p=0,003$), y la disciplina gimnástica ($p=0,001$). Además, una relación fue encontrada entre la percepción de imagen corporal y el IMC ($r=0,277$; $p=0,020$) a través de todas las categorías de edad analizadas. Estudios longitudinales son necesarios para comprobar los resultados hallados.

PALABRAS CLAVE: gimnasia, autopercepción, imagen corporal y body shape questionnaire.

ABSTRACT

The aim of this study was to profile body shape perception in 75 young gymnastics (mean age 14) of different gymnastic disciplines by age, gender, and level of practice. Participants were assessed cross-sectionally including body mass index, body shape questionnaire (body shape perception), and demographics characteristics. Results show statistical significant differences in body shape perception across gender ($p=0,001$), level of practice ($p=0,003$), and gymnastic discipline ($p=0,001$). Moreover, a relationship was found between body shape perception and BMI ($r=0,277$; $p=0,020$) across all age groups analyzed. Longitudinal studies are warranted.

KEY WORDS: gymnastic, self-perception, body image, body shape questionnaire

1. INTRODUCCIÓN

La preocupación por la apariencia física ha existido siempre a lo largo de las distintas civilizaciones y épocas. En la actualidad ha aumentado en las sociedades occidentales a niveles desproporcionados moviéndose grandes cantidades de dinero, y publicándose un gran número de artículos y programas en medios de comunicación sobre el aspecto físico. Como afirma Vázquez (2014) "la propia sociedad desarrolla procesos de vigilancia y moldeado del cuerpo que dan lugar a la cultura corporal" (p.128). Todo ello ha creado una fuerte presión social a obtener el aspecto físico ideal marcado por la cultura, sobre todo en el mundo occidental (Raich, 2004; Vaquero-Cristóbal, Alacid, Muyor & López-Miñarro, 2013), siendo las mujeres, aunque también en los últimos años los hombres, quienes más consumen productos para mejorar su aspecto físico, tratando de reproducir el canon de belleza que se difunde en revistas, televisión y demás medios de comunicación. Este hecho provoca que desde la infancia, se asuma esa relación cuerpo-éxito, buscando obtener este ideal de cuerpo, a veces por medios extremos. Estos cánones asumidos en la sociedad occidental han ido cambiando a lo largo de la historia, pero actualmente son para el sexo masculino, un cuerpo musculoso y atlético, mientras que para el sexo femenino, un cuerpo extremadamente delgado y joven (De Gracia, Marcó & Trujano, 2007; González-Ravé, Ruiz-Pérez & Carrasco-Poyatos, 2007).

En la actualidad, existe una excesiva preocupación por la imagen corporal que favorece la aparición de numerosas alteraciones sobre la percepción de la imagen corporal que pueden generar trastornos psicológicos o alimenticios, por el simple objetivo de conseguir el ideal físico de la sociedad actual (Vaquero-Cristóbal & col., 2013). Como afirman Cruz y Maganto (2002), la obsesión por la delgadez y la insatisfacción corporal son variables asociadas a trastornos de alimentación que están vinculadas al modelo estético corporal vigente.

Tradicionalmente, el sexo femenino ha sido el más influenciado por estos patrones de belleza como así muestran los estudios realizados por López, Findling & Abramzón (2006) quienes indican que, teniendo en cuenta la variable sexo, los hombres reflejan una mejor autopercepción de sí mismos que las mujeres. Sin embargo, el actual ideal de belleza ha desembocado, cada vez con más frecuencia, en casos de conductas alimenticias desviadas, incluso en enfermedades como la anorexia (Wilson, Grilo & Vitousek, 2007). Respecto al sexo masculino, tradicionalmente, los patrones de belleza han sido más flexibles y menos exigentes. Teniendo en cuenta estos aspectos, y dado el alto impacto negativo que este tipo de prácticas tienen en los adolescentes y sujetos en edades tempranas, se hace

necesario el trabajo de la imagen corporal de deportistas en edades de iniciación con el fin de cambiar la visión del aspecto físico ideal, demostrándoles que para tener una buena apariencia física y buen rendimiento deportivo no es necesario estar muy delgado o musculoso. Así, la imagen corporal se configura y reconfigura a lo largo de toda la vida, siendo la juventud y la adolescencia etapas clave para la aceptación del propio cuerpo (Camacho-Miñano, 2013). La literatura previa muestra como los niños y niñas que poseen de sí mismos muy buena imagen corporal, con el acercamiento a la adolescencia esta se torna más negativa (de Gracia & col., 2007; Dolan, Birtchnell & Lacey, 1987; Gómez-Mármol, Sánchez-Alcaraz & Mahedero-Navarrete, 2013; Trujano & col., 2010). A pesar de que como norma el género femenino reporta unos mejores niveles de índice de masa corporal que el género masculino (Ramos-Valverde, Rivera de los Santos & Moreno-Rodríguez, 2010), son estos últimos quienes tienen una mayor satisfacción por su imagen corporal (Dolan & col., 1987; Márquez, 2008), siendo en ambos sexos la propia percepción de imagen corporal lo que les incita a tomar medidas para la reducción de peso (Ramos-Valverde & col., 2010). Así, una vez alcanzada la adolescencia, la imagen corporal varía en el sexo femenino a raíz de las conversaciones sobre la apariencia, la comparación entre ellas y el índice de masa corporal, mientras que en el sexo masculino únicamente el ideal interno de la apariencia es lo que influye más en la imagen corporal (Jones, 2004).

Los expertos clínicos y los investigadores trabajan con una variedad de herramientas para mejorar la satisfacción y percepciones de la imagen corporal de las personas, entre ellas podemos encontrar la actividad física (Kirkcaldy, Shephard & Siefen, 2002; Loland, 1998). En consecuencia, la literatura científica muestra una doble perspectiva de estudio en relación al tópico de la imagen corporal; por un lado, la existencia de una relación positiva entre la actividad física e imagen corporal, donde estudios previos muestran que los deportistas tienen una mejor imagen corporal que las personas que no realizan actividad física (Ferron, Narring, Cauderay & Michaud, 1999; Kirkcaldy, Shephard & Siefen, 2002; Martínez-Gómez & Veiga-Núñez, 2007) y en contraposición, otros estudios han demostrado una relación negativa entre imagen corporal y actividad física. Esto se ha explicado porque la actividad física puede conducir en el practicante a una excesiva preocupación por su cuerpo al obtener malos resultados y relacionarlos con un mal estado físico, que deriva en algunos casos en trastornos alimenticios (Vaquero-Cristóbal & col., 2013). Otra relación negativa demostrada es el exceso de la práctica deportiva con el objetivo de alcanzar los ideales corporales que la sociedad actual impone, sabiendo que los deportistas están más cercanos a ellos. Esto puede convertir al deporte en un elemento de alto riesgo que puede desembocar en es-

tos trastornos psicológicos de la imagen corporal (Trujano & col., 2010).

Una situación similar encontramos en el caso específico de las chicas, encontrando dos tipos mayoritarios y contrapuestos de práctica regular que se relaciona con la imagen corporal: las actividades de fitness, orientadas a la mejora del aspecto físico, que son las que se relacionan con una imagen corporal negativa de sus participantes, y la práctica de deportes organizados, que se relacionan con una imagen corporal más positiva de los practicantes (Camacho-Miñano, Fernández-García & Rodríguez-Galiano, 2006). Dentro de las practicantes de actividades de fitness según los objetivos que se pretenden obtener a través de ellas se puede diferenciar: participantes que se unen por mejorar la salud, las cuales se sienten mejor, menos cansadas y más comprometidas con la actividad, que las que se apuntan por mejorar su apariencia (Raedeke, Focht & Scales, 2007).

1.1. Imagen corporal y deporte de competición

En referencia a estudios sobre la imagen corporal en el ámbito deportivo y competitivo, las investigaciones llevadas a cabo muestran que entre los practicantes de deportes individuales hay una mayor insatisfacción por la imagen corporal que en los practicantes de deportes colectivos. Los participantes de deportes de equipo se perciben con mayor habilidad física y social, llevando todo ello a auto percibirse con mejor imagen corporal en comparación con sujetos participantes en deportes individuales (Morano, Colella & Capranica, 2011). Además, sujetos participantes de modalidades individuales son exigidos en el cuidado de su masa corporal, llevando en algunos casos a extremos este hecho. En deportes como la lucha (o cualquier arte marcial) y el atletismo, los participantes, son más vulnerables a sufrir trastornos alimentarios (Byrne & McLean, 2002; Harris & Greco, 1990; Márquez, 2008; Swami, Steadman & Tovee, 2009). Esta importancia dada al control del peso, existente también en los deportes de valoración más estéticos, surge de la concepción de que mejorarán su rendimiento con un peso menor (Krentz & Warschburger, 2011).

Analizando los problemas relacionados con la imagen corporal que derivan de la práctica deportiva competitiva, la literatura muestra una mayor insatisfacción con la imagen corporal que desemboca en una extrema dedicación al entrenamiento y la competición de algunos atletas para obtener la excelencia en el deporte de élite. Esta dedicación es en muchos casos incompatible con procesos de desarrollo de habilidades sociales que pueden derivar en experiencias sociales negativas después de la retirada del atleta (Warriner & Lavallee, 2008). Por otro lado, existen

investigaciones que se centran en la problemática específicas de la imagen corporal en un deporte en particular. Así, el estudio de Urdapilleta, Aspavlo, Masse y Docteur (2010) en natación concluye que los nadadores perciben su cuerpo más corpulento de lo que es en realidad. Incluso las nadadoras tienen una composición corporal real que se acerca a la idea de perfil de nadadora perfecta que tienen en su mente pero ellas según su autopercepción están muy alejadas de ese perfil corporal. En otro deporte como el fútbol americano, MacKinnon & col., (2003) demuestran que los jugadores de instituto consideran que un bajo porcentaje de grasa está asociada a una buena imagen corporal, y es importante para el éxito en el deporte. A diferencia de las investigaciones anteriores que demuestran la existencia de una imagen corporal negativa entre los deportistas, el estudio de Robinson y Ferraro (2004) con velocistas muestra que éstos no tienen una imagen corporal negativa ni les dan valor a medidas corporales como el peso o la talla. A pesar de que ellos están en una disciplina donde la mayoría de sus participantes tienen cuerpos atléticos. En otro estudio realizado en Inglaterra, Swami & col., (2009) comparan varios deportes en cuanto a la imagen corporal. Se aprecia que los practicantes de artes marciales tienen un nivel semejante de insatisfacción corporal que aquellas personas que no practican deporte. Pero estos dos grupos tienen una percepción más positiva de su imagen corporal que los corredores.

En el ámbito de la gimnasia, la preocupación por el peso es una realidad (Harris & Greco, 1990). Los estudios revelan que las gimnastas de élite tienen una percepción de la imagen corporal más negativa en comparación con las no deportistas de su misma edad. Aunque piensan que tienen un cuerpo idóneo para una persona de su edad, estas deportistas creen que deberían perder más peso para mejorar su rendimiento deportivo (de Bruin, Oudejans & Bakker, 2007). A diferencia de las primeras clases de gimnasia, donde no existen diferencias en cuanto a la percepción imagen corporal en niñas de 4 a 8 años que se inician en la gimnasia con las que no lo hacen (Poudevigne, O'Connor, Laing, Wilson, Modlesky & Lewis, 2003). Las exigencias pueden provenir del propio contexto del deporte y/o del entrenador de la gimnasta. Las cuales pueden derivar en desórdenes alimenticios para bajar peso con la idea de mejorar su rendimiento deportivo (Kerr, Berman & De Souza, 2006).

Aunque existen investigaciones sobre imagen corporal y deportistas en las que se analiza la situación de las gimnastas, se compara la situación por edades y por deporte, no encontramos estudios que analicen de manera específica la percepción de la imagen corporal en los practicantes de las diferentes modalidades gimnásticas, incluidos los chicos. Dada las características específicas de este deporte

y ante la falta de estudios previos, nos parece interesante y necesario ahondar en las percepciones de este colectivo específico sobre su imagen corporal. Por lo tanto, el objetivo del presente trabajo es caracterizar el perfil de autopercepción de la imagen corporal de gimnastas jóvenes de diferentes disciplinas gimnásticas (rítmica o artística), establecer las diferencias y relaciones en base a la edad, sexo, nivel de competición y modalidad deportiva.

2. MÉTODO

La realización de este trabajo de investigación ha sido llevada a cabo a través de un *diseño observacional, descriptivo* y de carácter *transversal*. Para el propósito del estudio se cumplieron las consideraciones éticas para el estudio con humanos declaradas en Helsinki y más tarde revisadas en el año 2004. Se informó a todos los sujetos y a los tutores de los mismos del propósito del estudio tanto verbalmente como por escrito. Se informó a su vez que eran libres de abandonar el estudio en cualquier momento no necesariamente teniendo que declarar el motivo. Previa inclusión en el estudio, todos los tutores legales de los sujetos firmaron el documento de consentimiento informado.

2.1. Participantes

La muestra de este estudio es de carácter incidental y la forman un total de 75 sujetos, 10 chicos que pertenecían a la modalidad de gimnasia artística y 65 chicas, de las cuales 24 pertenecían a la modalidad de gimnasia artística y 41 a gimnasia rítmica, con una edad comprendida entre los 8 y 18 años, pertenecientes a varios clubes de gimnasia de diferentes comunidades autónomas del suroeste de España (Andalucía y Extremadura). La recogida de datos se llevó a cabo entre los meses de Marzo y Junio de 2013, aprovechando las diferentes concentraciones y competiciones de los gimnastas participantes. Los criterios de inclusión fueron: estar federado/a, adscrito a algún club y competir en alguna de las modalidades gimnásticas.

2.2. Procedimientos

Primero, se anunció a los participantes y a los familiares de los mismos, en caso de ser menor de edad, de la naturaleza opcional, anónima y confidencial de la investigación, así como sus objetivos generales; también se explicó el procedimiento general para la realización de los cuestionarios. La toma de datos, se realizó durante los entrenamientos de las gimnastas (concentración) o durante la competición. Todo el procedimiento fue supervisado y coordinado por el conjunto de investigadores, con la co-

laboración de los entrenadores de los diferentes clubes y escuelas de gimnasia. En algunos casos, se enviaron los cuestionarios a la entidad colaboradora, quienes fueron los encargados de pasar los cuestionarios y el posterior envío a los investigadores.

2.3. Instrumentos

Se recogieron en un cuestionario de elaboración propia datos acerca de la identificación de los/las gimnastas, edad y sexo de los/las participantes y datos de carácter antropométrico como la talla y el peso. El índice de masa corporal fue calculado mediante la fórmula: peso (Kg) / estatura² (m).

Por otro lado, se consultaron los hábitos de práctica de gimnasia, en relación a los siguientes factores: modalidad de gimnasia que practicaban mediante una pregunta cerrada con dos posibles opciones: gimnasia rítmica y gimnasia artística. Además se preguntó acerca de los años practicados en la modalidad, para valorar la temporalidad de la práctica de la modalidad de gimnasia, utilizando una pregunta abierta. También se pidió a los sujetos la estimación de la frecuencia de la práctica de la modalidad practicada, mediante la formulación de una pregunta cerrada, con tres posibles respuestas: 1-2 veces/semana, 3-4 veces/semana y 5-7 veces/semana y por último se recabó información acerca de la participación en competición, para conocer la existencia de la competición durante su práctica deportiva, para ello se expuso una pregunta cerrada con opción de respuesta dicotómica.

La información sobre imagen corporal fue recabada mediante el Body Shape Questionnaire (BSQ) de Cooper, Taylor, Cooper & Fairburn (1987), cuestionario que en sus orígenes, fue creado para la estimación la insatisfacción corporal y la preocupación por la figura en personas que padecían Trastornos del Comportamiento Alimentario, aunque se ha comprobado que es adecuado para valorar la percepción corporal en población normal (no clínica), (Raich, Mora, Soler, Ávila, Clos & Zapater, 1996). Lo conforman 34 ítems, cuya configuración para responder es mediante el uso de una escala tipo Likert de 6 puntos, desde 1 considerado como Nunca, a 6 que equivale a Siempre. La puntuación del BSQ se calcula sumando todas las puntuaciones de cada ítem, variando el rango del cuestionario entre 34 y 204. La suma total de los puntos de los 34 ítems, clasifica la preocupación de la imagen corporal del sujeto en una de estas cuatro categorías: No hay preocupación por la imagen corporal, si la puntuación es menor de 81 puntos, Preocupación leve por la imagen corporal, si está en el rango de 80 a 110 puntos, Preocupación moderada, si su puntuación está entre 111 y 140 puntos, o Preocupación extrema, si supera los 140 puntos.

La validez concurrente con la subescala Body Dissatisfaction del EDI (Eating Disorder Inventory) llega a $r=0,66$.

En esta investigación el cuestionario utilizado fue una traducción y adaptación del BSQ al castellano por Raich & col., (1996). El índice de consistencia interna obtenido, valorado a través del alfa de Cronbach se eleva en este trabajo a 0,97. En este estudio, varios de los ítems del BSQ se encuadran en alguno de estos cinco factores: Preocupación por el peso en conexión con la ingesta, Preocupación por los aspectos antiestéticos de la obesidad, Insatisfacción y preocupación corporal general, Insatisfacción corporal respecto a la parte inferior del cuerpo (muslos, caderas o nalgas) y por último, Empleo de vómito o laxantes para reducir la insatisfacción corporal.

2.4. Análisis estadístico

La estadística descriptiva ha sido presentada como media y desviación típica en aquellas variables con carácter continuo y en términos de frecuencia y porcentaje para variables categóricas. La normalidad de los datos fue examinada mediante la prueba de Kolmogorov-Smirnov con corrección de Lillifors. Una vez comprobada la normalidad de cada variable, para cada estudio se procedió a realizar la estadística correspondiente. Para el propósito del estudio las diferencias entre grupos fueron testadas mediante la prueba t de Student para muestras independientes. Para el análisis de varianza se utilizó ANOVA de un factor; y, para comparaciones múltiples por pareja el test de Bonferroni. El nivel de correlación fue establecido atendiendo a las recomendaciones de los expertos (Cohen, 1988). Un nivel comprendido entre 0,10 y 0,29 fue considerado bajo; un nivel de entre 0,30 y 0,49 fue considerado moderado y un nivel mayor de 0,50 fue considerado alto. Para todos los test, el nivel de significación se fijó en $p < 0,05$. Todos los análisis fueron realizados con el paquete estadístico SPSS versión 17.0. (SPSS, Inc., Chicago, IL). Los gráficos fueron realizados con el paquete Graphpad Prism versión 5.0 para Windows.

3. RESULTADOS

La tabla 1 muestra las características (socio-demográficas y antropométricas) de los sujetos

incluidos en el estudio, dónde se observa una predominante inclusión de sujetos de sexo femenino en el estudio. Además, la mayor parte de la muestra estuvo compuesta por adolescentes.

Cuando analizamos las características de la práctica (tabla 2), la disciplina, tanto rítmica como artística, son muy similares en frecuencia de participación. La mayor frecuencia de práctica es de 3 o 4 días por semana llevada a cabo aproximadamente por la mitad de los sujetos incluidos en el estudio. Los resultados respecto al lugar de realización del cuestionario son análogos. Todos los individuos pertenecen a clubs, y la mayoría de ellos compiten.

Cuando realizamos análisis descriptivo de la preocupación por la imagen corporal (tabla 3) observamos como la mayor parte de los encuestados se encuentran en el nivel de no preocupación, seguido del nivel preocupación leve y estando ubicada la media de la puntuación total en el nivel no preocupación.

Tabla 1. Características de los sujetos (N=75)

Variables	
Sexo (M: Masculino/F: Femenino)	M: 10 (13,3%) / F: 65 (86,7%)
Edad (años)	13,75 (3,24)
Altura (Metros)	1,55 (0,12)
Peso (Kg)	44,84 (7,94)
Índice de Masa Corporal (IMC)	18,22 (3,74)
Variables presentadas como media (DE) y frecuencia (%)	

Tabla 2. Características de la Práctica (N=75)

Variables	
Disciplina	
Gimnasia Artística	34 (45,3 %)
Gimnasia Rítmica	41 (54,7 %)
Frecuencia de Práctica	
1 o 2 veces por semana	11 (14,7 %)
3 o 4 veces por semana	37 (49,3 %)
5 o 7 veces por semana	27 (36 %)
Años de Práctica	5,90 (2,70)
Lugar del Cuestionario	
En concentración	41 (54,7 %)
En competición	34 (45,3 %)
Equipo	
Club	75 (100%)
Competición	
Si	66 (91,7 %)
No	6 (8,3 %)
Variables presentadas como media (DE) y frecuencia (%)	

Variable	Total Sujetos (N=75)	Disciplina Gimnasia Artística (n=34)	Disciplina Gimnasia Rítmica (n=41)	p
Puntuación BSQ (puntos)	59,72 (30,50)	54,20 (27,07)	64,29 (32,69)	0,15 ^φ
Nivel de preocupación por la imagen corporal				
No preocupación	59 (78,7%)	28 (82%)	31 (75,6%)	0,82 [*]
Preocupación Leve	10 (13,3%)	4 (11,8%)	6 (14,6%)	
Preocupación Moderada	4 (5,3%)	1 (2,9%)	3 (7,3%)	
Preocupación Extrema	2 (2,7%)	1 (2,9%)	1 (2,4%)	
Variables presentadas como media (DE) y como frecuencia (%). ^φ = significación estadística proveniente de la prueba t de Student; [*] = significación estadística proveniente de la prueba chi cuadrado				

3.1. La imagen corporal percibida es modulada en función del nivel competitivo y la disciplina practicada

En la figura 1 se observa que existen diferencias significativas en el factor 1, preocupación por el peso en conexión con la ingesta ($p=0,003$), en el factor 2, preocupación por los aspectos antiestéticos de la obesidad ($p=0,003$), en el factor 3, insatisfacción y preocupación corporal general ($p=0,024$), en el factor 4, insatisfacción corporal respecto a la parte inferior del cuerpo (muslos, caderas o nalgas) ($p=0,003$) y finalmente, en el total del BSQ ($p=0,003$) en función de la participación en competición o no de los participantes en el estudio. No se apreciaron diferencias significativas en el resto de variables en función de la participación en competición. Únicamente en la figura 2 se consideraron diferencias significativa en el factor 1, preocupación por el peso en conexión con la ingesta ($p=0,030$), y en el factor 2 preocupación por los aspectos antiestéticos de la obesidad ($p=0,038$) en función de la disciplina. En cuanto al resto de los factores en función de la disciplina no existieron diferencias significativas.

Respecto a la figura 3, en ninguno de los casos comparativos se dieron diferencias significativas en los diferentes factores y la puntuación total del BSQ en relación con la frecuencia de práctica de la disciplina.

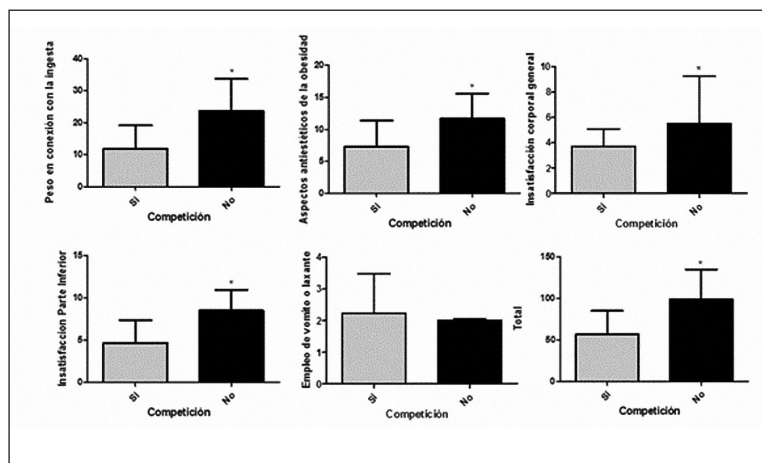


Figura 1. Comparación de cada una de las puntuaciones de los factores y del total del BSQ en función de la participación en competición. * $p<0,05$

3.2. Cambios en la imagen corporal en función del sexo

Se apreciaron diferencias significativas en los siguientes casos comparativos de la figura 4, del factor 1, preocupación por el peso en conexión con la ingesta ($p=0,001$), del factor 2, preocupación por los aspectos antiestéticos de la obesidad ($p=0,007$), en el factor 3, insatisfacción y preocupación corporal general ($p=0,046$), del factor 4, insatisfacción corporal respecto a la parte inferior del cuerpo (muslos, caderas o nalgas) ($p=0,001$) y del total del BSQ ($p=0,001$) con la variable del sexo. No se observaron diferencias significativas en el quinto factor comparado con el sexo.

IMC y EDAD son factores de riesgo en la insatisfacción con la imagen corporal.

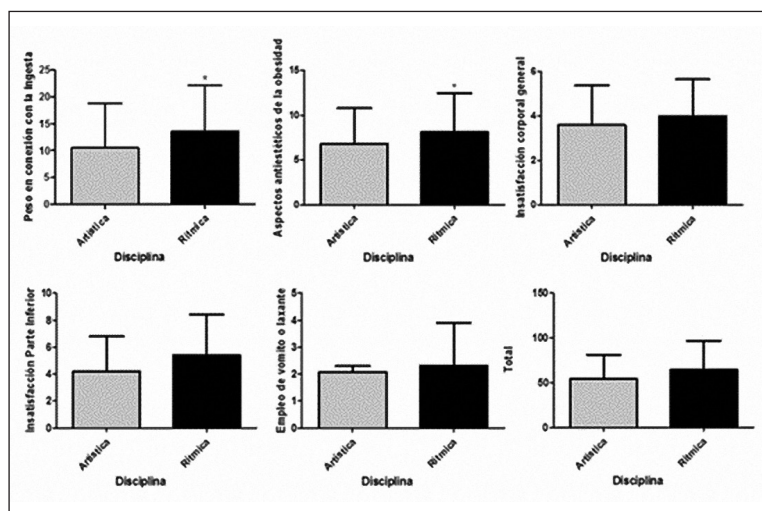


Figura 2. Comparación de cada una de las puntuaciones de los factores y del total del BSQ en función de la disciplina. * $p<0,05$

La figura 5 muestra el grado de correlación entre la edad y los diferentes factores asociados al BSQ. Existe una correlación positiva alta del factor 2, preocupación por los aspectos antiestéticos de la obesidad ($r=0,509$; $p=0,001$) y del total de la puntuación del BSQ ($r=0,514$; $p=0,001$) con los años de los sujetos. Se apreció una correlación positiva moderada del factor 1, preocupación por el peso en conexión con la ingesta ($r=0,449$; $p=0,001$) y del factor 4, insatisfacción corporal respecto a la parte inferior del cuerpo ($r=0,403$; $p=0,005$) con los años. Además existe correlación positiva baja del factor 3, insatisfacción y preocupación corporal general ($r=0,235$; $p=0,048$) con la edad. En el resto de las variables no se consideraron correlación con la edad.

En cuanto a la figura 6, se contempla una correlación positiva baja del Factor 1, preocupación por el peso en conexión con la ingesta ($r=0,269$; $p=0,025$), del Factor 4, insatisfacción corporal respecto a la parte inferior del cuerpo ($r=0,262$; $p=0,029$) y del total de los puntos del BSQ ($r=0,277$; $p=0,020$) con el IMC. Los demás factores no correlacionaron con el IMC.

4. DISCUSIÓN

Este estudio de corte transversal ofrece una aproximación a la comprensión de la relación existente entre el grado de competición, nivel, sexo y disciplina practicada, así como el índice de masa corporal o edad de los participantes con la insatisfacción corporal en jóvenes practicantes de diferentes modalidades gimnásticas (artística o rítmica). En general, los sujetos incluidos en el estudio reportan valores que se encuentran dentro de los rangos normativos en lo referido a puntuaciones de insatisfacción corporal en sujetos con edades similares (Baile, Guillén & Garrido, 2002), destacando que la mayoría de los participantes se encuentran encuadrados en valores de baja preocupación o preocupación leve en base a su imagen corporal.

Los principales resultados destacan las diferencias existentes entre los grupos competición y los que no llevan su práctica a ese nivel, siendo estos últimos los que presentan una mayor preocupación por su imagen corporal en general. Existe literatura previa que defiende la relación positiva entre el rendimiento

competitivo y una mejor imagen corporal (Ferrón, Narring, Cauderay & Michaud, 1999; Kirkcaldy, Shephard & Siefen, 2002; Martínez Gómez & Veiga Núñez, 2007) lo que parece ser consistente con los resultados encontrados

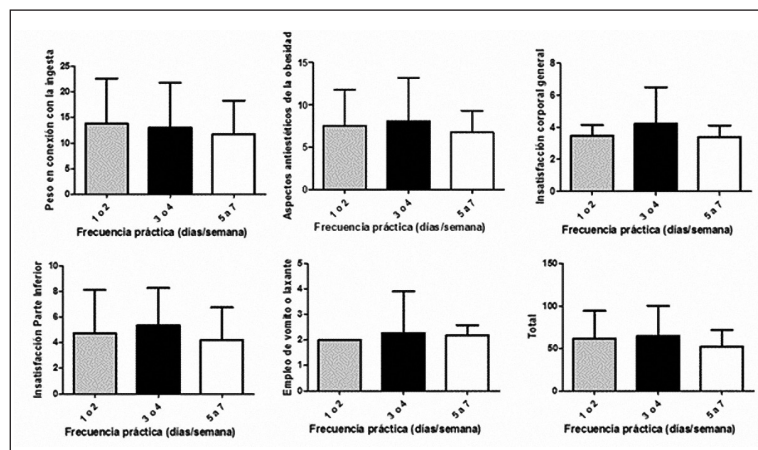


Figura 3. Comparación de cada una de las puntuaciones de los factores y del total del BSQ en función de la frecuencia de práctica de la especialidad deportiva. * $p<0,05$

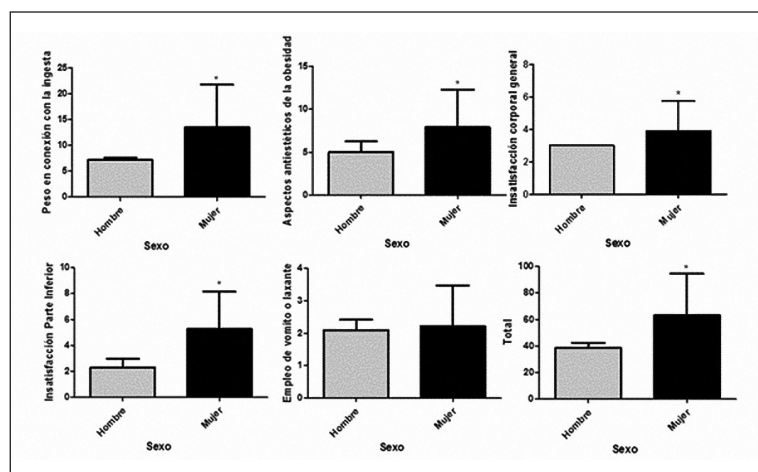


Figura 4. Relación de cada uno de los factores y del total de puntos del BSQ en función del sexo. * $p<0,05$

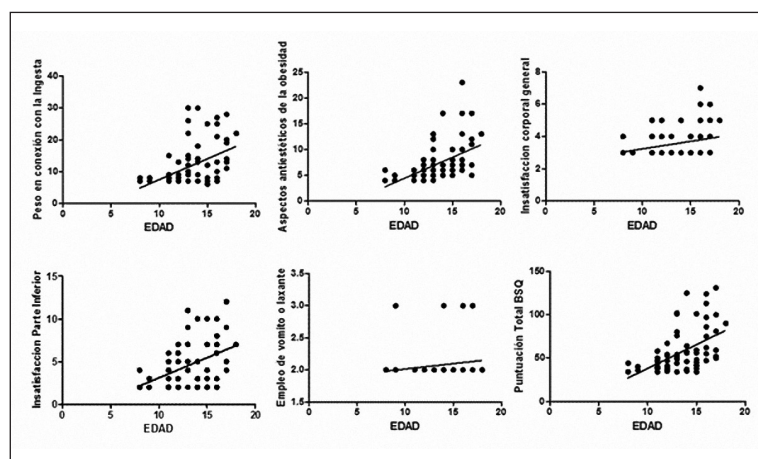


Figura 5. Correlación de cada uno de los factores y del total del BSQ con la edad.

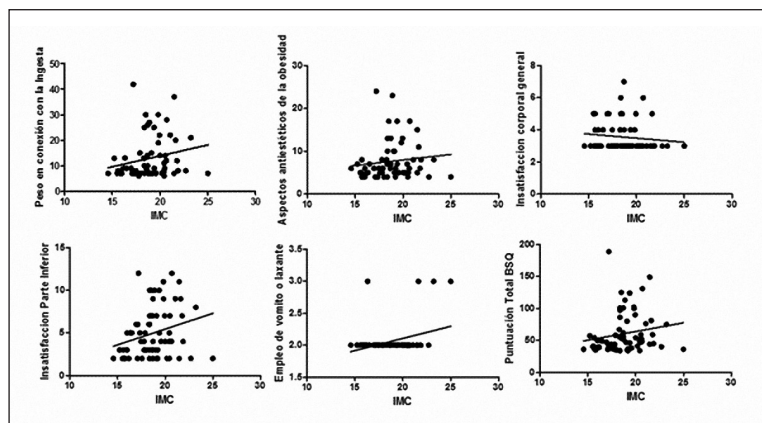
en este estudio. Una de las principales teorías que pueden soportar este hecho, es que los atletas que compiten a altos niveles mantienen una menor preocupación por su peso corporal (Robinson & Ferraro, 2004; Rose, 2008) y en general una mayor estima corporal incluyendo sentimientos positivos sobre su condición física o su atractivo sexual (Fellows, 1999) además de mostrarse más positivos con las funciones y habilidades de su cuerpo (como por ejemplo, la fuerza o la coordinación; Wiggins & Moode, 2000).

En nuestra investigación, donde 75 gimnastas (10 hombres y 65 mujeres) fueron incluidos, otro de los principales resultados encontrados fue el hecho de que aquellos sujetos que practican la modalidad de gimnasia rítmica muestran una mayor preocupación en relación al peso y la estética que de éste se deriva. Sin embargo, al comparar las puntuaciones de este colectivo con las puntuaciones obtenidas en otros estudios como el de Camacho-Miñano, Fernández-García & Rodríguez-Galiano (2006) con deportistas de otros deportes como el fútbol o voleibol se observa, que dichas puntuaciones son similares o incluso mejores que las obtenidas en estos deportes. En este mismo estudio se confirma que la imagen corporal depende fuertemente del tipo de deporte (Davis, 2002), estando la gimnasia rítmica entre los que mejores puntuaciones obtiene. Estos resultados contrastan con estudios previos que reportan como los deportistas practicantes de modalidades deportivas considerados más femeninas, se perciben más sensibles a los cambios de peso pudiendo provocar una mayor disconformidad con la imagen corporal (Clavio & Eagleman, 2011; Parsons & Betz, 2001; Vernetta & col., 2011). Según Camacho-Miñano, Fernández-García & Rodríguez-Ga-

liano (2006), la explicación de este contraste de versiones puede tener una explicación multifactorial: puede deberse a la concienciación que sobre esta modalidad concreta se ha realizado en los últimos años, puede deberse a una sobredimensión de la situación en este deporte (Mendizábal, 2001), o puede deberse a la propia forma de recopilar los datos que no recoja la realidad de las prácticas de estas deportistas. Con nuestros resultados se observa que el sexo femenino se percibe más descontento con su imagen corporal en general que el sexo opuesto. Estos resultados son consistentes con los aportados por de Dolan & col., (1987) y Márquez (2008), quienes muestran como por lo general, el género masculino tiene una mayor satisfacción por su imagen corporal que el femenino. Además, la literatura previa muestra como existen deportes (entre los que podríamos enmarcar la gimnasia rítmica) en los que entre los atletas existe la creencia de que mejorarán su rendimiento si mantienen un menor peso (Krentz & Warschburger, 2011). A pesar de la escasez de estudios específicos, las investigaciones de De Gracia & col. (2007), de Dolan, Birtchnell & Lacey (1987), Martínez (1998) y de Trujano & col. (2010) muestran que hay un aumento de la preocupación por la imagen corporal con el acercamiento de la adolescencia. Durante los periodos de la adolescencia, los sujetos de ambos sexos (Siervo & col., 2003) experimentan cambios morfológicos, que pueden provocar cambios de apariencia en sus cuerpos (como el aumento de peso), lo que hace que éste sea uno de los mayores factores de riesgo en el incremento de la insatisfacción corporal (Santos, Tassilano, Nascimento, Petribú, & Cabral, 2011; Del Duca, Garcia, Sousa, Oliveira & Nahas, 2010).

Por último, nuestros resultados arrojan la existencia de una relación positiva-alta entre el índice de masa corporal y la imagen corporal, presentando un aumento de la preocupación de la imagen corporal con el aumento del índice. Este resultado puede entenderse cómo el aumento del índice supone un mayor peso, y por tanto una mayor preocupación por la imagen corporal. Esta relación es consistente con los resultados encontrados por Vernetta & col. (2011) en jóvenes practicantes de gimnasia rítmica pertenecientes a la Selección Andaluza de Gimnasia Rítmica Deportiva con un rango de edad de 9 a 15 años, donde reportaron una correlación sig-

Figura 6. Correlación de cada uno de los factores y del total del BSQ con el Índice de Masa Corporal (IMC).



nificativa inversamente proporcional entre la estima corporal y el porcentaje graso en las gimnastas de mayor edad.

4.1. Conclusiones, limitaciones e implicaciones futuras

Una vez analizados los resultados podemos concluir que se observan diferencias significativas cuando se comparan la preocupación por la imagen corporal en el género, la disciplina deportiva y el nivel de competición, además de varias correlaciones positivas de la preocupación por la imagen en diferentes segmentos de edad y el índice de masa corporal.

Por otro lado, observamos que existen más casos de auto-percepción positiva en gimnastas que compiten en gimnasia artística y del sexo masculino. También se puede apreciar un aumento de la preocupación por la imagen corporal

con el aumento de la edad y con el aumento de los valores del índice de masa corporal.

Este estudio presenta ciertas limitaciones que necesitan ser discutidas para un total entendimiento del mismo. En primer lugar el uso del BSQ, que si bien, ha sido testado en población infantil y adolescente (no clínica) previamente (Raich & col., 1996), hasta ahora, en población española, no ha sido testado en gimnastas (en sus modalidades artística y rítmica). No obstante se trata de un instrumento validado y con una alta confiabilidad, lo que lo hace totalmente aplicable para valorar la preocupación por la imagen corporal en esta población. Además, el diseño utilizado (de corte transversal) no es posible establecer relaciones de causalidad (causa-efecto), por lo que estaríamos ante una fase pre experimental de investigación y estudios de carácter longitudinal se hacen necesarios para completar y verificar nuestros resultados.

5. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Baile, J.I., Guillén, F. & Garrido, E. (2002). Insatisfacción corporal en adolescentes medida con el Body Shape Questionnaire (BSQ): efecto del anonimato, el sexo y la edad. *Revista Internacional de Psicología Clínica y Salud*, 2(3), 439-4503.
- Byrne, S. & McLean, N. (2002). Elite athletes: Effects of the pressure to be thin. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 5(2), 80-94.
- Camacho-Miñano, M.J. (2013). Contradicciones del significado de la actividad físico-deportiva en las identidades corporales de las chicas adolescentes. *Feminismo/s*, 21, 15-35.
- Camacho-Miñano, M. J., Fernández-García, E. & Rodríguez-Galiano, M. I., (2006). Imagen corporal y práctica de actividad física en las chicas adolescentes: Incidencia de la modalidad deportiva. *RICYDE: Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 2(3), 1-19.
- Clavio, G. & Eagleman, A.N. (2011). Gender and sexually suggestive images in sports blogs. *Journal of Sport Management*, 7, 295-304.
- Cohen J. (1998). *Statistical power analysis for the behavioural sciences* (2nd Ed.) Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Publishers.
- Cooper, P.J., Taylor, M.J., Cooper, Z. & Fairbum, C.G. (1987). The development and validation of the body shape questionnaire. *International Journal of Eating Disorders*, 6(4), 485-494.
- Cruz, S. & Maganto, C. (2002). Índice de masa corporal, preocupación por la delgadez y satisfacción corporal en adolescentes. *Revista de Psicología General y Aplicada*, 55(3), 455-473.
- Davis, C. (2002). Body image and athleticism. En T.F. Cash, y T. Pruzinsky, (Eds.), (2002). *Body image: A handbook of theory, research, and clinical practice* (pp. 219-225). New York, Guildford Press.
- De Bruin, A. P., Oudejans, R. R. D. & Bakker, F. C. (2007). Dieting and body image in aesthetic sports: A comparison of Dutch female gymnasts and non-aesthetic sport participants. *Psychology of Sport and Exercise*, 8(4), 507-520.
- De Gracia, M., Marcó, M. & Trujano, P. (2007). Factores asociados a la conducta alimentaria en preadolescentes. *Psicothema*, 19(4), 646-653.
- Del Duca, G.F., Garcia, L.M., Sousa, T.F., Oliveira, E.S. & Nahas, M.V. (2010). Body weight dissatisfaction and associated factors among adolescents. *Rev Paul Pediatr.*, 28, 340-346.
- Dolan, B. M., Birtchnell, S. A. & Lacey, J. H. (1987). Body image distortion in non-eating disordered women and men. *Journal of Psychosomatic Research*, 31(4), 513-520.
- Ferron, C., Narring, F., Cauderay, M. & Michaud, P. (1999). Sport activity in adolescence: Associations with health perceptions and experimental behaviours. *Health Education Research*, 14(2), 225-233.
- Fellows, C.L. (1999). *Comparing the differences of self-esteem, body esteem, and disordered eating behaviors between college female athletes and college female non-athletes* (Master's thesis). Retrieved from UMI Films (UMI Number: 1397170).
- Gómez-Mármol, A., Sánchez-Alcaraz, B. & Mahedero-Navarrete, M.P. (2013). Insatisfacción y distorsión de la imagen corporal en adolescentes de doce a diecisiete años de edad. *Ágora para la Educación Física y el Deporte*, 15(1), 54-63.
- González-Ravé, J. M., Ruiz-Pérez, L. M. & Carrasco-Poyatos, M. (2007). The social construction of gender in Spanish physical education students. *Sport, Education and Society*, 12(2), 141-158.
- Harris, M. B. & Greco, D. (1990). Weight control and weight concern in competitive female gymnasts. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 12(4), 427-433.
- Jones, D. C. (2004). Body image among adolescent girls and boys: A longitudinal study. *Developmental Psychol-*

- ogy, 40(5), 823-835. doi:10.1037/0012-1649.40.5.823
- Kerr, G., Berman, E. & De Souza, M. J. (2006). Disordered eating in women's gymnastics: Perspectives of athletes, coaches, parents, and judges. *Journal of Applied Sport Psychology, 18*(1), 28-43.
 - Kirkcaldy, B. D., Shephard, R. J. & Siefen, R. G. (2002). The relationship between physical activity and self-image and problem behaviour among adolescents. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology, 37*(11), 544-550.
 - Krentz, E. M. & Warschburger, P. (2011). Sports-related correlates of disordered eating in aesthetic sports. *Psychology of Sport and Exercise, 12*(4), 375-382.
 - Loland, N.W. (1998). Body image and physical activity. A survey among Norwegian men and women. *International Journal of Sport Psychology, 29*(4), 339-365.
 - López, E., Findling, L. & Abramzón, M. (2006). Health Inequalities: Are morbidity perceptions between men and women different? *Salud Colectiva, 2*(1), 61-74.
 - MacKinnon, D.P., Goldberg, L. Cheong, J.W., Elliot, D. Clarke, G. & Moe, E. (2003). Male Body Esteem and Physical Measurements: Do Leaner, or Stronger, High School Football Players Have a More Positive Body Image? *Journal of Sport & Exercise psychology, 25*, 307-322
 - Márquez, S. (2008). Trastornos alimentarios en el deporte: Factores de riesgo, consecuencias sobre la salud, tratamiento y prevención. *Nutrición Hospitalaria, 23*(3), 183-190.
 - Martínez-Gómez, D. & Veiga-Núñez, O. L. (2007). Insatisfacción corporal en adolescentes: Relaciones con la actividad física e índice de masa corporal. *Revista Internacional De Medicina Y Ciencias De La Actividad Física Y El Deporte, 7*(27), 253-265.
 - Mendizábal, S. (2001). *Fundamentos de la gimnasia rítmica. Mitos y realidades*. Gymnos: Madrid.
 - Morano, M., Colella, D. & Capranica, L. (2011). Body image, perceived and actual physical abilities in normal-weight and overweight boys involved in individual and team sports. *Journal of Sports Sciences, 29*(4), 355-362.
 - Parsons, E.M. & Betz, N.E. (2001). The relationship of participation in sports and physical activity to body objectification, instrumentality and locus of control among young women. *Psychology of Women Quarterly, 25*, 209-222.
 - Poudevigne, M. S., O'Connor, P. J., Laling, E. M., Wilson, A. M. R., Modlesky, C. M. & Lewis, R. D. (2003). Body images of 4-8-year-old girls at the outset of their first artistic gymnastics class. *International Journal of Eating Disorders, 34*(2), 244-250.
 - Raedeke, T. D., Focht, B. C. & Scales, D. (2007). Social environmental factors and psychological responses to acute exercise for socially physique anxious females. *Psychology of Sport and Exercise, 8*(4), 463-476.
 - Raich R, Mora M, Soler A, Ávila C, Clos I. & Zapater L. (1996). Adaptación de un instrumento de evaluación de la insatisfacción corporal. *Clínica y Salud, 7*(1), 51-66.
 - Raich, R. M. (2004). Una perspectiva desde la psicología de la salud de la imagen corporal. *Avances En Psicología Latinoamericana, 22*(1), 15-27.
 - Ramos-Valverde, P., Rivera de los Santos, F. & Moreno-Rodríguez, C. (2010). Diferencias de sexo en imagen corporal, control de peso e índice de masa corporal de los adolescentes españoles. *Psicothema, 22*(1), 77-83.
 - Robinson, K. & Ferraro, F. R. (2004). The relationship between types of female athletic participation and female body type. *Journal of Psychology, 138*(2), 115-128
 - Rose, J.A. (2008). *Self-objectification and body shame as predictors of sport participation* (Master's thesis). Retrieved from ProQuest Dissertations and Theses. (UMI Number: 1459710).
 - Santos EM, Tassitano RM, Nascimento WM, Petribú MM & Cabral PC (2011). Body satisfaction and associated factors among high school students. *Revista Paulista de Pediatría, 29*, 214-223.
 - Siervogel RM, Demerath EW, Schubert C, Remsberg KE, Chumlea WC, Sun S & col., (2003). Puberty and body composition. *Hormone Research, 60* (1), 36-45.
 - Swami, V., Steadman, L. & Tove'e, M. J. (2009). A comparison of body size ideals, body dissatisfaction, and media influence between female track athletes, martial artists, and non-athletes. *Psychology of Sport and Exercise, 10*(6), 609-614.
 - Trujano, P., Nava, C., de Gracia, M., Limón, G., Alatríste, A. L. & Merino, M. T. (2010). Trastorno de la imagen corporal: Un estudio con preadolescentes y reflexiones desde la perspectiva de género. *Anales De Psicología, 26*(2), 279-287.
 - Urdapilleta, I., Aspavlo, D., Mase, L. & Docteur, A. (2010) Body image perception and satisfaction in male versus female competitive swimmers using a picture distortion technique. *Psychology of sport and exercise, 11*, 568-573.
 - Vaquero-Cristóbal, R., Alacid, F., Muyor, J. M. & López-Miñarro, P. Á. (2013). Imagen corporal; revisión bibliográfica. *Nutrición Hospitalaria, 28*(1), 27-35.
 - Vázquez, B. (2014). La construcción del cuerpo femenino en la sociedad actual: un reto para la educación física-deportiva en el siglo XXI. En J. Piedra (ed.), *Coeducación física: aportaciones para una nueva cultura de género* (pp. 127-149). Saarbrücken: Editorial Académica Española.
 - Vernetta, M., Fernández, E., López Bedoya, J., Gómez, Landero, A. y Oña, A. (2011). Estudio relacional entre el perfil morfológico y estima corporal en la selección andaluza de gimnasia rítmica deportiva. *Motricidad European Journal of Human Movement, 26*, 76-92
 - Warriner, K. & Lavallee, D. (2008). The retirement experiences of elite female gymnasts: Self-identity and the physical self. *Journal of Applied Sport Psychology, 20*(3), 301-317.
 - Wiggins, M.S. & Moode, F.M. (2000). Analysis of body esteem in female college athletes and nonathletes. *Perceptual and Motor Skills, 90*, 851-854.
 - Wilson, G. T., Grilo, C. M. & Vitousek, K. M. (2007). Psychological treatment of eating disorders. *American Psychologist, 62*(3), 199-216

PERFIL DE HÁBITOS FÍSICO-DEPORTIVOS EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS: EL CASO DE LA UNIVERSIDAD DE PLAYA ANCHA, CHILE

COLLEGE STUDENTS'S PHYSICAL-SPORTING HABITS PROFILE: THE CASE OF UNIVERSIDAD DE PLAYA ANCHA, CHILE

SERGIO FERNÁNDEZ URIBE

Centro de Estudios Avanzados.
Universidad de Playa Ancha.

FERNANDO AMADOR RAMÍREZ

Ex Profesor Titular.
Universidad de Las Palmas de Gran Canaria.
Colegiado nº 2.825

XURXO DOPICO CALVO

Facultad de Ciencias del Deporte y la Educación Física.
Universidad de A Coruña.
Colegiado nº 12.394

ELISEO IGLESIAS SOLER

Facultad de Ciencias del Deporte y la Educación Física.
Universidad de A Coruña.
Colegiado nº 12.393

RESUMEN

El propósito del presente estudio ha sido determinar un perfil de práctica físico-deportiva en estudiantes universitarios, como paso previo para poder desarrollar e implementar políticas deportivas y diseñar programas eficaces que repercutan en los niveles de participación deportiva. Para ello, se seleccionó una muestra aleatoria de estudiantes de la Universidad de Playa Ancha ($n=279$; 60% damas, 40% varones), a quienes se les aplicó un cuestionario de hábitos deportivos. El tratamiento estadístico fue descriptivo e inferencial (Chi-cuadrado de Pearson). Los resultados advierten que la mayoría (59,1%) de los estudiantes practican algún tipo de actividad físico-deportiva, siendo mayor en hombres (73%) que en mujeres (49,4%). La práctica es mayoritariamente (70,9%) autónoma (por su cuenta), correspondiendo con mayor regularidad la gimnasia de mantenimiento y el trotar, que denotan su carácter deportivo-recreativo (91,6%). Existió una asociación significativa entre la disponibilidad semanal de tiempo libre y el tiempo de práctica en cada sesión ($p=0,002$).

Palabras clave: Hábitos, práctica físico-deportiva, estudiantes universitarios.

ABSTRACT

The aim of this study is to determine a physical-sporting profile of college students, as a previous step to develop and implement sporting policies and design effective programs that show an effect in the levels of participation in sports. To reach this, we selected a random sample of students of the Universidad de Playa Ancha ($n=279$; 60% ladies, 40% gentlemen), who answered a questionnaire of sporting habits. The statistical treatment was descriptive and inferential (Pearson's chi-squared test). The results show that most students (59,1%) practice some type of physical-sporting activity, being higher the number of men (73%) than women (49,4%). The practice is mostly autonomous (70,9%) (on their own), most regularly fitness training and jogging, which show this is a sporting-recreational activity (91,6%). There was a significant relation between the weekly free time and time to practice in each session ($p=0,002$).

Keywords: habits, physical-sporting practice, college students.

1. INTRODUCCIÓN

Las múltiples facetas que presenta el deporte en la actualidad, no son un producto lineal o casual de la evolución del deporte tradicional (Celma, 2001; Duran, 2006; Romero y Amador, 2008), sino que es la transformación de la sociedad, debido a la gran dinámica e interacción impuesta por la globalización, que ha provocado nuevas necesidades y expectativas en las personas que las demandan.

Es así, como el deporte en sus variadas manifestaciones, se ha convertido en una de las prácticas humanas con mayor arraigo social. Un deporte que se integra en la vida de los individuos y de los grupos sociales, es decir, un deporte social, utilitario y del tiempo libre (Armenta, 2004).

La propuesta de una actividad física saludable debe iniciarse desde la etapa escolar, no sólo como un medio preventivo, sino especialmente como un fenómeno educativo-cultural. Así, los años escolares representan un período crítico en el desarrollo de hábitos o de una cultura personal de práctica físico-deportiva, puesto que ello, facilitará que los hábitos se trasladen a la vida adulta (Gutiérrez, 2004; Ahrabi-Fard y Matvienko, 2005; Castillo, 2006).

Al respecto, existe evidencia de que el ejercicio físico, la actividad física y/o el deporte son elementos condicionantes de determinados estilos de vida y, por consiguiente, de la salud y de la calidad de vida tanto en la infancia y juventud, como en la edad adulta (Vouri, 2001; Octavio, Morais y Fontoura, 2002; Costa, Serodio-Fernández y Maia, 2009).

Conforme a lo señalado, se aprecia como en los estilos de vida modernos, las experiencias de ocio relacionadas con la práctica de actividades físico-deportivas se han constituido como una importante opción para la ocupación del tiempo libre (Valdemoros, Sanz, Ponce de León, y Ramos, 2007; Gómez y Valero, 2011), y como un valor de salud y de prevención, que sin duda mejorarán la calidad de vida de los estudiantes (Guárdia, 2004). Por ello, se hace imprescindible considerar el bienestar y las consecuencias positivas que trae consigo la actividad física y el deporte universitario, ya que les ayudará a salir de su rutina diaria de estudios y a compensar el poco tiempo de descanso que provoca la vida universitaria (Joseph, Royse, Benitez y Pekmezi, 2013).

Ahora bien, para hacer efectivo estos beneficios, y con el convencimiento de que los valores que aporta el deporte y la actividad física son fundamentales en la formación integral de la persona, y más aún en esta etapa universitaria, puesto que creará hábitos perdurables para el futuro (Dopico, 2010), los servicios de deporte universitario deberán seguir un proceso de diversificación y ajuste a las necesi-

dades y peculiaridades de cada grupo. Por tanto, la toma de decisiones sobre el deporte en la universidad tendrá que sopesar, entre otras, la integración del deporte en las estructuras universitarias (Cecchini y González, 2008), de tal manera que las políticas universitarias se adapten a estas necesidades.

Por lo expuesto, es muy importante la creación de hábitos deportivos en la población universitaria, ya que es a partir de los 17-18 años, cuando los altibajos de adherencia se hacen más evidentes (Blasco, Capdevilla, Pintanel, Valiente y Cruz, 1996; Sallis, 2000; Keating, Guan, Castro y Bridges, 2005), haciendo que la experiencia deportiva en la universidad se convierta en un buen predictor del nivel de dedicación en la edad adulta (Pavón y Moreno, 2006). En tal sentido, se identifica el momento de comenzar los estudios en la universidad con el abandono del hábito de hacer actividad física, esto, por el aumento en la exigencia y dedicación a este nivel educativo, que les lleva a destinar muchas horas al estudio con la consiguiente reducción del tiempo de ocio (Ruiz, García, y Hernández, 2001).

Lo anterior nos motivó a llevar a cabo un estudio en los estudiantes universitarios en Chile, y en este caso, de la Universidad de Playa Ancha, Valparaíso – Chile, con el propósito de determinar los hábitos físico-deportivos en esta población, y así, entender los factores que están influenciando la práctica deportiva a este nivel. Para ello, se planteó como hipótesis que la disponibilidad de tiempo libre de los estudiantes permite la práctica de actividades físico-deportivas. Esta información será clave para desarrollar e implementar políticas deportivas y diseñar programas eficaces que repercutan en los niveles de participación deportiva.

2. MÉTODO

2.1. Sujetos

La población objeto de estudio incluyó a la totalidad de estudiantes de las carreras de pregrado de la Universidad de Playa Ancha (UPLA), sede Valparaíso - Chile (N=6332) (damas 3684 y varones 2648) (Registros de la Dirección General de Docencia). La muestra fue aleatoria, siendo la técnica de muestreo estratificada según género, carrera y promoción. La muestra quedó constituida por 279 estudiantes, de los que 168 son damas (60%) y 111 son varones (40%) (Tabla 1). La edad de la muestra se distribuye en tres grupos, siendo el grupo principal el de hasta 20 años (40,9%), seguido por el grupo de 21 a 23 años (38,7%) y en tercer lugar el grupo compuesto por los estudiantes de 24 años y más (20,4%).

Tabla 1.

Población y muestra de los estudiantes de la Universidad de Playa Ancha, sede Valparaíso, según Carrera, Facultad y género.

Carreras de pregrado según Facultad de pertenencia	Masculino		Femenino		Total	
	Población	Muestra	Población	Muestra	Población	Muestra
Facultad de Arte						
Ped. Artes Plásticas.	50	2	115	5	165	7
Ped. Educación Musical.	134	6	43	1	177	7
Ped. Educación Tecnológica.	39	1	81	5	120	6
Dibujante Proyectista.	70	3	37	1	107	4
Diseño Gráfico.	67	4	48	3	115	7
Licenciatura en Arte.	49	2	72	3	121	5
Teatro.	36	1	89	6	125	7
Facultad de Ciencias Naturales y Exactas						
Ped. Biología y Ciencias.	61	3	138	8	199	11
Ped. Física y Ciencias.	57	4	26	---	83	4
Ped. Química y Ciencias.	49	1	83	5	132	6
Ped. Matemáticas y Computación.	101	4	98	6	199	10
Facultad de Ciencias de la Educación						
Ped. Educación Básica (Diurna).	47	2	188	8	235	10
Ped. Educación Básica (Vespertina).	44	2	135	6	179	8
Ped. Educación Diferencial.	12	---	240	10	252	10
Ped. Educación Parvularia (Diurna).	1	---	192	8	193	8
Ped. Educación Parvularia (Vespertina).	1	---	23	1	24	1
Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte						
Ped. Educación Física (Damas).	---	---	224	10	224	10
Ped. Educación Física (Varones).	222	9	---	---	222	9
Tecnología en Deportes y Recreación.	84	3	40	1	124	4
Facultad de Humanidades						
Ped. Castellano (Diurna).	85	3	145	7	230	10
Ped. Castellano (Vespertina).	5	1	13	---	18	1
Ped. Filosofía.	65	2	41	1	106	3
Ped. Historia y Geografía (Diurna).	147	6	111	6	258	12
Ped. Historia y Geografía (Vespertina).	21	1	10	1	21	2
Ped. Inglés (Diurna).	95	4	164	8	259	12
Ped. Inglés (Vespertina).	44	2	100	4	144	6
Geografía.	84	3	61	4	145	7
Traducción Alemán – Español.	16	---	18	1	34	1
Traducción Francés – Español.	12	---	27	1	39	1
Administrador Turístico Multilingüe.	9	1	33	1	42	2
Traductor e Interprete Inglés – Español.	74	5	122	5	196	10
Facultad de Ingeniería						
Ingeniería Ambiental.	73	4	51	2	124	6
Ingeniería Civil Ambiental.	80	4	82	4	162	8
Ingeniería Civil Industrial.	101	4	56	1	157	5
Ingeniería Estadística.	51	2	26	---	77	2
Ingeniería Informática.	120	6	18	1	138	7
Facultad de Ciencias de la Salud						
Nutrición y Dietética.	29	---	162	7	191	7
Kinesiología.	142	7	150	5	292	12
Terapia Ocupacional.	40	---	163	8	203	8
Facultad de Ciencias Sociales						
Sociología.	92	4	75	4	167	8
Periodismo.	93	4	87	4	180	8
Bibliotecología.	47	1	96	6	143	7
Total	2648	111	3684	168	6332	279

2.2. Material

El instrumento aplicado ha sido el cuestionario utilizado por Amador, Romero y Castellano (2009), basado a su vez en García Ferrando (2006). Estos instrumentos han sido ya validados y aplicados a poblaciones semejantes. El cuestionario consta de 54 preguntas, las cuales están agrupadas en los siguientes ejes temáticos: actitud hacia el deporte y hacia la práctica deportiva; nivel de práctica deportiva, que incluye tres sub-ejes: práctica deportiva, estado de salud y forma física auto-percibida, y asociacionismo deportivo; motivación por la práctica y no práctica físico-deportiva; ocio y tiempo libre, hábitos de salud en relación al tabaco, alcohol y otras drogas, grado de conocimiento, percepción y valoración de las instalaciones y programas deportivos de la Universidad y perfil socio-demográfico y educativo.

2.3. Procedimiento

Una vez comunicado y entregado personalmente a los Jefes de Carrera el listado de estudiantes que participaron en el estudio, se procedió a tomar contacto telefónico con cada uno de ellos. Al ser contactado el estudiante, se le informó que había sido seleccionado aleatoriamente para intervenir en una investigación,

Tabla 2. Práctica físico-deportiva realizada por los estudiantes de la UPLA según género.

Tipo de práctica físico-deportiva	Masculino		Femenino		Total	
	f	%	f	%	f	%
Ninguno	29	26,1	85	50,6	114	40,9
Un deporte	12	10,4	3	1,8	15	5,4
Sólo actividad física	36	32,4	61	36,6	97	34,8
Dos deportes	3	2,5	1	0,8	4	1,4
Actividad física y un deporte	25	22,2	18	10,7	43	15,4
Actividad física y dos deportes	6	5,3	---	---	6	2,2
Total	111	100	168	100	279	100

Cómo hacen actividades físico-deportivas	Masculino		Femenino		Total	
	f	%	f	%	f	%
Por su cuenta	63	76,8	54	65,1	117	70,9
Como actividad de un club, asociación o federación.	11	13,4	14	16,9	25	15,2
Como actividad municipal.	1	1,2	1	1,2	2	1,2
Como actividad del centro de estudios en el que está.	7	8,5	14	16,9	21	12,7

Tabla 3. Forma de hacer actividades físico-deportivas por parte de los estudiantes de la UPLA según género

explicándole en qué consistía y su forma de colaborar. Aceptada la cooperación voluntaria por parte del estudiante, se le citó en un día y hora que él tuvo disponible para responder el cuestionario. La aplicación del cuestionario se realizó en la oficina del investigador principal en el horario disponible por el estudiante. El entrevistador entregó el cuestionario al estudiante, dando una explicación detallada de las dimensiones presentes en el instrumento, de tal forma que el entrevistado entendiera claramente en qué consistía el estudio y los aspectos allí presentes. Siempre existió la presencia del investigador principal para aclarar cualquier duda que pudiera surgir.

2.4. Tratamiento estadístico

Para el análisis de los datos, se realizó un tratamiento estadístico tanto descriptivo como inferencial, en este último se aplicó la prueba Chi-cuadrado de Pearson ($p < 0,05$) para determinar la asociación entre variables. Para ello se seleccionaron inicialmente aquellas variables más específicas para identificar un perfil de los hábitos deportivos de los estudiantes de la Universidad de Playa Ancha, para luego y a través de tablas de contingencia analizar e interpretar los datos.

3. RESULTADOS

La mayoría de los estudiantes encuestados (59,1%) manifestaron practicar algún tipo de actividad físico-deportiva, siendo los varones (73,9%) quienes practican más actividad física o deporte que las damas (49,4%) (Tabla 2).

En cuanto a las actividades físico-deportivas practicadas con mayor regularidad (tres o más veces por semana), se observó que tanto las damas como los varones prioritariamente practicaban la gimnasia de mantenimiento (24,1% y 24,5% respectivamente), mientras que con una menor regularidad (una o dos veces por semana) las damas prefirieron trotar (31,1%) y los varones optaron por el baby fútbol (25,9%). La mayoría de los estudiantes (70,9%) señalaron practicar actividades físico-deportivas por su cuenta. Los resultados por género mostraron que son más varones que damas, quienes preferían realizar actividades físico-deportivas

por su cuenta (76,8% y 65,1% respectivamente), mientras que las damas (16,9%), preferían más que los varones (8,5%) realizar la práctica deportiva en la propia universidad (Tabla 3).

La distribución de los estudiantes en la forma de hacer actividades físico-deportivas, mostró que la gran mayoría de ellos (91,6%) no participaba en eventos y competiciones deportivas organizadas tanto a nivel federado, municipal o universitario. Destaca que las damas más que los varones preferían hacer deporte sin preocuparse de competir (55,3% y 33,6% respectivamente). En cambio los varones (37,9%) se inclinaron más que las damas (22,8%) en participar de competiciones deportivas en compañía de sus amigos con el ánimo de divertirse (Tabla 4).

El análisis Chi-cuadrado indicó una asociación significativa ($p=0,002$) entre el tiempo de práctica físico-deportiva realizada en cada sesión y la disponibilidad semanal de tiempo libre, cuya tendencia advierte que los estudiantes que mayoritariamente (54,6%) destinan más de una hora de práctica en cada sesión, principalmente (17,6%) disponen de tiempo libre los fines de semana. Así mismo, se destaca que la práctica físico-deportiva de los estudiantes se realizaba fundamentalmente (37,1%) los fines de semana con independencia del tiempo que destinaban a ella (Tabla 5).

4. DISCUSIÓN

Los resultados de este estudio dejan en evidencia una amplia participación de los jóvenes universitarios en algún tipo de actividad físico-deportiva, situación que contrasta con lo que sucede en el contexto chileno, en donde la población joven registra bajos índices de práctica deportiva (Instituto Nacional de Deportes, Chile, 2012).

Este segmento de edad reviste gran importancia puesto que en gran medida, los hábitos deportivos que se puedan generar en esta etapa serán fundamentales para llevar una vida activa en el futuro (Pavón y Moreno, 2006; Keating et al. 2005; Pavón, Moreno, Gutiérrez y Sicilia, 2003; Sallis, 2000; Blasco et al. 1996), que los alejará del sedentarismo, que tantos problemas trae para la salud (OMS, 2010; Consejo de Europa, 2008; Jacoby, Bull y Neiman, 2003; Aspray, Mugusi y Rashid, 2000).

Los numerosos estudios de hábitos deportivos realizados en poblaciones universitarias extrajeras, muestran en general niveles de práctica deportiva muy similares a los obtenidos en este estudio (Castañeda-Vázquez, Zagalaz-Sánchez, Chacón-Borrego, Cachón-Zagalaz, y Romero-Granados, 2014; Flores, Ruiz y García, 2009; Corte-Real, Dias, Corredera, Barreiros, Bastos y Fonseca, 2008; Pavón y Moreno, 2008; Pliego, Díaz de León, Robles y Celis, 2007; Molina-García, Castillo y Pablos, 2007) y ponen de manifiesto las diferencias de práctica que existen entre varones y damas. Las anteriores diferencias también se evidencian en otras poblaciones locales y nacionales que no hacen más que ratificar esta tendencia internacional (García Ferrando y Llopis, 2011; Amador y Suarez, 2010; Amador et al. 2009; Xunta de Galicia, 2004; Seclén-Palacín y Jacoby, 2003).

Esto plantea nuevamente el desafío de entusiasmar a la población estudiantil femenina de

Tabla 4.
Forma de participación en actividades físico-deportivas por parte de los estudiantes de la UPLA según género.

Carácter de la práctica físico-deportiva	Masculino		Femenino		Total	
	f	%	f	%	f	%
Participo en eventos deportivos organizados por mi municipio	5	3,6	2	1,6	7	2,7
Compito con amigos para divertirme	53	37,9	28	22,8	81	30,8
Participo habitualmente en competiciones federadas	7	5,0	4	3,3	11	4,2
Participo en eventos organizados por el Centro Educativo	1	0,7	3	2,4	4	1,5
Hago deportes sin preocuparme de competir	47	33,6	68	55,3	115	43,7
Practico deporte y sólo compito esporádicamente	27	19,3	18	14,6	45	17,1

Disponibilidad semanal de Tiempo libre	Tiempo de práctica en cada sesión			
	Entre 0 y 30 min	Entre 31 min y 1 h	Más de 1 h	Total
	%	%	%	%
No tengo tiempo	0,6	0,6	0,6	1,8
Medio día	1,8	1,2	8,5	11,5
Un día	3,0	3,0	11,6	17,6
Día y medio	1,2	7,3	8,5	17,0
Dos o más días	1,2	6,0	7,8	15,0
Los fines de semana	7,9	11,6	17,6	37,1

Medidas simétricas	Valor X ²	p
Coefficiente de contingencia	0,481	0,002
N° de casos válidos	165	

Tabla 5. Relación entre el tiempo de práctica físico-deportiva realizada en cada sesión y la disponibilidad semanal de tiempo libre.

la Universidad de Playa Ancha con programas físico-deportivos innovadores que se dirijan a sus necesidades e intereses reales de práctica, considerando además, que la población femenina supera en número a la masculina. En consecuencia, conocer la realidad de este sector impone un reto a las autoridades del deporte de la Universidad de Playa Ancha para seguir indagando y entregar información relevante que posibilite la creación de nuevos programas físico-deportivos, y así, incrementar los niveles actuales de práctica.

Cobra importancia conocer qué actividades físico-deportivas realizaban los estudiantes con mayor regularidad, toda vez que permitirá adecuar la oferta a las demandas reales de la población. Así, se advierte que tanto las damas como los varones practicaban fundamentalmente actividades físico-deportivas que se vinculan a la salud y forma física como lo es el trotar y la gimnasia de mantenimiento. Esta última, actividad física que ha encontrado una alta demanda y adherencia entre los estudiantes de la Universidad de Playa Ancha debido fundamentalmente a que es guiada por profesionales, posee una diversidad de horarios, es una actividad de alta convocatoria social, muy dinámica, entretenida y variada en su oferta. En concordancia con estos resultados y siguiendo esta tendencia saludable del deporte, vemos también como los estudiantes de la Universidad de Almería, esencialmente se inclinan durante la semana, hacia la práctica de actividades físico-deportivas cuyo objetivo es el mantenimiento y mejora de su estado de salud (aeróbic, carrera continua y musculación) (Gómez, Ruiz y García, 2010). En esta línea, tanto los estudiantes de la Universidad de Porto (Corte-Real et al. 2008) como los de la Universidad de Murcia (Pavón y Moreno, 2008) identifican al fitness como la actividad física más practicada.

Es interesante apreciar a raíz de los resultados, como los estudiantes volcaban su interés hacia una práctica físico-deportiva saludable, que va dando paso a un deporte centrado en el bienestar personal muy alejado del clásico deporte competitivo, que paradójicamente es la principal oferta del Club de Deportes y Recreación de la Universidad de Playa Ancha. No cabe duda que esta situación debería ser revisada por los gestores del deporte en la Universidad de tal forma de adecuar la oferta a las demandas reales de la población universitaria actual.

De acuerdo a los resultados obtenidos, se observó tanto en damas como en varones una gran autonomía en la forma de realizar la práctica deportiva, lo cual abre una gran interrogante acerca de lo preparados que están para auto administrarse un programa físico-deportivo y que éste, por una lado satisfaga las necesidades de bienestar y por otro lado no afecte la salud de los individuos. De esta manera será interesante incorporar cursos de formación en donde se capacite a los estudiantes en el auto cuidado de la forma física.

Queda de manifiesto además, el escaso porcentaje de estudiantes que realizaban la práctica físico-deportiva en la propia universidad, lo cual no es desconcertante, puesto que de los 32 programas físico-deportivos que se ofrecían en la Universidad de Playa Ancha, sólo seis se vinculaban al área deportiva-recreativa, evidenciando así, que el deporte que más se promueve es el competitivo relacionado a las competencias universitarias tanto a nivel Regional como Nacional, realidad que dista bastante del carácter de la práctica físico-deportiva realizada por los estudiantes. Trascendental será por tanto, revisar esta situación, viendo y considerando que no se están satisfaciendo las necesidades reales de participación en actividades físico-deportivas que demandan los estudiantes.

Numerosos estudios evidencian el carácter autónomo que ha adquirido en la actualidad la práctica de actividades físico-deportivas, el cual se ha consolidado en poblaciones universitarias. Así lo advierten la mayoría de los estudiantes universitarios de Pamplona (Colombia) (Romero y Amador, 2008), de Murcia (España) (Pavón et al. 2003), y de Almería (España) (Gómez et al. 2010), quienes principalmente realizaban la práctica deportiva por su cuenta.

La marcada tendencia en los estudiantes por participar en actividades físico-deportivas con carácter recreativo, apartándose diametralmente de la dinámica competitiva del deporte reglado o federado, lo advierte también Romero, Ries y Castañeda (2012) en los estudiantes de la Universidad de Sevilla, quienes prefiere actividades deportivas de carácter recreativo. Iguales valores se observaron en los estudiantes de la Universidad de Porto, los cuales decantaban principalmente su interés hacia actividades deportivas de tipo recreativo (Corte-Real et al. 2008). De igual forma Romero y Amador (2008), evidencian que más de la mitad de los estudiantes de la Universidad de Pamplona participan en actividades deportivas por diversión, aprovechando su tiempo libre y, sin ánimo competitivo. Estos datos coinciden con los planteamientos de Moscoso y Moyano (2009), quienes consideran que para formar el hábito deportivo en los jóvenes se debe realizar una práctica físico-deportiva con orientación lúdica que comporte una relación social con sus iguales.

Esta clara inclinación expresada por los estudiantes da cuenta de las diversas manifestaciones que el deporte ha adquirido en la actualidad, y que por cierto, no se restringen al carácter estrictamente tradicional o federado, sino que muy por el contrario, se han ido abriendo a una mayoría de gente que busca en el deporte un ambiente de diversión y alegría en su práctica. Lo anterior cobra importancia, toda vez que la participación de los estudiantes en actividades físico-deportivas debería entregar una información relevante a los gestores deportivos de universidades públicas y privadas, vinculando la oferta a las demandas y necesidades reales de los estudiantes y así lograr la adherencia y el hábito hacia la práctica físico-deportiva,

que luego trasladará a su vida tanto profesional como personal. En tal sentido y considerando que la Universidad es una etapa compleja para la realización de actividad física (Sigmundová, Chmelík, Sigmund, Feltlová y Frömel, 2013), este nivel educativo superior, emerge como el escenario óptimo para la promoción de ejercicios y actividades físicas y deportivas que mejoren el estado físico, la salud mental y la mejora de la vida social de los estudiantes (Morenilla y Iglesias, 2012).

Los resultados que indicaron una clara tendencia de los estudiantes en utilizar su tiempo libre para la práctica físico-deportiva esencialmente los fines de semana, debiera llamar la atención de las autoridades universitarias, con el objeto de ampliar la oferta deportiva y abrir los recintos deportivos los fines de semana.

5. CONCLUSIONES

A continuación se presentan los principales hallazgos del estudio, los que permiten determinar un perfil de los hábitos físico-deportivos de los estudiantes de la Universidad de Playa Ancha, estos son:

- La mayoría de los estudiantes practican algún tipo de actividad físico-deportiva, siendo esta práctica mayor en los varones que en las damas.

- La actividad físico-deportiva practicada con mayor regularidad (tres o más veces por semana) tanto por las damas como por los varones es principalmente la gimnasia de mantenimiento, mientras que con una menor regularidad (una o dos veces por semana) las damas prefirieron trotar y los varones optan por el baby fútbol.
- La mayor parte de los estudiantes manifiestan hacer las actividades físico-deportivas de manera autónoma, es decir, por su cuenta, mientras que un escaso porcentaje de estudiantes señalan realizar la práctica físico-deportiva en la propia universidad.
- La gran mayoría de los estudiantes indican participar en actividades físico-deportivas con la intención de divertirse con sus amigos y sin el ánimo de competir, lo cual denota un marcado carácter deportivo-recreativo de la práctica.
- Se evidenció una asociación significativa entre la disponibilidad semanal de tiempo libre y el tiempo de práctica que se destina en cada sesión, en donde los altos índices de práctica de los estudiantes se muestran durante los fines de semana.

6. REFERENCIAS

- Ahrabi-Fard, I. y Matvienko, O. (2005). Promoción de una educación activa de la actividad física orientada a la salud en las clases de educación física. *Cultura, Ciencia y Deporte*. 1(3), 163-179.
- Amador, F., Romero, J. A. y Castellano, A. (2009). *Hábitos deportivos de los habitantes del municipio de Ingenio*. Gran Canaria: Ayuntamiento de la Villa de Ingenio.
- Amador, F. y Suárez, G. (2010). *Estudio de los hábitos deportivos de los habitantes de Santa Lucía de Tirajana*. Gran Canaria: Instituto Iberoamericano de Investigación social en Deporte y Salud.
- Armenta, F. (2004). La motivación y adhesión hacia la actividad física y el deporte. *Escuela Abierta*. 7, 137-152.
- Aspray, T., Mugusi, F. y Rashid, S. (2000). Rural and urban differences in diabetes prevalence in Tanzania: the role of obesity, physical inactivity and urban living. *Trans R Soc Trop Med Hyg*. 94, 637-644.
- Blasco, T., Capdevilla, L., Pintanel, M., Valiente, L. y Cruz, J. (1996). Evolución de los patrones de actividad física en estudiantes universitarios. *Psicología del deporte*. 9-10, 51-63.
- Castañeda-Vázquez, C., Zagalaz-Sánchez, M. L., Chacón-Borrego, F., Cachón-Zagalaz, J. y Romero-Granados, S. (2014). Características de la práctica deportiva en función del género. Estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación: Universidad de Sevilla. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (25), 63-67.
- Castillo, I. (2006). El deporte como promotor de los estilos de vida saludables. En *Socialización y deporte: revisión crítica*. (p. 127-133). Vitoria-Gasteiz: Diputación Foral de Álava.
- Cecchini, J. y González, C. (2008). Motivos por los que los estudiantes universitarios no practican deporte. *Fuentes*. 8, 1-10.
- Celma, J. (2001). Evolución del deporte, su gestión y sus perspectivas de futuro. *II Congreso de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte* (p. 47-52). Valencia: Universidad de Valencia.
- Consejo de Europa (2008). *Directrices de actividad física de la Unión Europea*. Madrid: Consejo Superior de Deportes.
- Costa, V., Serodio-Fernández, A. y Maia, M. (2009). Hábitos deportivos dos jovens do interior norte e litoral norte de Portugal. *Revista Portuguesa de Ciências do Deporte*. 9(2), 46-55.
- Corte-Real, N., Dias, C., Corredeira, R., Barreiros, A., Bastos, T. y Fonseca, M. A. (2008). Prática desportiva de estudantes universitários: o caso da Universidade do Porto. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto*. 8(2), 219-228.
- Dopico, X. (2010). *El deporte universitario y su reconocimiento académico*. 10th FISU Forum. University Sport: a

- platform for change. Vigo: International University Sport.
- Durán, J. (2006). La actividad física y el deporte: una oportunidad para transmitir valores. En Consejo Superior de Deportes. *Valores en movimiento. La actividad física y el deporte como medio de educación en valores* (9-23). Madrid: Consejo Superior de Deportes.
 - Flores, G., Ruiz, F. y García, M. E. (2009). Relación de algunos correlatos biológicos y demográficos con la práctica físico-deportiva en estudiantes universitarios: el caso de la Universidad de Guadalajara, México. *Revista Internacional de Ciencias del Deporte*. 14(15), 59-80. doi:10.5232/ricyde2009.014.06
 - García Ferrando, M. (2006). *Postmodernidad y deporte: entre la individualización y la masificación*. Madrid: Consejo Superior de Deportes.
 - García Ferrando, M., y Llopis, R. (2011). *Ideal democrático y bienestar social. Encuesta sobre los hábitos deportivos en España 2010*. Madrid: Consejo Superior de Deportes y Centro de Investigaciones Sociológicas.
 - Gómez, L., Ruiz, J. y García, E. (2010). Actividades físico-deportivas que demandan los universitarios. *Espiral. Cuadernos del profesorado*. 3(5), 3-10. Recuperado de: http://www.cepcuevasolula.es/espiral/articulos/ESPIR_AL_VOL_3_N_5_ART_1.pdf
 - Gómez, M., y Valero, A. (2011). Importancia de la actividad físico-deportiva en el mundo laboral y su repercusión en la empresa. *Habilidad Motriz*. 36, 49-54.
 - Guárdia, J. (2004). La actividad deportiva como instrumento y agente de formación académica en la educación superior universitaria. *Revista de Educación*. 335, 95-103
 - Gutiérrez, M. (2004). El valor del deporte en la educación integral del ser humano. *Revista de Educación*. 335, 105-126.
 - Instituto Nacional de Deportes, Chile (2012). *III Encuesta nacional de hábitos en actividad física y deportiva en la población mayor de 18 años*. Santiago: IND.
 - Jacoby, E., Bull, F. y Neiman, A. (2003). Cambios acelerados del estilo de vida obligan a fomentar la actividad física como prioridad en la Región de las Américas. *Panamericana de Salud Pública*. 14(4), 223-225.
 - Joseph, R., Royle, K., Benitez, T. y Pekmezi, D. (2013). Physical activity and quality of life among university students: exploring self-efficacy, self-esteem, and affect as potential mediators. *Quality of Life Research*, 1-9.
 - Keating, X., Guan, J., Castro, J. & Bridges, D. (2005). A meta-analysis of college students physical activity behaviors. *American College Health*. 54, 116-125.
 - Molina-García, J., Castillo, I. y Pablos, C. (2007). Bienestar psicológico y práctica deportiva en universitarios. *Motricidad. European Journal of Human Movement*. 18, 79-91.
 - Morenilla, L. y Iglesias, E. (2012). Relación entre hábitos de práctica deportiva y condición física en adolescentes de Galicia. *Apunts: Educación Física y Deportes*, 107, 24-34.
 - Moscoso, D. y Moyano, E. (Coord.). (2009). *Deporte, salud y calidad de vida*. Barcelona: Fundación "La Caixa".
 - Octavio, L., Morais, P. y Fontoura, H. (2002). Relacao entre actividade física, saúde e qualidade de vida. *Lecturas de Educación Física y deportes*. N° 52. Recuperado de: <http://www.efdeportes.com/efd52/saude.htm>
 - Organización Mundial de la Salud (2010). *Recomendaciones mundiales sobre actividad física para la salud*. Ginebra: OMS.
 - Pavón, A. y Moreno, J. A. (2006). Diferencias por edad en el análisis de la práctica físico-deportiva de los universitarios. *Cuadernos de Psicología del deporte*. 6(1), 53-67.
 - Pavón, A. y Moreno, J. A. (2008). Actitud de los universitarios ante la práctica físico-deportiva: diferencias por género. *Revistas de Psicología del deporte*. 17(1), 7-32.
 - Pavón, A., Moreno, J. A., Gutiérrez, M. y Sicilia, A. (2003). La práctica físico-deportiva en la universidad. *Revista Psicología del Deporte*. 12(1), 39-54.
 - Pliego, A., Díaz de León, M., Robles, M. y Celis, R. (2007). Hábitos de actividad física en la comunidad universitaria del Instituto Tecnológico de Estudios Superiores de Occidente (ITESO). *Revista Brasileira de Ciência e Movimento*. 15(4), 67-72.
 - Romero, J. A. y Amador, F. (2008). *Hábitos físico-deportivos de universitarios colombianos*. Bogotá: Kinesis.
 - Romero, S., Ries, F. y Castañeda, C. (2012). Características de la práctica de actividad físico-deportiva de los estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación (Universidad de Sevilla). *E-Balonmano.com: Revista de Ciencias del Deporte*, 8 (1), 35-49.
 - Ruiz, F., García, M. E. y Gómez, M. (2005). *Hábitos físico-deportivos en centros escolares y universitarios*. Madrid: Gymnos.
 - Ruiz, F., García, M. E. y Hernández, A. I. (2001). El interés por la práctica de actividad físico-deportiva de tiempo libre del alumnado de la Universidad de Almería: un estudio longitudinal. *Apunts: Educación Física y Deporte*. 63, 86-92.
 - Sallis, J. (2000). Age-related decline in physical activity. *Medicine & Science In Sports & Exercise*. 32, 1598-1600.
 - Seclén-Palacín, J. & Jacoby, E. (2003). Sociodemographic and environmental factors associated with sports physical activity in the urban population of Perú. *American Journal of Public Health*. 14(4), p. 255-264.
 - Sigmundová, D., Chmelík, F., Sigmund, E., Feltlová, D. y Frömel, K. (2013). Physical activity in the lifestyle of Czech university students: Meeting health recommendations. *European Journal of Sport Science*, 13(6), 744-50.
 - Valdemoros, M. A., Ponce de León, A., Sanz, E. y Ramos, R. (2007). El valor de la salud en las experiencias de ocio físico-deportivo en jóvenes y adolescentes: conceptualización y estado de la cuestión. *Contextos Educativos*. 10, 117-132.
 - Vouri, I. (2001). Health benefits of physical activity with special reference to interaction with diet. *Public Health Nutrition*. 4(2), 517-528.
 - Xunta de Galicia, España (2004). *Hábitos deportivos da poboación galega*. Galicia: Consellería de Familia, Xuventude, Deporte e Voluntariado.

SIGNIFICACIONES, GESTIÓN Y USOS DEL ESPACIO DEPORTIVO DE LOS INMIGRANTES DURANTE EL PROCESO DE ACULTURACIÓN.

MEANINGS, MANAGEMENT AND USES OF SPORT SPACE OF IMMIGRANTS DURING THE ACCULTURATION PROCESS

DR. JESÚS FERNÁNDEZ-GAVIRA

Profesor Contratado Doctor.
Departamento de Educación Física y Deporte.
Facultad de Ciencias de la Educación.
Universidad de Sevilla, España.

DR. JERÓNIMO GARCÍA FERNÁNDEZ

Profesor Ayudante Doctor.
Departamento de Educación Física y Deporte.
Facultad de Ciencias de la Educación.
Universidad de Sevilla, España.

DRA. MARÍA ÁNGELES HUETE GARCÍA

Profesora Contratada Doctora.
Departamento de Ciencias Sociales.
Universidad Pablo de Olavide, España

RESUMEN

Este trabajo expone algunas claves sobre la función social de los espacios deportivos para los inmigrantes llegados a España, poniéndose de relevancia las diferentes concepciones del uso del mismo.

Para ello, se ha llevado a cabo una investigación que sigue un modelo Explicativo-Cualitativo, a partir de herramientas de corte cualitativo, entre las que estuvieron las entrevistas en profundidad, grupos de discusión, y encuestas telefónicas. Para el análisis de datos se utilizó el programa estadístico atlas ti en su versión 5.0.

Entre los resultados más destacados, queremos señalar el uso masivo de los espacios deportivos por parte de los recién llegados al país, los cuales encuentran en ellos un lugar donde relacionarse con las mismas claves culturales y donde obtienen información fundamental en su proceso de adaptación.

Palabras Clave: Inmigración, Deporte, Inclusión, Integración, Gestión.

ABSTRACT

This paper presents some clues about the social role of sports facilities for immigrants arrived to Spain, pointing out the relevance of the different conceptions of uses of it.

To this end, it has carried out an investigation following a qualitative model-Explanatory, from qualitative tools, among which were in-depth interviews, focus groups and telephone surveys. For data analysis the statistical program atlas 5.0 was used.

Among the main results, we note the massive use of sports facilities by newcomers to the country, which find in them in a place where to relate with the same cultural cues and where they obtain fundamental information in their adaptation process.

Keywords: Immigration, Sport, Inclusion, Integration, Management.

1. INTRODUCCIÓN

La inmigración hacia España es un fenómeno reciente que se inició a principios de los años ochenta del pasado siglo y desde entonces, ha ido en aumento hasta representar el 12% de la población censada, 5.730.667 extranjeros en el año 2011 según el Instituto Nacional de Estadística (INE, 2012). De hecho, desde el año 2000 ha habido un crecimiento exponencial de aproximadamente 500.000 personas al año, lo cual se redujo a 100.000 en el año 2009 hasta haber un crecimiento negativo en el 2011, tres años más tarde del inicio de la crisis del ladrillo (Rodríguez, Martín y Jerez, 2011). Este fenómeno de flujo migratorio se está teniendo muy en cuenta desde los países receptores y desde los emisores de personas, porque en los dos casos esta población se ha convertido en agente importante del movimiento de sus economías nacionales.

Por comunidades, Andalucía es probablemente una de las regiones de España donde hay más inmigrantes, casi 700.000 personas según datos del Instituto Nacional de Estadística (INE, 2010), lo cual responde probablemente a diferentes motivos según apunta Pumares (2003), por ser región fronteriza por el Sur, especialmente por la costa de Cádiz a través del Estrecho de Gibraltar; también turística en la Costa del Sol de Málaga donde conviven personas autóctonas, turistas europeos e inmigrantes que trabajan en el sector hostelero; región agrícola, especialmente las provincias de Almería, Huelva y Jaén y finalmente región de grandes ciudades, como Sevilla y Málaga, zonas metropolitanas que por su gran dinamismo económico, generan o generaron empleo para el inmigrante en el sector de la construcción (varones) y servicios (mujeres).

Ahondando en la procedencia de la población inmigrante (INE, 2012) se observa que Málaga es la provincia andaluza con más inmigrantes, el 34% de los extranjeros, los cuales proceden fundamentalmente de Latinoamérica. Almería con el 23% es una región fundamentalmente agrícola y atrae a poblaciones itinerantes que proceden en su mayor parte de Marruecos, Ecuador y Rumania. Finalmente Sevilla con el 12% es un área metropolitana de inmigrantes siendo estos principalmente bolivianos.

Las políticas de inmigración siempre han influido de manera directa o indirecta en la práctica deportiva de las personas extranjeras, ya que éstas regulan entre otras cosas las obligaciones y los derechos de estas personas en el territorio. Como consecuencia de la legislación que cada región adopta para su población, se producen una serie de estrategias de aculturación que se relacionan con la importancia que se da a mantener la propia identidad como colectivo y en relación a otros grupos (PMP and Institute of Sport and Leisure Policy, 2004; Navas, Pumares, Sánchez,

García, Rojas, Cuadrado, Asensio y Fernández, 2004), de esta manera la *Integración* se da cuando se da valor a mantener la propia identidad y características culturales así como a tener a su vez relaciones con otros grupos de la sociedad de acogida. La *asimilación* ocurre cuando se considera importante mantener relaciones con otros grupos de la sociedad de acogida y no mantener la propia identidad y características culturales. La *separación/segregación* se da cuando se considera valioso mantener la propia identidad y características culturales y por el contrario se observa como algo normal el no tener relaciones con otros grupos de la sociedad de acogida. Por último la *marginalización* se produce cuando no se considera valioso ni mantener la propia identidad y características culturales ni tener relaciones con otros grupos de la sociedad de acogida.

Emanadas de las estrategias explicadas anteriormente surgen diferentes maneras de hacer políticas sociales y deportivas para los inmigrantes. De esta manera de la *segregación*, surgirían el *Multiculturalismo* y el *No Intervencionismo* (Dominguez, 2009; Kennett, Sagarzazu, y Cerezuela, 2007) siendo el *Multiculturalismo* el fenómeno de relación y convivencia que se da entre sujetos de diferentes culturas que conviven en un mismo espacio pero sin llegar a mezclarse ni adoptar elementos de la cultura de los otros, y el *No Intervencionismo* la estrategia que se basa en asumir la existencia de una población homogénea, considerando que no se requieren políticas deportivas para grupos específicos de población (Kennett, Moragas, Cerezuela, y Sagarzazu, 2006). Relacionado con la *Integración* surgiría el *Interculturalismo* que es el fenómeno de relación que se da entre sujetos de diferentes culturas en un mismo espacio en situaciones de igualdad, durante el cual se da un proceso de convivencia, con el que van adquiriendo nuevos valores e ideas que dan lugar a una nueva cultura que contiene elementos propios y ajenos (Lleixà y Soler, 2004; Dominguez, 2009). Relacionado con la *Asimilación* se produciría el *Asimilacionismo* que es un tipo de política creada para toda la población, independientemente de si es autóctona o inmigrante por la cual todos los grupos deben asumir una sola manera de ser legislado y por lo tanto de vivir su vida en el país (Walseth y Fasting, 2004; Terret, 2008).

Habiendo enunciado las diferentes estrategias de aculturación y las políticas surgidas de las mismas, vemos cómo se reflejan éstas en la manera de legislar, afectando también al uso del espacio público, siendo ésta una de las mayores fuentes de conflictos entre inmigrantes y autóctonos. En este sentido si una gran parte de los inmigrantes, especialmente latinos, lo utilizan intensivamente acumulándose un gran número de personas para hacer deporte o pasar un día de convivencia regulando ellos mismos los límites de lo que se puede hacer o no en el mismo, los autóctonos

por otro lado desde hace varias décadas vienen dejando de manera progresiva de usarlo como lugar de encuentro (Aramburu, 2008). En esta línea como apuntan Banister, Fyfe y Kearns (2006) se observa una tendencia por parte de organismos reguladores por cerrar el espacio público a las personas con menos recursos con el objetivo de que la clase social (autóctona) media se sienta más segura y así estimular el consumo de la misma en un ambiente "más propicio".

Hay que tener en cuenta que la inmigración es una realidad cada vez más presente en la mayoría de las sociedades contemporáneas. De hecho, en los últimos años España ha vivido la continua y masiva llegada de población de origen extranjero que se ha asentado fundamentalmente en las grandes ciudades del país, como Madrid, Barcelona, Valencia o Sevilla. "Ante este fenómeno social, el deporte empieza a pensarse como un vehículo para la integración de grupos procedentes de sociedades y culturas distintas aprovechando su potencial como lenguaje común basado en valores universales" (Kennett, Moragas, Cerezuela, y Sagarzazu, 2006:50).

La gestión de la diversidad supone plantear la integración de los inmigrantes de manera transversal en todas las facetas en las que participan, no creando espacios específicos. En este contexto se plantea el presente estudio como una aproximación a la realidad de la práctica deportiva de la población inmigrante en Andalucía, que debe ser considerada en la elaboración de políticas locales y regionales de desarrollo deportivo que pretendan ser inclusivas y acordes con las necesidades de la sociedad actual, esencialmente diversa y cambiante.

Los teóricos sociales que han dedicado sus reflexiones al deporte subrayan entre otras su función social (Kennett et al., 2006; Llopis, 2009; Maza, 2004; Domínguez, 2009; Durán, 2002). Estos discursos sobre los atributos positivos de la actividad física, junto con el aumento de la población inmigrante en España, han contribuido al surgimiento de una amplia variedad de iniciativas que utilizan el deporte como medio de integración social de los inmigrantes. Hay que considerar que de la manera de relacionarse autóctonos e inmigrantes, durante la última gran oleada de la inmigración de principios de milenio, han surgido nuevas experiencias de comunicación que han dado lugar a un interesante mestizaje cultural que ha adquirido su punto álgido en las siguientes generaciones de personas, de manera que hoy día entre los adolescentes hijos de unos y otros grupos se ven tendencias nuevas que probablemente constituyan la forma más patente y real de integración (Domínguez, Jiménez y Durán, 2011), si bien el deporte no es en sí mismo integrador (Heineman, 2001), de hecho como señalan Müller y García-Jerez (2013) los diferentes

agentes sociales de los migrantes en España han utilizado el deporte y los espacios deportivos para sus propios intereses personales.

En esta línea la presente investigación tiene como objetivo *analizar los diferentes usos y las significaciones que los inmigrantes llegados a España dan al espacio público y/o deportivo donde hacen deporte y se relacionan.*

2. MÉTODO

La metodología seguida en esta investigación ha sido la cualitativa, la cual opta por los modelos explicativos y constructivistas, a partir de los cuales se ha hecho una interpretación de la realidad

Para la elaboración y guía en la creación de la teoría de esta investigación, se ha querido recurrir a un método llamado la Teoría Fundamentada (TF) que aunque creado hace algo más de cuarenta años por los investigadores Glaser y Strauss (1967), ha sido revisado y mejorado por diversos investigadores desde entonces (Cuñat, 2006; De la Torre, Di Carlo, Florido, Copazo, Ramírez, Rodríguez, Sánchez y Tirado, 2006; Dantas, Leite, Soares y Conceicao, 2005...). Para el análisis de los datos se ha utilizado el Atlas Ti en su versión 5.0.

Para obtener una muestra representativa de los inmigrantes residentes en Andalucía, se utilizaron como criterios de inclusión, a aquellas personas procedentes de países en vía de desarrollo, que realizaban algún tipo de actividad deportiva, que tuvieran entre 18 y 60 años, que fueran o no practicantes de actividad física-deportiva pero que tuvieran relación directa con las mismas, que vivieran en la Comunidad Autónoma de Andalucía (durante al menos un año), que fueran inmigrantes con representatividad en cuanto a número y país de procedencia según las estadísticas previamente consultadas, que estuvieran ligados a alguna de las asociaciones antes mencionadas, que en el caso de ser españoles de origen su discurso pudiera ser relevante para la investigación. Para ello a partir de diferentes fuentes se generó un listado de 207 entidades, de las cuales tras realizarles un cuestionario telefónico para detectar las variables relacionadas con: tipo y perfil de asociación, número de usuarios y procedencia, actividades deportivas desarrolladas actualmente o en el pasado. Frecuencia y horario, lugares más utilizados por sus usuarios para la práctica deportiva, instituciones que conocen y que prestan servicios deportivos en su localidad, necesidades a nivel deportivo y naturaleza de la entidad como de inmigrantes o pro inmigrantes se seleccionaron a 65 que tuvieron en común el realizar actividad física y/o deporte de manera habitual entre sus afiliados.

Finalmente, de esas últimas al ver la muestra saturada con la misma información se escogieron a 32 siguiendo la metodología de la TF, que por sus perfiles eran susceptibles de representar de manera fidedigna a la población inmigrante, ya que en varios casos se repetían las nacionalidades y la proximidad geográfica. Y se acudió a sus centros para entrevistar a las personas encargadas de la sección deportiva habiendo concertado con ellas previamente una cita. Estas personas fueron informantes de clave con discurso relevante para la investigación.

Por sexo, de las 32 entidades entrevistadas, 10 fueron mujeres y 22 hombres, de la totalidad de las personas entrevistadas, la tercera parte fueron mujeres y el resto hombres, lo cual si bien en la mayoría de los casos la selección de género resultó aleatoria, también es cierto que a igualdad de características que presentaban los informantes, se elegía a mujeres, por aumentar el número de mujeres con discurso en la investigación. **Por país de procedencia**, obtenemos los siguientes orígenes, ver Tabla 1.

Tabla 1. Países de procedencia			
Nigeria	1	Perú	1
Senegal	3	Argentina	2
Ecuador	7	Venezuela	1
Rumanía	2	Rusia	1
España	6	Uruguay	1
Bolivia	3	Paraguay	1
Marruecos	3		

Fuente: elaboración propia

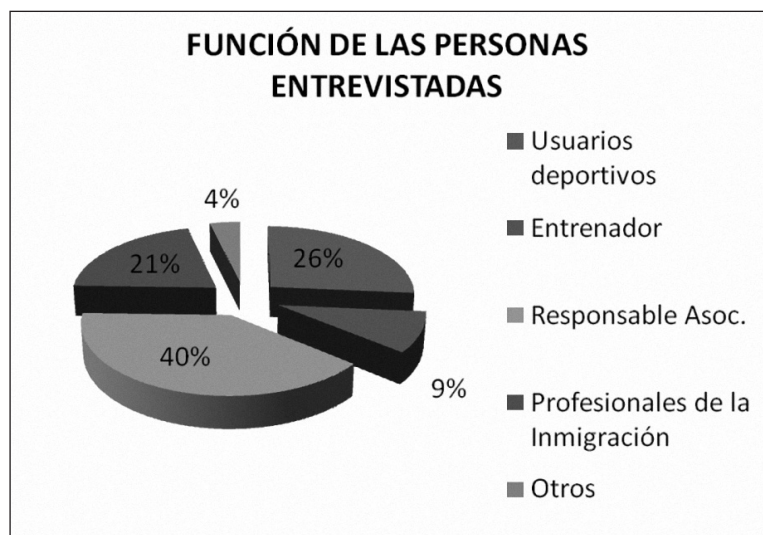


Figura 1. Función de las personas entrevistadas. Fuente: elaboración propia.

Como se observa en la Tabla 1, en primer lugar las entidades con más representatividad en las entrevistas fueron en primer lugar las ecuatorianas, en segundo lugar fueron trabajadores sociales y entrenadores españoles con presencia en las organizaciones de inmigrantes, seguidos de marroquíes, senegaleses y bolivianos. Los rumanos, a pesar de ser posiblemente el colectivo con más presencia en la Comunidad Andaluza en número de personas, tan solo se recogieron dos informantes, ya que se constató que su manera de organización deportiva era muy parecida a la del colectivo autóctono español, también su discurso, con lo que dejó de resultarnos interesante profundizar más en ese colectivo.

Finalmente, si se atiende a las funciones que desempeñaban las personas entrevistadas dentro de su organización, se observa lo siguiente (ver Figura 1),

El 40% de los seleccionados para las entrevistas fueron los responsables de las asociaciones que se relacionaban con el ámbito deportivo; a continuación, con el 26% y el 21% respectivamente de los entrevistados, fueron usuarios deportivos y profesionales de la inmigración (trabajadores sociales y otros); alrededor del 9% desempeñaban la labor de entrenadores deportivos y finalmente el 4% fueron entrevistados de naturaleza especial, informantes que por entender que el discurso que nos podían aportar era interesante para enriquecer la investigación. Entre las personas pertenecientes a este último grupo estuvieron el representante del área deportiva del Centro Penitenciario de Córdoba¹ y el director de Radio Integración Deportiva, una emisora local para inmigrantes con gran experiencia en la organización de eventos deportivos para latinoamericanos. En el caso de la presente investigación, se utilizó el tipo de entrevista estandarizada no programada (Richardson, Dohrenweind y Klein, 1965). De estas entrevistas, se obtuvo la mayor parte de la información con las claves para responder al objeto de estudio, en las que a partir de unas líneas básicas de manera informal se intentó guiar al entrevistado hacia los aspectos con más relevancia para la investigación.

¹ En la actualidad una gran parte de los reclusos de las prisiones españolas son de origen extranjero.

Las entrevistas seguían un guión básico que hubo que adaptar a las características de los diferentes informantes para obtener el mayor provecho.

Una vez acabada la fase de entrevistas se vio oportuno la realización de 4 grupo de discusión, como herramienta de investigación sociológica consistente en agrupar personas que muestren su opinión en grupo sobre uno o varios temas (Gutierrez, 2008), que incluyeron un grupo femenino de inmigrantes latinas, un grupo masculino de inmigrantes latinos, un grupo masculino de inmigrantes africanos y un grupo mixto de adolescentes de varias nacionalidades, este grupo se incluyó en un último momento de la investigación por necesidades emergidas de la misma siguiendo la TF, ya que se vio como esta población podía dar respuesta a varias de las incógnitas surgidas, relacionadas fundamentalmente con la integración real de las segundas generaciones con población autóctona.

El guión que se utilizó durante la reunión fue una derivación del modelo general utilizado para las entrevistas con algunas diferencias más significativas en el caso del grupo de mujeres, en el que se incorporan preguntas específicas de género como: “¿Por qué se os ocurre que hay menos equipos femeninos que masculinos en las ligas deportivas?” o “¿Cuáles son las dificultades que os encontráis como mujeres para la práctica deportiva?”, y en el de adolescentes, en el que fundamentalmente se adapta el vocabulario y se incorporan algunas preguntas como: “¿cuáles son las dificultades que os encontráis como jóvenes para la práctica deportiva?”...

A partir del análisis de la información obtenida, surgieron nuevos interrogantes a los que se quisieron dar respuesta acudiéndose de esta manera a conformar un panel de expertos, definido como reunión para tratar un tema específico predeterminado y preparado con antelación (Cerisola, 2002), con el que se cerró la investigación, en el cual participaron los siguientes agentes: un representante político de la Junta de Andalucía del ámbito deportivo y con competencias en inmigración, dos investigadores con discurso relevante de la Universidad de Sevilla (Dpto. Educación Física y Deporte) y de la Pablo de Olavide (Dpto. Ciencias Sociales: Área Sociología), un mediador intercultural, tres gestores culturales y un representante de una entidad cultural y deportiva gestora de espacios deportivos con alta presencia de inmigrantes en las mismas. Los cuales se complementaron adecuadamente y arrojaron nueva luz en relación a las inquietudes planteadas.

3. RESULTADOS

A partir del análisis del discurso en el atlas ti, se ha creado el cuerpo de los resultados, el cual se estructuró entorno a

los bloques de relacionados con la naturaleza de la práctica deportiva, la Organización de la práctica deportiva, la Utilización de los espacios deportivos, la Organización del colectivo y la Política y el Deporte.

En relación a la *naturaleza de la práctica deportiva*, se pone de manifiesto cómo todos los colectivos practican fútbol en alguna de sus modalidades, si bien se observan ciertas diferencias en relación a la orientación que se le da a la práctica, de manera que si los latinos apuntan hacia la diversión y la práctica familiar, los subsaharianos tienen un claro interés por la profesionalización, constituyendo para ellos los espacios de juego informales plataformas de visualización hacia el exterior. Otras prácticas realizadas en segundo lugar son las danzas tradicionales por parte de subsaharianos y latinoamericanos y en menor medida otras como el voleibol o el ecuavoley. No obstante otros colectivos como los rumanos plantean una práctica normalizada en relación al colectivo autóctono y realizan fútbol como se ha mencionado anteriormente pero incluidos dentro de ligas organizadas por los Servicios Públicos, también acuden a centros de fitness para la musculación y/o actividades aeróbicas. En relación a la práctica del colectivo femenino, en general es más reducida que la de los varones e incluso que las de las mujeres autóctonas. No obstante esto no ocurre de la misma manera en todos los grupos, variando éstos en función del lugar de procedencia, así la latinas y las de Europa del Este son las que realizan más práctica deportiva, fundamentalmente fútbol (latinas) y actividades aeróbicas (rumanas). Las marroquíes y subsaharianas están muy marcadas por tradiciones culturales y religiosas de sus países de origen, no habiéndose detectado casi práctica en las mismas a excepción de bailes tradicionales.

Destaca también la especial importancia de algunas expresiones culturales presentes en varias de las entidades entrevistadas, como son los bailes tradicionales, por ejemplo el Sabat senegalés, o las chacareras paraguayas y bolivianas, que, aunque no son prácticas deportivas en sí mismas, sí constituyen un tipo de actividad física que a menudo va unida a deporte y a muestras culturales que se realizan alrededor del mismo.

A continuación se presenta una tabla que resume las preferencias deportivas de las personas de diferentes nacionalidades entrevistadas (ver Tabla 2).

La *Organización de la práctica deportiva* es diferente según el colectivo. Los africanos entrenan de manera regular dos o tres días en semana, con el objetivo de tener una forma física aceptable y ser competitivos, no se puede olvidar que, como se ha dicho antes, en general quieren destacar

para que se fijen en ellos de cara a profesionalizarse en el deporte. De manera estacionaria se adhieren a algún campeonato puntual de bajo o ningún coste, porque es precisamente el tema económico el mayor limitante para este grupo, siendo sus condiciones en este sentido mucho más precarias respecto a los demás.

Los inmigrantes de Europa del Este, realizan actividad física como los autóctonos de manera normalizada e integrados en el sistema deportivo municipal.

Los latinoamericanos, por el contrario, casi no entrenan entre semana y los fines de semana juegan campeonatos que duran casi todo el año. Hay que comentar en este punto que los ecuatorianos son el colectivo mejor organizado en relación al resto de los inmigrantes.

En todo caso las actividades deportivas organizadas por los inmigrantes se realizan de manera altruista, aun así, surgen conflictos lógicos internos en los que se da la crítica y se compara la labor de unos frente a la de otros.

Finalmente, se ha observado cómo la práctica deportiva está directamente relacionada con los recursos económicos del colectivo. De modo que al adolecer de manera general el colectivo de inmigrantes de ingresos y horarios de trabajo fijo, son precisamente ellos los últimos en poder elegir los espacios deportivos de los municipios. Realizándose excepciones de manera puntual para favorecer su participación en los mismos, pero siempre a modo de favor y no como derecho.

A menudo el deporte para los colectivos de inmigrantes tiene connotaciones que van más allá de obtener beneficios para la salud, y se asocian a prácticas muy arraigadas a su cultura. En este sentido entre los latinos es frecuente observar cómo los equipos que participan en un campeonato de fútbol lleven a menudo sus madrinas o misses, que son mujeres jóvenes que representan a sus equipos y que antes de iniciar el campeonato hacen un desfile para ser admiradas. Eligiéndose de entre todas la reina del evento, que es vitoreada por sus compatriotas, lo que supone un gran honor para el equipo y la homenajead. En otros casos los africanos o los mismos latinos realizan muestras de danzas tradicionales para celebrar el inicio de un evento deportivo o festividad. Se ha comentado anteriormente que con frecuencia en los campeonatos organizados por latinos o africanos se entiende la práctica deportiva asociada a compartir en el mismo espacio con las personas con las que se ha competido y sus familias.

En el ámbito deportivo de la *Política y el Deporte* se vienen observando ciertas incongruencias atribuidas a la Administración, que de manera reiterada aparecen en el discurso del colectivo inmigrante. Por una parte, desde diferentes órganos de la Administración se encarga la implementación de políticas inclusivas para “colectivos vulnerables”, entre los que incluyen a los inmigrantes, pero esta inclusión a la que hace mención el gobierno solo se refiere a algunas áreas, en general las que afectan a los derechos más básicos del ser humano, como son la sanidad y la educación.

Algunos colectivos están siendo cada vez tenidos más en cuenta, como consecuencia de acuerdos internacionales que dotan de manera incipiente a ciertas personas de un tímido concepto de ciudadanía que les permiten a los que tienen tarjetas de ciudadanía que puedan emitir sus votos durante las elecciones municipales a los Ayuntamientos de los municipios de las ciudades españolas; es el caso de Ecuador y Rumanía., estas personas se van dando cuenta del poder que tienen para los gobiernos, pero todavía queda mucho que avanzar, sobre todo en referencia al colectivo subsahariano que es probablemente de entre todos, el más marginado. Entre sus luchas más locales está la de ganar el concepto de vecino y hacer-

Tabla 2. Relación entre colectivos y principales deportes practicados

	Latino-americanos	Sub-saharianos	Europeos del este (en transición)	Marroquíes y norte de África
Fútbol 11		X		X
Fútbol 7			X	
Futsal	X			X
Lucha tradicional		X		
Danzas tradicionales	X	X		
Voleibol (ecuavoley)	X			
Baloncesto	X			
Fitness			X	

Fuente: elaboración propia

se un hueco dentro de los órganos de representación de los barrios en los que viven.

En el ámbito deportivo ocurre lo mismo: la Administración crea políticas para “todos” actividades deportivas en igualdad de oportunidades, pero hay muchas barreras invisibles que impiden su práctica en el colectivo inmigrante: horarios restrictivos, demasiada burocratización para el acceso a las instalaciones..., más otras que se relacionan con el concepto de ser ciudadano y es que la falta de accesibilidad a la oferta deportiva parte de la falta de regularización en la Administración en general, ya que a menudo no pueden acceder a las instalaciones porque no tienen cédulas de identidad, permisos de residencia..., de hecho el permitirle el acceso a esta personas de manera altruista puede traer otros problemas añadidos, ya que si una persona indocumentada tiene un accidente en una instalación deportiva, pondrá en un aprieto a la persona que le ha permitido el acceso, de esta manera parece que el Sistema Público solo puede cubrir las necesidades de los regularizados. Teniendo en cuenta esta circunstancia, parece muy difícil conseguir una integración en esta área.

4. DISCUSIÓN

La realidad de los inmigrantes que en la actualidad viven en Andalucía es especialmente difícil, lo que es debido principalmente a una crisis laboral global, por la cual muchas personas y especialmente las de este colectivo están perdiendo sus trabajos o les está resultando más difícil encontrarlos, en este sentido Pajares (2010) además apunta a que la población inmigrante es además la más perjudicada teniendo una tasa de desempleo mucho mayor que la de los autóctonos que aun siendo una población minoritaria constituyen en la actualidad más del 26% de los parados en España. Esto trae como consecuencia, al no poder renovar sus permisos de residencia, que esté aumentando en estos momentos el número de inmigrantes que viven en la clandestinidad y que comparten el territorio con los oriundos, pero que no figuran para la Administración en sus registros. Por otra parte los que aún conservan su trabajo lo valoran como un bien preciado y algunos, temerosos de perderlo, consienten en renunciar a determinados derechos laborales que en consecuencia hace peligrar la situación de los que no renuncian.

Los programas de ocio y deporte que se organizan desde la Administración y las entidades pro inmigrantes a menudo están descontextualizados de la vida de estas personas que tienen sus miras puestas en cubrir las necesidades más perentorias. Así lo relataba el párroco de una iglesia, responsable de la Pastoral de Inmigración para la Diócesis de Sevilla:

“Yo recuerdo que una vez quisimos ofrecer un taller de lectura con los inmigrantes y las palabras fueron: ¿un taller de lectura cuando yo tengo dos hijos, mi mujer embarazada y no tengo trabajo?; ¿en qué estáis pensando vosotros? Eso me puso los pies en la tierra. Nosotros nos movemos en otros niveles, pensamos la importancia que tiene un taller de lectura, un campeonato, y sí que la tienen, pero cuando se mueven a nivel de supervivencia, estas cosas se relativizan...”

Y es que este colectivo que se mueve a niveles tan básicos de supervivencia, lo que necesita en primer lugar es empleo y comida, y en última instancia programas deportivos. No obstante, hay circunstancias en las que ellos mismos claman por la práctica de actividad física, asignándole diferentes significados; así, por ejemplo, los subsaharianos buscan en ella una posible salida profesional y el latino un lugar de encuentro con sus compatriotas, con lo que la práctica por la práctica deja de tener sentido si no es asociada a otros valores. En estos momentos, cualquier iniciativa que las entidades quieran tener al respecto debería poder adaptarse a las circunstancias cambiantes de este colectivo.

Las circunstancias de vida de los inmigrantes serán mejores o peores en función del momento del proceso de adaptación en el que se encuentren

“Hay varios procesos por los que atraviesa el inmigrante desde que llega y hasta que está regularizado. En este proceso lo hace ir a una zona, buscar un lugar dónde vivir, compartir con más personas un alquiler y estas zonas son las más económicas. Después llega el proceso en el que se regulariza; pero cuando lo hace se da cuenta de que tiene papeles, pero no quiere decir que tenga derechos, porque también el trabajador español no tiene derechos” (Coordinadora de Inmigrantes. Málaga).

Esto a su vez también guarda ciertas similitudes con la propia práctica deportiva y es que conforme más adaptada esté la persona al territorio y más se asemeje su situación a la del colectivo autóctono, menos necesidad tendrá de realizar actividad en grandes grupos, como los que constituyen en la actualidad la ligas deportivas latinoamericanas, ya que, éstas surgen como respuesta a la necesidad de practicar actividad física entre iguales y como lugares donde intercambiar información necesaria para facilitar sus procesos de adaptación en el nuevo territorio.

“El uso que hacen ciertas personas sobre las instalaciones deportivas cuando llevan poco tiempo no es el mismo que el de aquél que lleva más de 10 años, que tiene satisfechas sus necesidades básicas y se va a otras zonas de Sevilla de la periferia o pueblos cerca-

nos (más integrados con los autóctonos) y hace uso de las instalaciones de allí no tan masificadas; mientras que los que acaban de llegar utilizan las instalaciones como lugar de encuentro, donde proveerse de información útil, como empleo, vivienda, cuidado de personas...” (Panel de expertos).

Esto viene a reforzar la tesis de que la integración o la normalización deportiva entendida en relación a la manera en que se practica deporte en Andalucía es una consecuencia directa de la integración en otras áreas primarias, como son el empleo, la vivienda, sanidad o la educación de los hijos.

Tradicionalmente se pensaba que las prácticas deportivas que organizan los inmigrantes y en las que están representados casi únicamente ellos mismos pueden resultar excluyentes y un mal instrumento de integración, por lo que la estrategia política ha sido frecuentemente intentar romper esta dinámica de agrupación deportiva; no obstante, no todo el mundo está de acuerdo con esta tendencia y el Panel de expertos observó los beneficios de este tipo de prácticas, sobre todo al principio.

“Es una herramienta que te ayuda al principio, hace que te puedas introducir en la comunidad y satisficase las necesidades primarias, como hablar el propio idioma. Este tipo de ligas deben ser estimuladas y no pasa nada si no acaba en liga oficial; aun así hay que fomentarla siempre que no se convierta en un gueto”.

Llegados a este punto, se ha visto interesante rescatar una reflexión de un representante de la Coordinadora de Inmigrantes de Málaga que decía que el conflicto que genera la inmigración a los españoles no es racial sino social. *“Normalmente los conflictos no son raciales, son sociales, y las zonas marginales son un conflicto, no porque haya presencia de inmigrantes, sino porque hay una condición que genera el conflicto. La marginalidad es conflictiva”.* De hecho, no se plantea este problema con las personas acaudaladas que llegan al país procedentes de otros países de Europa o del mundo y que tienen colores de piel y culturas diferentes, como pueden ser los sauditas o los japoneses, ya que éstos son vistos como fuente de ingresos para el país y no como competidores económicos.

Por otra parte, parece lógico pensar que los inmigrantes socialmente desfavorecidos abocados a vivir en zonas marginales tampoco generen este conflicto por ellos mismos, ya que son precisamente los que tienen más que perder en caso de que éste surja; son el eslabón más débil, ya que por ejemplo para obtener la tarjeta de residencia y por ende para poder trabajar es indispensable el tener un expediente policial delictivo limpio durante el periodo de residencia en el país previo a la obtención del mismo. De la misma manera

un inmigrante que no esté regularizado puede ser detenido y expulsado en cualquier momento; por lo que la tendencia natural de estas personas será huir del conflicto y no provocarlo. No obstante, a menudo una parte de esta sociedad se empeña en buscar culpables entre los marginados. En palabras de Bantula y Sánchez (2010), así la integración se plantea como un pacto en el que no hay negociación, donde los inmigrantes son el agente pasivo que a su llegada a la sociedad de acogida solo les cabe aceptar las normas establecidas. Así a menudo se olvidan de lo que puedan ofrecer en positivo fijándose más en lo negativo (Bantula y Sanchez, 2010, a partir de Tello, Benach, y Nash, 2008).

5. CONCLUSIONES

En relación a la naturaleza de las prácticas deportivas, se ha observado como el deporte más practicado ha sido el fútbol muy por encima de otras disciplinas como el baloncesto o el voleibol. Además estas prácticas fueron mucho más numerosas entre los hombres que en las mujeres, presentando estas últimas también diferencias en la práctica en relación a sus culturas de origen, de esta manera, las latinas y las de Europa del Este fueron las que mayor práctica presentaron.

Se ha observado un alto localismo en algunas canchas deportivas de los inmigrantes que la sienten como suyas, en determinados horarios y horas, año tras año de una manera casi cíclica, los cuales se organizan en campeonatos y ligas deportivas de muy organizadas por líderes latinoamericanos, poniendo en riesgo cualquier oportunidad de cambio en el fenómeno social y produciendo de igual manera una auto marginación de las personas que de ellas participan y dificultades de diálogo con las personas que gestionan las instalaciones donde tienen lugar las mismas. La mayoría de estas ligas provinciales de inmigrantes a las que se hacen referencia son coordinadas por ecuatorianos y están abiertas a todas las nacionalidades, si bien la mayoría de los equipos inscritos son latinos.

La tendencia más habitual de la Administración fue no interferir en las actividades deportivas organizadas por los inmigrantes, alegando fundamentalmente falta de recursos y el no querer inmiscuirse en actividades deportivas que funcionaban bien. Por otra parte los programas deportivos institucionales siguen una vía diferente al sistema deportivo que utilizan los inmigrantes no estando incluidos en los mismos debido fundamentalmente a que en la conformación de los mismos no se tiene en cuenta la realidad laboral y cultural de los mismos.

El deporte tiene para muchos inmigrantes valores asociados propios de su cultura de origen, de esta manera sirve de pla-

taforma para la convivencia con los amigos y familia, para reafirmar su identidad de origen y espacio de intercambio de información sobre recursos útiles para la vida en España.

Los inmigrantes tienen diferentes concepciones respecto al uso de las instalaciones deportivas. Reconocen que el uso del nativo de estas instalaciones tiene virtudes y defectos.

En general los motivos para la práctica fueron la diversión y por motivos de salud en todos los colectivos a excepción de los africanos que veían en la misma una posible salida profesional.

- Ahondar en el discurso del colectivo inmigrante, en especial el de la segunda generación (hijos de inmigrantes), su hibridación les hace únicos y puede ser importante rescatarlos de cara a buscar claves para la integración del resto del colectivo y la sociedad autóctona.

- Este trabajo se ha elaborado desde la perspectiva de los inmigrantes, obviando casi completamente la visión de la persona autóctona. Sería interesante ahondar en la percepción del nativo al respecto.

5.1. Futuras líneas de investigación

Procedemos a continuación a desarrollar algunas de las propuestas de investigaciones futuras que hemos creído más interesantes.

6. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Andreu, J., García-Nieto, A. y Pérez, A.Mª. (2007). *Evolución de la Teoría Fundamentada como técnica de análisis cualitativo*. Madrid: Cuadernos Metodológicos del CIS.Aramburu, M. (2008): Usos y Significados del Espacio Público, en *Arquitectura, Ciudad y Entorno*, 3(8): 143-150.
- Bannister, J. Fyfe, N. Kearns, A. (2006) "Respectable or Respectful? (In)civility and the City". *Urban Studies*, 43(5).
- Bantulà, J. y R. Sánchez. 2009. *Deporte e inmigración en Barcelona: criterios para una promoción deportiva ciudadana* en A. Vilanova, et al. (comps.), *Deporte, Salud y Medioambiente*: 345-355. Madrid: AEISAD-Librerías Deportivas Esteban Sanz.
- Cerisola, M. (2002). *Modelo de Integración Global de realización de eventos M.I.G.R.E* Extraído el 4 de Noviembre de 2010 desde <http://servicio.cid.uc.edu.ve/educacion/revista/a2n20/2-20-3.pdf>
- Cuñat, R. (2006). *Aplicación de la Teoría Fundamentada (Grounded Theory) al estudio del proceso de la creación de empresas*. Ponencia presentada en el XX Congreso anual de AEDEM, Junio, Palma de Mallorca.
- Dantas, C., Leite, J., Soares, S., y Conceicao, M. (2009). Teoría fundamentada en los datos - aspectos conceptuales y operacionales: metodología posible de ser aplicada en la investigación en enfermería. *Revista Latinoamericana de Enfermería*, 17(4), 140-148.
- De la Torre, G., Di Carlo, E., Florido, A., Opazo, H., Ramírez, C., Rodríguez, P., Sánchez, A. y Tirado, J. (2006). *Teoría Fundamentada o Grounded Theory*. Trabajo Fin de Máster, Facultad del Profesorado y la Educación, Universidad Politécnica de Madrid. Domínguez-Marco, S. (2009). *Deporte e Inmigración: El Deporte como Elemento de Aculturación de los Ecuatorianos en la Ciudad de Madrid*. Madrid, Universidad Politécnica de Madrid, tesis doctoral.
- Domínguez-Marco, S., Jiménez-Martín, P., y Durán-Sánchez, J. (2011). Práctica deportiva y estrategias de integración de la población ecuatoriana en Madrid. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 7, 81-88.
- Durán, J. (2002). *Inmigración y Actividad Físico-Deportiva*. Ponencia presentada

- en el Congreso de Ciencias del Deporte en el Instituto Nacional de Educación Física, Marzo, Madrid.
- Glaser, B., y Strauss, A. (1967). *The discovery of Grounded theory: Strategies for qualitative research*. New York: Aldine Publishing.
 - Gutiérrez, J. (2008). *Dinámica del Grupo de Discusión*. Madrid: Centro de Investigaciones Sociológicas. Heinemann, K. (2001). Los valores del deporte. Una perspectiva sociológica. *Apunts: Educación Física y Deporte*, 64, 17-25.
- INE (2010). *Instituto Nacional de Estadística*. Padrón municipal. Explotación estadística del Padrón. Cifras de población a 1 enero de 2010. Extraído el 17 de enero de 2011 desde <http://www.ine.es>
- INE (2012). *Instituto Nacional de Estadística*. Padrón municipal. Explotación estadística del Padrón. Cifras de población a 1 enero de 2012. Extraído el 13 de junio de 2012 desde <http://www.ine.es>
 - Kennett, C., Moragas, M., Cerezuela, B., y Sagarzazu, I. (2006). *Deporte e inmigración en España: el papel del deporte en la integración de los ciudadanos*. Barcelona: CEO y CSD.
 - Kennett, C., Sagarzazu, I., y Cerezuela B. (2007). *El Multiculturalismo en las políticas deportivas locales de Cataluña*. Barcelona: Centre d'Estudis Olímpics y UAB.
 - Lleixà, T. y Soler, S. (eds.). (2004). *Actividad física y deporte en sociedades multiculturales: ¿integración o segregación?* Barcelona: Horsori.
 - Llopis, R. (2009). Los inmigrantes y el deporte: las prácticas deportivas de la población extranjera en el proceso de integración en la sociedad española. En Banco, C., y Barbero, I. (Eds.). *Pautas de asentamiento de la población inmigrante: implicaciones y retos socio-jurídicos* (pp.311-316). Madrid: Dykinson.
 - Maza, G. (2004). El capital social del deporte. En Lleixà, T., y Soler, S. (eds.). *Actividad física y deporte en sociedades multiculturales: ¿integración o segregación?* Barcelona: Horsori.
 - Müller, J., y García-Jerez, A. (2013). El otro fútbol: prácticas y discursos acerca del fútbol como motor de integración social de los inmigrantes en España, *Etnografica*, 17(1), 121-143.
 - Navas, M., Pumares, P., Sánchez, J., García, M.J., Rojas, A., Cuadrado, I., Asensio, M., y Fernández, J.S. (2004). *Estrategias y actitudes de aculturación: la perspectiva de los inmigrantes y de los autóctonos en Almería*. Almería: Dirección General de Políticas Migratorias.
 - Pajares, M. (2010). *Inmigración y mercado de trabajo*. Informe 2010. Madrid: Observatorio Permanente de la inmigración.
 - PMP y Institute of Sport and Leisure Policy. (2004). *Sport and multiculturalism: final report: studies on education and sport*. Loughborough: DGEducation & Culture.
 - Pumares, P. (2003). La inmigración en España. Perspectivas desde el territorio. En Aubarell G (ed). *Perspectivas de la inmigración en España (177-201)*. Barcelona: Icaria.
 - Richardson, S., Dohrenweind, B y Klein, D. (1965). *Interviewing: its forms and functions*. Nueva York: Basic Books.
 - Rodríguez, J.M., Martín, V., y Jerez, L.M. (2011). La financiación de las oligarquías provinciales en el apogeo y crisis del negocio inmobiliario en España: una reflexión sociológica sobre las cajas de ahorros. *Revista de Economía Crítica*, 12, 104-130.
 - Tello, R., Benach, N., y Nash, M. (Eds.) (2008). *Intersticios. Contactos interculturales, género y dinámicas identitarias en Barcelona*. Barcelona: Ediciones Bellaterra.
 - Terret, T. (2008). Introduction: Sport, Europe and Migration. *International Journal of the History of Sport*, 25(8), 953-954.
 - Walseth, K. and Fasting, K. (2004), 'Sport as a means of integrating minority women', *Sport in Society*, 7(1), 109-129.

PROPUESTAS DE INTERVENCIÓN PARA FOMENTAR LOS DESPLAZAMIENTOS ACTIVOS AL CENTRO EDUCATIVO¹

RESOURCES TO ENCOURAGE ACTIVE COMMUTING TO SCHOOL

M^a ÁNGELES VALDEMOROS SAN EMETERIO

Doctora en Ciencias de la Educación.
Profesora Titular Interina de la
Universidad de La Rioja.

ANA PONCE DE LEÓN ELIZONDO

Doctora en Filosofía y Ciencias de la Educación.
Profesora Titular de la
Universidad de La Rioja.

EVA SANZ ARAZURI

Doctora en Ciencias de la Actividad Física y Deporte.
Profesora contratada doctora de la
Universidad de La Rioja.

LUCÍA JADRAQUE ZORZANO

Estudiante de Grado en Educación Infantil.
Beca de iniciación a la investigación.
Universidad de La Rioja

JAVIER TIERNO CORDÓN

Diplomado en Magisterio Educación Física.
Máster en Educación y TIC.
Máster en Neuropsicología y Educación.
Contratado predoctoral en la
Universidad de La Rioja

¹ El texto que presentamos se vincula al Proyecto de Investigación "De los tiempos educativos a los tiempos sociales: la construcción cotidiana de la condición juvenil en una sociedad de redes. Problemáticas específicas y alternativas pedagógico-sociales" (proyecto coordinado EDU2012-39080-C07-00) y al subproyecto "De los tiempos educativos a los tiempos sociales: la cotidianidad familiar en la construcción del ocio físico-deportivo juvenil" (EDU2012-39080-C07-05), cofinanciado en el marco del Plan Nacional I+D+i con cargo a una ayuda del Ministerio de Economía y Competitividad y del Fondo Europeo de Desarrollo Regional (FEDER, 2007-2013).

RESUMEN

El nivel de conciencia social alcanzado durante las últimas décadas sobre la importancia de un estilo de vida activo se relaciona con un aumento de los niveles de actividad física de la población española. Sin embargo, en los últimos 30 años el desplazamiento activo entre los escolares españoles ha descendido considerablemente, a pesar del amplio abanico de oportunidades de desarrollo personal que estas experiencias otorgan tanto física, como psicológica, cognitiva, emocional y socialmente. El presente artículo identifica numerosas iniciativas nacionales llevadas a cabo entre el colectivo infantil y juvenil que tienen como propósito fomentar los desplazamientos activos al centro educativo. El análisis de estas experiencias permite concluir que todas ellas incrementan la autonomía de los escolares, crean compromiso entre niños y jóvenes hacia el cuidado del espacio público y fomentan una mayor seguridad a lo largo del camino escolar, entre otros beneficios.

Palabras clave: escolares, transporte activo, experiencias, actividad física.

ABSTRACT

In recent decades the level of social consciousness on the importance of an active lifestyle is associated with increased levels of physical activity of the Spanish population. However, in the last 30 years, a considerable decline in active transport of Spanish school children is observed, despite the wide range of personal development opportunities that these experiences provide physical and psychological, cognitive, emotional and social. This research identifies several national initiatives undertaken between the collective children and youth that are intended to encourage active commuting to educational center. The analysis of these experiences can be concluded that all increase the autonomy of schools, create commitment among children and young people to care for the public space, and deliver greater security along the way school, among other benefits.

Key Words: students, active transport, experiences, physical activity.

1. INTRODUCCIÓN

En España los niveles de actividad física se han incrementado de manera progresiva en las últimas décadas (Consejo Superior de Deportes, 2011; Instituto de la Juventud, 2012; García Ferrando, 2006a y b; García Ferrando y Llopis, 2010; Ramos, Ponce de León y Sanz, 2010). Así, el estudio de García Ferrando y Llopis (2010) muestra que, en la población española, el porcentaje de individuos activos ha crecido 15 puntos desde 1980 hasta 2010, pasando del 25% al 40%. Este incremento también es observado en el colectivo infantil y juvenil, con un crecimiento del 26% desde 1998 hasta 2011, tal y como exponen los datos proporcionados por el Consejo Superior de Deportes (2011). Esta tendencia, a su vez, se ve acompañada del gran valor que los ciudadanos españoles otorgan a la práctica físico-deportiva (INJUVE, 2012; García Ferrando y Llopis, 2010).

Como principales amenazas, se destaca por un lado que todavía existe un porcentaje importante de población española que es sedentaria (Moscoso et al., 2009; García Ferrando y Llopis, 2010; Ramírez, Vinaccia y Suarez, 2004) y, por otro, el intenso descenso que han sufrido los desplazamientos activos entre los españoles en los últimos 30 años, siendo más pronunciado entre el colectivo escolar (Davison, Werder y Lawson, 2008; Grize, Bringolf-Isler, Martín y Braun-Fahrländer, 2010; McDonald, 2007; Van der Ploeg, Merom, Corpuz y Bauman, 2008).

Actuar sobre el colectivo juvenil se convierte en una necesidad de vital importancia dado que como indica la literatura existente, el transporte activo:

- Se constituye en una gran oportunidad de actividad física diaria en niños y adolescentes (Chillón et al., 2010; Chillón et al., 2012; Cooper, Page, Foster y Qahawaji, 2003; Cooper, Andersen, Wedderkopp, Page y Frobert, 2005; Davison, Werder y Lawson, 2008; Loucaides y Jago, 2008; Martínez-Gomez et al., 2011; Roth, Millett, y Mindell, 2012; Smith, Sahlqvist, Ogilvie, Jones, Griffin y Van Sluijs, 2011; Sirard, Riner, McIver y Pate, 2005; Tudor-Locke, Neff, Ainsworth, Addy y Popkin, 2002; Van Dijk, De Groot, Van Acker, Savelberg y Kirschner, 2014).
- Presenta una alta potencialidad en el enriquecimiento físico (Bungum, Lounsbery, Moonie y Gast, 2009; Lubans, Boreham, Kelly y Foster, 2011), cognitivo, afectivo, social (Bungum, et al., 2009), e incluso psicológico, ya que mejora el nivel de felicidad y bienestar personal (Ruiz, de la Torre, Redecillas y Martínez, 2015).
- Ha de ser tenido en cuenta atendiendo a la recomendación de la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2010)

de facilitar 60 minutos diarios de actividad física vigorosa en niños de entre 5 y 17 años.

- Es un buen recurso para implantar el hábito de práctica en el periodo infantil y juvenil aumentando la probabilidad de práctica futura en la etapa adulta (Arruza, y Arribas, 2006; Telama, Yang, Viikari, Välimäki, Wanne y Raitakari, 2005).

A pesar de estas potencialidades atribuidas a los desplazamientos activos, su práctica entre el colectivo escolar ha sufrido un descenso considerable en los últimos 30 años (Davison, Werder y Lawson, 2008; Grize, Bringolf-Isler, Martín y Braun-Fahrländer, 2010; McDonald, 2007; Van der Ploeg, Merom, Corpuz y Bauman, 2008), señalándose diferentes motivos asociados a esta realidad. Algunas investigaciones ponen su centro de atención en factores individuales, como la edad (Babey, Hastert, Huang y Brown, 2009) o el género (Chillón et al., 2010); otras se focalizan en determinados factores familiares, caso de la presencia de adultos en el hogar a la hora de ir al centro educativo, la percepción que los padres tienen acerca de la seguridad del entorno, o los ingresos familiares (Babey, et al., 2009); mientras que un tercer grupo se centra en factores del entorno como la seguridad, el tráfico y las normas sociales (Chillón y Herrador, 2014), el hábitat donde se reside (urbano, rural, marginal, etc.), la distancia del hogar al centro educativo (Babey et al., 2009) o el clima estacional (Børrestad, Andersen y Bere, 2011).

Esta situación ha llevado a plantearse formas, estrategias y medidas de actuación que tienen como propósito incrementar los niveles de actividad física e implantar un hábito físico-deportivo empleando como recurso principal los desplazamientos activos, entendiendo por los mismos cualquier medio de transporte activo al centro educativo, como puede ser caminar o andar en bicicleta (Lee, Orenstein y Richardson, 2008; Mendoza, Watson, Nguyen, Cerin, Baranowski y Nicklas, 2011).

Ante este panorama, se plantea como objetivo de este artículo identificar diferentes propuestas de intervención que tienen como propósito fomentar los desplazamientos activos al centro educativo que puedan servir de guía y estímulo a los profesionales de la actividad física, a los responsables de los centros educativos, de las asociaciones de madres y padres e incluso a las familias para re-plantear la oportunidad de fomentar un estilo de vida activo. Para tal fin se exponen, a continuación, algunas experiencias nacionales llevadas a cabo en entre el colectivo escolar y juvenil, perteneciente a las etapas de Educación Infantil (EI), Educación Primaria (EP) y Educación Secundaria Obligatoria (ESO), cuyo fin es la optimización de la práctica físico-deportiva, en general, y de los desplazamientos activos al centro educativo, en particular.

2. MÉTODO

2.1. Materiales y procedimiento de búsqueda

Se realizó una revisión exhaustiva sobre las propuestas publicadas en inglés o español en páginas web institucionales. La búsqueda se realizó a través del buscador Google. Las palabras clave que se emplearon fueron: Desplazamientos activos, propuestas de intervención, y centro educativo.

2.1.1. Criterios de inclusión

Este estudio de revisión sistemática se centra en propuestas de intervención, de los últimos 15 años, para fomentar los desplazamientos activos al centro educativo.

Por ello, se han establecido como criterios de inclusión:

- Que entre la población diana de la propuesta estuvieran incluidos estudiantes de Educación Infantil, Educación Primaria o Educación Secundaria.
- Propuestas publicadas en inglés o español.
- Propuestas principalmente españolas, pudiendo incluir aquellas de alcance europeo.

2.2. Selección de propuestas de intervención

La selección de las investigaciones a analizar se realiza en 3 fases claramente diferenciadas.

En primer lugar, se realizó una exploración en el buscador Google y Google académico utilizando como descriptores las palabras clave: desplazamientos activos, propuestas de intervención y centro educativo y se obtuvo un total de 136 resultados.

En la segunda fase se procedió a la depuración de los resultados obtenidos, se descartaron los trabajos que no cumplían con los criterios de inclusión descritos anteriormente, como aquellos casos que no tenían como población objeto de estudio a estudiantes o los que no incluían una propuesta de intervención concreta y simplemente manifestaban la necesidad e importancia de fomentar los desplazamientos activos.

Por último y ya en la tercera fase se realizó un análisis de contenido de los trabajos que finalmente fueron seleccionados, a través del cual se obtuvo información relativa a la propia experiencia atendiendo a cada una de las categorías que se describen a continuación.

2.3. Codificación y análisis de datos

Para la recogida de las variables analizadas por las 12 propuestas seleccionadas, se realiza una revisión exhaustiva en la que se analiza el contenido de cada uno de los documentos.

Para la categorización de la información se generan 6 categorías:

- **Experiencia:** Recoge la denominación de la propuesta y el lugar de aplicación.
- **Fecha de aplicación:** Registra el año o los años en los que se aplicó.
- **Destinatarios:** Identifica los estudiantes a los que va dirigida en función de la etapa educativa.
- **Objetivos:** Refleja los objetivos específicos de cada propuesta de intervención.
- **Agentes implicados:** Señala las personas o instituciones responsables de gestionar y poner en práctica dichas propuestas de intervención.
- **Desarrollo:** Expone cómo se lleva a cabo cada propuesta.
- **Evaluación de resultados:** reporta los principales resultados de cada intervención.
- **URL:** Indica la dirección de internet en la que se encuentra alojada la propuesta.

3. RESULTADOS

En este apartado se pone de manifiesto (Tabla 1) las iniciativas y experiencias localizadas a nivel local, regional, autonómico y nacional, que tienen como objetivo fomentar los desplazamientos activos al centro educativo.

Se detalla el nombre del proyecto y su ámbito de actuación, los destinatarios al que se dirige, los objetivos que se propone en su consecución, los agentes implicados en su implementación, las principales líneas de actuación que configuran su desarrollo y, por último, una dirección (URL) en la que el lector interesado puede obtener la información completa de cada iniciativa.

Tabla 1. Propuestas de intervención para fomentar los desplazamientos activos al centro educativo.

EXPERIENCIA	FECHA APLICACIÓN	DESTINATARIOS	OBJETIVOS	AGENTES IMPLICADOS	DESARROLLO	EVALUACIÓN DE RESULTADOS	RECURSO WEB
De mi escuela para mi ciudad (Segovia, Castilla León)	2003-2008	Dirigido a alumnos de Educación Infantil, Educación Primaria y Educación Secundaria (no especifica edad, ni número de centros).	<ul style="list-style-type: none"> Sensibilizar al alumnado y fomentar la investigación y el conocimiento acerca de todo lo relacionado con la movilidad infantil al centro escolar. Mostrar a la sociedad los problemas relacionados con la movilidad infantil. Fomentar una mayor seguridad a lo largo del camino escolar. Implicar a toda la población en la mejora de la movilidad. Promover los desplazamientos activos como una manera de respetar el medio ambiente. Fomentar el uso de la calle como un lugar de encuentro para niños y jóvenes. 	<ul style="list-style-type: none"> Profesores Familias Gestores y técnicos municipales Asociaciones Ciudadanos 	Comienza trabajando los desplazamientos activos al centro educativo y posteriormente, de forma más amplia, la ciudad como lugar de ocio para los niños. Se divide en dos bloques temáticos, siendo el primero de ellos el que aborda el tema de los desplazamientos activos: Los niños, la calle y el camino escolar. Este bloque se lleva a cabo a lo largo de dos cursos escolares de los cuales el primero (2003/2004) consiste en una fase de investigación y reflexión acerca de los modos de desplazamiento al centro, los peligros y problemas presentes, entre otros. El segundo curso (2004/2005) consiste en el paso a la acción, donde se diseñan y ponen en marcha los desplazamientos activos.	Pese a hacer referencia a que se hizo una evaluación de resultados, estos no se incluyen en el documento.	http://www.segovia.es/index.php/mod.pags/mem.detalle/id.10686/relcategoria.2571/area.23/seccion.37
Con bici al cole	2007	Alumnos de Educación Primaria (no se especifica número). Participan un total de 9 centros educativos.	<ul style="list-style-type: none"> Proteger y cuidar el medio ambiente. Fomentar la movilidad urbana Mejorar la seguridad de las calles. Adquirir habilidades relacionadas con la bicicleta. 	Promovido por el Ministerio de medio ambiente. Son también agentes implicados, los profesores, las familias y los equipos directivos.	Se desarrolla a través de varias unidades didácticas, con actividades de carácter interdisciplinar, realizadas tanto dentro del centro como por la ciudad. Estas unidades podrán ser adaptadas por el centro en función de sus necesidades.	No se especifica evaluación de resultados.	http://conbicialcole.conbici.org https://www.youtube.com/watch?v=mzWopa6BF2Q&list=PLbYXAuqj_3zwhuYUW6U8gtfywlsCapkus&index=4
Madrid a pie, camino seguro al cole (Madrid, Comunidad de Madrid)	2007-2011	Alumnos de 3 ^o , 4 ^o , 5 ^o , 6 ^o de Educación Primaria (no se especifica número de alumnos). Han participado un total de 22 centros educativos.	<ul style="list-style-type: none"> Contribuir a la creación de una ciudad más segura y sostenible. Incrementar la autonomía de los niños creando caminos al colegio más seguros. Fomentar el uso de modos de desplazamiento saludables y sostenibles para mejorar la calidad de vida en la ciudad. 	<ul style="list-style-type: none"> Centros educativos Servicios municipales Técnicos del equipo Agenda 21 Escolar Asesores de Acción Educativa Informadores medioambientales 	El proyecto se inicia con una fase de comunicación y sensibilización a toda la comunidad escolar sobre el propósito del proyecto. Se realiza una presentación del mismo que ha de ser aprobado por parte del Consejo Escolar. A continuación comienza la fase de recogida de información sobre los hábitos de desplazamiento de los alumnos y sus familias, para posteriormente, elaborar unos informes que recogen todos los aspectos mejorables y propuestas aportadas por el alumnado y las familias. Por último, se procede a la evaluación y seguimiento de las medidas y acuerdos adoptados y el correspondiente diseño de indicadores del proyecto.	Gran parte de los centros participantes (64,7%) incluyen la movilidad sostenible y/o el desplazamiento activo en su Proyecto Educativo, así como en las salidas culturales. Tras el programa Se da una valoración más positiva por parte de la familia en relación a la autonomía de sus hijos. Finalmente se logró disminuir el desplazamiento activo (en 11 puntos) y se ha incrementado el transporte público (en 7 puntos).	http://www.madrid.es/portales/munimadrid/es/Inicio/Ayuntamiento/Medio-Ambiente/Educacion-ambiental/Madrid-a-pie-camino-seguro-al-cole?vgnxtf mt=default&vgnnextoid=173b3b3e1598b310VgnVCM100000b205a0aRCRD&vgnnextchann el=378c9ad016e07010VgnVCM100000dc0ca-8c0RCRD

continúa

EXPERIENCIA	FECHA APLICACIÓN	DESTINATARIOS	OBJETIVOS	AGENTES IMPLICADOS	DESARROLLO	EVALUACIÓN DE RESULTADOS	RECURSO WEB
ARDANDO (Aranjuez, Comunidad de Madrid)	2009-2012	Alumnos de Educación Primaria y Educación Secundaria (un total de 100 participantes). Participan 8 centros educativos.	<ul style="list-style-type: none"> Aumentar el número de alumnos que se desplaza activamente al centro. Crear caminos seguros para fomentar el desplazamiento activo y autónomo de los niños a la escuela. 	<ul style="list-style-type: none"> Consortio Regional de Transportes de Madrid Ayuntamiento de Aranjuez. 	Se comienza realizando un estudio de viabilidad de movilidad a la escuela, el cual permite detectar la necesidad de realizar propuestas de mejora orientadas a fomentar los desplazamientos activos. Posteriormente, se procede a la unificación de las rutas a los centros educativos, así como al aumento de la seguridad de las calles gracias a las inspecciones realizadas por la policía. Se crean las figuras de "monitores de ruta", los cuales reciben formación en educación vial. También se procede a la creación de un logo, notas de prensa, página web, entre otros para el proceso de divulgación.	No se especifica evaluación de resultados.	http://goo.gl/2pclWp
¡Vamos juntos andando al cole! (Camino Escolar en Alza) (San Sebastián, País Vasco)	2011	Alumnos de Educación Primaria (no se especifica número). Participan en total 3 centros educativos.	<ul style="list-style-type: none"> Fomentar la movilidad activa de los escolares. Aumentar la seguridad de las calles. Trabajar los beneficios de los desplazamientos activos. 	<ul style="list-style-type: none"> Centros escolares Profesorado Familias Asociaciones Vecindario 	La experiencia comienza con el análisis de las rutas más utilizadas por los alumnos y el establecimiento de rutas seguras para acudir al centro de forma autónoma. Todos los ciudadanos participan en la experiencia aportando sus conocimientos sobre la ciudad y convirtiéndola en un lugar más habitable.	No se especifica evaluación de resultados	http://www.donostiamovilidad.com/movilidad-sostenible/camino-escolar/desde-la-comunidad/
El desplazamiento activo al colegio. Una propuesta de intervención escolar. Villa González, E., Pérez López, I., Ruíz Ruíz J., Delgado Fernández, M. y Chillón Garzón, P. (2014). El desplazamiento activo al colegio. Una propuesta de intervención escolar. <i>Tándem. Didáctica de la Educación Física</i> , 46(1), 24-32.	2011-2012.	Dirigido a escolares de entre 8 y 11 años de la provincia de Granada (no especifica número).	<ul style="list-style-type: none"> Incrementar el desplazamiento activo en los escolares de la provincia de Granada y contribuir a crear entornos saludables. Logrando este objetivo se podrá: Favorecer las relaciones sociales entre los participantes. Fomentar la actividad física. Reducir la contaminación, la emisión de gases y los atascos de tráfico. 	<ul style="list-style-type: none"> Profesorado Equipo directivo Familias Alumnado 	Inicialmente se analizaron los patrones de desplazamiento activo del alumnado (a través de cuestionarios. Antes y después del programa), tras lo cual se desarrollaron 6 actividades dirigidas a: reflexionar sobre las diferencias entre el modo de desplazarse que utilizaban los padres y el que utilizan los alumnos actualmente; familiarizar al alumno con el desplazamiento activo; conocer y explorar los distintos caminos e itinerarios para poderse desplazar activamente al centro; concienciar a la ciudadanía sobre la importancia de la seguridad vial, la buena comunicación entre los ciudadanos y el respeto mutuo; reflexionar sobre la importancia de desplazarse activamente, para finalmente realizar un balance de todas las actividades realizadas.	No se incluye evaluación de resultados, aunque sí que se realizó un balance de las actividades y dinámicas realizadas, así como distintos beneficios derivados de las mismas.	http://www.motricidadhumana.com/el-desplazamiento_activo_al_colegio_2014.pdf

continúa

EXPERIENCIA	FECHA APLICACIÓN	DESTINATARIOS	OBJETIVOS	AGENTES IMPLICADOS	DESARROLLO	EVALUACIÓN DE RESULTADOS	RECURSO WEB
PEDIBÚS (Toledo, Castilla La-Mancha)	2012	Alumnos de Educación Primaria (no especifica número) Participa 1 centro educativo.	<ul style="list-style-type: none"> Mejorar la seguridad y fluidez del tráfico en los horarios de entrada al centro. Facilitar a los padres el llevar a los hijos al colegio. Reducir el tráfico. 	<ul style="list-style-type: none"> Ayuntamiento de Toledo Concejalía de Movilidad Familias Profesores Policia Local. 	<p>Se enmarca dentro del programa "Caminos Escolares Seguros".</p> <p>El Pedibus se lleva a cabo todos los días lectivos y consiste en que todos los niños acudan a pie al colegio desde un punto de encuentro establecido y acompañados por un grupo de voluntarios. La Policía se encarga de regular el tráfico y controlar el paso de los voluntarios con los escolares.</p>	No se incluye evaluación de resultados.	http://www.abc.es/20121101/toledo/abcp-one-marcha-pedibus-colegio-20121101.html
PEDIBÚS en Segovia (Segovia, Castilla y León)	2013	Alumnos de Educación Infantil y Primaria (No se especifica número).	<ul style="list-style-type: none"> Incrementar la autonomía infantil. Aumentar el número de alumnos que acuden caminando al colegio Reducir el número de vehículos privados que a diario transportan niños al colegio. Disminuir la edad a la que los niños acuden andando al colegio. 	<ul style="list-style-type: none"> AMPA Ayuntamiento Profesores Dirección del centro Asociaciones Guardia Civil 	<p>El proyecto consiste en la creación de varias rutas que funcionan como un "autobús a pie" y que por ello recibe el nombre de "Pedibús". Se establecen diferentes puntos de encuentro a lo largo de las rutas donde los niños puedan concentrarse para ir y volver del colegio andando. Cada ruta recibe el nombre de un color.</p>	No se incluye evaluación de resultados.	<p>http://www.magrama.gob.es/es/ceneam/carpeta-informativa-del-ceneam/novedades/camino-escolar-idea.aspx</p> <p>http://segoviaudaz.es/rutas-como-en-el-metro-para-ir-andando-al-cole/</p>
Camino escolar (Zaragoza, Aragón)	2013-2014	Alumnos de Educación Infantil y Primaria (280 participantes). Participan un total de 8 centros educativos.	<ul style="list-style-type: none"> Fomentar una movilidad activa y sostenible al centro educativo. Convertir la ciudad en un entorno seguro para dar mayor autonomía a los niños. Fomentar la educación en valores y el cuidado del medio ambiente. 	<ul style="list-style-type: none"> Ayuntamiento de Zaragoza Familias Personal del centro escolar Asociaciones de vecinos Comerciantes Alumnos 	<p>Tras un proceso de investigación, se establecen las rutas más seguras y habituales para ir al colegio así como unas paradas de recogida a lo largo del recorrido. Las familias se organizan para acompañar a los alumnos y los todos los ciudadanos se hacen "amigos del camino escolar" para garantizar rutas seguras. De esta manera, poco a poco se intenta aumentar la autonomía de los niños y disminuir la compañía de adultos. Los desplazamientos activos también se trabajan en los colegios desde el plano educativo.</p>	No se incluye evaluación de resultados.	http://segoviaudaz.es/rutas-como-en-el-metro-para-ir-andando-al-cole/

continúa

EXPERIENCIA	FECHA APLICACIÓN	DESTINATARIOS	OBJETIVOS	AGENTES IMPLICADOS	DESARROLLO	EVALUACIÓN DE RESULTADOS	RECURSO WEB
Proyecto STARS (Acreditación y Reconocimiento de Desplazamientos Sostenibles para Colegios) (nivel europeo y Madrid)	2013-2016	A nivel europeo: dirigido a todos los centros educativos (participan 180 centros de Primaria y 90 de Secundaria). En Madrid: dirigido a alumnos de Educación Primaria y de Educación Secundaria (entre 6 y 19 años). Participan 35 centros educativos.	<ul style="list-style-type: none"> A nivel europeo: <ul style="list-style-type: none"> Modificar el modo de desplazamiento a la escuela del coche a la bicicleta en al menos el 5% de la población. Reducir las emisiones de CO2. Compartir conocimientos y experiencias entre ciudades, regiones y escuelas. Fomentar la movilidad sostenible a la escuela a nivel europeo. En Madrid: <ul style="list-style-type: none"> Incrementar la autonomía de la infancia en la ciudad. Comprometer a los jóvenes con el cuidado del espacio público. Promover una forma de vida más saludable. 	<ul style="list-style-type: none"> Centros educativos. Profesores Familias 	En Educación Primaria se clasifica a los colegios en los niveles bronce, plata u oro en función de su implicación y de los resultados obtenidos en el cambio del modo de desplazamiento. En la ESO los alumnos tendrán que diseñar sus campañas publicitarias para fomentar los desplazamientos activos, potenciando al mismo tiempo su creatividad y su capacidad de comunicación. Podrán usar las redes sociales como herramienta de difusión. Tipos de desplazamientos: Pedibús: las familias se organizan para ir juntas andando con los niños al colegio. Bicibús: las familias y profesores organizan un día a la semana un recorrido de más de 3 km con 4 puntos para recoger a los bicibuseros.	No se incluye evaluación de resultados. Sin embargo si hay un apartado dedicado a resultados esperados (Reducción de emisiones, mejora de la salud y calidad de vida, fomento de la autonomía e independencia).	http://starseurope.org/es/index.php
Movilidad activa y autónoma al colegio (Vitoria, País Vasco)	2014-2015.	Alumnos de Educación Primaria y Educación Secundaria Obligatoria (no especifica edad). Participan 23 centros educativos.	<ul style="list-style-type: none"> Inculcar a los alumnos una serie de hábitos, conocimientos y de destrezas que les permitan desplazarse activamente al colegio de manera más segura y autónoma. Fomentar el uso y el disfrute del espacio público por parte de los niños. 	<ul style="list-style-type: none"> Familias Centros educativos Profesores 	Se lleva a cabo siguiendo una serie de fases a través de las cuales, realizando varios talleres, se pasa de simular situaciones reales en el patio del colegio a vivenciar situaciones reales en las calles próximas al centro con la supervisión de los monitores. También se llevan a cabo talleres de circulación peatonal, de mantenimiento de la bicicleta, con la familia.	Resultados de la evaluación: http://goo.gl/gjwGGL	http://www.vitoria-gasteiz.org/we001/was/we001Action.do?idioma=es&aplicacion=wb021&tabla=contenido&uid=u1d852908_149ea85daae__7f0e

4. DISCUSIÓN

Gran parte de las propuestas descritas en la tabla anterior comienzan con un análisis previo a través del que justifican la necesidad de fomentar la actividad física en el colectivo escolar y/o adolescente (Ayuntamiento de Madrid, 2007, 2015; Ayuntamiento de Vitoria-Gasteiz, 2015; Ferrando, Molinero y Peña, 2007; Villa González, Pérez López, Ruíz Ruíz, Delgado Fernández, y Chillón Garzón, 2014), así como la importancia de reducir los atascos en las horas punta de entrada y salida de los centros por

la emisión de CO2 (Ayuntamiento de Madrid, 2007, 2015; Ayuntamiento de San Sebastián, 2008, 2011; Ferrando, Molinero y Peña, 2007; Villa González et al., 2014). Como pretensión principal, dichas propuestas tratan de aumentar los niveles de práctica e implantar un estilo de vida físicamente activo en estos colectivos (Ayuntamiento de Madrid, 2007, 2015; Ayuntamiento de San Sebastián, 2011; Ayuntamiento de Vitoria-Gasteiz, 2015; Ferrando, Molinero y Peña, 2007; Villa González et al., 2014), obteniendo por otra parte los beneficios que dicha práctica tiene sobre el desarrollo integral de los

individuos. Además de este objetivo, muchas de estas propuestas de intervención tratan de reducir el tráfico y la contaminación (Ayuntamiento de Madrid, 2007, 2015; Ayuntamiento de San Sebastián, 2008, 2011; Ayuntamiento de Segovia, 2008; Ferrando, Molinero y Peña, 2007; Villa González et al., 2014), contribuyendo así a la preservación y cuidado del medio ambiente; ofrecer una mayor autonomía al alumnado (Álvarez, 2015; Ayuntamiento de Madrid, 2007, 2015; Ayuntamiento de Vitoria-Gasteiz, 2015; Ferrando, Molinero y Peña, 2007), así como más y mejores oportunidades para su interacción social entre iguales, con las familias y con el profesorado (Ayuntamiento de Segovia, 2008; Ferrando, Molinero y Peña, 2007; Villa González et al., 2014), involucrar a las familias en el proceso (Ferrando, Molinero y Peña, 2007, Villa González et al., 2014) estrechando en consecuencia las relaciones entre familia y escuela.

Por otra parte, algunas de las propuestas utilizan experiencias piloto previas (Ferrando, Molinero y Peña, 2007), mientras que otras incluyen una evaluación de resultados al final del proceso (Ayuntamiento de Madrid, 2007; Ayuntamiento de Segovia, 2008). Sin embargo y pese a estas diferencias, las anteriores propuestas parecen coincidir en la realización de un análisis de las rutas de uso más habitual y un posterior diseño de una red de vías seguras y cercanas a la naturaleza. De este modo se familiarizan los escolares con la ciudad donde viven (Ferrando, Molinero y Peña, 2007; Ayuntamiento de Madrid, 2007, 2015; Ayuntamiento de San Sebastián, 2008; Ayuntamiento de Segovia, 2008; Ayuntamiento de Vitoria-Gasteiz, 2015), se ofrecen oportunidades para un mejor conocimiento de la misma en lo que a parques, monumentos y lugares históricos se refiere y se conciencia al alumnado de la importancia de cuidar los espacios públicos abiertos (Ayuntamiento de Madrid, 2007, 2015). Para garantizar la seguridad de los participantes estas propuestas abogan por la colaboración y participación

activa de ayuntamientos, Policía y Guardia Civil, asociaciones, voluntarios, familias, profesores, equipos directivos, en definitiva de toda la ciudadanía (Ayuntamiento de Madrid, 2007, 2015; Ayuntamiento de San Sebastián, 2008; Ayuntamiento de Segovia, 2008).

5. CONCLUSIONES

- Son numerosas las iniciativas diseñadas, implementadas y evaluadas cuyo propósito es el incremento del estilo de vida activo entre los escolares.
- Los objetivos coincidentes en los proyectos analizados se vinculan a: modificar el modo de desplazamiento al centro educativo (del coche a la bicicleta o caminando); reducir las emisiones de CO2 contribuyendo así al cuidado y preservación del medio ambiente; compartir conocimientos y experiencias entre ciudades, regiones y centros educativos; fomentar la movilidad sostenible al centro educativo a nivel europeo, nacional, regional y local; incrementar la autonomía de la infancia y la juventud en la ciudad; comprometer a los escolares con el cuidado del espacio público; promover una forma de vida más saludable y un estilo de vida físicamente activo; mostrar a la sociedad los problemas relacionados con la movilidad infantil; fomentar una mayor seguridad a lo largo del camino al centro educativo; fomentar la educación en valores; mejorar la seguridad y fluidez del tráfico en los horarios de entrada al centro o facilitar la conciliación familiar, entre otras bondades.
- Se estima que estas iniciativas no han de quedarse en una experiencia puntual, sino que han de convertirse en buenas prácticas que se mantengan y afiancen en el tiempo para contribuir a la calidad de vida de los escolares.

6. REFERENCIAS

- Arruza, J. A., y Arribas, S. (2006). La investigación de la actividad física y el deporte. *Revista de Psicodidáctica*, 13(1). Recuperado de: <http://www.ehu.es/ojs/index.php/psicodidactica/article/view/233/229>
- Ayuntamiento de Madrid. (2007). *Madrid a pie, camino seguro al cole*. Recuperado de: <http://www.madrid.es/portales/munimadrid/es/Inicio/Ayuntamiento/Medio-Ambiente/Educacion-ambiental/Madrid-a-pie-camino-seguro-al-cole?vgnextfmt=default&vgnextoid=173b3b3e1598b310VgnVCM100000b205a0aRCRD&vgnnextchannel=378c9ad016e07010VgnVCM100000dc0ca8c0RCRD>
- Ayuntamiento de Madrid (2014). *Un viaje en bici al instituto*. Recuperado de: https://www.youtube.com/watch?v=mzWopa6BF2Q&list=PLbYXAUqj_3zwhuYUW6U8gtfywlsCapkus&index=4
- Ayuntamiento de Madrid (2015). *Proyecto STARS Madrid* [Video]. Disponible en: <https://www.youtube.com/watch?v=6hmPiTokaUU>
- Ayuntamiento de Madrid. (2015). *Proyecto europeo STARS (Acreditación y Reconocimiento de Desplazamientos Sostenibles para Colegios)*. Recuperado de: <http://www.madrid.es/portales/munimadrid/es/Inicio/Ayuntamiento/Medio-Ambiente/Educacion-ambiental/Proyecto-europeo-STARS?vgnextfmt=default&vgnextoid=6977a6dbe6bb4410VgnVCM200000c205a0aRCRD&vgnnextchannel=378c9ad016e07010VgnVCM100000dc0ca8c0RCRD>
- Ayuntamiento de San Sebastián

- (s.f.). ¡Vamos juntos andando al cole! Recuperado de: <http://www.donostiamovilidad.com/movilidad-sostenible/camino-escolar/desde-la-comunidad/>
- Ayuntamiento de Segovia (2008). *De mi escuela para mi ciudad. A modo de evaluación*. Recuperado de: <http://www.segovia.es/index.php/mod.pags/mem.detalle/id.10686/recategoria.2571/area.23/seccion.37>
 - Ayuntamiento de Vitoria-Gasteiz. (2015). *Centro de Estudios Ambientales - Movilidad activa y autónoma al colegio*. Recuperado de: http://www.vitoria-gasteiz.org/we001/was/we001Action.do?idioma=es&aplicacion=wb021&tabla=contenido&uid=u1d852908_149ea85daae__7f0e
 - Babey, S. H., Hastert, T. A., Huang, W. y Brown, E. R. (2009). Sociodemographic, family, and environmental factors associated with active commuting to school among US adolescents. *Journal of public health policy*, 203-220. doi: 10.1057/jphp.2008.61
 - Børrestad, L. A., Andersen, L. B. y Bere, E. (2011). Seasonal and socio-demographic determinants of school commuting. *Preventive medicine*, 52(2), 133-135. doi: 10.1016/j.ypmed.2010.12.006
 - Bungum, T.J., Lounsbery, M., Moonie, S. y Gast, J. (2009). Prevalence and Correlates of Walking and Biking to School Among Adolescents. *Journal of Community Health*, 34(2), 129-134. <http://dx.doi.org/10.1007/s10900-008-9135-3>
 - Chillón, P. (2008). Importancia del desplazamiento activo al colegio, en la salud de los escolares españoles: estudio AVENA. *Deporte y actividad física para todos*, (4), 94-101. Recuperado de: dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/2715978.pdf
 - Chillón, P. y Herrador, M. (2014). Factores determinantes en el desplazamiento activo al colegio de los jóvenes. En E. Generelo, J. Zaragoza y J.A. Julián (coords.), *Promoción de la actividad física en la infancia y la adolescencia* (pág. 54-67). Huesca: Consejo Superior de Deporte.
 - Chillón, P., Ortega, F. B., Ruiz, J. R., Evenson, K. R., Labayen, I., Martínez-Vizcaino, V. y Sjöström, M. (2012). Bicycling to school is associated with improvements in physical fitness over a 6-year follow-up period in Swedish children. *Preventive medicine*, 55(2), 108-112. doi:10.1016/j.ypmed.2012.05.019
 - Chillón, P., Ortega, F.B., Ruiz, J.R., Veidebaum, T., Oja, L., Mäestu, J. y Sjöström, M. (2010). Active commuting to school in children and adolescents: an opportunity to increase physical activity and fitness. *Scandinavian journal of public health*, 38(8), 873-879. doi:10.1177/1403494810384427
 - Consejo Superior de Deportes (2010). *Plan integral para la actividad física y el deporte*. Recuperado de: <http://www.csd.gob.es/csd/sociedad/plan-integral-para-la-actividad-fisica-y-el-deporte-plan-a-d/>
 - Consejo Superior de Deportes (2011). *Los hábitos deportivos de la población escolar en España..* Recuperado de: <http://www.csd.gob.es/csd/estaticos/dep-escolar/encuesta-de-habitos-deportivos-poblacion-escolar-en-espana.pdf>
 - Cooper, A.R., Andersen, L.B., Wedderkopp, N., Page, A.S. y Frobert, K. (2005). Physical Activity Levels of Children Who Walk, Cycle, or Are Driven to School. *American Journal of Preventive Medicine*, 29(3), 179-184. doi:10.1016/j.amepre.2005.05.009
 - Cooper, A.R., Page, A.S., Foster, L.J. y Qahwaji, D. (2003). Commuting to school. Are children who walk to school more physically active? *American journal of preventive medicine*, 25(4), 273-276. doi:10.1016/S0749-3797(03)00205-8
 - Ferrando, H., Molinero, P. y Peña, T. (2007). *Con Bici al Cole, Proyecto pedagógico para alumnos de primaria*. Recuperado de: <http://conbici-ole.conbici.org/pdfs/proyectedagogico.pdf>
 - Davison, K.K., Werder, J.L. y Lawson, C.T. (2008). Children's active commuting to school: Current knowledge and future directions. *Preventing chronic disease*, 5(3). Recuperado de: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2483568/>
 - García Ferrando, M. (2006a). *Posmodernidad y deporte: Entre la individualización y la masificación*. Madrid: Consejo Superior de Deportes y Centro de Investigaciones Sociológicas.
 - García Ferrando, M. (2006b). Veinticinco años de análisis del comportamiento deportivo de la población española (1980-2005). *Revista internacional de sociología*, 64(44), 15-38. doi: 10.3989/ris.2006.i44.26
 - García Ferrando, M. y Llopis, R. (2010). *Ideal democrático y bienestar personal. Encuesta sobre los hábitos deportivos en España 2010*. Madrid: CSD y CIS
 - Grize, L., Bringolf-Isler, B., Martin, E. y Braun-Fahrlander, C. (2010). Trend in active transportation to school among Swiss school children and its associated factors: three cross-sectional surveys 1994, 2000 and 2005. *International Journal of Behavioral Nutritional and Physical Activity*, 28(7), 1-8. Recuperado de: <http://ijbnpa.biomedcentral.com/articles/10.1186/1479-5868-7-28>
 - Instituto Nacional de la Juventud -INJUVE- (2013). *Informe Juventud en España 2012*. Recuperado de: http://www.injuve.es/sites/default/files/2013/26/publicaciones/IJE2012_0.pdf
 - Lee, M.C., Orenstein, M.R. y Richardson, M.J. (2008). Systematic review of active commuting to school and children's physical activity and weight. *Journal of Physical Activity and Health*, 5(6), 930-949. Recuperado de: <http://www.humankinetics.com/acucustom/sitename/Documents/DocumentItem/16315.pdf>
 - London European Partnership for Transport (2015). *Proyecto STARS (Sustainable Travel Accreditation and Recognition for Schools)*. Recuperado de: <http://starseurope.org/es/index.php>

- Loucaides, C.A. y Jago, R. (2008). Differences in physical activity by gender, weight status and travel mode to school in Cypriot children. *Preventive Medicine*, 47, 107–111. <http://dx.doi.org/10.1016/j.ypmed.2008.01.025>
- Lubans, D.R., Boreham, C.A., Kelly, P. y Foster, C.E. (2011). The relationship between active travel to school and health-related fitness in children and adolescents: a systematic review. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 8(5). Recuperado de: <http://www.ijbnpa.org/content/pdf/1479-5868-8-5.pdf>
- Martínez-Gómez, D., Ruiz, J.R., Gómez-Martínez, S., Chillón, P., Rey-López, J.P., Díaz, L.E. y Marcos, A. (2011). Active commuting to school and cognitive performance in adolescents: the AVENA study. *Archives of pediatrics & adolescent medicine*, 165(4), 300-305. doi: 10.1001/archpediatrics.2010.244.
- McDonald, N. C. (2007). Active transportation to school: trends among US schoolchildren, 1969–2001. *American journal of preventive medicine*, 32(6), 509-516. doi: 10.1016/j.amepre.2007.02.022
- Mendoza, J. A., Watson, K., Nguyen, N., Cerin, E., Baranowski, T. y Nicklas, T. A. (2011). Active commuting to school and association with physical activity and adiposity among US youth. *Journal of physical activity & health*, 8(4), 488. Recuperado de: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3115568/>
- Ministerio de Agricultura, Alimentación y Medio Ambiente (2013). *Nace el "Camino Escolar", una idea para que los niños vayan andando a clase*. Recuperado de: <http://www.magrama.gob.es/es/ceneam/carpeta-informativa-del-ceneam/novedades/camino-escolar-idea.aspx>
- Moscoso, D. y Moyano (cord.) (2009). *Deporte, salud y calidad de vida*. Barcelona: Fundación La Caixa. Recuperado de: http://obrasocial.lacaixa.es/deployedfiles/obrasocial/Estaticos/pdf/Estudios_sociales/vol26_sencer_es.pdf
- Organización Mundial de la Salud (2010). *Recomendaciones mundiales sobre actividad física para la salud*. Recuperado de: http://www.who.int/dietphysicalactivity/factsheet_recommendations/es/
- Ramírez, W., Vinaccia, S. y Suarez, G. (2004). El impacto de la actividad física y el deporte sobre la salud, la cognición, la socialización y el rendimiento académico: una revisión teórica. *Revista de estudios Sociales*, 18, 67-75. Recuperado de: <http://res.uniandes.edu.co/view.php/370/view.php>
- Ramos, R., Ponce de León, A. y Sanz, E. (2010). *El ocio físico-deportivo en adolescentes. Análisis y propuestas de intervención*. Logroño: Universidad de La Rioja.
- Roth, M.A., Millett, C.J. y Mindell, J.S. (2012). The contribution of active travel (walking and cycling) in children to overall physical activity levels: a national cross sectional study. *Preventive medicine*, 54(2), 134-139. doi:10.1016/j.ypmed.2011.12.004
- Ruiz, A., de la Torre, M.J., Redecillas, M.T. y Martínez, E.J. (2015). Influencia del desplazamiento activo sobre la felicidad, el bienestar, la angustia psicológica y la imagen corporal en adolescentes. *Gaceta sanitaria: órgano oficial de la Sociedad Española de Salud Pública y Administración Sanitaria*, 29(6), 454-457.
- Sastre, J. (2015). *Serie de entrevistas: David Álvarez Castillo. Caminos escolares seguros*. Recuperado de: <http://juliansastre.com/caminos-escolares-seguros/>
- Sintés, M. (2014). *Caminos escolares: una herramienta para reconquistar la calle y la autonomía infantil*. Recuperado de: <http://es.slideshare.net/pepeinef/marasintes-caminos-escolares-una-herramienta-para-reconquistar-la-calle-y-la-autonomia-infantil>
- Sirard, J.R., Riner Jr, W.F., McIver, K.L. y Pate, R.R. (2005). Physical activity and active commuting to elementary school. *Medicine and science in sports and exercise*, 37(12), 2062-2069. doi: 10.1249/01.mss.0000179102.17183.6b
- Smith, L., Sahlqvist, S., Ogilvie, D., Jones, A., Griffin, S. y Van Sluijs, E. (2011). Is a change in mode of travel to school associated with a change in overall physical activity levels in children? Longitudinal results from the SPEEDY study. *Journal of Epidemiology and Community Health*, 65(2), A9. Recuperado de: <http://ijbnpa.biomedcentral.com/articles/10.1186/1479-5868-9-134>
- Telama, R., Yang, X., Viikari, J., Välimäki, I., Wanne, O. y Raitakari, O. (2005). Physical activity from childhood to adulthood: a 21-year tracking study. *American journal of preventive medicine*, 28(3), 267-273. doi: 10.1016/j.amepre.2004.12.003
- Tudor-Locke, C., Neff, L.J., Ainsworth, B.E., Addy, C.L. y Popkin, B.M. (2002). Omission of active commuting to school and the prevalence of children's health-related physical activity levels: the Russian Longitudinal Monitoring Study. *Child: care, health and development*, 28(6), 507-512. doi: 10.1046/j.1365-2214.2002.00295.x
- Van der Ploeg, H. P., Merom, D., Corpuz, G. y Bauman, A. E. (2008). Trends in Australian children traveling to school 1971–2003: burning petrol or carbohydrates? *Preventive medicine*, 46(1), 60-62. doi: 10.1016/j.ypmed.2007.06.002
- Van Dijk, M.L., De Groot, R.H., Van Acker, F., Savelberg, H.H. y Kirschner, P.A. (2014). Active commuting to school, cognitive performance, and academic achievement: an observational study in Dutch adolescents using accelerometers. *BMC public health*, 14(1), 799. Doi: 10.1186/1471-2458-14-79
- Villa González, E., Pérez López, I., Ruiz Ruiz J., Delgado Fernández, M. y Chillón Garzón, P. (2014). El desplazamiento activo al colegio. Una propuesta de intervención escolar. *Tándem. Didáctica de la Educación Física*, 46(1), 24-32. Recuperado de: http://www.motricidadhumana.com/el_desplazamiento_activo_al_colegio_2014.pdf

IMPORTANCIA DEL PLAN LECTOR: PRÁCTICA Y DESARROLLO EN LA ASIGNATURA DE EDUCACIÓN FÍSICA.

THE IMPORTANCE OF READER PLAN: PRACTIQUE AND DEVELOPMENT IN PHYSICAL EDUCATION.

FRANCISCO TOMÁS GONZÁLEZ FERNÁNDEZ

Centro de Investigación, Mente, Cerebro y Comportamiento.
Departamento de Psicología Experimental.
Universidad de Granada.
Nº de Colegiado 56189

RICARDO TABOADA VELASCO

Escuelas Profesionales de la Sagrada Familia.
Villanueva del Arzobispo, Jaén

JOAQUÍN GOICOECHEA ACOSTA

Profesor de Educación Física
IES Otura, Granada

RESUMEN

Los planes lectores son herramientas metodológicas que se pueden incorporar en cualquier área del currículo con el objetivo de programar dentro del entorno escolar actividades adecuadas y eficaces para mejorar la competencia lectora de los alumnos. En la presente experiencia mostramos un plan de fomento de la lectura centrado en la asignatura de Educación Física. En este plan trabajaremos contenidos transversales, además de fomentar la lectura. Paralelamente, promocionaremos valores de desarrollo personal y social vinculados al deporte.

Palabras clave: plan lector, educación física, didáctica.

ABSTRACT

Reader's plans are methodological tools that can be incorporated into any subject, in order to program in school environment, the most appropriate and effective activities to improve the reading skill of students. In the present reader plan, we promote the reading, focused on the subject of Physical Education that work transversal contents and promote reading habits. In addition, we will promote the values of personal and social development related to sport.

Keywords: reader plan, physical education, didactics.

1. INTRODUCCIÓN

La lectura juega un papel fundamental en el correcto proceso de enseñanza-aprendizaje. Inevitablemente, la lectura debe estar siempre presente y unida a nuestra cultura como forma de expresión. Por consiguiente, la lectura nos permite transmitir ideas y junto con la escritura, satisfacer la necesidad de comunicarnos. Dada la importancia de la comunicación en nuestro día a día, no es de extrañar que la promoción de la lectura y de la escritura sea responsabilidad de políticas culturales, sociales y educativas. Es por ello, que para encontrar un interés general de la lectura en la vida cotidiana de la sociedad se han desarrollado diferentes planes de fomento de la lectura como medio para adquirir hábitos de cultura y educación. Sin embargo, desde hace varios cursos escolares numerosos centros educativos andaluces vienen desarrollando proyectos lingüísticos en sus respectivos ámbitos. Estos proyectos tienen como objetivo fundamental impulsar y apoyar la puesta en marcha en los centros educativos de un proyecto global para la mejora de la competencia en comunicación lingüística en los que participe el profesorado de las distintas áreas y materias. Así, el objetivo fundamental de presente trabajo es mostrar la puesta en práctica de nuestro plan de fomento de la lectura centrado en la asignatura de Educación Física.

En la última década, ha habido un creciente interés por parte de la consejería de educación de la junta de Andalucía en la promoción de la lectura. Este gran interés viene propiciado por los índices negativos obtenidos por nuestros jóvenes en los diferentes planes europeos, sobre todo en competencia lectora. Por lo tanto, es necesario conocer el origen de los planes de lectura, ya que originalmente sólo se desarrollaban en bibliotecas públicas y algunos centros educativos, y actualmente se ha convertido en objeto de atención por parte de los responsables políticos y de las administraciones, dando lugar a distintas iniciativas por parte del Gobierno central, de las comunidades autónomas, de las diputaciones y los ayuntamientos.

El Ministerio de Educación, Cultura y Deportes, a través de la Subdirección General de Promoción del Libro, la Lectura y las Letras Españolas y la Subdirección de coordinación Bibliotecaria, llevan a cabo el Plan de Fomento de la Lectura, desde 2001. Posteriormente, el fomento de la lectura y el uso de las bibliotecas escolares se plantean como uno de los objetivos fundamentales de los poderes públicos que garantizan la calidad de la enseñanza dentro de la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación. A fin de fomentar el hábito de la lectura, se establece la dedicación de un tiempo diario (LOE, artículo 19.3), así como la atención en la práctica docente de todas las materias (LOE, artículo 26.2).

En los últimos años se han multiplicado en España los proyectos y actuaciones que tienen por objetivo pro-

mocionar la lectura en el conjunto de la sociedad o en colectivos concretos. Sin embargo, este plan empezó a tener mayor fuerza a partir de 2007 (sobre todo en el ámbito académico). Este plan pretende fomentar el hábito de lectura en los estudiantes y viene respaldado por la Ley 10/2007, de 22 de junio, de la lectura, del libro y de las bibliotecas que considera la lectura como una herramienta básica para el ejercicio del derecho a la educación y a la cultura, en el marco de la sociedad de la información, destacando el papel de esta en la vida cotidiana de la sociedad, mediante el fomento del hábito lector. Esta ley, que sustituye a la anterior legislación dispersa sobre el libro, reconoce y promueve el desarrollo de hábitos lectores, y afianza los planes de fomento de la lectura, con especial atención a la población infantil y juvenil, así como a los sectores más desfavorecidos socialmente. Actualmente, la Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa, insiste en que el fomento de la lectura se debe realizar en todas las materias y áreas del currículo, no siendo tan sólo exclusivo de la asignatura de lengua y literatura, que era la tradicional forma de hacerlo. Por lo tanto, esta innovación metodológica en la que se plantean los contenidos curriculares a través de diferentes tipos de lecturas en diferentes soportes y formatos podría mejorar la competencia lectora de los alumnos y con ello el rendimiento académico general.

Generalmente, la puesta en marcha de este plan lector sirve para: 1) Mejorar la competencia lectora de los alumnos; 2) Crear un clima y una cultura lectora en el Centro; 3) Involucrar a todos los agentes que influyen en la educación lectora: profesores, padres, bibliotecarios; 4) Reconocer las diferencias en la competencia lectora que existen entre alumnos; 5) Ampliar el universo lector de los alumnos; 6) Despertar el interés en la lectura con fines lúdicos; 7) Mejorar los procesos cognitivos involucrados en la lectura y 8) Facilitar el trabajo colaborativo entre departamentos y la programación transversal.

El fomento de la lectura es tarea de todos “padres, maestros de primaria, profesores de secundaria, bibliotecarios, administraciones públicas, editoriales, periódicos, escritores, etc. Por eso nos gustaría animar a una conspiración de lectores dispuestos a colaborar en resolver este problema social tan importante” (Marina, 2005). Por lo tanto, los profesores deberían integrar los planes de lectura específicamente en su área didáctica. De esta forma, los contenidos y objetivos propios de cada asignatura pueden integrarse con la lectura y conseguir arraigar en nuestros estudiantes una excelente actividad educativa, hábito de vida, modalidad de ocio y sana costumbre que ayudará a este a desarrollar su personalidad y autonomía como elemento esencial para convivir en la sociedad

actual. Por todo ello, en el presente trabajo queremos mostrar un novedoso plan de lectura en el área de educación física en el que además de trabajar contenidos transversales y fomentar la lectura en los estudiantes, promocionaremos valores de desarrollo personal y social que van vinculados al deporte.

2. DESARROLLO

Este trabajo aborda el plan lector desde el punto de vista del área de Educación Física. Aquí pretendemos integrar y adaptar un plan específico de fomento de la lectura para así conseguir nuestros propósitos didácticos. De esta forma, los estudiantes tendrán acceso al contenido más interesante para ellos adquiriendo las competencias básicas, mejorando la calidad de la educación en general y de la enseñanza de la Educación Física en particular y construyendo conocimientos específicos que se expresan de forma lingüística y simbólica.

El desarrollo sistemático y progresión para adquirir la competencia lectora de los estudiantes en el ámbito escolar requiere que se trabajen intencionalmente los distintos procesos lectores (Alcántara, 2011), sin que se produzcan desequilibrios importantes como, por ejemplo, un predominio excesivo de la comprensión literal sobre la interpretación. A continuación se presentan las áreas que tradicionalmente se integran dentro de los planes de fomento de lectura y a las que añadimos dos nuevas que consideramos fundamentales para conseguir nuestros objetivos (ver figura 1).

A continuación procedemos a describir de forma general las áreas correspondientes a los planes de fomento de lectura. El conocimiento exhaustivo de estas áreas nos ayudará a reflexionar sobre las posibilidades que tenemos y nos proporcionará elementos tangibles para la consecución de los planes de fomento de lectura. Por lo tanto, el conocimiento de las herramientas disponibles y de las entidades que pueden proporcionarnos apoyo, podrá solucionar cualquier problema que podamos encontrarnos: edad, motivaciones, destrezas visuales-lectoras, origen cultural y lingüístico, situaciones de privación de libertad y discapacidades físicas o psíquicas.

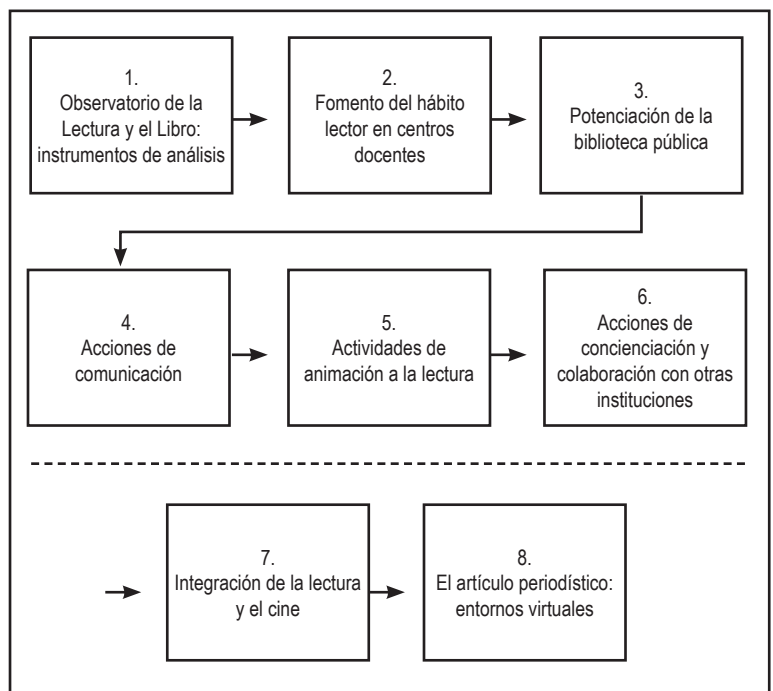
2.1. Observatorio de la Lectura y el Libro: Instrumentos de análisis.

El objetivo que tenemos en el observatorio de la Lectura y el libro es obtener datos fiables sobre los gustos de los estudiantes, ver la relación que ellos tienen con la lectura (hábitos), lugares que conocen para la adquisición de material, materiales que disponen en casa (libro digital, portátil, acceso a periódicos, pequeñas bibliotecas, etc.), hábitos lectores de los padres y posible implicación que pueden tener ellos para la adquisición de este valor.

2.2. Fomento del hábito lector en centros docentes

Aquí se pretende acercar obras clásicas desde una perspectiva creativa y promocionar los escritores actuales. Es interesante, en un principio para crear el hábito, dejar libertad en la elección del libro, incluso acompañarlo o aconsejarlo, pero dando plena libertad. Después sería interesante conducirlo y estimularlo. Es importante que siempre se sienta acompañado, en esto la familia tiene mucho que decir y hacer. Con el fin de conseguir este objetivo, se pueden crear rincones de lectura en pequeñas partes del instituto, hacer fichas bibliográficas. Por otro lado, en las tareas cotidianas del aula, se les invita a que busquen por internet desde personajes literarios a deportivos, actuales y pasados.

Figura 1.
Áreas del plan de fomento de la lectura en Educación Física.



2.3. Potenciación de las bibliotecas públicas

Los planes lectores tienen como objetivo principal modernizar los edificios, instalaciones y equipamientos de las Bibliotecas Públicas del Estado. De alguna forma se pretende adecuar para que resulten más cómodos y atractivos, facilitando así el acercamiento de los ciudadanos a la cultura, el ocio, la formación y la información. Aquí, se pueden realizar pequeños grupos y establecer las bibliotecas públicas como puntos de encuentro para realizar y ampliar tareas de ampliación de información.

2.4. Acciones de comunicación

Utilizar internet como medio de comunicación y mostrar la lectura como una actividad de ocio. Una de las formas más sencillas y ágil para llegar a los alumnos, sería utilizando las nuevas tecnologías, ya que estas están al orden del día y la mayoría de los estudiantes tienen acceso a ellas: internet, redes sociales, correo electrónico, Whatsapp, etc. Sería una sencilla y buena forma de estar comunicados y compartir información.

2.5. Actividades de animación a la lectura

Entre estas actividades destacan, entre otras, la Campaña María Moliner, los salones anuales del libro infantil y juvenil, la celebración del Día del Libro y del Día Internacional del Libro Infantil y Juvenil, la Campaña Libros a la Calle, el Servicio de Orientación Lectora, el Premio al Fomento de la Lectura, las ayudas a la promoción de la lectura y el apoyo a las librerías como centros de promoción de la lectura. Para llegar a los alumnos se puede: Leer una historia y contársela a niños de infantil y primaria, también a ellos mismos. Leer un libro, hacer una ficha bibliográfica y exponerla a sus compañeros. También se puede hacer a modo de concurso.

2.6. Acciones de concienciación y colaboración con otras instituciones

El Ministerio de Educación, Cultura y Deporte colabora con instituciones públicas y privadas en la difusión del Plan y en actividades de fomento de la lectura, dirigidas tanto a la sociedad en general como a sectores específicos de la población. Leer un cuento y escribir una carta a niños (saharais) donde le cuentan el cuento leído. Ir a distintos centros sociales: tercera edad, discapacitados, a emigrantes en la Cruz Roja y leerles la vida de un deportista ejemplar.

2.7. Integración de la lectura y el cine

El cine es cultura popular, arte y espectáculo. Utilizar el cine como instrumento didáctico ayuda a los alumnos a aprender de las vivencias de los personajes y de los tramas de las películas. La importancia del análisis de películas ayuda a adquirir sensibilidad hacia los diferentes valores expresivos, cognoscitivos y creativos de este. Siempre hay libros que se pasan al cine. Por ejemplo: "El factor humano" de John Carlin y luego "Invictus".

2.8. Entornos virtuales: El artículo periodístico

La utilización de artículos periodísticos ofrece multitud de posibilidades didácticas. En formato impreso o digital, el periódico puede utilizarse en actividades y proyectos educativos para cualquier área del currículo y nivel. Invitar por medio de internet a que todos los días lean los principales periódicos digitales y en el aula dedicar 10 minutos dos veces por semana para realizar, exponer lo leído y hacer los comentarios oportunos, también pueden ser de temas diversos, el deportivo seguro. Crear artículos de opinión deportivos a la par que un periódico digital deportivo o general.

3. PROPUESTA PRÁCTICA

Antes de comenzar con el desarrollo de la presente experiencia, creemos que es preciso destacar que nuestro plan general de fomento de la lectura, coordinado por el profesor de lengua y literatura, trabajó todas las áreas a las que anteriormente hacíamos mención. En el presente documento, nosotros tan sólo haremos mención a lo realizado en nuestra asignatura y vamos a hacer hincapié en el área que desarrollamos "integración de la lectura y el cine". Teniendo en cuenta que en los últimos años han aparecido diversas sagas cinematográficas destinadas al público juvenil y basadas en obras literarias que han despertado el interés por la lectura, nosotros hemos querido aprovechar esta magnífica coyuntura para fomentar el interés de nuestros estudiantes por la lectura basándonos en diferentes documentos que ahondan en sus inquietudes generales. Además, con nuestro plan de lectura pretendemos trabajar de forma transversal con otras asignaturas. Esta tarea es compleja, por ello hay que hacer hincapié en involucrar al mayor número de profesores que se sientan partícipes de las tareas a realizar y que a la vez se sientan motivados y convencidos de lo que están haciendo. Por todo ello, el presente trabajo tuvo como objetivo mejorar la competencia lectora de los alumnos y despertar el interés por la lectura con fines lúdicos-culturales.

3.1. Participantes

Nuestra experiencia didáctica se realizó durante el pasado curso académico 2014-2015 con un total de 28 adolescentes sanos, 16 chicas y 12 chicos (13-15 años), pertenecientes a una clase de 3º de ESO de un colegio privado-concertado Escuelas Profesionales de la Sagrada Familia de Villanueva del Arzobispo (Jaén). En el grupo no había ningún alumno con discapacidad o que necesitara ningún tipo de adaptación. Todos los estudiantes poseían visión normal y no sufrían ningún trastorno físico o neurológico que pudiera afectar a la consecución del programa, por lo que no fue necesario realizar adaptaciones curriculares.

3.2. Materiales e instrumentos

Libros de Lectura y películas fueron usadas para desarrollar nuestra experiencia didáctica. En la biblioteca de nuestro centro teníamos 2 ejemplares de cada libro y 2 películas en formato de DVD, de esa forma nos asegurábamos que hubiera material disponible en cualquier momento del curso, ya que podían leer o visualizar cualquiera de los documentos que les presentamos al inicio. En la tabla 1 mostramos los materiales utilizados.

Una Ficha de lectura realizada en conjunto por el profesor de Educación Física y el profesor de lengua y literatura fue usada para evaluar la comprensión de las lecturas propuestas. Con este documento se pretendía observar y valorar si el alumno había leído el libro y si realmente había interiorizado la historia que en él se contaba (Ver Anexo 1).

3.3. Procedimiento

Nuestro plan lector está basado en los contenidos que la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación nos propone para 3º de ESO. Nuestra programación poseía 12 unidades didácticas, por lo tanto nosotros elegimos 12 libros y 12 películas relacionadas con los contenidos de cada unidad y que tenían un interés general para el alumnado. A continuación procedemos a explicar los pasos que realizamos para poner en marcha nuestro plan lector.

1. Selección del material. Teniendo en cuenta los contenidos propuestos para cada unidad, nosotros seleccionamos de manera minuciosa los materiales necesarios para el desarrollo de nuestro plan siguiendo procesos de investigación-acción y estableciendo un trabajo colaborador con las demás áreas. De esta forma se crea un clima educativo positivo, en el que todos los docentes van, en bien de la educación del alumno.

2. Difusión del material elegido. Tras el laborioso proceso de elección de material, colgamos en el gimnasio un listado con la totalidad de películas y libros que tenían disponibles para nuestra asignatura. Este paso es una fantástica oportunidad para destacar el papel fundamental de los centros docentes para promocionar el interés por la lectura.

3. Descripción del objetivo de nuestro plan lector. Desde el área de educación física, debíamos hacerles ver que la lectura constituye un factor clave para hacer posible el aprendizaje a lo largo de toda la vida. Nuestro papel fundamental era mostrarles a la lectura como una herramienta útil que sirve para ocupar su tiempo libre, informarse, recrearse, comparar opiniones, imaginar, viajar, crear, dudar y crecer.

4. Estructuración y evaluación del alumno. Este paso fue el más complicado de realizar y debía quedar bastante claro para que se desempeñara sin ningún tipo de confusión. El alumnado debía leer de forma obligatoria un libro al año, no había un máximo de lecturas por año, aunque tan sólo se evaluaría una al trimestre. Tras su lectura, ellos debían presentar completa la ficha que les proporcionamos con el libro. Con esta ficha, ellos demostraban que tenían conocimiento sobre la lectura que habían leído. Además, de forma complementaria, el profesor ofrecía una película que tenía relación con el libro que habían leído (trabajo voluntario). La evaluación de la asignatura poseía un 10 de calificación (100%). Del 100% de la nota, se le otorgaba un 10% a los conceptos, un 60% a los procedimientos y un 30% a las actitudes. La lectura y el visionado del material proporcionado, nosotros la contemplamos en el apartado de las actitudes y le otorgamos 0.75 puntos de los 3 puntos disponibles de la parte actitudinal. En el caso de que también vieran la película complementaria se le otorgaría 0.25 puntos más por la elaboración de un resumen-reflexivo de la película. Por lo tanto, los alumnos podrán obtener un total de un punto por trimestre en este apartado.

5. Empleo del cine como actividad complementaria. El visionado de películas elegidas por nosotros ayudaba a trabajar valores educativos (responsabilidad, sinceridad, respeto, orden, tolerancia, solidaridad, capacidad de sacrificio, cooperación, humildad, etc.) para conseguir interiorizar los tramas. Además, los medios tecnológicos, redes sociales, etc. servirán como herramientas de investigación, ya que si quieren saber algo más, tanto de las películas como de los libros, tan sólo es necesario buscarlo en la red.

6. Interacción con los compañeros. En este paso pretendíamos que el alumnado compartiera su experiencia lec-

Tabla 1. Materiales utilizados

UNIDAD DIDÁCTICA	PELÍCULA	LIBRO DE LECTURA
1. Hábitos deportivos saludables	 Super Size Me	 Misión Infobible
2. Conoce tu forma física	 Carros de Fuego	 ¡Corre, Manuel, Corre!
3. Resistencia y flexibilidad	 Titanes. Hicieron historia	 De qué hablo cuando....
4. Fuerza y velocidad	 Ali	 El oro de los dioses
5. Baloncesto	 Entrenador Carter	 Big in Japan
6. Bádminton	 Wimbledon	 El último set

(continúa)

toro o su visualización del DVD. De esta forma se coopera e interacciona y se establece una formación crítica en los lectores. Por consiguiente, esta fase fue una herramienta muy valiosa y enriquecedora que creo debata entre compañeros.

4. VALORACIÓN

El presente trabajo muestra la puesta en práctica de un programa de fomento de la lectura en educación física. Nuestro programa se ha desarrollado de forma interdisciplinar y creemos que además de mejorar la comprensión lectora, promueve valores de desarrollo personal y social vinculados al deporte.

Debido a que era la primera vez que poníamos este tipo de plan lector en funcionamiento, nosotros desconocíamos el interés del alumnado por nuestro material (libros y videos). En un primer momento, esperábamos una participación de al menos un libro por estudiante al año, ya que en otras asignaturas también tenían diferentes materiales que podían ser interesantes para ellos. Sin embargo, debido al interés del curso por la asignatura y al interés que causaron las películas elegidas en el alumnado, nuestros alumnos se interesaron de forma exponencial por las lecturas vinculadas a las películas que ellos habían visto. De esta forma el 100% del alumnado leyó un libro al año, alcanzado una media de 1.92 ± 0.74 libros a lo largo del curso. Por lo tanto, podemos afirmar que nuestro plan de lectura cumplió con las inquietudes de nuestros alumnos y nos ayudó a cumplir los objetivos de promoción de la lectura que teníamos estructurados de forma general a lo largo del curso. Es preciso destacar que el plan de lectura propuesto en el presente documento, en ningún momento restó tiempo de compromiso motor, es decir el tiempo que el alumnado invierte en la actividad motriz durante la clase de EF.

Recopilando, aunque hemos presentado una actividad que consideramos interesante para nuestra asignatura, no tenemos datos estadísticos que nos ayuden a elegir nuevos materiales para cursos posteriores. Por lo tanto, una propuesta de futuro será la de elaborar una estadística descriptiva en la que podamos valorar exhaustivamente los intereses de los estudiantes.

5. CONCLUSIONES

En resumen, nuestra propuesta práctica muestra la gran variedad de materiales curriculares y de posibilidades tecnológicas que pueden ayudar a los docentes a acercar los planes de fomento de la lectura personalizados. La presente experiencia docente, ha sido diseñada para un curso de 3º de la ESO, pero estos planes pueden ser abiertos y flexibles, es decir, no se establecen para una edad concreta. La promoción de la lectura no tiene edad, es por ello que no existe una estructuración clara en este tipo de programas. En este sentido, encontrar libros-películas adecuadas al gusto e intereses de los alumnos nos ayudará a establecer progresos y facilitará el proceso de adquisición. Sin embargo, no podemos restringir “la libertad de elección” de los materiales, ya que la gran heterogeneidad que nos encontramos en el aula, diferentes gustos e intereses, hará que los materiales que podamos considerar buenos o interesantes no despierten ningún tipo de interés en nuestro alumnado (Melgarejo, 2006). Además, la lectura favorece el crecimiento axiológicamente (en valores), formulando juicios respecto a los valores de las lecturas. Esto es importante, ya que la reflexión y el debate sobre los valores hacen que los alumnos los interioricen (Álvarez y Pascual, 2014). Así, la comprensión del trama de un libro, la profundización en el personaje de este, los temas enmascarados en el argumento principal son medios que nos ayudan a fomentar los valores por medio de la lectura. Además, es necesario destacar la aportación que hace la lectura a la educación en general: ortografía, expresión, literatura, etc. Así, valorando la lectura como un hábito necesario e imprescindible, pero difícil de adquirir, animamos a todos los docentes a trabajar interdisciplinariamente para el correcto desarrollo de los planes lectores. No obstante, debemos trabajar con mucha paciencia y sobre todo con la inestimable ayuda familiar.

UNIDAD DIDÁCTICA	PELÍCULA	LIBRO DE LECTURA
7. Danzas del mundo	 Billy Elliot	 La Bailarina; El clon
8. Fútbol	 Fuera de Juego	 ¡Gool!
9. Hockey	 Somos los mejores	 Un viaje al interior
10. Escalada	 Límite vertical	 El espíritu de la roca
11. Acrosport	 El circo del sol. Dralíon	 Lagrimas por una medalla
12. Rugby-tag	 Invictus	 El factor humano

6. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alcántara, M.D. (2011). Importancia del desarrollo del proceso lector en el alumnado de educación primaria. *Innovación y experiencias educativas*, 40(3), 1-8.
- Álvarez, C. y Pascual, J. (2014). Aportaciones de un club de lectura escolar a la lectura por placer. *El profesional de la información*, 23(6), 625-631
- Ley 10/2007, de 22 de junio, de la lectura, del libro y de las bibliotecas. <https://www.boe.es/boe/dias/2007/06/23/pdfs/A27140-27150.pdf>
- Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación. <https://www.boe.es/boe/dias/2006/05/04/pdfs/A17158-17207.pdf>
- Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa.
- <https://www.boe.es/boe/dias/2013/12/10/pdfs/BOE-A-2013-12886.pdf>
- Marina, J.A. (2005). La conspiración lectora. *Boletín de la Institución Libre de Enseñanza*, II Época. 59-60.
- Melgarejo, J. (2006). La selección y formación del profesorado: clave para comprender el excelente nivel de competencia lectora de los alumnos finlandeses. *Revista de Educación, número extraordinario*. 237-262.

ANEXO 1. FICHA DE LECTURA

EDUCACIÓN FÍSICA Ficha de Lectura	
Leer un libro nos permite conocer otros mundos, otras personas, otras formas de vida... Para no olvidar ningún detalle, conviene rellenar una ficha donde apuntemos los datos más importantes de cada libro. Aquí tienes todos los pasos necesarios para completar una ficha de lectura. Rellena una ficha cada vez que leas un libro y tendrás una biblioteca de historias que podrás recordar fácilmente	
Detalles Técnicos	
Título	
Autor	
Editorial	
Año de Publicación	
Nº de páginas	
¿Quién escribe?	
¿Cuántos años tiene?	
¿De dónde es?	
¿A qué se dedica?	
¿Conoces otras obras suyas?	
Marco de la historia	
¿Dónde y cuándo sucede la historia?	
¿Quién cuenta la historia?	
Personajes	
¿Quién es el protagonista?	
¿Cómo es físicamente? ¿Cómo es su carácter?	
¿Qué personaje secundario te ha gustado más? ¿Por qué?	
Opinión personal	
¿Qué es lo que más te ha gustado?	
¿Qué has aprendido de esta lectura?	

#colégiate

¿Por qué?



**POR COMPROMISO
PROFESIONAL**



**POR RESPONSABILIDAD
SOCIAL**



**PORQUE GARANTIZAMOS
TU RESPONSABILIDAD
CIVIL PROFESIONAL**



**PORQUE
CUENTAS CON UN
SERVICIO DE
ASESORÍA JURÍDICA**



**PORQUE
CONTRIBUIMOS
A TU FORMACIÓN**



**PORQUE PUEDES
BENEFICIARTE DE LOS
CONVENIOS FIRMADOS
CON OTRAS ENTIDADES**



**PORQUE PUEDES
ACCEDER A OFERTAS
DE EMPLEO**



¿Cómo?

ENTRA EN
www.colefandalucia.com



DESPLIEGA EL MENÚ
"COLEGIACIÓN" EN LA
BARRA DE NAVEGACIÓN



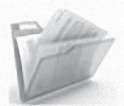
ACCEDE A
LA PÁGINA
"COLEGIACIÓN
ONLINE"
DEL MENÚ



LEE LAS NORMAS
PARA LA
COLEGIACIÓN



PREPARA LA
DOCUMENTACIÓN
A PRESENTAR



CUMPLIMENTA EL
FORMULARIO DE
PREINSCRIPCIÓN



www.colefandalucia.com





COLEF
ANDALUCIA

NORMAS PARA LA COLEGIACIÓN BIENIO 2017-2019

TITULACIÓN EXIGIDA

Título de licenciado en educación Física o licenciado o graduado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte expedido o reconocido por el Estado Español.

DOCUMENTACIÓN A PRESENTAR

Toda la documentación necesaria se incorporará a través de la aplicación informática "Colegiación On-line" en www.colefandalucia.com. Será necesario subir mediante dicha aplicación los siguientes documentos:

1. Una fotografía.
2. Fotocopia del Título, Certificación Académica de estudios, o fotocopia del resguardo de abono de los derechos de expedición del Título.
3. Fotocopia del Documento Nacional de Identidad.
4. Justificante de ingreso de la parte proporcional de la cuota correspondiente a la modalidad y periodicidad seleccionada en la cuenta BBVA ES62 0182 3095 2502 01696115 (consultar la cuota para el alta en www.colefandalucia.com).
5. Mandato para adeudos directos SEPA cumplimentado y firmado (descargar mandato en la web).

CUOTA

MODALIDAD	PERIODO	CUOTA
EJERCIENTE (ordinaria)	Anual	124,50 €
	Semestral	63,00 €
EJERCIENTE RECIÉN TITULADO (Durante los tres primeros años tras la obtención de la titulación)	Anual	90,00 €
	Semestral	45,00 €
NO EJERCIENTE	Anual	65,00 €
	Semestral	33,00 €
PRECOLEGIADO (Alumnos de los dos últimos cursos de la titulación)	Anual	20,00 €*

*Deducible de la primera cuota colegial.

A efectos de lo dispuesto en la Ley Orgánica de Protección de Datos de Carácter Personal 15/1999, de 13 de Diciembre, se informa al interesado que cuantos datos personales facilite a ILUSTRE COLEGIO OFICIAL DE LICENCIADOS EN EDUCACIÓN FÍSICA Y CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEL DEPORTE DE ANDALUCIA, con C.I.F.: Q-1478001-I. Serán incluidos en un fichero de datos de carácter personal creado y mantenido por la referida entidad. Los datos registrados en esta base de datos solo serán usados para la finalidad para los que han sido recogidos, conociendo el interesado y aceptando explícitamente, la comunicación de datos a terceros con el fin de desarrollar la finalidad contractual de los mismos. Cualquier otro uso de los datos personales requerirá del previo y expreso consentimiento del interesado. Este podrá ejercer en cualquier momento, sus derechos de rectificación, cancelación, modificación u oposición de sus datos personales, en la dirección de la empresa, sito en C/ Luis Fuentes Bejarano, nº60. Edificio Nudo Norte, 1ª planta. 41020 de Sevilla, teléfono: 955232246 y email: colefandalucia@colefandalucia.com

NORMAS DE COLABORACIÓN

A. CONDICIONES DE PUBLICACIÓN

- A.1.** La revista Habilidad Motriz acepta para su publicación artículos de investigación y experiencias profesionales, realizados con rigor metodológico, que supongan una contribución al progreso de cualquier área relacionada con los profesionales de las ciencias de la actividad física y del deporte, así como los procedentes de otras ciencias relacionadas con este ámbito.
- A.2.** El trabajo que se remita ha de ser inédito, no publicado (ni total ni parcialmente), excepto en los casos justificados que determine el comité de redacción. Tampoco se admitirán los trabajos que estén en proceso de publicación o hayan sido presentados a otra revista para su valoración. Se asume que todas las personas que figuran como autores o autoras han dado su conformidad y que cualquier persona citada como fuente de comunicación personal consiente tal citación. En caso de utilizar materiales de otros autores o autoras, deberá adjuntarse la autorización oportuna. Es responsabilidad de los autores y autoras las posibles anomalías o plagios que de ello se derive. El comité de redacción de la revista no se hace responsable de las opiniones vertidas por sus colaboradores/as en sus trabajos, ni se identifica necesariamente con sus puntos de vista.
- A.3.** El estilo del texto debe ser claro, de fácil lectura, conciso, ordenado y correcto desde el punto de vista gramatical. Se evitarán jergas personales y expresiones locales. Se debe procurar, al redactar el texto, utilizar un lenguaje no sexista (ver normas básicas de lenguaje no sexista) que claramente contribuya al desarrollo de la igualdad entre hombres y mujeres. No se publicarán textos con contenido que promueva algún tipo de discriminación social, racial, sexual o religiosa; ni artículos que ya hayan sido publicados en otros espacios ya sea en formato papel o en soporte informático. Se utilizará un lenguaje inclusivo.
- A.4.** El envío de una colaboración para su publicación implica, por parte del autor/a, la autorización a la revista para su reproducción, por cualquier medio, en cualquier soporte y en el momento que lo considere conveniente, salvo expresa renuncia por parte de esta última.
- A.5.** El envío y recepción de los trabajos originales no implica por parte de la revista su obligatoria publicación. La revista se reserva el derecho a publicar el trabajo en el número que estime más conveniente. Todas las personas que envíen un trabajo recibirán un acuse de recibo vía email y serán informadas del proceso que seguirá su artículo.
- A.6.** Los artículos publicados en la revista habilidad motriz podrán ser indexados en bases de datos científicas, cediendo los autores o autoras que publican en la revista los derechos de explotación a través de internet, de modo que lo que se establece en esta autorización no infringe ningún derecho de terceros. La titularidad de los derechos morales y de explotación de propiedad intelectual sobre los trabajos objeto de esta cesión, pertenece y seguirá perteneciendo a los autores o autoras.
- A.7.** El comité de redacción se reserva la facultad de instar para que se introduzcan las modificaciones oportunas en la aplicación de las normas y condiciones de publicación. Así mismo, el comité de redacción se reserva el derecho a realizar las correcciones gramaticales necesarias.
- A.8.** La revisión de los artículos es realizada por miembros de los comités y revisores. Se trata de una revisión según el método de doble ciego (anonimato de autoría y evaluadores/as). Basándose en las recomendaciones de los revisores/as, la revista comunicará a los autores/as el resultado motivado de la evaluación (se publica, se publicará tras realizar modificaciones o se rechaza). Si el artículo ha sido aceptado con modificaciones, los autores/as deberán reenviar una nueva versión del artículo, que será sometida de nuevo a revisión por los mismos revisores/as.

B. ENVÍO DE PROPUESTAS DE COLABORACIÓN

- B.1.** Las aportaciones deberán remitirse únicamente por correo electrónico al email de la secretaría de la revista **habilidadmotriz@colefandalucia.com**. Junto al trabajo se remitirá un documento indicando: 1) el tipo de publicación (artículo científico o experiencia profesional), 2) los datos personales de los autores (nombre y apellidos, lugar de trabajo, dirección, teléfono y e-mail, y número de colegiado) indicando quién

es el autor de correspondencia, 3) indicación expresa y firmada por todos los autores de conocer y aceptar las normas de publicación de la revista Habilidad Motriz anteriormente indicadas. Se mantendrá absoluta confidencialidad y privacidad de los datos personales que recoja y procese.

- B.2.** El trabajo presentado se enviará como archivo adjunto al mensaje en formato .doc (Microsoft Word), .odt (Open Office) o .Rar/.Zip (en el caso de que se envíen varios archivos o el tamaño de los archivos sea elevado). Se deberán cuidar al detalle las normas de maquetación expuestas en estas normas de publicación.
- B.3.** Los trabajos han de presentarse con letra tipo “times new roman”, tamaño 12 puntos, interlineado 1,5 líneas, formato din A4, con márgenes superior, inferior, derecha e izquierda de 2.5 cm. y numeración en la parte inferior derecha. Los títulos, apartados y subapartados se pondrán en negrita, y se identificarán con 1. XXXX, 1.1 Xxxxxx, etc... El sangrado al inicio de cada párrafo debe ser de 1,25 cm. Estará corregido y sin faltas ortográficas o de estilo.
- B.4.** La extensión máxima de los trabajos será de 25 páginas a una sola cara (incluyendo título, resumen, palabras clave, figuras, tablas, referencias bibliográficas, etc.). Excepcionalmente, y previa autorización del comité de redacción, podrá tener el artículo una extensión superior a la indicada. En cuanto al mínimo de páginas, estará en función de la calidad del trabajo.
- B.5.** Las figuras (ilustraciones, fotos, etc.) Y tablas se adjuntarán numeradas y en documento aparte (fichero independiente), haciendo referencia a los mismos en el texto, en la posición correspondiente dentro del texto. Se numerarán consecutivamente en el texto según su ubicación (tabla 1 o figura 1), respetando una numeración correlativa para cada. Las tablas deberán llevar numeración y título en la parte superior de las mismas. Las figuras deberán llevar la numeración y título en la parte inferior. El formato de las figuras será .png, .jpg (.jpeg) o .gif, y una resolución de 300 ppp (tener en cuenta que la publicación de la revista Habilidad Motriz es en blanco y negro). Las fotografías han de ser originales, en caso de no ser de producción propia se deberá reseñar su procedencia y referencia bibliográfica. Si hay fotografías donde figuran menores es necesaria la autorización expresa de su tutor/a legal. En general, en las fotografías donde aparezcan personas se deberán adoptar las medidas necesarias para que éstas no puedan ser identificadas.

C. ESTRUCTURA DE LOS TRABAJOS:

La revista Habilidad Motriz aceptará trabajos que se incluyan dentro de las dos categorías reseñadas y cuya estructura se presenta a continuación. El envío de otras formas de publicación diferentes será evaluado por la revista para valorar su presentación y posible publicación.

- 1) Artículos de investigación (carácter científico).
- 2) Experiencias profesionales –educativas, gestión, entrenamiento, actividad física y salud- (carácter profesional).

1) Artículos de investigación

El artículo de investigación es una de las formas más habituales que se emplea para comunicar los hallazgos o resultados originales de proyectos de investigación científica, tecnológica, educativa, pedagógica o didáctica y dar a conocer el proceso seguido en la obtención de los mismos. Un artículo de carácter científico puede adoptar diferentes formatos, pero el que trata de dar a conocer las aportaciones de un proceso de investigación debe estar ajustado a una serie de parámetros aceptados por la comunidad científica. Como referencia, la estructura del trabajo debe ser similar a la siguiente:

1.1.- Título

Se especificará el título en español (letra tipo “times new roman”, tamaño 20) y debajo en inglés (“times new roman”, 16 puntos) en negrita. El título de un artículo es la señal de identidad del mismo. Debe contener la información esencial del contenido del trabajo y ser lo suficientemente atractivo para invitar a su lectura. El número de palabras empleadas en el título deben ser limitadas y elegidas a partir del lenguaje estructurado y normalizado contenido en los tesauros. Las palabras deben indicar la intencionalidad (objetivos de investigación), el evento de estudio y su contexto. Evitar abreviaturas, anacronismos, palabras vacías de uso poco corriente.

1.2.- Resumen

Por lo general, el resumen debe tener 150 palabras como máximo. El resumen o abstract de los artículos es una de las partes más importantes del trabajo a publicar. Esta es la única parte del artículo que será publicada por algunas bases de datos y es la que leen los lectores e investigadores en las revisiones bibliográficas para decidir si es conveniente o no acceder al texto completo. Por tanto, si en el

resumen no queda clara la finalidad del artículo es posible que no se genere el interés por su lectura. Para la realización del resumen se deben seguir ciertas normas en la elaboración. El resumen de los trabajos debe de contener los objetivos, las características del contexto del estudio, la metodología empleada, así como algunos resultados relevantes. El resumen no debe contener abreviaturas, signos convencionales ni términos poco corrientes, a menos que sea necesario precisar su sentido en el mismo resumen. De manera general, los resúmenes no deben contener ninguna referencia ni cita particular.

1.3.- Abstract

Será necesario traducir correctamente al inglés el resumen que anteriormente se haya elaborado.

1.4.- Palabras clave

Debajo de cada resumen (español e inglés) se deberán especificar las palabras clave o key words. Se especificarán de tres a cinco palabras clave en español e inglés que aludan al contenido del trabajo. Las palabras clave son palabras del lenguaje natural, suficientemente significativas, extraídas del título o del contenido del documento. Con los actuales sistemas de recuperación de la información se hace necesario el empleo de descriptores normalizados recogidos en los tesauros al uso (unesco, tesoro europeo de la educación, cindoc, eric, etc.) Para facilitar la tarea de clasificar la información y su localización. Por esta razón, en la elección de las palabras clave, se deben tener en cuenta estos descriptores y ajustarse a ellos en la medida de lo posible.

Ejemplo:

Resumen (español): ...

Palabras clave: innovación docente, aprendizaje activo, atención a la diversidad, metodología.

Abstract (inglés): ...

Key words: teaching innovation, active learning, attention to the diversity, methodology.

1.5.- Introducción

La introducción del artículo recoge información sobre el propósito de la investigación, la importancia de la misma y el conocimiento actual del tema del que se trata. El propósito contiene los objetivos y el problema de investigación. Estos se deben presentar con claridad, resaltando su importancia y actualidad. Finalmente, es necesario reseñar

las contribuciones de otros trabajos relevantes, y destacar aquellas a partir de las cuales formulamos nuestros objetivos e hipótesis de investigación, justificando las razones por las que se realiza la investigación.

1.6.- Método

El método es el apartado en el que se describen las características de la investigación. En este punto se dan las explicaciones necesarias para hacer comprensible el proceso seguido, por lo que se aconseja incluir información referente al diseño (tipo y variables utilizadas), muestra (descripción, procedencia y si es el caso, representatividad de la población), instrumentos (los utilizados para recoger la información) y procedimiento (los pasos dados en el proceso del trabajo, sobre todo, en la recogida y el análisis de los datos).

1.7.- Resultados

Los resultados son la exposición de los datos obtenidos. Este apartado, considerado el eje fundamental del artículo, presenta los principales hallazgos que dan respuesta a los objetivos de la investigación presentados en la introducción. La estructuración interna de este apartado dependerá de la cantidad y tipo de datos recogidos. Es aconsejable que estos resultados se organicen atendiendo a un tipo de clasificación y orden. La síntesis de los mismos es recomendable presentarla por medio de gráficos o tablas. Conviene indicar la credibilidad de los resultados por medio de los criterios de rigor científicos establecidos para cada procedimiento metodológico (ya sea de recogida o análisis).

1.8.- Discusión y conclusiones

El artículo se completa con este apartado donde se hace una síntesis de los principales hallazgos que a su vez dan respuesta al problema de investigación. Si procede, también se comparan estos hallazgos con resultados similares obtenidos por otros/as autores/as en investigaciones similares. Habitualmente estos argumentos permiten prolongar la discusión hacia otros interrogantes que pueden constituir el punto de partida para nuevas investigaciones.

1.9.- Referencias bibliográficas

En este apartado se enumeran las diferentes referencias bibliográficas de aquellas fuentes citadas dentro del texto. Para la presentación de las mismas se aconseja que se sigan las normas de la American Psychological Association (APA).

2) Experiencias profesionales.

En este tipo de trabajos se expondrá la realización de una experiencia práctica en el mundo profesional: educativas, gestión, entrenamiento, actividad física y salud. El texto se estructurará u organizará en aquellos apartados que consideren los autores y/o autoras necesarios para una perfecta comprensión del tema tratado. Como referencia, la estructura del trabajo puede ser la siguiente:

- Título: (igual que en los **artículos de investigación**)
- Autoría: (igual que en los **artículos de investigación**)
- Resumen y abstract: (en español e inglés) (igual que en los **artículos de investigación**)
- Palabras claves (en español e inglés) (igual que en los **artículos de investigación**)

- Introducción: planteamiento de la cuestión, dónde se desarrolla la experiencia, quienes participan, contexto social, material, etc. Pasos previos, cómo surge la idea, objetivos, etc.
- Desarrollo: fases o pasos seguidos para la concreción de la práctica educativa, metodología, etc.
- Conclusión y valoración: logros, contribución a la labor profesional, etc.
- *Referencias bibliográficas: ver normas de publicación APA (American Psychological Association).*

LA REMISIÓN DEL ARTÍCULO A REVISTA HABILIDAD MOTRIZ SUPONE EL CONOCIMIENTO Y LA ACEPTACIÓN DE ESTAS CONDICIONES Y NORMAS DE PUBLICACIÓN.

Recorte o fotocopie este boletín y envíelo por correo postal a la dirección indicada, por Fax al 955 232 246 o por correo electrónico a colefandalucia@colefandalucia.com

Boletín de suscripción



Habilidad Motriz
REVISTA DE CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEL DEPORTE

El abajo firmante se suscribe a la revista Habilidad Motriz por un año (2 números)

Suscriptor _____

Domicilio _____

Localidad _____ Código Postal _____

Provincia _____ País _____

Firma:

Fecha en _____

a ____ de _____ del _____

Forma de pago: Ingreso de 12 €. en:
CUENTA BBVA
IBAN: ES62 0182 3095 2502 0169 6115

Números atrasados: Precio 6 € unidad
Agotados nº 0, 1 y 2.

Precio otros países:
Añadir al precio los gastos de Correo Aéreo

SERVIMOS PEDIDOS A CONTRAREEMBOLSO

DEJEMOS DE SER INVISIBLES

POR LA REGULACIÓN PROFESIONAL EN LA LEY DEL DEPORTE DE ANDALUCÍA



COMPARTE, APOYA Y DIFUNDE NUESTROS MOTIVOS

