

OPINIÓN DE LOS UNIVERSITARIOS SOBRE LA EDUCACIÓN FÍSICA Y EL DEPORTE

Ana Pavón Lores

Juan Antonio Moreno Murcia

1. INTRODUCCIÓN

La realización de actividad física sistemática y de cierta intensidad constituye un factor de protección de la salud y de prevención de muy diferentes trastornos de la misma, por los importantes beneficios fisiológicos y psicológicos asociados al ejercicio físico (DeMarco y Sidney, 1989; Sánchez-Barrera y cols., 1995; Weinberg y Gould, 1996; Segura y cols., 1999; Torre, 2002). Sin embargo, y a pesar de que todo el mundo conoce bien estos beneficios sólo un porcentaje mínimo de la población realiza sistemáticamente ejercicio físico (Sánchez-Barrera y cols., 1995; Añó, 1995; Llopis y Llopis, 1999a; Sánchez y cols., 1998; Pfister, 1998). Por ello, hay que conseguir que los sujetos inicien los programas de promoción y mantenimiento del ejercicio físico, y también incrementar la adherencia o seguimiento de estos programas, ante los frecuentes abandonos (más del 50%) antes del medio año de iniciarlos (Sánchez-Barrera y cols., 1995; Carron y cols., 1996; Weinberg y Gould, 1996; Miquel, 1998; Pintanel y Capdevila, 1999). En este sentido, destacamos los trabajos realizados en España por García Ferrando (2005), donde el 37% de la población adulta comprendida entre los 15 y los 75 años practica algún tipo de actividad física, siendo más activos los hombres que las mujeres, mientras que el 63% restante no practica actividad física alguna.

Tal y como mencionan Blasco y cols. (1996), en el momento de comenzar sus estudios en la Universidad muchas personas abandonan el hábito de hacer actividad física, pues deben dedicar muchas horas al estudio, y reducen el tiempo de ocio. Así, la experiencia deportiva en la escuela superior o Universidad se convierte en un buen predictor del nivel de dedicación en la edad adulta, ya que es a partir de la edad de 17-18 años, cuando parece que los altibajos de adherencia se hacen más evidentes.

De este modo, gran parte de la población estudiantil estaba interesada por el deporte como juego, espectáculo, ejercicio físico y diversión. Concretamente, se observaba que los universitarios estaban más interesados en el deporte que el resto de la población, ya que practicaban deporte entre un 46% y un 69% de jóvenes en edad universitaria (García Ferrando, 1990). No obstante, la mayoría de los estudios sobre la participación de la población universitaria en actividades físicas no llegan a describir qué tipo de práctica realiza dicha población quedándose de manera frecuente en los porcentajes de frecuencia y duración. Así pues, el objetivo de esta investigación, es realizar un análisis de la opinión de los estudiantes universitarios sobre la Educación Física y el deporte en un intento de conocer la situación actual, como paso previo a llevar a cabo las modificaciones oportunas que sean necesarias para incrementar el nivel de actividad física en la edad adulta.

2. MÉTODO

2.1. Muestra

La selección de la muestra se ha realizado utilizando un procedimiento de muestreo aleatorio estratificado por conglomerados, que era necesario por la heterogeneidad en el tamaño de cada uno de los colectivos que componen la población objeto de estudio (modalidades de estudios, niveles, horarios, sexo, tipos de centro). Tras determinar el tamaño muestral se efectuó la afijación proporcional atendiendo al género, la titulación y el curso (error muestral del 4%), por lo que la muestra definitiva ha quedado compuesta por 1512 alumnos de la Universidad de Murcia (España), de los cuales el 61,6% son mujeres y el 38,4% hombres, con edades comprendidas entre los 18 y los 45 años, y una media de edad de 21,93 años.

2.2. Instrumento

Tras un análisis de los cuestionarios sobre actitudes y motivaciones hacia la práctica de actividades físicas (García Ferrando, 2001; Gutiérrez y González-Herrero, 1995; Hellín, 2003; Moreno y cols., 1996; Reyes y Garcés de los Fayos, 1999), hemos llevado a cabo una revisión del trabajo realizado anteriormente por Pavón (2001, 2004) para elaborar el cuestionario M.I.A.F.D. (Motivaciones e Intereses hacia las Actividades Físico-Deportivas), con el objeto de conocer las opiniones que muestran los universitarios en su relación con la práctica de actividades físico-deportivas. Aunque este instrumento consta de dos partes, en este trabajo sólo exponemos algunos resultados obtenidos de la primera parte del cuestionario, donde se combinan 27 preguntas abiertas y cerradas para recoger información sobre el alumno, sobre el tipo de práctica físico-deportiva que realiza, sobre su concepción del deporte y, finalmente, su opinión sobre el tratamiento que da la Universidad a las actividades físico-deportivas.

2.3. Procedimiento

Tal y como requerían los objetivos de la investigación, hemos utilizado una metodología cuantitativa, en concreto, una encuesta mediante cuestionario autoadministrado. Para la recogida de datos, la investigadora principal llevó a cabo entrevistas personales voluntarias, donde hacía la presentación y en caso de ser necesario aclaraba las dudas que se presentaban, mientras que para la elección de los alumnos se establecieron rentas aleatorias en el hall de la Facultad o Escuela Universitaria seleccionada.

3. RESULTADOS

A continuación se analizan los resultados referentes a los aspectos que delimitan la opinión del colectivo de universitarios sobre las actividades físico-deportivas.

3.1. Opiniones según el concepto de deporte

Es aquí donde se intenta conceptualizar el término deporte para el alumno universitario, concretando su importancia dentro del marco general de la sociedad, como paso previo para establecer una visión global donde poder ubicar su práctica físico-deportiva.

Al preguntar a los estudiantes universitarios si les gustaba el deporte, el 89,7% (1357) contestaron afirmativamente frente al 10,3% (155) que respondieron negativamente. El 92,4% de los alumnos encuestados, opinan que la Educación Física y el deporte tienen gran importancia en el conjunto de aspectos que definen la vida de un país, mientras que únicamente el 7,6% expresan una opinión contraria (tabla 1).

Casi la totalidad de los universitarios encuestados asocian el deporte con el concepto de salud (79,8%), seguido de aquellos que entienden el deporte como un medio para mantenerse en forma (61%), los que utilizan el deporte como una válvula de escape (45,6%) y los que identifican el deporte por sus posibilidades de relación con los demás (40,9%). Por el contrario, sólo un 0,9% de la muestra considera que el deporte no aporta nada positivo, mientras que el 1,3% se muestran indecisos y eligen NS/NC (tabla 1).

[TABLA 1]

3.2. Opiniones de las actividades de tiempo libre

Las respuestas a esta pregunta abierta intentan conformar un marco global donde situar las actividades deportivas dentro de la estructura social, de tal forma que nos permita entender las funciones que va a desarrollar el deporte como actividad de ocio. Los datos evidencian que el 43,6% de los universitarios prefiere realizar actividades deportivas (646), seguidos del 26,5%

que se decantan por las actividades sociales (393), el 22,6% que seleccionan las aficiones personales (335), y el 7,3% que optan por las actividades culturales para ocupar su tiempo libre (108) (figura 1).

[FIGURA 1]

3.3. Opinión sobre la importancia de la Educación Física escolar

Este punto pretende conocer la opinión de los universitarios sobre la Educación Física recibida en las etapas educativas anteriores, como punto de inflexión a la hora de comparar las experiencias previas y su posterior transferencia a la vida adulta, a través de las actitudes mantenidas actualmente hacia las actividades físico-deportivas en la etapa universitaria. Así, las clases de Educación Física recibidas con anterioridad le resultaban fáciles al 42,6% de la muestra, eran suficientes para el 35,5%, eran motivantes para el 29,8%, eran consideradas útiles por el 29,1%, y en opinión del 23,1%, el profesor les animaba a practicar en horario extraescolar. Destacando que sólo el 1% considera que la Educación Física era más importante que el resto de las asignaturas (tabla 2).

[TABLA 2]

3.4. Opinión sobre la oferta físico-deportiva de la Universidad

Este apartado busca conformar la opinión de los alumnos encuestados sobre la oferta de actividades físico-deportivas que propone la Universidad, para posteriormente poder establecer la discusión y sacar conclusiones en relación con la práctica y las motivaciones reales del alumnado universitario (tabla 3).

El 84,1% del alumnado entrevistado no se siente motivado hacia la práctica de actividades físico-deportivas por la Universidad, por el contrario, el 15,9% afirma que la Universidad le ha motivado a practicar. De los 240 alumnos que se sienten motivados por la Universidad para la práctica físico-deportiva, sólo 85 (36,2%) manifiestan que esto les ha provocado algún cambio de deporte o actividad física frente a los 150 (63,8%) que niegan haber cambiado de actividad deportiva. Además, entre los motivos alegados para el cambio de actividad destacan que la oferta universitaria es más amplia (55,7%), seguido de los que opinan que su percepción sobre la práctica ha cambiado (26,6%), y de los que piensan que los programas ofertados por la Universidad son más motivantes (22,8%).

Tal y como se muestra en términos porcentuales en la tabla 3, 947 alumnos de la muestra consideran suficientes las instalaciones deportivas de la Universidad, siendo 522 los que las clasifican de insuficientes. Los alumnos que opinan que las instalaciones deportivas que le ofrece su Universidad son insuficientes para cubrir la demanda, indican como propuestas para construir y mejorar: la construcción de una piscina cubierta (40,6%), mejorar la dotación de instalaciones cubiertas o pabellones polideportivos (31,6%), aumentar las instalaciones o pistas al aire libre (20,3%), y los que mencionan que se deberían de mejorar todas las instalaciones (7,5%).

El 71,2% de los alumnos encuestados sobre la calidad de las instalaciones deportivas manifestaron estar de acuerdo con los niveles de calidad de la Universidad, mientras que el 28,8% consideraban que las instalaciones universitarias no eran de calidad. Entre los motivos que alegaban los universitarios para justificar su descontento con la calidad de las instalaciones deportivas universitarias encontramos, tal y como se refleja en la tabla 3, el mal estado de las instalaciones (41,1%), la distancia que les separa de las instalaciones universitarias (34,2%), la carencia de material, personal e instalaciones suficientes para satisfacer la oferta (17,6%), la mala información, organización y localización de las

instalaciones existentes (4,5%), los malos horarios de utilización de las instalaciones (2,1%) y la falta de condiciones que garantizan la seguridad durante el uso (0,6%).

Cuando interrogamos a los alumnos universitarios sobre el tipo de deporte que debería promocionar la Universidad, el 4,9% elige sólo el deporte de rendimiento (deporte de competición) y el 27,9% sólo el deporte para todos (deporte-salud), siendo la opción mayoritaria la que incluye ambos tipos de deporte (67,2%). Por otro lado, para el 57,7% de los universitarios la oferta deportiva satisface sus intereses de práctica, mientras que el 42,3% declaran no estar satisfechos con las posibilidades que ofrece la Universidad para la práctica físico-deportiva.

[TABLA 3]

4. DISCUSIÓN

Las investigaciones desarrolladas en España evidencian que la proporción de practicantes involuciona al aumentar la edad, hasta llegar un momento en el que la disminución de practicantes es elevada, coincidiendo con la franja de edad de 18 a 25 años (Sánchez-Barrera y cols., 1995; García Ferrando, 2001). En otras palabras, el inicio de una carrera universitaria va a implicar una disminución de los niveles de actividad física, que se hace más patente entre las mujeres, por su menor preferencia por los aspectos vinculados al deporte y la competición (Bellmunt y cols., 1994; Madera y González, 2003; Segura y cols., 1999; Salguero, Tuero y Márquez, 2003). Basándonos en esta premisa, hemos investigado sobre la opinión de los universitarios hacia la Educación Física y el deporte, en un intento de aclarar los motivos que conducirían a este grupo de población a la disminución o el abandono de la práctica físico-deportiva.

Así, partiendo de las ideas defendidas por autores como Adams y Brynteson (1992, 1993), que relacionan la participación en programas de Educación Física, con cómo perciben el valor del ejercicio, con qué frecuencia se ejercitan y con la cantidad de actividad física realizada por los asistentes, en esta investigación valoramos la importancia y el interés que sentían hacia los programas de Educación Física y Deportes los estudiantes universitarios.

En la actualidad, estudios como los de Lantz y Schroeder (1999) y Miller y cols. (2000), muestran que los hombres manifiestan mayor implicación deportiva que las mujeres; ya que la identidad atlética está positivamente relacionada con la masculinidad y negativamente con la feminidad. Este hecho, unido a la baja satisfacción en el deporte, con valores inferiores entre las chicas, indica la necesidad de reconstruir el deporte actual desde una perspectiva que profundice en los valores democráticos alejados de estereotipos sexistas (Rosich, 1999). De hecho, cuando en nuestro trabajo preguntamos a los chicos sobre esta cuestión, ellos se autodefinen afirmando que se les da bien la práctica deportiva, que se sienten competentes para la práctica, y que dominan con eficacia la práctica de actividades físicas o deportes, mientras que las mujeres opinan todo lo contrario.

A continuación llevamos a cabo un análisis del significado del término deporte para el alumnado universitario en un intento de relacionar el nivel de práctica físico-deportiva de este grupo concreto de población con la visión que tienen de las actividades físicas en el marco global de la sociedad, ya que los individuos con actitudes positivas y conocimientos básicos sobre los beneficios psicológicos del ejercicio, exhiben generalmente comportamientos de ejercicio físico más intensos y más frecuentes (Daley y Maynard, 2003; Mowatt y cols., 1988). De esta manera, cuando interrogamos a los estudiantes universitarios sobre si les gusta

el deporte, la inmensa mayoría contestan afirmativamente, aunque debemos diferenciar que casi la totalidad de los hombres afirman que les gusta el deporte, mientras que sólo un pequeño porcentaje de mujeres van a manifestar que no les gusta el deporte. En clara consonancia con el trabajo de Ruiz y cols. (2001), sobre el interés por la práctica de actividades físico-deportivas del alumnado universitario almeriense. Mientras que, por el contrario, el Centro de Investigaciones Sociológicas (1997) establece unos niveles de interés por el deporte claramente inferiores entre la población de más de 18 años.

Además, casi la totalidad de los universitarios analizados considera importante la Educación Física y el deporte en el conjunto de los aspectos que definen la vida de un país. Opinión que se confirma a medida que se incrementa la edad, lo cual contrasta con los datos de Moreno y cols. (2003), sobre la asociación entre la práctica de actividades físicas y la utilidad que se le da en el futuro, ya que no encontramos concordancia entre la importancia y el interés atribuido a la Educación Física y el porcentaje de practicantes entre la población adulta.

Prácticamente todos los universitarios encuestados asocian el deporte con el concepto de salud, coincidiendo con la opinión manifestada por el Centro de Investigaciones Sociológicas (1997) y Hellín (2003), seguido de aquellos que entienden el deporte como un medio para mantenerse en forma, los que utilizan el deporte como una válvula de escape y los que identifican el deporte por sus posibilidades de relación con los demás. Mientras que, sólo un mínimo porcentaje de la muestra considera que el deporte no aporta nada positivo.

Teniendo en cuenta que el deporte es percibido como la actividad de ocio que aporta mayores beneficios (Hudgson y cols., 1995; Carron y cols., 1996; Weinberg y Gould, 1996; Brawley, 1999), interrogamos a los universitarios sobre las actividades que prefieren realizar en su tiempo libre, con el objeto de conformar un marco global donde situar las actividades deportivas dentro de la estructura social. Los datos evidencian que los universitarios prefieren realizar actividades deportivas, seguidos de las actividades sociales, las aficiones personales y las actividades culturales para ocupar su tiempo libre. Asimismo, la función que va a desarrollar el deporte como actividad de ocio es diferente para cada género, mientras los universitarios se decantan por las actividades deportivas, las universitarias se reparten entre las actividades sociales y las aficiones personales (Márquez y Zubiaur, 1990; Sanz y cols., 2003).

Los trabajos realizados por Reyes y Garcés de Los Fayos (1999) con estudiantes universitarios, y el “Informe sobre la juventud española” elaborado por el Centro de Investigaciones Sociológicas (2000), coinciden en la importancia de “hacer deporte” como la actividad que les gusta llevar a cabo fuera de casa cuando disponen de tiempo libre. Por el contrario, García Ferrando (2001) establece que entre las actividades de tiempo libre más frecuentes en España, al igual que ocurre en el resto de los países europeos, se encuentra en primer lugar “estar con la familia”, seguida de otras actividades también de marcado carácter familiar como “ver la televisión”, “estar con los amigos”, “leer libros y revistas”, “escuchar música” y “oír la radio”. Mientras que “hacer deporte” como actividad de tiempo libre estaría situada en octavo lugar, por encima del deporte como espectáculo deportivo (Ispizua y Monteagudo, 1998).

El estudio de Luke (1991) sobre la importancia determinante de los componentes del currículo de la Educación Física escolar, en las actitudes positivas de los practicantes de actividades físico-deportivas, coincide con los trabajos de Sánchez-Barrera y cols. (1995), Blasco y cols. (1996), Cale (1996), Cale y Almond (1997), Goudas y cols. (2001) y Trudeau y

cols. (1999), donde la historia previa de ejercicio es un factor importante en el inicio y/o mantenimiento de la práctica físico-deportiva, por lo que influirá de forma determinante en el nivel actual de actividad física. Como dicen Eastman y cols. (1998), el mejor predictor de la participación universitaria en actividades físicas de tiempo libre, es el tiempo dedicado a dichas actividades durante la etapa de Enseñanza Secundaria.

Así, pese a las afirmaciones que constatan la influencia de las experiencias relacionadas con la participación en actividades físicas durante la niñez y la adolescencia, y el nivel de actividad física de los adultos (Piéron y cols. ,1999; Taylor y cols. ,1999), encontramos opiniones contrarias como el trabajo realizado por Moreno y cols. (2003) con adolescentes, donde se observa que a medida que se pasa de curso la preferencia por la Educación Física y el deporte es menor.

En nuestro estudio las clases de Educación Física recibidas con anterioridad les resultaban fáciles, eran suficientes, eran motivantes, eran consideradas útiles, y se sentían animados por el profesor a practicar en horario extraescolar. Destacando que, a pesar de ello, sólo el 1% considera que la Educación Física es más importante que el resto de las asignaturas. Las opiniones de Moreno y cols. (2003, 2004) sobre la asociación entre la práctica de actividades físicas y la utilidad que se le da en el futuro, pueden basar su justificación en que los practicantes y los universitarios a los que les gusta el deporte, valoran las clases de Educación Física recibidas en la etapa escolar como motivantes, útiles, insuficientes y fáciles, siendo animados por el profesor a practicar en horario extraescolar, mientras que los no practicantes recuerdan de las clases recibidas que eran difíciles y suficientes. Sin embargo, aunque trabajos como el de Ruiz y cols. (2001) confirman que los estudiantes universitarios que han tenido experiencias positivas en su valoración de la Educación Física recibida, se posicionan con grados más altos de interés por la práctica de la actividad físico-deportiva de tiempo libre, siendo una Educación Física donde el factor lúdico es lo más importante, nos vamos a encontrar con que no existe paralelismo entre este grado de interés y el nivel de práctica del alumnado universitario (Añó, 1995; García Ferrando, 1998, 2001; Ruiz y cols., 2001).

Conocer la opinión del alumnado sobre la oferta de actividades físico-deportivas llevada a cabo dentro del marco de la Universidad, constituye un punto de partida para intentar establecer las motivaciones que guían la práctica, así como la posible relación entre los medios, las infraestructuras y el currículum existente y la práctica de actividades físico-deportivas entre la población de estudiantes universitarios. Así, los alumnos desmotivados superan con un amplio margen a los alumnos motivados para la práctica por la Universidad, destacando que, son las mujeres quienes alcanzan los mayores índices de desmotivación, frente a los hombres que se muestran los más motivados (Pavón, 2001). Entre los alumnos que se sienten motivados por la Universidad para la práctica físico-deportiva, sólo un pequeño porcentaje manifiesta que esto les ha provocado algún cambio de deporte o actividad física frente a la amplia mayoría que niega haber cambiado de actividad deportiva. Además, entre los motivos alegados para el cambio de actividad destacan que la oferta universitaria es más amplia, seguido de los que opinan que su percepción sobre la práctica ha cambiado, y de los que piensan que los programas ofertados por la Universidad son más motivantes.

También podemos afirmar que los alumnos consideran suficientes las instalaciones proporcionadas por su Universidad, mientras que los alumnos que opinan que las instalaciones deportivas que le ofrece su Universidad son insuficientes para cubrir la demanda, indican como propuestas para construir y mejorar: la construcción de una piscina

cubierta, mejorar la dotación de instalaciones cubiertas o pabellones polideportivos, y aumentar las instalaciones o pistas al aire libre.

Únicamente un pequeño porcentaje de estudiantes a los que les gusta el deporte se sienten motivados hacia la práctica físico-deportiva por la Universidad, a la vez que clasifican de insuficientes las instalaciones deportivas universitarias, siendo necesario construir o mejorar las instalaciones al aire libre y las instalaciones cubiertas; frente a la mayoría de aquellos a los que no les gusta el deporte que se sienten desmotivados y consideran que hay suficientes instalaciones deportivas, decantándose por la construcción de piscinas cubiertas y la mejora de todas las instalaciones en general.

No podemos obviar numerosos trabajos donde se han encontrado diferencias claras entre los alumnos practicantes y los no practicantes (Finkenberg y Moode, 1996; Reyes y Garcés de los Fayos, 1999; Sánchez y cols., 1998). Para estos autores, los no practicantes muestran un alto interés centrado en el deporte saludable, mientras los practicantes van a mostrar interés por la competición y el deporte-rendimiento. Coincidiendo con estos resultados, nuestros datos indican que los practicantes se van a sentir motivados por la Universidad para la práctica de actividades físico-deportivas, orientando su interés hacia la promoción del deporte de rendimiento. En cuanto a su opinión sobre las instalaciones y equipamientos deportivos universitarios, los practicantes consideran que no son de calidad, por el mal estado en que se encuentran las instalaciones deportivas, y que además son insuficientes, siendo necesario construir o mejorar las instalaciones al aire libre. Por el contrario, los no practicantes se van a sentir desmotivados por la Universidad, con un claro interés hacia la promoción del deporte para todos (Pavón, 2001). Además, en su opinión sobre las instalaciones deportivas existentes establecen ciertas matizaciones, así, consideran que son de calidad, a pesar de que la distancia que les separa de las instalaciones deportivas y los malos horarios son los inconvenientes principales a la hora de explicar las carencias de calidad, y piensan que son suficientes, aunque mencionan la necesidad de construir piscinas cubiertas para la práctica de actividades físico-deportivas.

Al indagar sobre las calidades de las instalaciones universitarias, la mayoría de los alumnos encuestados manifestaron estar de acuerdo con los niveles de calidad de la Universidad. Sin embargo, debemos resaltar que entre los motivos que alegan los universitarios para justificar su descontento con la calidad de las instalaciones deportivas universitarias encontramos, el mal estado de las instalaciones, la distancia que les separa de las instalaciones universitarias, la carencia de material, personal e instalaciones suficientes para satisfacer la oferta, la mala información, organización y localización de las instalaciones existentes, los malos horarios de utilización de las instalaciones y la falta de condiciones que garantizan la seguridad durante el uso.

Por otra parte, sobre la influencia de las instalaciones deportivas en los niveles de práctica aparecen opiniones encontradas, mientras que en unos estudios se citan con frecuencia la falta, insuficiencia o inadecuación de las instalaciones como el motivo principal para dejar de hacer deporte (Weinberg y Gould, 1996; Llopis y Llopis, 1999b), para otros autores es un factor que parece influir en la práctica deportiva aunque sin ser una dificultad que impida su realización, ya que en su opinión, en los últimos años la municipalización del deporte y la consiguiente construcción de equipamientos e instalaciones deportivas, sobre todo de carácter público, ha permitido mejorar sustancialmente las infraestructuras que han propiciado la expansión cualitativa y cuantitativa de los hábitos deportivos de los españoles (Andrés y Delgado, 1995; Añó, 1995; García Ferrando, 1998; Procrés-joven, 1999).

Dentro de los deportes a promocionar en la Universidad destaca el deporte salud o deporte para todos, siendo la opción mayoritaria la que incluye ambos tipos de deporte (deporte salud y deporte rendimiento), coincidiendo con otros estudios que ponen de manifiesto la importancia de la salud en el significado del deporte para los universitarios (Castillo y Balaguer, 2001; DeMarco y Sydney, 1989; García Ferrando, 1991, 1996; Masachs y cols., 1994; Pavón, 2001). Concretamente, García Ferrando (1984, 1990, 2001) y Parera y Solanellas (1998) dicen, sobre las preferencias de actividades deportivas entre los estudiantes universitarios, que aparece una tendencia creciente hacia las actividades de recreo o mantenimiento y menor hacia las de competición, que debe ser fomentada por las instituciones y los profesionales de la Educación Física y deportiva, los verdaderos encargados de realizar políticas activas que favorezcan este estilo de vida saludable.

Por último, los universitarios van a manifestar que la oferta deportiva satisface sus intereses de práctica, mientras que un porcentaje ligeramente inferior declara no estar satisfecho con las posibilidades que ofrece la Universidad para la práctica físico-deportiva.

En futuras investigaciones sería de utilidad profundizar en esta línea de trabajo, si de verdad queremos obtener resultados con vistas a mejorar la implicación de los alumnos universitarios en el disfrute activo del tiempo de ocio, facilitándoles instalaciones, materiales y personal docente preparado para poder realizar las actividades físico-deportivas dentro de los centros universitarios y de su horario escolar, en un intento de favorecer el aumento de los niveles de práctica durante la edad adulta.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Adams, II, T. y Brynteson, P. (1992). A comparison of attitudes and exercise habits of alumni from colleges with varying degrees of physical education activity programs. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 63 (2), 148-152.
- Adams, II, T. y Brynteson, P. (1993). The effects of conceptually based physical education programs on attitudes and exercise habits of college alumni after 2 to 11 years of follow-up. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 64 (2), 208-212.
- Andrés, F. y Delgado, C. (1995). *Política Deportiva Municipal. El nuevo papel de las corporaciones locales*. Madrid: Consejo Superior de Deportes.
- Añó, V. (1995). *Aspectos psicosociales en la oferta de instalaciones deportivas*. Tesis doctoral. Dir. Dr. José María Peiró. Valencia: Universidad de Valencia.
- Bellmunt, H.; Canós, R.; Comas, M. y Escolá, F. (1994). La práctica físico-deportiva y la mujer entre 18 y 25 años. En *Aplicaciones y fundamentos de las actividades físico-deportivas, Actas del I Congreso de las Ciencias del Deporte y la Educación Física*, (pp. 325-330). Lleida: INEFC.
- Blasco, T.; Capdevila, Ll.; Pintanel, M.; Valiente, L. y Cruz, J. (1996). Evolución de los patrones de actividad física en estudiantes universitarios. *Revista de Psicología del Deporte*, 9-10, 51-63.
- Brawley, J. (1999). Assessment of factors which influence college students to participate in regular physical activity: a PRECEDE approach. Microform Publications, University of Oregon, Or, 2000, 1 microfiche.
- Cale, L. (1996). An assessment of the physical activity levels of adolescent girls - Implications for Physical Education. *European Journal of Physical Education*, 1, 46-55.
- Cale, L. y Almond, L. (1997). The physical activity levels of English adolescent boys. *European Journal of Physical Education*, 2, 74-82.
- Carron, A.; Hausenblas, H. A. y Mack D. (1996). Social influence and exercise: A Meta-Analysis. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 18, 1-16.
- Castillo, I. y Balaguer, I. (2001). Dimensiones de los motivos de práctica deportiva de los adolescentes valencianos escolarizados. *Apunts. Educación Física y Deportes*, 63, 22-29.
- Centro de Investigaciones Sociológicas (1997). *Informe sobre tiempo libre y deportes*. Noviembre 1997. Estudio nº 2.266.
- Centro de Investigaciones Sociológicas (2000). *Informe sobre la juventud española*. Octubre- Noviembre 1999. Estudio nº 2.370.
- Daley, A. J. y Maynard, I. W. (2003). Preferred exercise mode and affective responses in physically active adults. *Psychology of Sport and Exercise*, 4 (4), 347-356.
- DeMarco, T. y Sidney, K. (1989). Enhancing children's participation in physical activity. *Journal of School Health*, 59 (8), 337-340.
- Eastman, W.; Hostetter, R.; Targett, N. y Carroll, D. (1998). Physical education enrolment and leisure time physical activity in young adults: a 5-year follow-up. *Avante*, 4 (2), 101-106.
- Finkenber, M. E. y Moode, F. M. (1996). College students' perceptions of the purposes of sports. *Perceptual and motor skills*, 82 (1), 19-22.
- García Ferrando, M. (1984). *Las prácticas deportivas de los estudiantes universitarios*. Madrid: F.E.D.U.
- García Ferrando, M. (1990). *Aspectos sociales del deporte. Una reflexión sociológica*. Madrid: Alianza Editorial.

- García Ferrando, M. (1991). *Los españoles y el deporte (1980-1990). Un análisis sociológico*. Madrid: C. S. D. y Ministerio de Educación y Ciencia.
- García Ferrando, M. (1996). *Los hábitos deportivos de los estudiantes españoles*. Documento sin publicar. Madrid: M. E. C.
- García Ferrando, M. (1998). Estructura social de la práctica deportiva. En García Ferrando, M.; Puig, N. y Lagartera, F. (eds.), *Sociología del deporte*, (pp. 41-67). Madrid: Alianza Editorial.
- García Ferrando, M. (2001). *Los españoles y el deporte: Prácticas y comportamientos en la última década del siglo XX. Encuesta sobre los hábitos deportivos de los españoles, 2000*. Madrid: C. S. D. y Ministerio de Educación, Cultura y Deporte.
- García Ferrando, M. (2005). *Encuesta sobre hábitos deportivos de los españoles*. Avance de resultados. C. S. D. y C. I. S.
- Goudas, M.; Dermitzaki, I. y Bagiatis, K. (2001). Motivation in Physical Education is correlated with participation in sport after school. *Psychological Reports*, 88 (2), 491-496.
- Gutiérrez, M. y González-Herrero, E. (1995). Motivos por los que los jóvenes practican actividad física y deportiva: análisis de una muestra de estudiantes universitarios. En *Aplicacions i fonaments de les activitats físico-esportives* (pp. 363-374). Lleida: INEFC.
- Hellín, P. (2003). *Hábitos físico-deportivos en la Región de Murcia: Implicaciones para la elaboración del currículum en el ciclo formativo de Actividades Físico-Deportivas*. Tesis doctoral. Dir. Dr. Juan Antonio Moreno y Dr. Pedro Luis Rodríguez. Murcia: Universidad de Murcia.
- Hudgson, N. M.; Andrews, B. C. y Butler-Adam, J. F. (1995). Leisure participation and perceptions of psychological benefits. *Journal for Research in Sport, Physical Education and Recreation*, 18 (2), 29-37.
- Ispizua, M. y Monteagudo, M. J. (1998). Ocio y deporte en las edades del hombre. En García Ferrando, M.; Puig, N. y Lagartera, F. (eds.), *Sociología del deporte*, (pp. 231-257). Madrid: Alianza Editorial.
- Lantz, C. D. y Schroeder, P. J. (1999). Endorsement of masculine and feminine gender roles: differences between participation in and identification with the athletic role. *Journal of Sport Behavior*, 22 (4), 545-557.
- Llopis, D. y Llopis, R. (1999a). Perfil psicosociológico de la población deportista en la Comunidad Valenciana. En Nieto, G. y Garcés de Los Fayos, E. J. (eds.), *Psicología de la Actividad Física y el Deporte, Tomo I* (pp. 417-422). Murcia: Sociedad Murciana de Psicología de la Actividad Física y el Deporte.
- Llopis, D. y Llopis, R. (1999b). Motivación y práctica deportiva. En Nieto, G. y Garcés de Los Fayos, E. J. (eds.), *Psicología de la Actividad Física y el Deporte, Tomo I* (pp. 127-134). Murcia: Sociedad Murciana de Psicología de la Actividad Física y el Deporte.
- Luke, M. (1991). Attitudes of young children toward physical education. *Canadian children*, 16 (2), 33-45.
- Madera, E. y González, R. (2003). Del INEF a la Facultad: Motivaciones, conocimientos, consideraciones y hábitos de los alumnos de primer curso de la Licenciatura en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte de la Universidad de León. En *Actas del IX Congreso Nacional de Psicología de la Actividad Física y el Deporte "Perspectiva Latina"*, (pp. 349-355). León: Asociación de Psicología del Deporte.
- Márquez, S. y Zubiaur, M. (1990). Actitudes, intereses y opiniones de los estudiantes del INEF de Castilla y León. *Perspectivas de la Actividad Física y el Deporte*, 4 (6), 27-31.
- Masachs, M.; Puente, M. y Blasco, T. (1994). Evolución de los motivos para participar en programas de ejercicio físico. *Revista de Psicología del Deporte*, 5, 71-80.

- Miller, J. L.; Heinrich, M. D. y Baker, R. (2000). A look at Title IX and women's participation in sport. *Physical Educator*, 57 (1), 8-13.
- Miquel Salgado-Araujo, J. L. (1998). Revisión de la literatura actual sobre la continuidad del cambio de conducta en relación a la actividad física. *Apunts. Educación Física y Deportes*, 54, 66-77.
- Moreno, J. A.; Rodríguez, P. L. y Gutiérrez, M. (1996). Actitudes hacia la Educación Física: Elaboración de un instrumento de medida. *Actas del III Congreso Nacional de Educación Física de Facultades de Educación y XIV de Escuelas Universitarias de Magisterio*, (pp. 507-516). Guadalajara: Universidad de Alcalá.
- Moreno, J. A.; Rodríguez, P. L. y Gutiérrez, M. (2003). Intereses y actitudes hacia la Educación Física. *Revista Española de Educación Física*, IX (2), 14-28.
- Moreno, J. A.; Sicilia, A.; Gutiérrez, M. y Pavón, A. (2004). Motivating spanish university students in favour of physical education and sport. *The Bulletin of Physical Education*, 40 (3), 275-302.
- Mowatt, M.; DePauw, K. P. y Hulac, G. M. (1988). Attitudes toward physical activity among college students. *Physical Educator*, 45 (2), 103-108.
- Parera, I. y Solanellas, F. (1998). Estudio descriptivo de los hábitos deportivos de los estudiantes del INEFC de Barcelona. En Martínez del Castillo, J. (ed.), *Investigación Social y Deporte Nº 4*, (pp. 107-116). Madrid: Librerías Deportivas Esteban Sanz.
- Pavón, A. (2001). *Intereses y actitudes hacia la práctica físico-deportiva en la etapa universitaria*. Trabajo presentado para la obtención del DEA. Murcia: Universidad de Murcia.
- Pavón, A. (2004). *Motivaciones e intereses de los universitarios murcianos hacia la práctica físico-deportiva*. Tesis doctoral. Dir. Dr. Juan Antonio Moreno. Murcia: Universidad de Murcia.
- Pfister, G. (1998). Development of relationship to sport: sport biographies of German women. *Women in sport and physical activity Journal*, 7 (1), 151-169.
- Piéron, M.; Telama, R., Almond, L. y Carreiro da Costa, F. (1999). Estilo de vida de jóvenes europeos: Un estudio comparativo. *Revista de Educación Física*, 76, 5-13.
- Proces-Joven. (1999). *Estudio sobre conductas relacionadas con la salud en la población escolarizada de la región de Murcia. Curso 1997-1998*. Murcia: Consejería de Sanidad y Consumo. Consejería de Educación y Cultura.
- Pintanel, M. y Capdevila, Ll. (1999). Una intervención motivacional para pasar del sedentarismo a la actividad física en mujeres universitarias. *Revista de Psicología del Deporte*, 8 (1), 53-66.
- Reyes, S. y Garcés, E. (1999). ¿Por qué las personas hacen deporte?. Un análisis descriptivo en una población de estudiantes universitarios. En Nieto, G. y Garcés de Los Fayos, E. J. (eds.), *Psicología de la Actividad Física y el Deporte*, (pp. 121-126). Murcia: Sociedad Murciana de Psicología de la Actividad Física y el Deporte.
- Rosich, M. M. (1999). Satisfacción de los y las adolescentes con el deporte. En Nieto, G. y Garcés de Los Fayos, E. J. (eds.), *Psicología de la Actividad Física y el Deporte*, (pp. 173-181). Murcia: Sociedad Murciana de Psicología de la Actividad Física y el Deporte.
- Ruiz, F.; García, 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 Deportes*, 63, 86-92.
- Salguero, A.; Tuero, C. y Márquez, S. (2003). Adaptación española del Cuestionario de Causas de Abandono en la Práctica Deportiva: validación y diferencias de género en jóvenes nadadores. *Revista Digital Lecturas: Educación Física y Deportes*, 8 (56). <http://www.efdeportes.com/efd56/aband.htm>

- Sánchez, A.; García ,F.; Landabaso, V. y Nicolás, L. (1998). Participación en actividad física de una muestra universitaria a partir del modelo de las etapas de cambio en el ejercicio físico: un estudio piloto. *Revista de Psicología del Deporte*, 7 (2), 233-245.
- Sánchez-Barrera, M.; Pérez, M. y Godoy, J. (1995). Patrones de actividad física de una muestra española. *Revista de Psicología del Deporte*, 7-8, 51-71.
- Sanz, E.; San Martín, B.; Ponce, A.; Lapresa, D.; Egién, R.; Alonso, F. y Navaridas, F. (2003). Perfil sociodemográfico del practicante de actividades físico-deportivas organizadas. El caso de la Comunidad Autónoma de La Rioja. En *Actas del IX Congreso Nacional de Psicología de la Actividad Física y el Deporte "Perspectiva Latina"*, (pp. 525-533). León: Asociación de Psicología del Deporte.
- Segura, J.; Cebriá, J.; Casas, O.; Corbella, S.; Crusat, M.; Escanilla, A.; Grau, G. y Sanromá, M. (1999). Hábitos de actividad física en estudiantes universitarios. En Nieto, G. y Garcés de Los Fayos, E. J. (eds.), *Psicología de la Actividad Física y el Deporte*, (pp. 203-213). Murcia: Sociedad Murciana de Psicología de la Actividad Física y el Deporte.
- Taylor, W. C.; Blair, S. N.; Cummings, S. S.; Wun, C. C. y Malina, R. M. (1999). Childhood and adolescent physical activity patterns and adult physical activity. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 31 (1), 118-123.
- Torre, E. (2002). Factores personales y sociales vinculados a la práctica físico-deportiva desde la perspectiva del género. *Apunts: Educación Física y Deportes*, 70, 83-89.
- Trudeau, F.; Laurencelle, L.; Tremblay, J.; Rajic, M. y Shephard, R. J. (1999). Daily primary school physical education: effects on physical activity during adult life. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 31 (1), 111-117.
- Weinberg, R. y Gould, D. (1996). *Fundamentos de psicología del deporte y el ejercicio físico*. Barcelona: Ariel Psicología.

RESUMEN

A pesar de que todo el mundo conoce los beneficios de la práctica físico-deportiva sólo un porcentaje mínimo de la población realiza sistemáticamente ejercicio físico. Abandono que resulta más evidente a partir de los 17 años, con lo que la experiencia deportiva en la Universidad se convierte en un buen predictor del nivel de dedicación en la edad adulta. Así pues, el escaso interés que la vida activa despierta una vez que se ha abandonado la etapa educativa, nos lleva a realizar un análisis de la opinión de los estudiantes universitarios sobre la Educación Física y el deporte, como un paso necesario para aumentar nuestro conocimiento, y en consecuencia, el nivel de actividad física en la edad adulta. Basándonos en esta premisa, hemos desarrollado el Cuestionario de Motivaciones e Intereses hacia las Actividades Físico-Deportivas (M.I.A.F.D.).

Casi la totalidad de los alumnos encuestados consideran importante la Educación Física y manifiestan que les gusta el deporte, entendido como un elemento saludable que les permite mantenerse en forma, por lo que es la actividad más practicada en el tiempo de ocio. Además van a calificar las instalaciones deportivas universitarias de suficientes y satisfactorias, a pesar de no sentirse motivados hacia la práctica por la propia Universidad.

PALABRAS CLAVE: Actividad físico-deportiva, deporte, Universidad, Educación Física.

ABSTRACT

Although everybody knows the benefits of the physical and sport practice only the population's minimum percentage carry physical exercise out systematically. Starting from the 17 years old is more evident the abandonment, therefore the sport experience in the University becomes in a good predictor of the dedication level in adults. So, the lack of interest that the active life awake when they have given up the educational stage, it takes us to carry out an analysis of the opinion of the university students about the Physical Education and the sport, as a necessary step to increase our knowledge, and in consequence, the level of physical activity in adults. Whereupon, we have developed a Questionnaire dealing with motivations and interest in sport and physical activities (M.I.A.F.D.).

Most of the interviewed students consider important the Physical Education and like the sport, as a healthy element that allows them to stay in form, for what is the activity more practiced in the leisure time. They will also qualify the university sport facilities like sufficient and satisfactory, in spite of not being motivated toward the practice by the own University.

KEY WORDS: Physical activity, sport, University, Physical Education.

Tabla 1. Distribución porcentual de la concepción personal del deporte.

Actitud hacia el deporte	Frecuencia	Porcentaje (%)
Les gusta	1357	89,7
No les gusta	155	10,3
Importancia del Deporte y la Educación Física	Frecuencia	Porcentaje (%)
Sí, es importante	1397	92,4
No es importante	115	7,6
Opinión sobre el deporte	Frecuencia	Porcentaje (%)
El deporte es salud	1206	79,8
Permite mantenerse en forma	922	61,0
El deporte es una válvula de escape	690	45,6
Permite relacionarse con los demás	619	40,9
Es una parte importante de nuestra educación	389	25,7
El deporte me permite poner a prueba mis capacidades físicas	384	25,4
NS/NC	20	1,3
El deporte no aporta nada positivo	14	0,9

Tabla 2. Distribución porcentual de la valoración de la Educación Física escolar.

Valoración de la Educación Física escolar	Frecuencia	Porcentaje (%)
Le resultaron fáciles	644	42,6
Eran suficientes	537	35,5
Eran motivantes	451	29,8
Las consideraba útiles	440	29,1
El profesor le animaba a practicar	349	23,1
La EF era más importante	15	1

Tabla 3. Distribución porcentual de la oferta físico-deportiva de la Universidad.

Motivación de la Universidad	Frecuencia Porcentaje	
		(%)
Motivado	240	15,9
Han cambiado de deporte o actividad física	85	36,2
No han cambiado de deporte o actividad física	150	63,8
No motivado	1270	84,1
Suficiencia de las instalaciones universitarias	Frecuencia Porcentaje	
		(%)
Sí, son suficientes	947	64,5
No son suficientes	522	35,5
Calidad de las instalaciones universitarias	Frecuencia Porcentaje	
		(%)
Son de calidad	1077	71,2
No son de calidad	435	28,8
Motivos de falta de calidad	Frecuencia Porcentaje	
		(%)
Mal estado de las instalaciones deportivas	138	41,1
Instalaciones muy alejadas	115	34,2
Carencia de material, personal e instalaciones	59	17,6
Mala información, organización y localización	15	4,5
Malos horarios	7	2,1
Faltan condiciones de seguridad	2	,6
Tipo de deporte a promocionar	Frecuencia Porcentaje	
		(%)
Deporte de rendimiento (deporte de competición)	74	4,9
Deporte para todos (deporte-salud)	422	27,9
Ambos tipos de deporte	1016	67,2
Satisfacción con la oferta deportiva	Frecuencia Porcentaje	
		(%)
Satisface sus intereses de práctica	872	57,7
No satisface sus intereses de práctica	640	42,3

Figura 1. Distribución porcentual de las actividades de tiempo libre.

