

## 5. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Añó, V. (1995). *Aspectos psicosociales en la oferta de instalaciones deportivas*. Tesis doctoral. Dir. Dr. José María Peiró. Valencia: Universidad de Valencia.
- 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.
- 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.
- Comes, M.; Font, M. y Vilá, A. (1994). Deporte Universitario. En *Ámbitos específicos de los Deportes y la Educación Física* (pp. 353-362). Lleida: INEFC.
- Miquel Salgado-Araujo, J. L. (1998). Revisión de la literatura actual sobre la continuidad del cambio de conducta en relación a la actividad física. *Apunt.: Educación Física y Deportes*, 54, 66-77.
- Pfister, G. (1998). Development of relationship to sport: sport biographies of German women. *Women in sport and physical activity Journal*, 7 (1), 151-169.
- 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.
- 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.
- Sierra Bravo, R. (1995). *Técnicas de investigación social. Teoría y ejercicios*. Madrid: Paraninfo.
- Weinberg, R. y Gould, D. (1996). *Fundamentos de psicología del deporte y el ejercicio físico*. Barcelona: Ariel Psicología.

**Tabla 11. Distribución porcentual del interés por los contenidos de los créditos relacionados con la Educación Física y el Deporte por género (atendiendo a la Universidad).**

Género	Interés por el contenido	Universidad de Murcia (%)	Universidad de Valencia (%)	Universidad de Almería (%)	Total (%)
Chicos	NS/NC	27,9	23,6	29,2	26,8
	Si	66,2	67,9	58,3	64,4
	No	5,9	8,6	12,5	8,8
Chicas	NS/NC	24,2	27,5	26,9	26,3
	Si	73,3	64,7	67,2	68,1
	No	2,5	7,8	5,9	5,6

#### 4. CONCLUSIONES

En este punto mostramos las conclusiones más relevantes que hemos ido obteniendo a lo largo del estudio, atendiendo a los objetivos planteados inicialmente:

- A mayor nivel de práctica físico-deportiva, menor número de alumnos que consideran suficientes las instalaciones de su Universidad, menor satisfacción con la calidad de las mismas, mayor interés hacia la promoción del deporte-rendimiento y mayor exigencia en cuanto a la titulación deportiva de la persona que dirige la práctica.
- Predominio de los alumnos que no se sienten motivados hacia la práctica por su Universidad, principalmente entre el grupo de mujeres y entre los alumnos de la Universidad de Almería.
- En general, la mitad de los universitarios considera insuficientes las instalaciones de la Universidad, destacando que en las Universidades de Valencia y Almería predominan los alumnos que defienden esta opinión, mientras que en la Universidad de Murcia, la mitad del alumnado va a considerar suficientes las instalaciones universitarias.
- Casi la totalidad de los universitarios considera importante la Educación Física en el conjunto de aspectos que definen la vida de un país, sin encontrar diferencias entre ambos géneros.
- Aunque todos los alumnos muestran interés por la oferta de créditos relacionados con la Educación Física y el Deporte de la Universidad y por los contenidos de dichos créditos, las mujeres lo hacen en mayor medida que los hombres.
- Las motivaciones señaladas para la elección de los créditos deportivos son, por este orden: “para mi formación” elegida principalmente por las mujeres, “para conseguir créditos” y “porque se aprueba fácil”, elegidas en su mayoría por los chicos.

**Tabla 9. Distribución porcentual del interés por la oferta de créditos relacionados con la Educación Física y el deporte por género (atendiendo a la Universidad).**

Género	Importancia de los créditos	Universidad de Murcia (%)	Universidad de Valencia (%)	Universidad de Almería (%)	Total (%)
Chicos	NS/NC	4,4	3,6	5,8	4,6
	No	8,1	4,3	6,7	6,3
	Si	87,4	92,1	87,5	89,1
Chicas	NS/NC	3,3	2,0	8,2	4,3
	No	1,7	3,9	10,7	5,3
	Si	95,0	94,1	81,1	90,4

Al ser interrogados, el total de alumnos que se mostraron interesados porque la Universidad ofertara créditos relacionados con la Educación Física y el Deporte, sobre los motivos de dicha preferencia, el 67,8% seleccionaron “para mi formación”, seguidos del 27,1% que escogieron “para conseguir créditos” y del 5,1% “porque se aprueba fácil”. Precisamente, la opción “*para mi formación*”, es la más elegida por los chicos (58,6%) y por las chicas (69,3%), en segundo lugar está “*para conseguir créditos*”, con un 33,7% entre los chicos y un 28,5% entre las chicas y, por último, “*porque se aprueba fácil*”, con apenas un 7,7% de chicos y un 2,2% de chicas (tabla 10).

**Tabla 10. Distribución porcentual de los principales motivos por los que los alumnos prefieren los créditos relacionados con la Educación Física y el Deporte por género (atendiendo a la Universidad).**

Género	Motivos	Universidad de Murcia (%)	Universidad de Valencia (%)	Universidad de Almería (%)	Total (%)
Chicos	Para conseguir créditos	44,9	26,4	30,1	33,7
	Para mi formación	43,2	69,0	63,1	58,6
	Porque se aprueban fácil	11,9	4,7	6,8	7,7
Chicas	Para conseguir créditos	40,2	18,8	29,0	28,5
	Para mi formación	57,3	78,5	70,0	69,3
	Porque se aprueban fácil	2,6	2,8	1,0	2,2

El 66,2% del alumnado encuestado muestra interés por los contenidos de los créditos relacionados con la Educación Física y el Deporte, frente al 7,2% que no está interesado y el 26,5% que NS/NC. Por género, encontramos un alto porcentaje de indecisos, sin embargo, la mayoría se muestra interesado por los contenidos de los créditos educativos, tanto entre los chicos (64,4%) como entre las chicas (68,1%) (tabla 11).

salud (71,6%) y, en menor medida, hacia el rendimiento (21,3%). De hecho, en la tabla 7 podemos ver, que más de la mitad de los alumnos eligen, independientemente del género y de la Universidad de procedencia, la práctica de actividades físico-deportivas desde un punto de vista saludable frente a la opción del rendimiento, con un 58,9% y un 33,2% entre los chicos y un 77,5% y un 14,7% entre las chicas.

**Tabla 7. Distribución porcentual del tipo de deporte que debería promocionar la Universidad por género (atendiendo a la Universidad).**

Género	Tipo de deporte	Universidad de	Universidad de	Universidad de	Total (%)
		Murcia (%)	Valencia (%)	Almería (%)	
Chicos	NS/NC	10,4	5,0	8,4	7,9
	D. alto rendimiento	27,6	33,1	39,5	33,2
	D. Salud	61,9	61,9	52,1	58,9
Chicas	NS/NC	7,5	5,9	10,7	7,8
	D. alto rendimiento	15,8	15,0	13,1	14,7
	D. Salud	76,7	79,1	76,2	77,5

Curiosamente, el 91,7% de los alumnos encuestados, opinan que la Educación Física y el Deporte tiene gran importancia en el conjunto de aspectos que definen la vida de un país y, únicamente el 3,7% expresan una opinión contraria. Estos porcentajes son muy similares a los que se obtienen si tenemos en cuenta el género de la muestra (tabla 8). El 92,2% de los chicos y el 91,2% de las chicas creen que la Educación Física es importante y, sólo el 3,8% de los chicos y el 3,5% de las chicas piensan que no lo es.

**Tabla 8. Distribución porcentual de la importancia que tiene la Educación Física y el Deporte en el conjunto de aspectos que definen la vida del país por género (atendiendo a la Universidad).**

Género	Importancia de la E. F. y el deporte	Universidad de	Universidad de	Universidad de	Total (%)
		Murcia (%)	Valencia (%)	Almería (%)	
Chicos	NS/NC	5,2	2,9	4,2	4,1
	No	6,7	1,4	3,3	3,8
	Si	88,1	95,7	92,5	92,2
Chicas	NS/NC	4,1	3,9	8,2	5,3
	No	3,3	2,0	5,7	3,5
	Si	92,6	94,1	86,1	91,2

El interés por la oferta de créditos educativos relacionados con la Educación Física y el Deporte muestra que la mayoría de los alumnos están interesados (89,8%), un pequeño porcentaje no siente ningún interés (5,8%) y, casi en la misma medida, hay un grupo que NS/NC (4,4%). Si a esta distribución le añadimos los resultados obtenidos cuando se analiza según el género, destacamos que, las chicas muestran mayor interés que los chicos, con un 90,4% frente al 89,1%, mientras que, los chicos están un punto por encima cuando se trata de mostrar su desinterés, 6,3% frente al 5,3% (tabla 9).

**Tabla 4. Distribución porcentual de la suficiencia de instalaciones en las Universidades por género (atendiendo a la Universidad).**

Género	Suficiencia de instalaciones	Universidad de Murcia (%)	Universidad de Valencia (%)	Universidad de Almería (%)	Total (%)
Chicos	NS/NC	15,4	12,1	10,1	12,7
	Si	47,1	17,9	29,4	31,4
	No	37,5	70,0	60,5	55,9
Chicas	NS/NC	28,6	27,5	26,0	27,3
	Si	41,2	19,6	29,3	29,1
	No	30,3	52,9	44,7	43,5

Por lo que respecta a la calidad de las instalaciones deportivas de la Universidad, se puede observar que el 37,5% de la muestra cree que son de calidad, el 29,2% cree que no lo son y el 33,3% no sabe o no contesta. De esta manera, al realizar el análisis por género de la tabla 5, encontramos resultados similares, aunque apreciamos ciertas diferencias en la Universidad de Valencia y en el alto porcentaje de respuestas NS/NC de las mujeres.

**Tabla 5. Distribución porcentual de la calidad de las instalaciones deportivas en las Universidades según el género (atendiendo a la Universidad).**

Género	Calidad de las instalaciones	Universidad de Murcia (%)	Universidad de Valencia (%)	Universidad de Almería (%)	Total (%)
Chicos	NS/NC	25,2	22,9	17,6	22,1
	Si	49,6	27,1	47,1	40,9
	No	25,2	50,0	35,3	37,1
Chicas	NS/NC	47,9	41,8	44,7	44,6
	Si	42,0	24,8	38,2	34,2
	No	10,1	33,3	17,1	21,3

Para el 25,1% de los encuestados la Universidad les ha motivado a practicar alguna actividad físico-deportiva, frente al 60,8% que no se han sentido motivados. No obstante, especificar que el porcentaje de chicos motivados (27,9%) es superior al de las chicas (22,3%), mientras que las chicas desmotivadas (65,2%) son más numerosas que los chicos (56,3%) (tabla 6).

**Tabla 6. Distribución porcentual de si la Universidad ha motivado a practicar alguna actividad físico-deportiva al alumno por género (atendiendo a la Universidad).**

Género	Universidad motiva	Universidad de Murcia (%)	Universidad de Valencia (%)	Universidad de Almería (%)	Total (%)
Chicos	NS/NC	17,0	14,4	15,8	15,7
	No	50,4	52,5	67,5	56,3
	Si	32,6	33,1	16,7	27,9
Chicas	NS/NC	14,2	11,1	12,4	12,4
	No	59,2	64,1	72,7	65,2
	Si	26,7	24,8	14,9	22,3

La descripción que hacen los estudiantes universitarios del tipo de deporte que debería promocionar la Universidad se orienta, principalmente, hacia una perspectiva de

**Tabla 2. Distribución porcentual del género de la muestra según la Universidad.**

Género	Universidad de Murcia (%)	Universidad de Valencia (%)	Universidad de Almería (%)
Chicos	34,1	35,3	30,6
Chicas	30,1	38,6	31,3
Total	32,1	37,0	31,0

Si tenemos en cuenta la distribución de la muestra por los estudios realizados, comprobamos que a nivel general el 30,3% realiza estudios vinculados a la Educación Física, mientras que el 69,7% se encuentra realizando otros estudios (tabla 3). La Universidad de Valencia es la que presenta el mayor porcentaje de alumnos pertenecientes a la especialidad de Educación Física (34,6%), seguida de las Universidades de Almería (33,7%) y Murcia (22,5%).

**Tabla 3. Distribución de la muestra por estudios y Universidad.**

Tipo de estudios	Universidad de Murcia (%)	Universidad de Valencia (%)	Universidad de Almería (%)	Total (%)
Educación Física	22,5	34,6	33,7	30,3
Otros estudios	77,5	65,4	66,3	69,7

## 2.2. Instrumento

**A. Descripción.** Para la recogida de datos se ha elaborado el cuestionario C.A.M.I.A.F. (Cuestionario de Actitudes, Motivaciones e Intereses hacia las Actividades Físico-deportivas). El cuestionario que se administró contenía preguntas abiertas y cerradas, categorizadas y escalares (Sierra Bravo, 1995), predominando estos dos últimos tipos. A través de él se solicitaba a los estudiantes, las características de su práctica deportiva y las características de la oferta universitaria de actividades físico-deportivas. Aunque el instrumento medía más variables, el objeto de este trabajo es sólo el indicado.

**B. Procedimiento.** La implementación del estudio se llevó a cabo en tres fases diferenciadas: construcción del instrumento de medida, selección de la muestra y trabajo de campo definitivo. El nivel de confianza fue del 95% con un error de  $\pm 5\%$ .

## 3. RESULTADOS

De todos los alumnos universitarios analizados, el 49,7% considera insuficientes las instalaciones que proporciona su Universidad, mientras que el 30,3% sí las encuentra suficientes, a pesar de que el 20% restante no sabe/no contesta. Por géneros, quedan distribuidos de la siguiente forma (tabla 4): un 31,4% de los chicos las considera suficientes frente al 55,9% que las considera insuficientes y el 12,7% que NS/NC, mientras que, para las chicas, el 29,1% las encuentra suficientes por un 43,5% que creen que son insuficientes y un 27,3% que NS/NC.

Las dificultades surgen ante la necesidad de un marco teórico para estudiar la realidad, ya que el problema es, que no existe una teoría de hipótesis de las interacciones entre la actividad física, el tiempo libre y la población universitaria (Comes y cols., 1994).

El objeto de la presente investigación, es realizar un análisis de las opiniones de los estudiantes de las Universidades de Murcia, Valencia y Almería, sobre los programas físico-deportivos ofertados por su Universidad.

Los objetivos que perseguimos en el desarrollo del presente trabajo han sido los siguientes:

- Conocer la percepción que el alumnado universitario tiene de las actividades físico-deportivas propuestas por la Universidad.
- Averiguar las diferencias existentes, en función del género, en las opiniones sobre la oferta de actividades físico-deportivas de la Universidad.
- Analizar cuál es el interés y la predisposición de los universitarios hacia la práctica físico-deportiva.
- Conocer la opinión de los estudiantes sobre las instalaciones deportivas universitarias.
- Establecer qué aspectos se pueden potenciar para una mayor comprensión y, por tanto, desarrollo de la práctica deportiva en el alumnado universitario.

## 2. MÉTODO

### 2.1. Muestra

La muestra está compuesta por un total de 801 alumnos, de edades comprendidas entre los 18 y los 45 años, con una edad media de 21 años. El 49,8% de la muestra son chicos frente al 50,2% de chicas (tabla 1).

**Tabla 1. Distribución porcentual de la muestra por curso y género.**

Género	Curso				Total (%)
	1 (%)	2 (%)	3 (%)	4-5 (%)	
Chicos	31,7	29,7	28,1	10,5	49,8
Chicas	27,5	26,4	34,5	11,7	50,2

Si atendemos a la distribución de la muestra por Universidades (tabla 2), del total de la muestra el 37% pertenece a la Universidad de Valencia, el 32,1% a la Universidad de Murcia y, por último, el 31% a la Universidad de Almería. Por género, se observa que la proporción de chicos es mayor que la de chicas en la Universidad de Murcia (34,1% frente al 30,1%), mientras que los porcentajes de chicas son superiores en las Universidades de Valencia (38,6% frente al 35,3%) y Almería (31,3% frente al 30,6%).

## 1. INTRODUCCIÓN

En la actualidad se observa un creciente interés por el desarrollo de los aspectos relativos al conocimiento y comprensión de los factores que determinan que los individuos mantengan estilos de vida activos (Blasco y cols., 1996), ya que ha quedado suficientemente demostrada la correlación positiva entre el mantenimiento de estilos de vida activos y la existencia de estados de salud y bienestar.

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; Sánchez y cols., 1998; Pfister, 1998). Así, según el estudio de Sánchez y cols. (1998), *“aunque en los últimos años parece que se ha producido un incremento en la práctica de la actividad física en la población adulta, dicho aumento se ha dado solamente en los individuos activos con anterioridad y no en los sedentarios”*. 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).

Por consiguiente, estamos observando que *“el problema de fondo actual ya no radica en convencer a la población de los beneficios de la actividad física, sino en diseñar estrategias que ayuden a los individuos a permanecer en un programa de actividad física una vez estén ya apuntados en él”* (Miquel, 1998).

En esta investigación centraremos nuestro interés en la población universitaria porque, 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.

El conocer las opiniones de los alumnos<sup>1</sup> sobre las instalaciones deportivas universitarias, sobre las condiciones de la práctica físico-deportiva en la Universidad y sobre las características de la Educación Física y el deporte dentro de los programas universitarios, nos permitirá conocer la prevención para el posible abandono ya que un gran porcentaje de los participantes en estos estudios son insuficientemente activos a pesar del reconocimiento general de la importancia de la práctica de actividad física para la salud.

No obstante, la mayoría de los estudios sobre la participación de la población universitaria en actividades físicas no llegan a describir su opinión sobre la oferta físico-deportiva de la Universidad, quedándose de manera frecuente en los porcentajes de frecuencia y duración.

---

<sup>1</sup> Finalmente, cabe señalar que en el siguiente trabajo se utilizan nombres genéricos como “universitario”, “alumno”, etc., que de no indicarse específicamente lo contrario, siempre se referirán a varones y mujeres.

## **OPINIONES DE LOS ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS SOBRE LOS PROGRAMAS FÍSICO-DEPORTIVOS**

**Ana Isabel Pavón Lores**

Licenciada en Educación Física. I.E.S. Cartago Spartaria

**Juan Antonio Moreno Murcia**

Universidad de Murcia

**Melchor Gutiérrez Sanmartín**

Universidad de Valencia

**Alvaro Sicilia Camacho**

Universidad de Almería

**ÁREA TEMÁTICA:** Aspectos sociales del deporte.

**PALABRAS-CLAVE:** Práctica físico-deportiva, intereses, instalaciones deportivas, programas deportivos universitarios, Universidad, deporte

### **RESUMEN**

Al comprobar que el problema de fondo actual, ya no radica en convencer a la población de los beneficios de la actividad física, por todos conocidos, sino en diseñar estrategias que ayuden a los individuos a permanecer en un programa de actividad física, una vez estén ya apuntados en él (Miquel, 1998), hemos realizado un análisis de la opinión de los estudiantes de las Universidades de Murcia, Valencia y Almería. Hemos centrado nuestro interés en la población universitaria porque, 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 reducir el tiempo de ocio. El conocer las opiniones de los practicantes sobre las instalaciones deportivas universitarias, sobre las condiciones de la práctica físico-deportiva en la Universidad y sobre las características de la Educación Física y el deporte dentro de los programas universitarios, nos permitirá conocer la prevención para el posible abandono, así como, establecer qué aspectos se pueden potenciar para una mayor comprensión y, por tanto, desarrollo de la práctica deportiva en el alumnado universitario.

Para cumplir tal objetivo hemos desarrollado el cuestionario C.A.M.I.A.F. (Cuestionario de Actitudes, Motivaciones e Intereses hacia las Actividades Físico-deportivas), aplicado a una muestra de 801 estudiantes.

Después de analizar las opiniones de los alumnos universitarios, se ha podido comprobar que la mayoría no se sienten satisfechos con la oferta universitaria, a pesar de valorar positivamente la importancia de la Educación Física y el deporte, de manera que, cuanto mayor es el nivel de práctica, mayor es la insatisfacción con los programas e instalaciones universitarias.