

TRABAJO DE FIN DE GRADO

**ANÁLISIS DE LOS MOTIVOS DE
PARTICIPACIÓN FEMENINA EN LAS
ACTIVIDADES FÍSICO-DEPORTIVAS
FRENTE A LA PARTICIPACIÓN DEL
PROGRAMA INTEGRAL DE DEPORTE
ESCOLAR DEL MUNICIPIO DE SEGOVIA**



UNIVERSIDAD DE VALLADOLID

Facultad de Educación de Segovia

Alumna: Sara Pérez Solera

Tutor: Juan Carlos Manrique Arribas

Resumen

El presente trabajo tiene como objetivos principales analizar los motivos de participación femenina en actividades físico-deportivas en las alumnas de 5º y 6º de Educación Primaria y de 1º y 2º de la ESO, para así deducir las posibles relaciones motivacionales entre las participantes en el Programa Integral de Deporte Escolar del Municipio de Segovia (PIDEMSG). La metodología empleada ha sido de carácter cuantitativo, mediante el cuestionario de contenido de los objetivos en el ejercicio (GCEQ) de Sebire et al. (2008), que estaba compuesto por 20 ítems con una escala del 1 al 7. Los resultados de la investigación muestran que existe un mayor nivel de participación en alumnas de Primaria en la realización de actividades físico-deportivas y en el PIDEMSG. En general, existen valores muy altos de adherencia a la práctica físico-deportiva motivada por conseguir un alto grado de salud (motivación intrínseca), seguido del desarrollo de la habilidad, la afiliación social, la imagen y el reconocimiento social.

Abstract

This document has like principal objectives to analyze the reasons of the female participation during the 5th grade of elementary school and 1st, 2nd and 3rd of middle school in physic sport activities and in this way deduce the possible motivational relationships between the participants in the PIDEMSG from Segovia. The implemented methodology has been quantitative's character and through the content objective's quiz in the exercise (GCEQ) from Sebire et al. (2008), that was composed by 20 items in a scale from 1 to 7. The investigation results show that there is a greater participation level in elementary students during the realization of the physic sport activities and at the PIDEMSG. In general, there are very high adhesion values in the physic sport practice motivated by get a high health's level (intrinsic motivation), this is continued with the skill development, social affiliation, the image and the social recognition.

Palabras clave

Deporte, motivación, mujer, programa de deporte escolar

Keywords

Sport, motivation, woman, School Sport Program

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN	6
2. OBJETIVOS, HIPÓTESIS Y COMPETENCIAS	7
3. JUSTIFICACIÓN DEL TEMA ELEGIDO	8
4. MARCO TEÓRICO	9
4.1. ESTILOS DE VIDA SALUDABLES.....	10
4.1.1. Beneficios de practicar actividades físicas	10
4.1.2. Agentes de socialización en la práctica deportiva	11
4.1.3. La motivación en la realización de actividades físico-deportivas	13
4.1.4. Abandono de la práctica deportiva	17
4.2. LA EDUCACIÓN FÍSICA COMO PROMOTORA DE UN ESTILO DE VIDA SALUDABLE. LOS PROGRAMAS DE DEPORTE ESCOLAR	18
4.2.1. Los programas de deporte escolar	19
4.2.2. Objetivos y características del deporte en edad escolar	20
4.2.3. Motivos de participación en programas de deporte escolar ..	20
4.2.4. El Programa Integral de Deporte Escolar del Municipio de Segovia (PIDEMSG)	21
5. METODOLOGÍA	22
5.1. PARTICIPANTES	23
5.2. INSTRUMENTOS	23
5.3. PROCEDIMIENTO	24
6. RESULTADOS	25
6.1. NIVELES DE PARTICIPACIÓN ENTRE ALUMNAS DE PRIMARIA Y SECUNDARIA	26
6.2. ANÁLISIS DE LOS MOTIVOS DE PARTICIPACIÓN EN ALUMNAS DE PRIMARIA.....	27
6.2.1. Alumnas que practican actividades físico-deportivas y además, participan en el PIDEMSG.....	27

6.2.2. Alumnas que practican actividades físico-deportivas pero no participan en el PIDEMSG	28
6.2.3. Alumnas que no practican actividades físico-deportivas ni participan en el PIDEMSG	30
6.2.4. Análisis global de los resultados obtenidos de la participación en alumnas de Primaria.....	31
6.3. ANÁLISIS DE LOS MOTIVOS DE PARTICIPACIÓN EN ALUMNAS DE SECUNDARIA.....	34
6.3.1. Alumnas que practican actividades físico-deportivas y además participan en el PIDEMSG	34
6.3.2. Alumnas que practican actividades físico-deportivas pero no participan en el PIDEMSG	36
6.3.3. Alumnas que no practican actividades físico-deportivas ni participan en el PIDEMSG	37
6.3.4. Análisis global de los resultados obtenidos de la participación en alumnas de Secundaria.....	39
6.4. ANÁLISIS DE LOS MOTIVOS DE PARTICIPACIÓN ENTRE ALUMNAS DE PRIMARIA Y SECUNDARIA.....	41
7. CONCLUSIONES.....	42
8. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS:.....	45
9. ANEXOS	48

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Número de participantes de 5º y 6º de Primaria por grupos de estudio	23
Tabla 2. Número de participantes de 1º y 2º de Secundaria por grupos de estudio.....	23
Tabla 3. Distribución de los ítems según la categoría a la que pertenecen:	24
Tabla 4. Datos obtenidos del cuestionario (GCEQ) de alumnas de Primaria que practican actividades físico-deportivas y participan en el PIDEMSG.....	27
Tabla 5. Datos obtenidos del cuestionario (GCEQ) de alumnas de Primaria que practican actividades físico-deportivas pero no participan en el PIDEMSG	29
Tabla 6. Datos obtenidos del cuestionario (GCEQ) de alumnas de Primaria que no practican actividades físico-deportivas ni participan en el PIDEMSG.....	30

Tabla 7. Datos obtenidos del cuestionario (GCEQ) de alumnas de Secundaria que practican actividades físico-deportivas y participan en el PIDEMSG.....	35
Tabla 8. Datos obtenidos del cuestionario (GCEQ) de alumnas de Secundaria que practican actividades físico-deportivas pero no participan en el PIDEMSG	36
Tabla 9. Datos obtenidos del cuestionario (GCEQ) de alumnas de Secundaria que no practican actividades físico-deportivas ni participan en el PIDEMSG.....	38

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico 1. Jerarquía de las necesidades humanas de Maslow.	15
---	----

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Niveles de participación de las alumnas de Primaria y Secundaria.....	26
Figura 2. El motivo de la afiliación social en los distintos grupos de estudio de las alumnas de Primaria.....	31
Figura 3. El motivo de la imagen en los distintos grupos de estudio de las alumnas de Primaria	32
Figura 4. El motivo de la salud en los distintos grupos de estudio de las alumnas de Primaria.	32
Figura 5. El motivo del reconocimiento social en los distintos grupos de estudio de las alumnas de Primaria.	33
Figura 6. El motivo del desarrollo de la habilidad en los distintos grupos de estudio de las alumnas de Primaria.....	33
Figura 7. El motivo de la afiliación social en los grupos de estudio de las alumnas de Secundaria.	39
Figura 8. El motivo de la imagen en los grupos de estudio de las alumnas de Secundaria.	39
Figura 9. El motivo de la salud en los grupos de estudio de las alumnas de Secundaria.	40
Figura 10. El motivo del reconocimiento social en los grupos de estudio de las alumnas de Secundaria.....	40
Figura 11. El motivo del desarrollo de la habilidad en los grupos de estudio de las alumnas de Secundaria.	41

1. INTRODUCCIÓN

En el presente Trabajo de Fin de Grado se realiza un análisis sobre los motivos de participación femenina en las actividades físico-deportivas en relación con los motivos de participación de las chicas que están dentro de PIDEMSG.

La finalidad, por tanto, es analizar los tipos de motivación existentes entre las alumnas de 5º y 6º de Primaria y las alumnas de 1º y 2º de Secundaria sobre las causas que les lleva a practicar alguna actividad físico-deportiva, conocer los niveles de participación en las diferentes etapas educativas, especialmente en las edades más sensibles, por el alto grado de abandono que se produce en las chicas, y poder compararlos entre los diferentes grupos de estudio.

Existen diferentes publicaciones sobre los motivos de participación en actividades físico-deportivas, ya que en la actualidad la preocupación por los altos porcentajes de sedentarismo entre los más jóvenes es uno de los temas centrales que preocupan a las instituciones médicas y educativas, por lo que se cree necesario promocionar adecuadamente la actividad física y deportiva desde la asignatura de la Educación Física y de los programas específicos de iniciación deportiva (Cartón, Mayor & Pallarés, 1995).

Determinar el periodo de la vida en el que los jóvenes suelen desinteresarse o desmotivarse por practicar actividades físico-deportivas es otro de los temas que estudian diferentes autores. Cantera & Devís (2002) sugieren, además, que la escuela y la Educación Física son una áreas de actuación preferentes para proporcionar una perspectiva holística de la actividad física relacionada con la salud y constituyen el contexto ideal para mantener y extender la actividad física fuera de la escuela.

La preocupación por la desmotivación deportiva y la incertidumbre por conocer los factores que llevan a un joven a practicar actividades físico-deportivas, suscitan gran interés en el presente trabajo. Por lo que la fundamentación teórica de la investigación está relacionada con esta temática y con los Programas de Deporte Escolar como programas que fomentan el ejercicio físico fuera del área de la Educación Física.

El trabajo está estructurado siguiendo un orden correlativo. En el apartado dos se encuentran planteados los objetivos, hipótesis y competencias a desarrollar en el trabajo. En el apartado tres, aparece la justificación del tema elegido. La exposición de los temas objeto de estudio en el trabajo, que confecciona el marco teórico del mismo, se encuentra en el apartado cuatro. Seguidamente, se explica la metodología empleada en el trabajo y finalmente, los resultados y conclusiones extraídos de la investigación.

2. OBJETIVOS, HIPÓTESIS Y COMPETENCIAS

OBJETIVOS

Con este trabajo se pretenden abarcar los siguientes objetivos, que guirán el curso de este trabajo de investigación:

- Averiguar y analizar los motivos por el que las alumnas de 5º y 6º de Educación Primaria y las alumnas de 1º y 2º de la ESO del municipio de Segovia practican actividades físico-deportivas.
- Averiguar el nivel de participación tanto en actividades físico-deportivas de manera general como en las programadas en el programa de deporte escolar de las alumnas de 5º y 6º de Educación Primaria en relación con las alumnas de 1º y 2º de la ESO del municipio de Segovia.
- Analizar y comparar los motivos que tienen las chicas que practican actividades físico-deportivas en relación con las chicas que participan en el programa de deporte escolar del municipio de Segovia.

HIPÓTESIS

En relación con los objetivos enunciados, se detallan una serie de hipótesis que servirán para iniciar nuestra investigación sobre las motivaciones que llevan a una chica en edad escolar a practicar actividades físico-deportivas:

- Existe mayor nivel de participación en actividades físico-deportivas de las alumnas de 5º y 6º de Educación Primaria que de las alumnas de 1º y 2º de la ESO.
- Existe mayor número de alumnas de 5º y 6º de Educación Primaria que participan en el programa de deporte escolar que de alumnas de 1º y 2º de la ESO.
- Los motivos por lo que las chicas realizan actividades físico-deportivas son por motivos intrínsecos en 5º y 6º de Educación Primaria y extrínsecos en 1º y 2º de la ESO.

COMPETENCIAS RELACIONADAS CON EL TÍTULO DE GRADO DE PRIMARIA

Las competencias que se han desarrollado en este trabajo y que están relacionadas con la ORDEN ECI/3857/2007, de 27 de diciembre, por la que se establecen los requisitos para la verificación de los títulos universitarios oficiales que habiliten para el ejercicio de la profesión de Maestro de Educación Primaria, son las siguientes:

- Diseñar, planificar y evaluar los procesos de enseñanza-aprendizaje. Esta competencia se desarrolla durante la elaboración del marco teórico y en el análisis de los cuestionarios.
- Conocer la organización de los colegios de Educación Primaria y la diversidad que comprende su funcionamiento. Para llevar a cabo la metodología de mi investigación en los centros hay que conocer la organización de estos.
- Colaborar con los distintos sectores de la comunidad educativa y del entorno social. Esta competencia se desarrollada, sobre todo, durante la recogida de datos con los cuestionarios en los centros.
- Mantener una relación crítica y autónoma respecto de los saberes, los valores y las instituciones sociales públicas y privadas. Competencia que se desarrolla, principalmente, durante la elaboración del marco teórico.
- Comprender la función, las posibilidades y los límites de la educación en la sociedad actual y las competencias fundamentales que afectan a los colegios de educación primaria y a sus profesionales. Competencia desarrollada en el marco teórico con el apartado de “la Educación Física como promotora de un estilo de vida saludable. Los Programas de Deporte Escolar”.
- Conocer y aplicar metodologías y técnicas básicas de investigación educativa y ser capaz de diseñar proyectos de innovación. Esta competencia se ha desarrollado con la indagación y búsqueda de datos en la fundamentación teórica y con la elaboración de conclusiones en el diseño de la investigación.

Todas estas competencias serán trabajadas durante la elaboración del marco teórico y durante el análisis de resultados de la investigación.

3. JUSTIFICACIÓN DEL TEMA ELEGIDO

El tema elegido se debe al interés personal como futura Maestra de Primaria con mención en Educación Física, debido a los altos niveles de sedentarismo que se dan en los niños y niñas en edad escolar. Esto está sucediendo por la transformación que ha sufrido nuestra sociedad y el uso de las nuevas tecnologías que facilitan nuestro día a día.

En el Real Decreto 126/2014, de 28 de febrero por el que se establece el currículo básico de Educación Primaria, queda reflejado en el informe Eurydice, de la Comisión Europea de 2013 que existe hasta un 80% de niños y niñas en edad escolar que únicamente participan en actividades físicas en la escuela. Por lo tanto, la Educación Física en la etapa de Primaria debe tener una presencia importante dentro y fuera de la jornada escolar, si se quiere ayudar a mitigar el sedentarismo.

Mi interés por conocer los motivos de participación en actividades físico-deportivas en las chicas cobra mayor importancia. La razón estriba en que numerosos estudios revelan que la mujer tiene un alto grado de abandono de la práctica deportiva en

relación con los chicos. Además, de ser un factor que se agrava con la edad (Manrique, et al., 2011). Concretamente en Segovia la comparativa muestra que el 80'6% de los chicos aseguran practicar actividades físico-deportivas extraescolares mientras que en las chicas adquieren una participación del 65%.

Focalizar la intención de este trabajo hacia los motivos por los que una mujer realiza actividades físico-deportivas en comparación con compañeras que están dentro del Programa de Deporte Escolar en el Municipio de Segovia (PIDEMSG), son datos que me gustaría conocer por motivos profesionales, así como estudiar los tipos de motivación en cada caso. Es decir, si su motivación viene determinada por una motivación intrínseca o extrínseca.

Como futura maestra, me interesa promover un estilo de vida saludable entre los alumnos de Primaria, ofreciendo una oferta de actividades físico-deportivas que sea variada y equilibrada con diferentes situaciones motrices. Precisamente, una forma de conseguirlo es promoviendo el programa de deporte escolar que hay en Segovia.

Considero que los centros educativos deben convertirse en plataformas de promoción de la salud. Como expone López (2002), todo individuo debe concebir la salud como un bien propio y personal, nunca impuesto, trabajando la salud activamente y de forma participativa para el desarrollo de su propio conocimiento.

Otro de los motivos que me llevó a la elección del tema de mi investigación es que considero que la motivación es uno de los temas centrales del ser humano para lograr aquello que se proponga. El estudio de la motivación busca comprender por qué las personas realizan una actividad físico-deportiva y su compromiso en la continuidad de la práctica.

Además, como profesionales de la actividad física y del deporte, sería interesante forjar desde la niñez, hábitos de práctica de actividades físico-deportivas para mejorar la calidad de vida de las personas, ya sea a través de las clases de Educación Física o en programas deportivos extraescolares, como puede ser el Programa Integral de Deporte Escolar en el Municipio de Segovia (PIDEMSG).

4. MARCO TEÓRICO

En este apartado se va a descubrir cómo la práctica de actividades físico-deportivas tiene grandes beneficios para la salud y cómo los agentes de socialización pueden modificar el comportamiento de los más jóvenes en la elección de la práctica o pueden ayudar a inducir a que practique una especialidad deportiva. Además, se va a hablar de la motivación que lleva a un individuo a practicar actividades físico-deportivas y se nombran algunas de las teorías que tratan este tema.

Por otro lado, quedan reflejados en este punto algunos de los motivos de abandono en las primeras etapas de la adolescencia y cómo la Educación Física puede ser la promotora de un estilo de vida saludable a través de la práctica físico-deportiva.

Finalmente, se aborda el tema de los programas de deporte escolar, concretando la situación en el municipio de Segovia.

4.1. ESTILOS DE VIDA SALUDABLES

En nuestra sociedad estamos viviendo cómo hay un incremento del sedentarismo en comparación con otras épocas históricas o con otras culturas menos desarrolladas, donde el trabajo físico definía la forma de vida (Delgado & Tercedor, 1998). El crecimiento de la población poco activa o sedentaria está provocando una gran preocupación en nuestro país, además de una concienciación enfocada hacia la mejora de nuestro estilo de vida.

Actualmente, se están relacionando los términos actividad física, salud y calidad de vida como aspectos importantes de nuestra sociedad que nos derivan hacia un estilo de vida saludable.

Por actividad física se entiende cualquier tipo de movimiento del cuerpo producido por el músculo esquelético y que conlleva un gasto de energía (Devís & Peiró, 1993). Desde las tareas que forman parte de nuestro día a día (trabajos domésticos) hasta aquellas que un individuo elige para ocupar su tiempo libre, como puede ser la realización de ejercicio o algún deporte.

El término salud se define, según la Organización Mundial de la Salud (OMS) (1986), como la ausencia de enfermedad orientada a ambientes y estilos de vida saludable. Aunque a lo largo de los años, este concepto ha cambiado, desde la ausencia de enfermedad hasta los aspectos que engloban el bienestar físico, psíquico y social (Devís & Peiró, 1993).

La calidad de vida engloba diferentes aspectos de bienestar como puede ser el bienestar social, económico, político o de salud. Es indiscutible que la práctica de actividades físico-deportivas tiene gran relevancia en la mejora de la calidad de vida, ya que ofrece grandes beneficios para la salud a corto y a largo plazo.

4.1.1. Beneficios de practicar actividades físicas

Para la población más joven (menores de 18 años), la práctica de actividades físicas beneficia en la mejora de la forma física y la salud mental, el aumento de la concentración, el favorecimiento del crecimiento, la mejora de las habilidades motrices,

la prevención de enfermedades adultas provocadas por el sedentarismo y además, la práctica de actividades físicas ofrece oportunidades de sociabilización y el aprendizaje de distintas habilidades (Cantera & Devís, 2002).

En la población adulta encontramos diferentes beneficios que ofrece practicar actividades físicas, como pueden ser: mantenerse ágil físicamente; mejorar el bienestar mental reduciendo ansiedad, estrés y mejorando el sueño; mejorar la función cognitiva, el bienestar social, el mantenimiento de un peso adecuado y la reducción del riesgo de padecer ciertas enfermedades y, además, ayuda a disfrutar de una buena calidad de vida (Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad, 2015).

Para que estos beneficios se produzcan con continuidad a lo largo del tiempo, es necesario adquirir unos hábitos que promuevan un estilo de vida activo para todos los niños y niñas. Existe la creencia de que los niños que tienen una vida sedentaria se convertirán en adultos inactivos y que, por lo tanto, la implicación de los jóvenes en actividades físicas produce consecuencias en la salud en la vida adulta (Devís, 2001).

Es importante, así, inculcar a los jóvenes desde la infancia el hábito de practicar actividades físico-deportivas, ya que los niños son considerados físicamente activos. En cambio, en el periodo de la adolescencia, el hábito en la práctica educativa tiene grandes modificaciones por diversas razones, como pueden ser según Bañuelos (citado por Delgado & Tercedor, 1998), por motivos emocionales. Por esta razón es necesario ofrecer una actividad física que sea atractiva, divertida y motivadora, ya que hacen que en edades tempranas tenga mayor arraigo los efectos saludables de dicha práctica. Es la razón más importante por la que hay que fomentar el hábito de practicar actividades físico-deportivas.

Los agentes sociales la deberán tener en cuenta para conseguir que los más jóvenes adquieran hábitos de vida activa y los sigan practicando en la edad adulta.

4.1.2. Agentes de socialización en la práctica deportiva

La socialización es un proceso que se da a lo largo de la vida de un individuo, adquiere sus raíces durante la infancia, cuando los niños y jóvenes están configurando su personalidad. Por eso se afianzará en la vida adulta según los estímulos que reciban en sus interacciones sociales (Zaballos, 2012).

Los principales agentes de socialización dentro de la práctica deportiva, y que conllevarán que un joven adquiera un estilo de vida activo, son: la familia, el grupo de iguales, el profesorado y los entrenadores (Boixadós, Valiente, Mimbreno, Torregrasa & Cruz, 1998).

Otros agentes de socialización que también pueden afectar a que el joven tenga mayor o menor interés por practicar algún deporte son los medios de comunicación y la presencia de los deportes profesionales.

Si un joven tiene como ídolo, por ejemplo, a Rafa Nadal, y la difusión de este en los medios de comunicación es altamente frecuente, el joven podría verse identificado con su ídolo y con las ganas de querer ser como él. En este caso, el joven estaría interesado en practicar tenis.

El proceso de socialización en el deporte se divide en tres fases (Boixadós, Valiente, Mimbreno, Torregrosa & Cruz, 1998):

- *Socialización hacia el deporte*: es donde más relevancia cobran los principales agentes motivacionales, donde la familia destaca por encima de todos, ya que si los padres influyen positivamente a los más jóvenes en la participación activa de un deporte, es más que probable que estos tengan mayor interés y motivación por su realización.
- *Socialización a través del deporte*: se da cuando los jóvenes ya se han iniciado en la práctica deportiva. El grupo de iguales, el profesorado y los entrenadores deben de fomentar la práctica del joven de forma que sea atractiva. Es en ese momento cuando se aprenden valores como la deportividad, el trabajo de equipo, la disciplina o la agresividad. Se ve necesario, por tanto, que los profesores y entrenadores favorezcan la autonomía y evalúen el esfuerzo y progreso de los jóvenes hacia objetivos individuales, donde los errores forman parte del aprendizaje.
- *Abandono o retirada del deporte*: esto puede ocurrir en diferentes etapas o por diferentes razones, pero casualmente se ve mayor abandono durante la adolescencia. Existen varias investigaciones que defienden la idea de que se le da mucha importancia a la competición, a la victoria o a la falta de estímulos para que la práctica sea divertida. También puede ser porque el profesorado o el entrenador exija demasiada presión, critique a los jugadores o incluso les deje sin participar. Por este motivo, muchos jóvenes conciben una percepción de sí mismos hacia el éxito o el fracaso que se va formando diariamente y que es producida por los agentes de socialización.

Con la exposición de estas causas se confirma que el proceso de socialización adquiere gran importancia en las primeras edades del niño, aunque la continuidad de realizar actividades físico-deportivas se verá afectada mayormente en los primeros años de la adolescencia, en la que el grupo de iguales cobrará un gran papel en su motivación, que le podrá llevar hacia la consolidación o el abandono de la práctica del deporte o de cualquier actividad física.

Para que los niños y jóvenes obtengan una motivación positiva hacia la práctica de actividades físico-deportivas, es necesario conocer los tipos de motivación y, de esta

forma, poder analizar la implicación que tienen los jóvenes a la hora de realizar alguna actividad física.

4.1.3. La motivación en la realización de actividades físico-deportivas

La motivación es uno de los temas centrales del ser humano y está implícita en diferentes contextos de nuestra vida. Diversos autores han intentado dar una definición de motivación lo más completa posible. Así,

Littman (citado por Monroy & Saéz, 2011, p.1) la definió en 1958 como:

el proceso o condición que puede ser fisiológico o psicológico, innato o adquirido, interno o externo al organismo el cual determina o describe por qué, o respecto a qué, se inicia la conducta, se mantiene, se guía, se selecciona o finaliza; este fenómeno también se refiere al estado por el cual determinada conducta frecuentemente se logra o se desea; también se refiere al hecho de que un individuo aprenderá, recordará u olvidará cierto material de acuerdo con la importancia y el significado que el sujeto le dé a la situación.

Existen principalmente dos tipos de motivaciones, las intrínsecas y las extrínsecas:

Las motivaciones intrínsecas son aquellas que no siguen un objetivo concreto y que se rigen por el propio placer o interés del individuo. Surgen de forma interna y por necesidades psicológicas sin ninguna necesidad de recompensa extrínseca. En cambio, las motivaciones extrínsecas son aquellas en las que lo más importante es todo aquello proveniente del exterior, es decir, aquello que no se encuentra dentro de la persona, como puede ser una recompensa de dinero o un trofeo (Monroy & Sáez, 2011).

De este modo, si una persona decide realizar cualquier actividad física, si su motivación viene determinada por motivos extrínsecos, posiblemente, tenga mayor riesgo de abandono de la actividad. En cambio, si su motivación es intrínseca no solo realizará dicho deporte por fines saludables sino que será por el propio placer de la actividad.

Si pretendemos desarrollar una motivación intrínseca en los más jóvenes, Águila (S.F.) propone las siguientes recomendaciones para conseguirlo:

- Se debe facilitar al deportista un tiempo adecuado para la ejecución del ejercicio.
- Se recomienda dar mayor importancia al esfuerzo y la superación personal fomentando el progreso de cada uno y evitando la rivalidad y las comparaciones.
- Proporcionar feedback y críticas positivas para la persona se sienta competente.

- Siempre es mejor fijar objetivos a corto plazo y que sean accesibles a cada persona para poder ver los progresos individuales, evitando la rivalidad y las comparaciones que puedan surgir.
- Es conveniente fomentar la interacción grupal, formando grupos heterogéneos y evitando los criterios de competencias y las situaciones tensas donde puedan ser juzgadas sus habilidades en público.
- Ofrecer la elección de tareas y fomentar la partición.
- Es conveniente no abusar de recompensas-castigos para no fomentar la motivación extrínseca.
- La motivación intrínseca mejora cuando las tareas son novedosas y variadas y cuando se fomenta la actitud positiva.

La motivación, especialmente la intrínseca, es un elemento imprescindible para que los jóvenes adquieran compromiso y continuidad en la práctica deportiva y, de esta forma, adquieran hábitos positivos hacia un estilo de vida saludable.

Algunos de los motivos que hacen posible la participación deportiva en los más jóvenes son, según Bakker, Whiting & Van der Brug (citado por Catón, Mayor & Pallarés, 1995): la diversión y el placer, que parecen ser los motivos más importantes para tener el deseo por practicar un deporte, aunque también destacan la afiliación, el afán de logro, los motivos de salud y la necesidad de compensar la pesada carga del estudio con el trabajo. Otros motivos pueden verse por la necesidad de demostrar competencia y la participación y el propio placer de la actividad como valor intrínseco.

Además, también cobra gran importancia aspectos como el disfrute, la mejora de la condición física, el perfeccionamiento o el aprender una nueva actividad, los aspectos de sociabilización que proporciona un deporte como puede ser la amistad, la competición o el éxito y experimentar con nuevas emociones y sensaciones.

En el caso concreto de la motivación en las mujeres, según Moreno, Marcos & Huéscar (2016), en su estudio sobre los motivos que llevan a éstas a practicar o no actividades físico-deportivas, se recoge que el motivo salud es el valor más alto para practicar una actividad físico-deportiva, seguido del motivo imagen y del desarrollo de la habilidad. Además, la diferencia entre practicantes y no practicantes muestra que las que practican actividades físico-deportivas lo hacen por el desarrollo de la habilidad, mientras que las no practicantes, valoran más la afiliación y el reconocimiento social.

Otros motivos que hacen que un individuo practique alguna actividad físico-deportiva pueden estudiarse a través de las diferentes teorías de la motivación. Entre estas destacan la Teoría de la Autodeterminación y la Teoría de la motivación de logro. Aquí es importante nombrar a Maslow, como pionero de la psicología humanista y dentro del campo de la motivación.

Maslow definió en el deportista tres tipos de motivos básicos que llevaban a una persona hacia la práctica deportiva: la necesidad de jugar por diversión y por encontrar estímulos nuevos; la necesidad de afiliación, junto con la búsqueda de reconocimiento y

aceptación social; y la necesidad de demostrar competencia y autoestimarse (Catón, Mayor & Pallarés, 1995).

Los motivos por los que el deportista realiza una actividad deportiva vienen jerarquizadas de forma ascendente según la teoría de Maslow de las necesidades humanas, que defiende la idea de que las personas necesitan satisfacer cinco clases de necesidades (Monroy & Sáez, 2012):

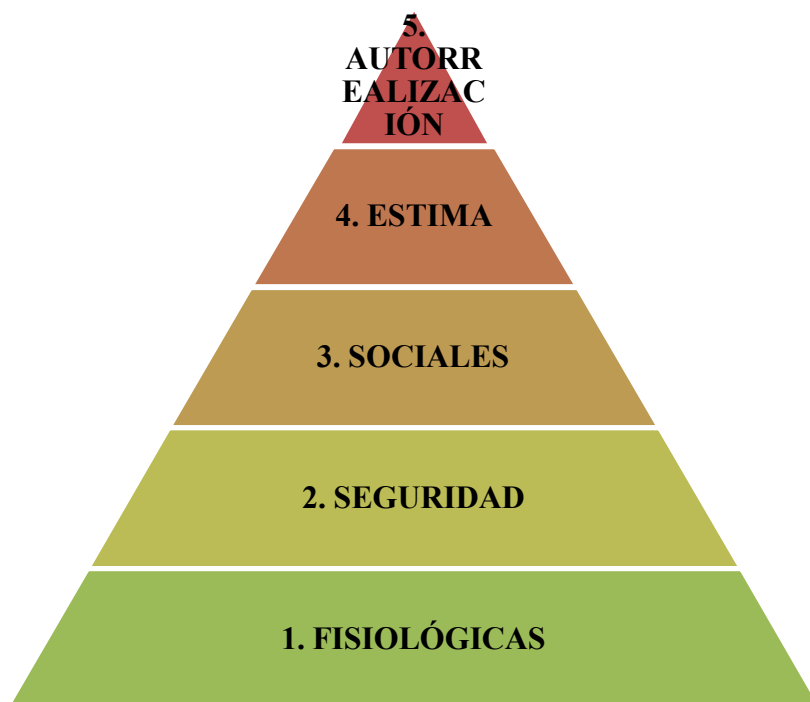


Gráfico 1. Jerarquía de las necesidades humanas de Maslow.

1. **Necesidades fisiológicas:** comida, bebida, sueño, hogar.
2. **Necesidades de seguridad:** seguridad física, de salud, estabilidad en la vida y el trabajo.
3. **Necesidades sociales:** amistad, afecto, aceptación e interacción con los demás.
4. **Necesidades de autoestima:** reconocimiento propio y externo, éxito, confianza, respeto.
5. **Necesidades de autorrealización:** moralizada, creatividad, resolución de problemas, espontaneidad.

Para otros autores como Deci & Rian (1985), la motivación por la que una persona realiza actividades físico-deportivas viene determinada por tres necesidades psicológicas básicas: competencia, autonomía y relación con los demás. La satisfacción de estas tres necesidades básicas fomenta positivamente la motivación intrínseca, que lleva al deportista a realizar la práctica por la satisfacción y el placer de realizar la propia actividad (Almagro, Sáenz, González & Moreno, 2011).

Deci & Rian (1985), con su Teoría de la Autodeterminación, explican la motivación humana en un entorno físico-deportivo que tiene como objetivo detallar los factores que

explican la variedad de la motivación intrínseca y en qué medida una persona realiza un deporte de forma voluntaria (Moreno, Cervelló & González, 20007).

La Teoría de la Autodeterminación es uno de los mejores ejemplos, dentro del campo de la actividad física y el deporte, para evaluar las razones de practicar actividades físico-deportivas, porque adquiere gran interés la motivación intrínseca, donde el individuo realiza una actividad deportiva por el propio placer de practicarlo.

Atkinson & McClelland (1953), con la Teoría de la motivación de logro, defienden la idea de que un individuo es motivado por factores personales (conseguir el éxito o evitar el fracaso) y situacionales (por conseguir la recompensa). Esta teoría está orientada a la alta exigencia y constancia y tiene lugar cuando las necesidades básicas están cubiertas. Además, está orientada hacia la superación personal y el autocrecimiento (Monroy & Sáez, 2012).

La Teoría de la motivación de logro conlleva una gran exigencia que puede provocar en un niño poco habilidoso, el abandono y la desmotivación por practicar actividades físico-deportivas. Por este motivo, esta teoría es más apropiada para deportistas de alto rendimiento que tienen gran motivación por la superación personal.

Otros motivos que llevan a un individuo a practicar actividades físico-deportivas se relacionan con el tipo de actitud que tiene un individuo. Según Samaniego & Devís (2004), podemos encontrar una actitud enfocada hacia el proceso y una actitud hacia el resultado.

Una actitud hacia el resultado sería aquella actividad física que se utiliza para conseguir unos objetivos considerados socialmente saludables entre los que destaca la condición física, la autosuperación, la victoria e incluso la mejora de la apariencia.

Una actitud hacia el proceso valora la actividad física en sí misma, de forma intrínseca, destacando el bienestar y la satisfacción por encima de otros aspectos como la apariencia, la victoria o el rendimiento.

El tipo de actitud que un individuo tiene hacia la práctica de actividades físico-deportivas repercute en el tipo de motivación. Es decir, si un joven realiza una actividad físico-deportiva con una actitud hacia el resultado, estaremos hablando de que su motivación es principalmente extrínseca. En cambio, si realiza una actividad físico-deportiva con una actitud hacia el proceso, los estímulos que el individuo adquiere están enfocados hacia el entretenimiento, la diversión y las ganas de realizar una actividad de forma activa y, por lo tanto, hacia una motivación intrínseca.

Para conseguir que los jóvenes adquieran adherencia y continuidad en la práctica de actividades físico-deportivas, sería conveniente que tuvieran una actitud hacia el proceso. De esta forma, habría menos probabilidad de abandono en la práctica deportiva debido a que su motivación viene dada por el propio placer de practicar una actividad deportiva.

Abarcar el tema del abandono de la práctica deportiva es interesante, aunque en la última década haya aumentado considerablemente el número de españoles participantes de alguna actividad deportiva (Cartón, Mayor & Pallarés, 1995), porque nos ayuda a completar el marco teórico en cuanto a los motivos por los que los jóvenes practican actividades físico-deportivas.

4.1.4. Abandono de la práctica deportiva

Uno de los problemas más importantes que se dan en relación con la práctica de actividades físico-deportivas es el abandono de la práctica deportiva en edad escolar, ya sea temporal o definitivo.

Las causas del abandono de la práctica deportiva pueden ser por múltiples factores. Entre las más destacadas se encuentran la pérdida de motivación e interés por esta, que además es acentuada en los primeros años de la adolescencia. Esto se debe a que el joven adquiere la noción de actividad física como algo meditado y racional, no como en la infancia donde el niño lo repite del adulto sin plantearse los beneficios de la práctica deportiva (Delgado & Tercedor, 1998).

Según Ruiz, García & Gómez (2005), los principales motivos de abandono en el comportamiento activo entre la población adolescente son: la falta de tiempo incompatibilizado con los estudios y con su alta exigencia y la pereza y desgana por practicar un deporte. Aunque también influyen factores como la incompatibilidad horaria con las obligaciones personales o el atractivo de otras cosas antes que practicar alguna actividad. Además, los motivos relacionados con el entorno familiar y de amigos, tienen gran importancia en cuanto a que los jóvenes practiquen o no una actividad físico-deportiva.

Este mismo estudio trata la variable sociodemográfica según el sexo del adolescente. Aquí aparece que las mujeres abandonan la vida activa deportiva según el siguiente orden: por pereza y desgana, por falta de tiempo a causa de los estudios o el trabajo y por incompatibilidad horaria de las obligaciones.

Existe una gran diferencia entre la práctica o no práctica de actividades físico-deportivas entre hombres y mujeres.

Según García (citado por Moreno, Marcos & Huéscar, 2016), las mujeres practican actividades físicas por motivos que hacen referencia a la superación personal, la imagen corporal, la salud y la interacción social. Por otro lado, la mujer adquiere mayor motivación por realizar actividad física debido a razones derivadas de la mejora en la imagen corporal, más que los hombres, y que esto es lo que les empuja a realizar alguna práctica deportiva. Por el contrario, el hombre realiza dicha práctica por cuestiones más de relación, competencia o superación.

Razones como conciliar la vida laboral junto con la personal, por desigualdades y por la creación y mantenimiento de estereotipos de nuestra sociedad hacen que muchas mujeres no dispongan de tiempo para practicar actividades físico-deportivas. Aunque actualmente se lucha por la igualdad y para que esta salga de la sombra deportiva, todavía hay que buscar soluciones y alternativas que ayuden a la mujer en dicha práctica (Moreno, Huéscar & Hellín, 2014).

El abandono de la práctica físico-deportiva puede tratarse de solucionar desde la asignatura de Educación Física, en la que el profesorado de la asignatura tiene que tratar de fomentar el suficiente atractivo para que los jóvenes adquieran la motivación y el gusto por practicar alguna actividad físico-deportiva, no solo dentro de la asignatura, sino también fuera del centro.

4.2. LA EDUCACIÓN FÍSICA COMO PROMOTORA DE UN ESTILO DE VIDA SALUDABLE. LOS PROGRAMAS DE DEPORTE ESCOLAR

Según el Real Decreto 126/2014, de 28 de febrero por el que se establece el currículo básico de Educación Primaria, la Educación Física está orientada a crear hábitos de práctica saludable, regular y continuada a lo largo de la vida.

La Educación Física debe de garantizar a los niños y jóvenes connotaciones emocionales en las que la motivación y el interés por las actividades físicas lleven al individuo a que practique alguna actividad físico-deportiva de forma voluntaria y continuada. Por lo tanto, el profesorado de Educación Física debe fomentar la práctica deportiva también fuera del centro escolar para una mejor adquisición de hábitos de vida activa y saludable (Delgado & Tercedor, 1998).

Desde la Educación Física podemos promover una perspectiva holística en la promoción de actividades físico-deportivas, puesto que es indiscutible que la escuela es el único lugar donde todos los alumnos/as tienen las mismas oportunidades de participar en actividades físico-deportivas.

En el proyecto docente deberán constatar: los conocimientos prácticos (procedimientos), los conocimientos teóricos (conceptos), las actitudes y valores positivos que fomenten la autoestima, autonomía, conciencia crítica, etc.; y, la evaluación continuada, progresiva e individual de cada alumno, enfocada sobre todo a la participación y no al rendimiento (Devís & Peiró, 1993). Es decir, el docente debe revisar el qué y cómo enseñar y, el qué y cómo evaluar.

Es necesario destacar, por otro lado, que las horas destinadas a la asignatura de Educación Física son tan limitadas a la semana que debe ser necesario cierta coordinación entre el profesorado y las familias para promover la práctica deportiva fuera de los centros escolares (Devís & Peiró, 1993), debido a que el entorno familiar tiene un gran peso en la influencia del joven para la promoción de la práctica deportiva.

Actualmente, encontramos en nuestro país una gran oferta en el mercado de servicios deportivos (públicos y privados) que cada día cobra mayor relevancia. Por ejemplo, el servicio de deporte escolar está teniendo mucho éxito y difusión entre los más jóvenes, posibilitando y acercando la práctica de actividades físico-deportivas en todas las edades escolares.

Este tipo de servicios deportivos tiene que estar en constante revisión para garantizar la participación y motivación de los escolares y acomodarse a la satisfacción de los jóvenes.

La calidad de la oferta de actividades físico-deportivas entre escolares de Primaria está determinada por la organización y planificación de objetivos, espacios, actividades, horarios, etc. que debe proporcionar la satisfacción al individuo al que va dirigido (Ruiz, García & Gómez, 2005). Es decir, el profesor de Educación Física debe planificar correctamente todo lo relevante en cuanto a la acción motriz de sus alumnos.

4.2.1. Los programas de deporte escolar

Estamos viviendo una situación en la que un mayor número de jóvenes están interesados en la práctica de diferentes deportes, por lo que la oferta de programas deportivos está aumentando tanto en programas de ámbito público (deporte escolar, polideportivos municipales...) como de ámbito privado (clubes, gimnasios...). Esto se debe a que las familias y profesores han prestado mayor atención a este sector por la necesidad de un estilo de vida activo y saludable en la medida que ha aumentado el problema del sedentarismo en nuestra sociedad.

Algunos de los factores que han posibilitado el aumento de jóvenes participantes en programas deportivos vienen dados por el desarrollo social y económico del país y por los cambios en las actitudes y los valores de la sociedad potenciados por el bienestar psicológico y social. Pero además, juegan también un gran papel, las retransmisiones deportivas, la presión social por adquirir mayor número de futuros deportistas de élite y la necesidad de fomentar habilidades en los niños a tempranas edades (Catón, Mayor & Pallarés, 1995).

Cuando hablamos de deporte en edad escolar, estamos hablando de aquellas actividades que se organizan fuera de la asignatura de Educación Física en centros escolares, clubes, asociaciones, etc. y cuyos participantes son deportistas en edad escolar (Ministerio de Educación, Cultura y Deporte, 2016). Estas actividades se pueden realizar en el mismo centro escolar, a través de ayuntamientos o clubes deportivos pero de forma regulada y organizada. Además, forman parte como organizadoras y dinamizadoras de estas actividades el Consejo Superior de Deportes, las Comunidades Autónomas y las Federaciones Deportivas.

4.2.2. Objetivos y características del deporte en edad escolar

El deporte en edad escolar es considerado como una actividad de gran importancia en el ámbito educativo porque ayuda a intervenir en los diferentes problemas que aparecen en el entorno educativo-social. Es decir, previene de conductas agresivas y ayuda a conocer técnicas de resolución de problemas entre los escolares. Además, favorece la participación y la autonomía del alumno.

Desde el Ministerio de Educación, Cultura y Deporte (2016) se fijan unos objetivos generales en cuanto al deporte en edad escolar.

- Favorecer una mejor formación Integral.
- Fomentar la cooperación y el trabajo en equipo.
- Ayudar a que el niño se desarrolle de forma física lo mejormente posible y a emplear el ocio de forma divertida.

Según Gonzalo, López & Monjas (2014), las características que debería tener el deporte en edad escolar son las siguientes:

- Participativo e integrador. La diversidad del alumno cobrará importancia, siendo la participación y el carácter lúdico lo que definan la actividad.
- Coeducativo. Niños y niñas participando juntos en las actividades.
- Adaptativo. Las actividades se adaptarán a los límites de cada alumno.
- Carácter voluntario. La participación será libre y autónoma.
- Complementario. Las actividades complementarán las programaciones de la asignatura de Educación Física, coordinando además, a las entidades municipales y otras organizaciones deportivas.
- Coordinado. Que los agentes que intervienen en su organización y gestión se coordinen.
- Sano y seguro. Las actividades físico-deportivas serán beneficiosas y que no supongan un riesgo para la salud.
- Carácter extraescolar. No estará vinculada a la educación formal.
- Educativo. Se apostará por un modelo educativo del deporte que contribuya al desarrollo de la personalidad, donde se adquiera una actividad hacia el proceso y no hacia el resultado.

4.2.3. Motivos de participación en programas de deporte escolar

Los programas de deporte escolar deben de conseguir una amplia oferta deportiva vinculada a las motivaciones de los todos los ciudadanos. Para ello, es interesante averiguar los motivos que llevan a los más jóvenes a participar en los programas de deporte escolar.

Según Pérez & Sánchez (2015), en su estudio sobre los motivos de participación en actividades cooperativas y no competitivas, los alumnos entre 9 y 15 años que participan en un programa deportivo lo hacen por dos cuestiones. La primera, porque los alumnos no están satisfechos con las actividades que se ofrece en su entorno cercano y, por lo tanto, participan en el programa deportivo. La segunda cuestión está vinculada a que los alumnos se sienten satisfechos y buscan mayores experiencias deportivas.

En este mismo estudio se revelan que los motivos de participación se deben a que los jóvenes disfrutan de actividades distintas a las que se realizan dentro del centro escolar y, por otro lado, porque el factor de competencia en las actividades tiene menor peso que la participación y disfrute.

Según Fraile & de Diego (2006), en su trabajo sobre la participación en actividades extraescolares en cuatro países diferentes (España, Italia, Francia y Portugal), se muestra que en la primera etapa de la adolescencia (12 años) aparecen motivos como la mejora de la salud, el estar con los amigos y el desarrollarse como persona, aspectos relevantes frente a la competencia.

Cabe destacar que ambos estudios coinciden en los aspectos de diferencias de género. En el que los chicos muestran mayor relevancia a las actividades de competición frente a las chicas.

4.2.4. El Programa Integral de Deporte Escolar del Municipio de Segovia (PIDEMSG)

En Segovia contamos con el Programa Integral de Deporte Escolar del Municipio de Segovia (PIDEMSG) que comenzó su primer año de convenio con la Universidad de Valladolid en el curso 2009-2010 y que según exponen González, Manrique & López (2012, p.14) tiene diferentes finalidades complementarias entre sí:

- Diagnosticar la situación actual del deporte escolar en el municipio de Segovia, el nivel de realización de actividad física regular en la franja de población 6-16 años y su posible relación con los niveles de obesidad infantil en dicha franja escolar.
- Desarrollar un Programa Integral para el Deporte Escolar en Segovia que permita mejorar la calidad actual del mismo, incrementar el nivel de realización de actividad física regular, aumentar la satisfacción de los participantes, generar hábitos de práctica físico-deportiva en la población, incrementar el bagaje motriz y la cultura deportiva del alumnado y evitar situaciones de especialización precoz.
- Establecer un programa de formación inicial y permanente de los técnicos deportivos encargados de llevar a cabo el deporte escolar.

- Poner en marcha dicho Plan Integral y evaluar su funcionamiento y los resultados iniciales alcanzados en esta primera fase respecto a las variables estudiadas.
- En función de los resultados obtenidos, tomar decisiones para ir mejorando progresivamente el programa e ir resolviendo los problemas destacados.

Según los resultados del estudio sobre la situación del deporte escolar en Segovia realizado por Manrique, et al. (2009), el alumnado del municipio considera que en la práctica deportiva tiene mayor importancia la participación, la colaboración y la salud, donde no interesa un enfoque hacia el resultado o la competición. Por lo tanto, se demuestra una motivación principalmente intrínseca en los participantes del programa de deporte escolar.

En cuanto a la valoración del primer curso de implantación del PIDEMSG, los resultados del trabajo elaborado por González, Manrique & López (2012), indican un alto índice de satisfacción en todos los agentes implicados (alumnos, padres, profesores y monitores) en el desarrollo del programa. Siendo los alumnos los que mayor grado de satisfacción tiene y seguidos por los padres, monitores y profesores de Educación.

En este mismo estudio, se valora positivamente por parte de los alumnos, que las actividades físico-deportivas son buenas para la salud, además de que benefician la colaboración con los alumnos y, que chicos y chicas deben participar conjuntamente. Por lo tanto, desde este estudio, se valora en general con un nivel alto o muy alto el grado de satisfacción de los agentes implicados en el programa.

En cuanto a la participación femenina en el PIDEMSG, la investigación realizada por Escudero (2012) indica que existe una visión muy positiva sobre la participación de las chicas en el programa, a pesar de que sigan siendo un sector en minoría frente a los chicos.

En el mismo estudio se refleja, además, cómo la participación de las chicas se ve influenciada por la actitud de las participantes ante el desarrollo de actividades físico-deportivas. Es decir, por la influencia de modelos idealistas y por considerar que el hombre es un sujeto genéticamente con mayor capacidad física. Concretamente, en las chicas el factor que más determina la participación de actividades físico-deportivas dentro de PIDEMS es el grupo de iguales. Puesto que valoran la práctica de actividades físico-deportivas entre compañeras y amigas.

5. METODOLOGÍA

En este apartado se expone el proceso de selección de instrumentos para recoger los datos con los que se han elaborado las conclusiones. En este caso, el instrumento utilizado fue el cuestionario de contenidos de los objetivos en el ejercicio (GCEQ), ya validado por Sebire et al. (2008) junto con otros estudios como los de Moreno, Marcos

& Huéscar (2016). Se recogen en este apartado también los datos obtenidos del cuestionario y el procedimiento seguido para la investigación.

5.1.PARTICIPANTES

La muestra de esta investigación está compuesta por 420 alumnas de 5º y 6º de Primaria y de 1º y 2º de la ESO, de centros públicos y concertados del municipio de Segovia. Por lo tanto, las edades de las participantes oscilan entre los 10 y 14 años.

La muestra se ha dividido en 4 grupos de estudio para las alumnas de cada ciclo (Primaria y Secundaria):

Tabla 1. Número de participantes de 5º y 6º de Primaria por grupos de estudio

Grupos		Muestra
Sí practica actividades físico-deportivas	Sí participa en PIDEMSG	71
Sí practica actividades físico-deportivas	No participa en PIDEMSG	109
No practica actividades físico-deportivas	No participa en PIDEMSG	18
No practica actividades físico-deportivas	Sí participa en PIDEMSG	2
Número de alumnas participantes		200

Tabla 2. Número de participantes de 1º y 2º de Secundaria por grupos de estudio

Grupos		Muestra
Sí practica actividades físico-deportivas	Sí participa en PIDEMSG	39
Sí practica actividades físico-deportivas	No participa en PIDEMSG	133
No practica actividades físico-deportivas	No participa en PIDEMSG	45
No practica actividades físico-deportivas	Sí participa en PIDEMSG	3
Número de alumnas participantes		220

5.2.INSTRUMENTOS

El instrumento utilizado para llevar a cabo la investigación ha sido un cuestionario de la motivación en la actividad física y el deporte. Se decidió utilizar un cuestionario como instrumento de medida porque en el campo de la actividad física y el deporte es la herramienta más viable para la recogida de datos que requieren una gran muestra, ya que sirven para medir diferentes parámetros.

Los cuestionarios son un instrumento que se utilizan para recoger información cuantificada y extraer información generalizada (García, Rodríguez & Carmona, 2009). Es conveniente utilizar cuestionarios que hayan sido validados anteriormente para evitar resultados no fiables o confusos. Por este motivo, el cuestionario utilizado en nuestra investigación es el cuestionario de contenido de los objetivos en el ejercicio (GCEQ), utilizando la versión completa de Sebire et al. (2008).

El Goal Content for Exercise Questionnaire (GCEQ) mide diferentes objetivos para practicar ejercicio físico en cinco categorías: afiliación social, imagen, salud, reconocimiento social y desarrollo de la habilidad. El cuestionario está compuesto por 20 ítems que miden el grado de importancia a la hora de realizar ejercicio físico, desde nada importante hasta extremadamente importante, pasando por los valores muy poco importante, poco importante, moderadamente importante, algo importante e importante.

Tabla 3. Distribución de los ítems según la categoría a la que pertenecen:

Afiliación social	Preguntas 1, 6, 11 y 16
Imagen	Preguntas 2, 7, 12 y 17
Dirección de la salud	Preguntas 3, 8, 13 y 18
Reconocimiento social	Preguntas 4, 9, 14 y 19
Desarrollo de la habilidad	Preguntas 5, 10, 15 y 20

Se añadió al inicio del cuestionario GCEQ un apartado en el que las alumnas tenían que indicar el nombre del centro, el curso y la edad. Además, tenían que contestar si realizaban actividades físico-deportivas y si participaban en el Programa de Deporte Escolar (anexo 1). De esta forma, se obtienen los cuatro grupos de participantes del estudio que aparecen representados en el apartado anterior.

5.3.PROCEDIMIENTO

Para poder aplicar el cuestionario GCEQ a las alumnas de 5º y 6º de Primaria y 1º y 2º de Secundaria, hubo que negociar con directores, jefes de estudio y profesores de Educación Física el procedimiento para su aplicación. En la mayoría de los centros fue a ellos a quienes les entregamos los cuestionarios para que se los pasaran a los alumnos.

Algunos centros pedían autorización a los padres para que sus hijas rellenaran el cuestionario, a pesar de que era totalmente anónimo. Estas autorizaciones las realizaba el director que se encargaba de informar a las familias sobre la temática y finalidad de la investigación.

Otros centros nos dejaron entrar a las aulas al inicio de las clases para poder pasar el cuestionario a las chicas, puesto que el tiempo estimado para realizarlo era de 5 minutos. El procedimiento era presentarnos como alumna del Grado de Educación Primaria de la Universidad de Valladolid, diciendo que estábamos realizando un estudio sobre la motivación de las chicas en la práctica de actividades físico-deportivas.

Seguidamente, se iban repartiendo los cuestionarios y explicando que debían de rellenar el cuestionario con la mayor seriedad y sinceridad posible para que los resultados fueran relevantes. Además, se les recordaba que no se les olvidara contestar las dos preguntas iniciales que hacían referencia a si practicaban actividades físico-deportivas y si participaban en el Programa de Deporte Escolar.

Puesto que la recogida de datos se realizó durante el mes de junio, que conllevaba las evaluaciones finales, y que, por lo tanto, no podía interrumpir las horas lectivas, uno de los centros nos dejó poner carteles informativos citando a las alumnas en el salón de actos durante uno de los recreos para que realizarán el cuestionario de carácter anónimo sobre los motivos de practicar actividades físico-deportivas. Pese a que nuestras expectativas eran escasas en cuanto a la participación, obtuvimos una gran muestra y se presentaron más de 80 alumnas para rellenar el cuestionario.

En esta ocasión, el procedimiento fue el mismo que cuando se pasaron los cuestionarios por las aulas. Es decir, una introducción de quién era la investigadora, de los fines de la investigación y lo que se iba a hacer con los resultados que se obtuvieran.

En todos los casos, la administración de los cuestionarios se llevo a cabo en los centros educativos y bajo la supervisión de un profesor, para así poder comunicar cualquier duda que surgiera en su realización. Posteriormente, concretábamos un día con los centros educativos para la recogida de los cuestionarios, donde preguntaba posibles dudas o dificultades al rellenar el cuestionario.

Por otro lado, al recoger la muestra de 420 alumnas, nos pusimos en contacto con uno de los colaboradores del PIDEMSG para informarnos de los centros donde mayor participación había dentro del Programa de Deporte Escolar y, de esta forma, poder contar con una muestra elevada de alumnas participantes en el PIDEMSG.

Finalmente, podemos decir que obtuvimos una muestra bastante representativa gracias a la participación de seis institutos de Secundaria y siete colegios de Educación Primaria, de los cuales participaron ocho centros públicos y dos privados del municipio de Segovia

6. RESULTADOS

En este apartado se analizan los resultados extraídos de realizar el cuestionario de contenido de los objetivos en el ejercicio (GCEQ).

Primeramente, se analizan los datos de participación entre las alumnas de Primaria y Secundaria. Después, se analizan los motivos de participación (afiliación social, imagen, salud, reconocimiento social y desarrollo de la habilidad) en las alumnas de Primaria y Secundaria por separado y conjuntamente. Finalmente, se analizan las diferencias motivacionales en cuanto a la participación de alumnas que realizan actividad-física con las que están dentro o no del PIDEMSG.

6.1. NIVELES DE PARTICIPACIÓN ENTRE ALUMNAS DE PRIMARIA Y SECUNDARIA

Para analizar los niveles de participación entre alumnas de Primaria y Secundaria, debemos separarlo en las cuatro categorías:

- Alumnas que practican actividades físico-deportivas (A.F) y que están dentro del Programa de Deporte Escolar (PIDEMSG).
- Alumnas que practican actividades físico-deportivas (A.F) y que no están dentro del Programa de Deporte Escolar (PIDEMSG).
- Alumnas que practican actividades físico-deportivas (A.F) y que no están dentro del Programa de Deporte Escolar (PIDEMSG).
- Alumnas que no practican actividades físico-deportivas (A.F) y que están dentro del Programa de Deporte Escolar (PIDEMSG).

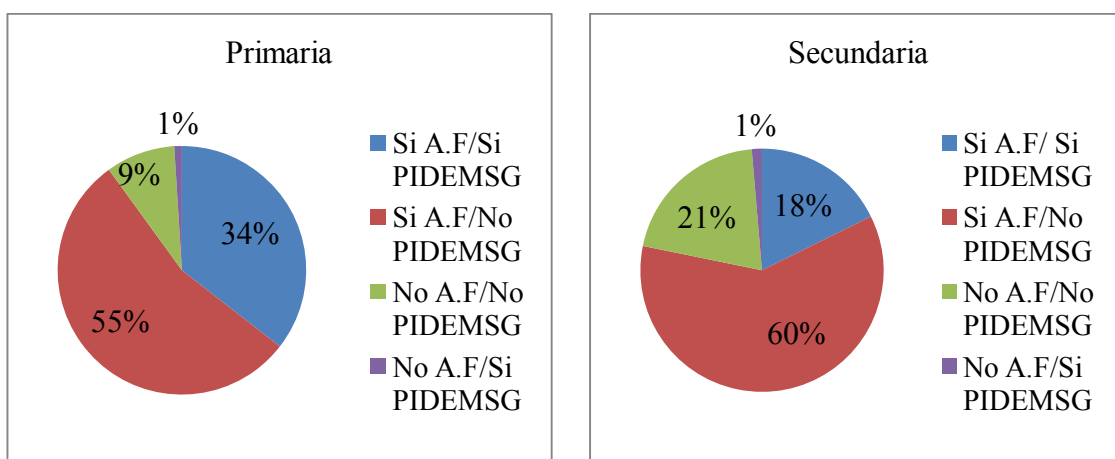


Figura 1. Niveles de participación de las alumnas de Primaria y Secundaria

En ambas gráficas podemos observar que hay una alta participación de alumnas que practican actividades físico-deportivas pero que no participan en el PIDEMSG. Además, el número de alumnas que no practican actividades físico-deportivas, pero que sí que participan en el PIDEMSG, es un número muy escaso, por lo que obviaremos los datos obtenidos ya que son irrelevantes para el estudio debido a la escasa muestra.

Se encuentran notables diferencias en cuanto a la participación de alumnas que practican actividades físico-deportivas y que están dentro del PIDEMSG entre Primaria y Secundaria. Los resultados afirman que existe un mayor número de alumnas en Primaria (34%) en comparación con Secundaria (18%) que participan dentro del PIDEMSG y que, por lo tanto, llevan una vida activa.

Además, hay un mayor número de alumnas en Secundaria que no realizan ni actividades físico-deportivas, ni participan en el PIDEMSG (21%) frente a los datos obtenidos en Primaria (9%).

6.2. ANÁLISIS DE LOS MOTIVOS DE PARTICIPACIÓN EN ALUMNAS DE PRIMARIA

Se analizan en este apartado los motivos de participación en las alumnas de Primaria según los datos obtenidos del cuestionario de contenido de los objetivos en el ejercicio (GCEQ), para ello, se hará a través de tres subdivisiones citadas anteriormente.

6.2.1. Alumnas que practican actividades físico-deportivas y además, participan en el PIDEMSG

Con una participación de 71 alumnas, se puede ver en la tabla 4, el número de alumnas que han respondido a cada pregunta y el grado de importancia que le dieron a cada una de ellas. En la misma tabla, se presentan los porcentajes de participación según el número de alumnas que realizaron el cuestionario.

Tabla 4. Datos obtenidos del cuestionario (GCEQ) de alumnas de Primaria que practican actividades físico-deportivas y participan en el PIDEMSG

		R.1	R.2	R.3	R.4	R.5	R.6	R.7
AFILIACIÓN SOCIAL	P.1	5	4	5	4	13	27	13
	P.6	4	1	5	10	14	18	19
	P.11	12	-	5	3	13	18	20
	P.16	15	3	3	12	15	13	10
	%	13%	3%	6%	10%	19%	27%	22%
IMAGEN	P.2	3	2	5	8	18	23	12
	P.7	10	2	4	13	12	15	15
	P.12	18	12	9	9	9	9	5
	P.17	16	6	5	11	14	9	10
	%	17%	8%	8%	14%	19%	20%	15%
DIRECCIÓN SALUD	P.3	-	3	3	11	5	21	28
	P.8	-	-	2	8	7	20	34
	P.13	1	-	-	6	3	15	46
	P.18	-	1	-	4	7	25	34
	%	0%	1%	2%	10%	8%	29%	50%
RECONOCIM. SOCIAL	P.4	18	8	7	11	9	10	8
	P.9	15	3	8	11	17	8	9
	P.14	20	6	8	11	6	14	6
	P.19	18	8	7	9	10	9	10
	%	25%	9%	11%	15%	15%	14%	12%
DESARROLLO HABILIDAD	P.5	-	-	1	2	15	20	33
	P.10	-	1	1	5	5	33	26
	P.15	3	2	3	12	16	14	21
	P.20	-	1	2	2	9	17	40
	%	1%	1%	2%	7%	16%	30%	42%

P: número de la pregunta; R1: nada importante; R2: muy poco importante; R3: poco importante; R4: moderadamente importante; R5: algo importante; R6: importante; R7: extremadamente importante.

Según los datos obtenidos a través de esta tabla, las alumnas de Primaria que practican actividades físico-deportivas y que participan en el PIDEMSG obtienen una motivación para practicar ejercicio físico basada, principalmente, en la salud, seguida del desarrollo de la habilidad, de la afiliación social, de la imagen y el reconocimiento social.

Los valores sobre la importancia de realizar ejercicio físico se miden en una escala del 1 al 7. En este grupo de estudio, alumnas que practican actividades físico-deportivas y que están dentro del PIDEMSG, los resultados han sido los siguientes:

- El valor máximo que se obtiene sobre la salud está en un nivel de 7, con un 50% de alumnas que dieron esa puntuación.
- El desarrollo de la habilidad adquiere un nivel de importancia de 7, con el 42% de alumnas que optaron por esa puntuación.
- La afiliación social adquiere una puntuación alta, con un nivel 6 y el 27 % de alumnas que eligieron ese valor.
- La imagen, que queda reservada en cuarto puesto, adquiere su mayor puntuación en el nivel 6, con el 20% alumnas que respondieron a esas preguntas.
- Por último, queda reservado el reconocimiento social, con el nivel más bajo, con una puntuación de 1 sobre 7 y con 25 alumnas que dieron ese valor a las preguntas destinadas al reconocimiento social.

6.2.2. Alumnas que practican actividades físico-deportivas pero no participan en el PIDEMSG

La mayor participación de alumnas de Primaria, con 109 alumnas, está en el grupo de alumnas que practican actividades físico-deportivas pero que no participan en el PIDEMSG. En la tabla 5 se observa el número de participantes que han respondido a cada pregunta y el grado de importancia que le dieron a cada una. Además, se presentan los porcentajes de participación según el número de alumnas que realizaron el cuestionario.

Tabla 5. Datos obtenidos del cuestionario (GCEQ) de alumnas de Primaria que practican actividades físico-deportivas pero no participan en el PIDEMSG

		R.1	R.2	R.3	R.4	R.5	R.6	R.7
AFILIACIÓN SOCIAL	P.1	8	5	7	19	18	45	7
	P.6	6	5	7	19	23	28	21
	P.11	5	6	7	14	23	33	21
	P.16	12	7	12	21	25	29	9
	%	7%	5%	8%	17%	20%	31%	12%
IMAGEN	P.2	4	7	14	14	16	29	25
	P.7	7	9	18	19	20	20	16
	P.12	30	16	14	22	16	7	4
	P.17	18	11	15	18	22	20	5
	%	14%	10%	14%	17%	17%	17%	11%
DIRECCIÓN SALUD	P.3	2	5	8	6	17	36	35
	P.8	-	6	4	10	16	39	34
	P.13	-	2	9	6	8	22	62
	P.18	2	3	4	12	12	48	26
	%	1%	4%	6%	8%	12%	33%	36%
RECONOCIM. SOCIAL	P.4	24	14	20	10	15	16	10
	P.9	29	13	18	14	12	12	11
	P.14	35	13	18	15	16	11	2
	P.19	17	14	24	12	20	15	7
	%	24%	12%	18%	12%	14%	12%	7%
DESARROLLO HABILIDAD	P.5	-	-	4	7	17	46	35
	P.10	-	2	1	10	26	52	18
	P.15	1	8	14	16	27	31	12
	P.20	-	2	5	7	11	47	37
	%	0%	3%	6%	9%	19%	40%	23%

P: número de la pregunta; R1: nada importante; R2: muy poco importante; R3: poco importante; R4: moderadamente importante; R5: algo importante; R6: importante; R7: extremadamente importante.

Según los datos obtenidos a través de esta tabla, las alumnas de Primaria que practican actividades físico-deportivas pero que no participan en el PIDEMSG, se advierte una motivación para la práctica de ejercicio físico basada, principalmente, en la salud, seguida del desarrollo de la habilidad, de la afiliación social, de la imagen y del reconocimiento social.

Los valores sobre la importancia de realizar ejercicio físico, en una escala del 1 al 7, en las alumnas que practican actividades físico-deportivas pero que no participan en el PIDEMSG, los siguientes:

- A la salud se le da la puntuación de 7, con un 36% de alumnas que prefirieron dar ese valor positivo.
- Al desarrollo de la habilidad se le da el valor 6, con un 40% de respuestas a las preguntas destinadas a esa motivación.
- La afiliación social también adquiere un valor 6, pero en este caso existe un 31% de respuestas destinadas a la afiliación social.
- La salud adquiere unos valores comprendidos en la escala del 4 al 6, con un 17%.

- Finalmente, el reconocimiento social adquiere valor 1 de importancia, con el 24% de alumnas que eligen esos valores tan bajos.

6.2.3. Alumnas que no practican actividades físico-deportivas ni participan en el PIDEMSG

Con una participación de 18 alumnas, se puede apreciar en la tabla 6 el número de participantes que han respondido a cada pregunta y el grado de importancia que le dieron a cada una con una escala del 1 al 7. En la misma tabla, se presentan los porcentajes de participación según el número de alumnas que realizaron el cuestionario.

Tabla 6. Datos obtenidos del cuestionario (GCEQ) de alumnas de Primaria que no practican actividades físico-deportivas ni participan en el PIDEMSG

		R.1	R.2	R.3	R.4	R.5	R.6	R.7
AFILIACIÓN SOCIAL	P.1	2	2	1	-	7	5	1
	P.6	-	-	-	2	3	6	7
	P.11	1	-	2	8	1	4	2
	P.16	2	1	4	3	4	4	-
	%	7%	4%	10%	18%	21%	26%	14%
IMAGEN	P.2	-	1	-	-	4	5	8
	P.7	1	1	-	3	4	2	7
	P.12	1	4	1	5	3	3	1
	P.17	2	1	1	4	7	2	1
	%	6%	10%	3%	17%	25%	17%	24%
DIRECCIÓN SALUD	P.3	3	-	-	1	1	5	8
	P.8	-	-	1	2	4	9	2
	P.13	1	-	-	1	2	1	13
	P.18	-	1	2	2	1	8	4
	%	6%	1%	4%	8%	11%	32%	38%
RECONOCIM. SOCIAL	P.4	1	1	-	8	6	2	-
	P.9	2	-	3	6	3	2	2
	P.14	1	1	4	5	3	2	2
	P.19	1	1	4	5	2	3	2
	%	7%	4%	15%	33%	19%	13%	8%
DESARROLLO HABILIDAD	P.5	-	-	1	-	7	6	4
	P.10	-	-	-	5	7	4	2
	P.15	-	2	5	-	7	2	2
	P.20	-	-	-	-	8	7	3
	%	0%	3%	8%	7%	40%	26%	15%

P: número de la pregunta; R1: nada importante; R2: muy poco importante; R3: poco importante; R4: moderadamente importante; R5: algo importante; R6: importante; R7: extremadamente importante.

Según los datos obtenidos a través de la tabla, las alumnas que no practican actividades físico-deportivas y que no participan en el PIDEMSG obtienen una motivación para practicar ejercicio físico basada, en primer lugar, en la salud, seguida de la afiliación social, el desarrollo de la habilidad, la imagen y el reconocimiento social.

A continuación, se presentan los valores que se dan en este grupo de estudio:

- La salud adquiere la mayor importancia, con un valor de 7 y con el 38% de alumnas que consideraban ese valor.
- La afiliación social tiene un valor de 6 con un 26% de respuestas sobre la temática.
- En tercer lugar se encuentra el motivo del desarrollo de la habilidad, con un valor de 5 y con el 40% de alumnas que contestaron ese valor.
- La imagen adquiere un valor de 5, con el 25% de alumnas.
- Por último, el reconocimiento social se encuentra en un valor 4, con el 33% de alumnas.

6.2.4. Análisis global de los resultados obtenidos de la participación en alumnas de Primaria

Las distintas gráficas que se presentan muestran las motivaciones de practicar ejercicio físico y están agrupados por grupos de estudio para poder analizar individualmente cada motivo de participación de las alumnas Primaria.

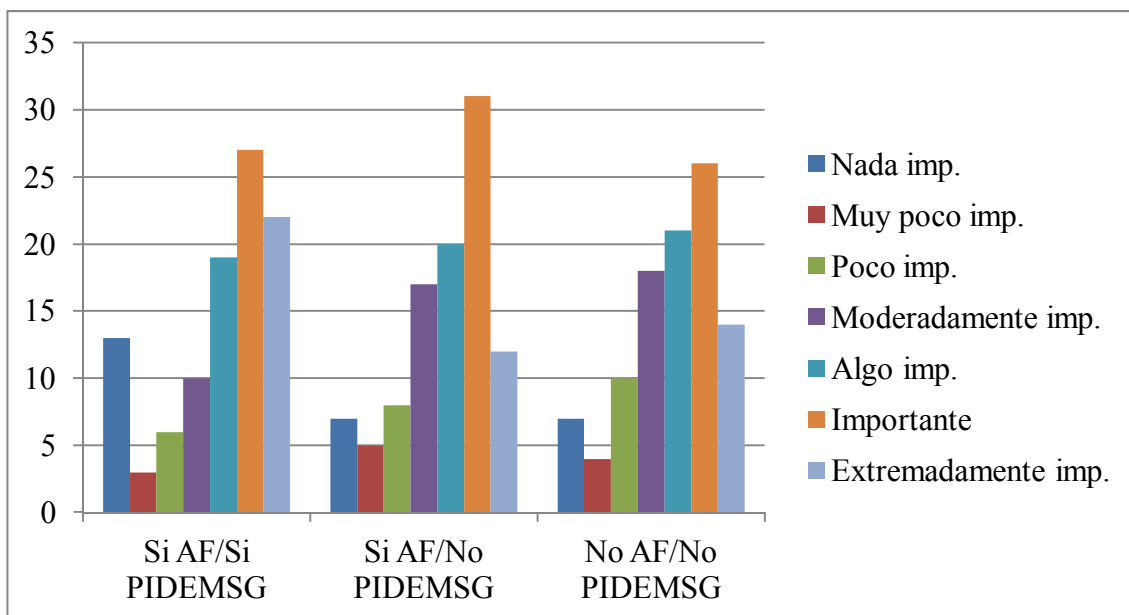


Figura 2. El motivo de la afiliación social en los distintos grupos de estudio de las alumnas de Primaria

Se observa que las alumnas que practican actividades físico-deportivas pero que no están dentro del PIDEMSG son las que más importancia le dan a la afiliación social. En cambio, las que menor interés le dan a esta motivación son las chicas que practican actividades físico-deportivas y que participan en el PIDEMSG.

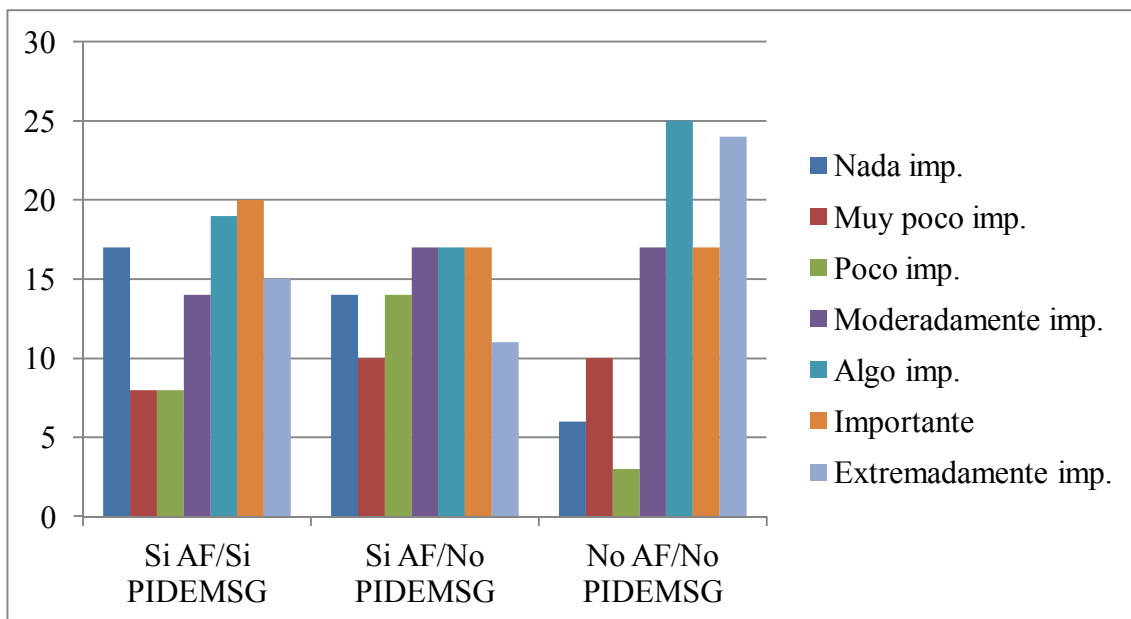


Figura 3. El motivo de la imagen en los distintos grupos de estudio de las alumnas de Primaria

En la gráfica se puede apreciar que el motivo de la imagen tiene valores de mayor importancia para las chicas que no practican actividades físico-deportivas ni participan en el PIDEMSG. Adquiere menor importancia esta motivación en las chicas que practican actividades físico-deportivas y participan en el PIDEMSG.

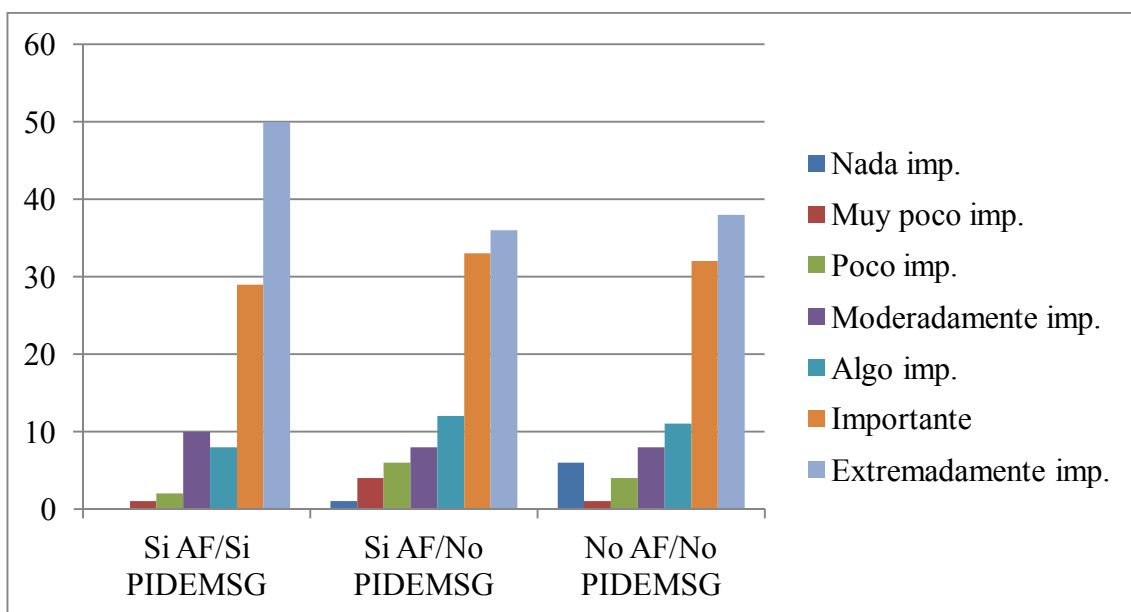


Figura 4. El motivo de la salud en los distintos grupos de estudio de las alumnas de Primaria.

El motivo de la salud adquiere los valores más altos para realizar ejercicio físico. Aunque son las chicas que practican actividades físico-deportivas y que participan en el PIDEMSG las que mayor importancia le dan a esta motivación. En cambio, las chicas que no practican actividades físico-deportivas ni participan en el PIDEMSG le dan menor relevancia a esta motivación.

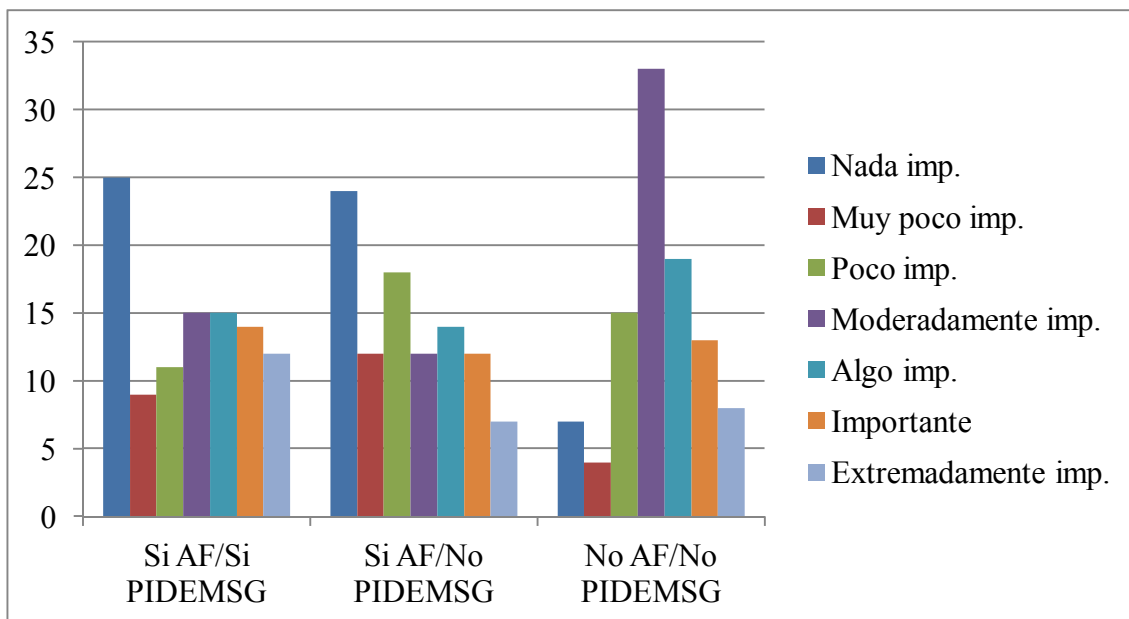


Figura 5. El motivo del reconocimiento social en los distintos grupos de estudio de las alumnas de Primaria.

El reconocimiento social adquiere niveles muy bajos en cuanto a ser una motivación para realizar ejercicio físico. Son las chicas que no practican actividades físico-deportivas ni participan en el PIDEMSG las que dan mayor importancia al reconocimiento social como motivación. Por otro lado, las chicas que practican actividades físico-deportivas y participan en el PIDEMSG, le dan puntuaciones muy bajas.

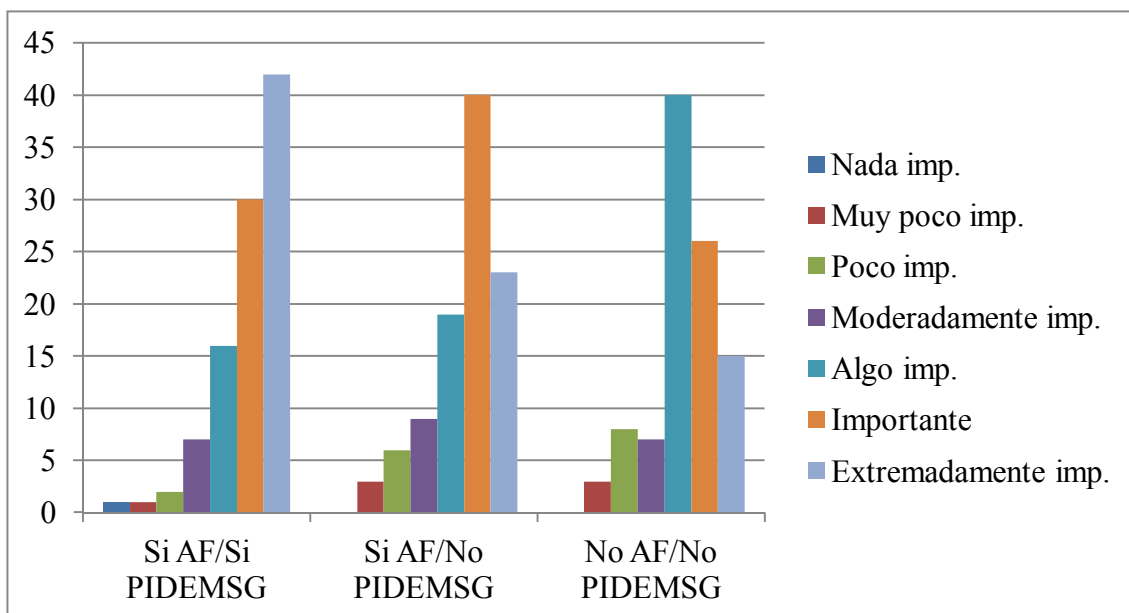


Figura 6. El motivo del desarrollo de la habilidad en los distintos grupos de estudio de las alumnas de Primaria.

El desarrollo de la habilidad adquiere niveles muy altos en cuanto a la motivación que adquiere una chica para realizar ejercicio físico. Son las chicas que practican actividades físico-deportivas y que participan en el PIDEMSG las que mayor importancia le dan a esta motivación. En cambio, las chicas que no practican actividades físico-deportivas ni participan en el PIDEMSG son las que menor importancia le dan a la motivación del desarrollo de la habilidad. Aunque, esta motivación, adquiere niveles altos de importancia en general.

6.3. ANÁLISIS DE LOS MOTIVOS DE PARTICIPACIÓN EN ALUMNAS DE SECUNDARIA

Se analizan en este apartado los motivos de participación en las alumnas de Secundaria, según los datos obtenidos del cuestionario de contenido de los objetivos en el ejercicio (GCEQ) a través de las tres subdivisiones.

6.3.1. Alumnas que practican actividades físico-deportivas y además participan en el PIDEMSG

Con una participación de 39 alumnas, se puede ver en la tabla 7 el número de alumnas que han respondido a cada pregunta y el grado de importancia que le dieron a cada una. Además, queda representado el porcentaje de participación según el número de alumnas que realizaron el cuestionario.

Tabla 7. Datos obtenidos del cuestionario (GCEQ) de alumnas de Secundaria que practican actividades físico-deportivas y participan en el PIDEMSG

		R.1	R.2	R.3	R.4	R.5	R.6	R.7
AFILIACIÓN SOCIAL	P.1	-	1	9	5	8	13	3
	P.6	1	1	2	11	7	11	6
	P.11	2	6	3	5	6	9	8
	P.16	2	3	7	9	8	8	2
	%	3%	7%	13%	19%	19%	26%	12%
IMAGEN	P.2	1	1	2	5	10	17	3
	P.7	2	1	2	12	7	11	4
	P.12	7	7	7	6	7	2	3
	P.17	4	5	10	6	4	7	3
	%	9%	9%	13%	19%	18%	24%	8%
DIRECCIÓN SALUD	P.3	1	2	6	5	6	9	10
	P.8	1	-	1	4	2	23	8
	P.13	-	-	2	4	4	13	16
	P.18	-	-	1	4	3	18	13
	%	1%	1%	6%	11%	10%	40%	30%
RECONOCIM. SOCIAL	P.4	7	7	9	9	4	3	-
	P.9	6	10	7	3	7	4	2
	P.14	12	6	9	4	1	6	1
	P.19	10	4	6	4	9	3	3
	%	22%	17%	20%	13%	13%	10%	4%
DESARROLLO HABILIDAD	P.5	-	-	2	3	6	21	7
	P.10	-	1	1	3	10	17	7
	P.15	-	2	8	6	6	11	6
	P.20	-	2	1	5	5	12	14
	%	0%	3%	8%	11%	17%	39%	22%

P: número de la pregunta; R1: nada importante; R2: muy poco importante; R3: poco importante; R4: moderadamente importante; R5: algo importante; R6: importante; R7: extremadamente importante.

Según los datos obtenidos a través de la tabla, las alumnas que practican actividades físico-deportivas y que participan en el PIDEMSG obtienen una motivación para practicar ejercicio físico basada, principalmente, en la salud, seguido del desarrollo de la habilidad, la afiliación social, la imagen y el reconocimiento social.

Los valores sobre la importancia de realizar ejercicio físico y que se miden en una escala del 1 al 7, quedan representados en este grupo de estudio de la siguiente forma:

- La salud adquiere un valor de 5, con un 40% de alumnas que ofrecieron ese valor.
- El desarrollo de la habilidad adquiere también valor 5, pero con un 39% de alumnas. Por lo que los valores están muy parejos entre la salud y el desarrollo de la habilidad.
- La afiliación social adquiere valor 5, pero con un 26% de participación.
- La imagen adquiere valor 5, con un 24% de participación. Siendo también similar el número de respuestas con la afiliación social.

- Por último, el reconocimiento social adquiere un valor de 1 con el 22% de alumnas que dan ese valor.

6.3.2. Alumnas que practican actividades físico-deportivas pero no participan en el PIDEMSG

Con una participación de 133 alumnas, se puede ver en la tabla 8 el número de alumnas que han respondido a cada pregunta y el grado de importancia que le dieron a cada una. En la misma tabla, se presentan los porcentajes de participación según el número de alumnas que realizaron el cuestionario.

Tabla 8. Datos obtenidos del cuestionario (GCEQ) de alumnas de Secundaria que practican actividades físico-deportivas pero no participan en el PIDEMSG

		R.1	R.2	R.3	R.4	R.5	R.6	R.7
AFILIACIÓN SOCIAL	P.1	4	7	9	30	28	41	14
	P.6	3	5	12	21	33	36	23
	P.11	8	4	15	20	33	27	26
	P.16	11	18	20	28	28	17	11
	%	5%	6%	11%	19%	23%	23%	14%
IMAGEN	P.2	6	9	10	11	33	32	32
	P.7	8	8	12	18	29	27	31
	P.12	30	13	21	18	12	25	14
	P.17	12	15	16	28	26	21	15
	%	11%	8%	11%	14%	19%	20%	17%
DIRECCIÓN SALUD	P.3	2	2	17	22	24	28	40
	P.8	-	2	9	12	26	42	42
	P.13	1	-	6	11	21	33	61
	P.18	1	2	5	18	19	45	43
	%	1%	1%	7%	12%	17%	28%	35%
RECONOCIM. SOCIAL	P.4	23	22	23	24	22	15	4
	P.9	24	20	22	15	24	18	10
	P.14	36	24	21	19	18	12	3
	P.19	15	23	29	26	10	24	6
	%	18%	17%	18%	16%	14%	13%	4%
DESARROLLO HABILIDAD	P.5	1	2	3	21	24	41	41
	P.10	2	2	6	15	27	49	32
	P.15	6	9	14	24	31	31	18
	P.20	1	3	4	17	21	39	48
	%	2%	3%	5%	14%	19%	30%	26%

P: número de la pregunta; R1: nada importante; R2: muy poco importante; R3: poco importante; R4: moderadamente importante; R5: algo importante; R6: importante; R7: extremadamente importante.

Según los datos obtenidos de la tabla, las alumnas que practican actividades físico-deportivas pero que no participan en el PIDEMSG obtienen una motivación para practicar ejercicio físico basado, en primer lugar, en la salud, seguido del desarrollo de la habilidad, la afiliación social, la imagen y el reconocimiento social.

Los valores sobre la importancia de realizar ejercicio físico según una escala del 1 al 7 son los siguientes para este grupo de estudio:

- La salud adquiere un valor de 7, con un 35% de respuestas a las preguntas destinadas a esta motivación.
- El desarrollo de la habilidad tiene un valor de 6, con un 30% de participación.
- La afiliación social adquiere valores de 5 y 6, con el 23% para ambos valores.
- La imagen adquiere un valor 6, con el 20% de alumnas que dieron repuestas altas a la imagen.
- El reconocimiento social adquiere valores de 1 y 3, con un 18% en ambos casos. A pesar de que sigue siendo un factor con bajo valor, en este caso, aumenta considerablemente.

6.3.3. Alumnas que no practican actividades físico-deportivas ni participan en el PIDEMSG

Con 45 alumnas participantes, se puede ver en la tabla 9 el número de alumnas que han respondido a cada pregunta y el grado de importancia que le dieron a cada una. En la misma tabla, está representado el porcentaje de participación según el número de alumnas que realizaron el cuestionario.

Tabla 9. Datos obtenidos del cuestionario (GCEQ) de alumnas de Secundaria que no practican actividades físico-deportivas ni participan en el PIDEMSG

		R.1	R.2	R.3	R.4	R.5	R.6	R.7
AFILIACIÓN SOCIAL	P.1	5	4	12	10	8	6	-
	P.6	4	6	4	10	13	6	2
	P.11	8	8	8	2	10	4	5
	P.16	7	5	8	13	9	2	1
	%	13%	13%	18%	19%	22%	10%	4%
IMAGEN	P.2	1	3	4	6	9	11	11
	P.7	2	-	7	7	9	9	11
	P.12	8	8	3	10	7	5	4
	P.17	5	4	8	8	10	4	6
	%	9%	8%	12%	17%	19%	16%	18%
DIRECCIÓN SALUD	P.3	-	1	4	9	12	12	7
	P.8	-	3	7	5	10	10	10
	P.13	-	1	3	5	7	12	17
	P.18	1	3	2	9	8	15	7
	%	1%	4%	9%	16%	21%	27%	23%
RECONOCIM. SOCIAL	P.4	10	4	11	10	3	3	4
	P.9	15	6	5	6	4	3	6
	P.14	12	12	5	8	4	2	2
	P.19	4	10	11	10	3	4	3
	%	23%	18%	18%	19%	8%	7%	8%
DESARROLLO HABILIDAD	P.5	1	-	6	7	12	13	6
	P.10	2	2	8	8	13	10	2
	P.15	4	5	9	7	11	5	4
	P.20	3	3	4	7	10	11	7
	%	6%	6%	15%	16%	26%	22%	11%

P: número de la pregunta; R1: nada importante; R2: muy poco importante; R3: poco importante; R4: moderadamente importante; R5: algo importante; R6: importante; R7: extremadamente importante.

Según los datos obtenidos a través de la tabla, las alumnas que no practican actividades físico-deportivas y que no participan en el PIDEMSG obtienen una motivación para practicar ejercicio físico basada, principalmente, en la salud, seguida del desarrollo de la habilidad, de la afiliación social, la imagen y el reconocimiento social.

Los valores que representan a este grupo de estudio y que se miden con una escala del 1 al 7 son los siguientes:

- La salud adquiere el mayor valor con un 6 y el 27% de las alumnas que participaron.
- El desarrollo de la habilidad adquiere un valor 5, con un 26% de participación.
- La afiliación social adquiere también valor 5, pero con un 22% de participación. Por lo que se encuentra muy cerca de los motivos de desarrollo de la habilidad.
- La imagen adquiere valor 5, con 19% de participación.
- Finalmente, el reconocimiento social adquiere el valor más inferior, con 1, y el 23% de participación.

6.3.4. Análisis global de los resultados obtenidos de la participación en alumnas de Secundaria

Las distintas gráficas que se presentan muestran las motivaciones de practicar ejercicio físico. Están agrupados por grupos de estudio para poder analizar individualmente cada motivo de participación de las alumnas Secundaria.

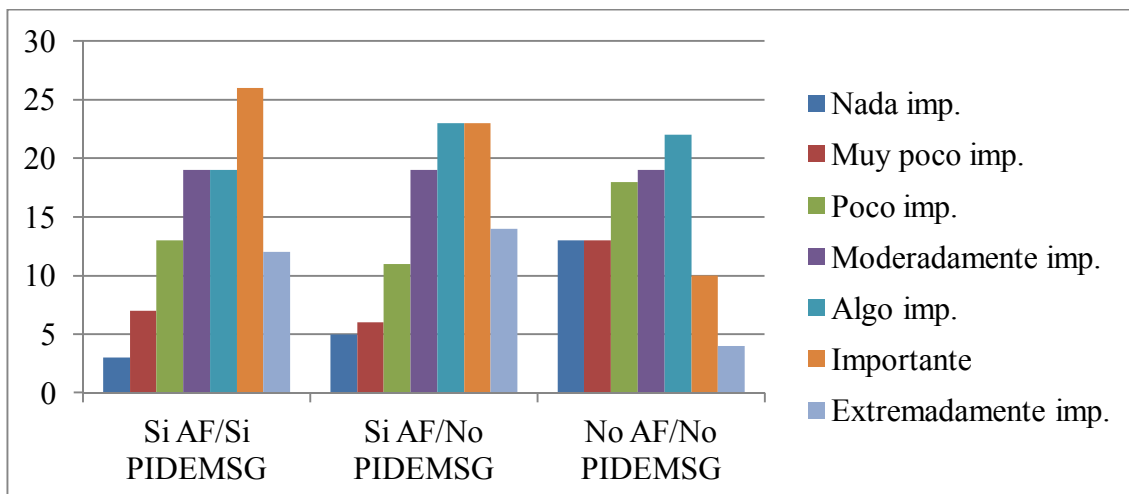


Figura 7. El motivo de la afiliación social en los grupos de estudio de las alumnas de Secundaria.

La afiliación social es considerada una motivación para realizar ejercicio físico en chicas que practican actividades físico-deportivas pero que no participan en el PIDEMSG. En cambio, el menor nivel para esta motivación se encuentra en las chicas que no realizan actividades físico-deportivas ni participan en el PIDEMSG.

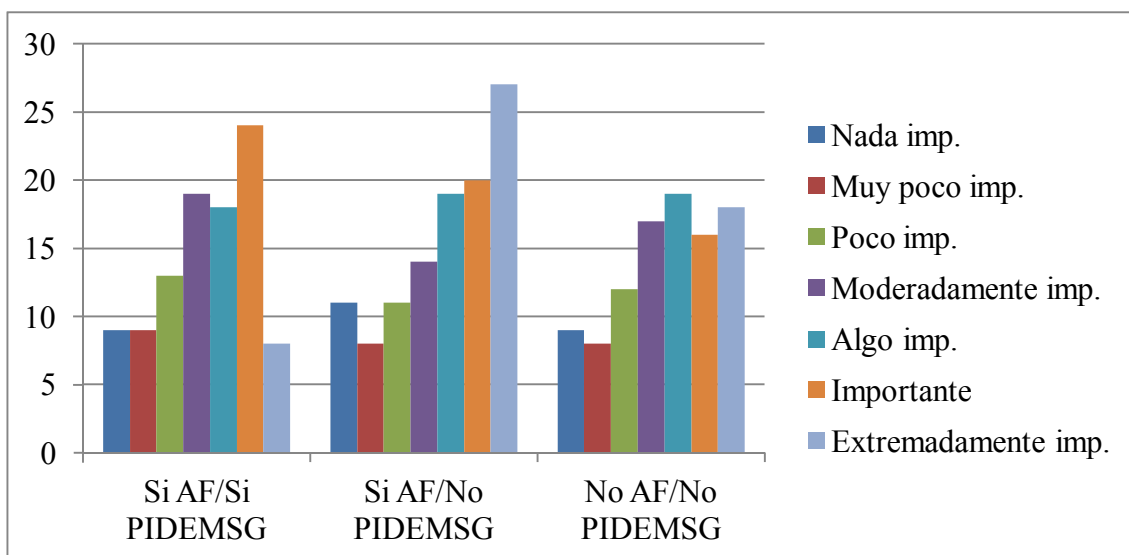


Figura 8. El motivo de la imagen en los grupos de estudio de las alumnas de Secundaria.

La imagen es una de las motivaciones más importantes para realizar ejercicio físico. Las chicas que practican actividades físico-deportivas pero que no participan en el PIDEMSG son las que más valor ofrecen a esta motivación. Aunque es destacable observar que es este mismo grupo de estudio el que menor valor le da también a la motivación de la imagen. Lo que quiere decir, que las respuestas destinadas a la imagen en el cuestionario GCEQ estaban muy dispares entre sí.

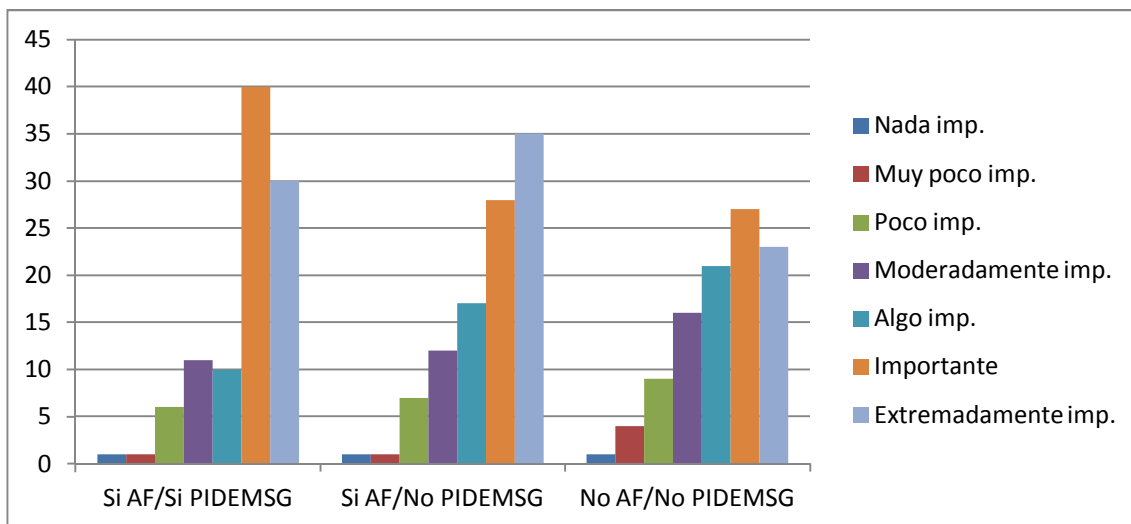


Figura 9. El motivo de la salud en los grupos de estudio de las alumnas de Secundaria.

La salud adquiere niveles muy altos, en general, como motivación para realizar ejercicio físico. Sin embargo, el grupo que mayor importancia le da a esta motivación son las chicas que practican actividades físico-deportivas y que no participan en el PIDEMSG. En los tres grupos de estudio se dan valores muy bajos en cuanto a la salud.

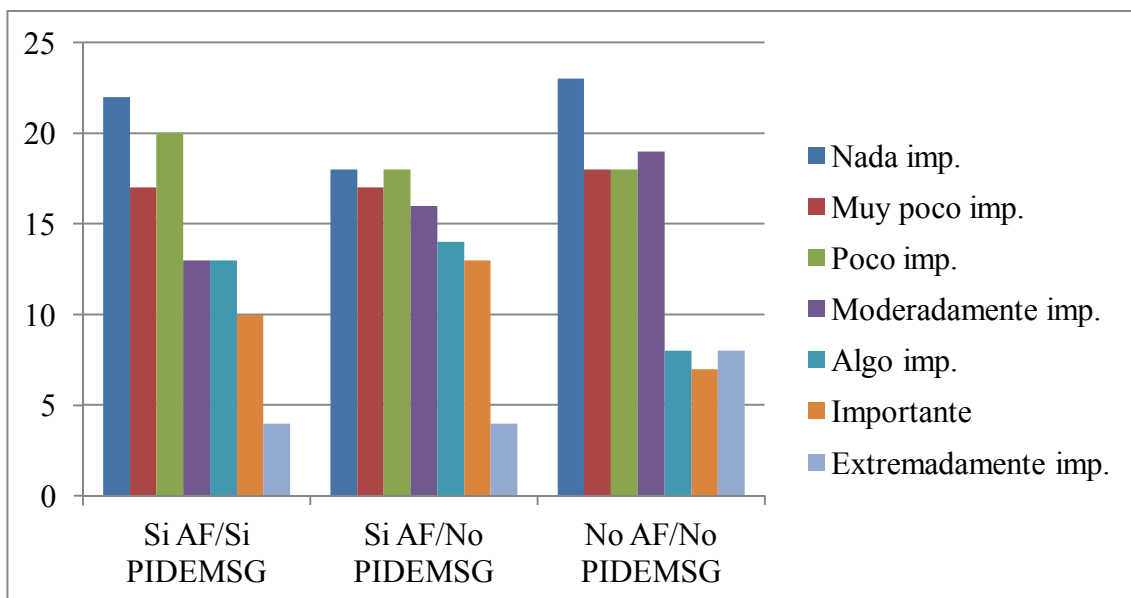


Figura 10. El motivo del reconocimiento social en los grupos de estudio de las alumnas de Secundaria.

El reconocimiento social adquiere niveles muy bajos de importancia para realizar ejercicio físico. Aunque las chicas que no practican actividades físico-deportivas y que no participan en el PIDEMSG son las que mayor importancia le dan a esta motivación, también se puede apreciar en las gráficas que el menor valor se encuentra también en este grupo de estudio. Lo que significa que las respuestas destinadas al reconocimiento social han sido muy dispersas entre los valores 1 y 7.

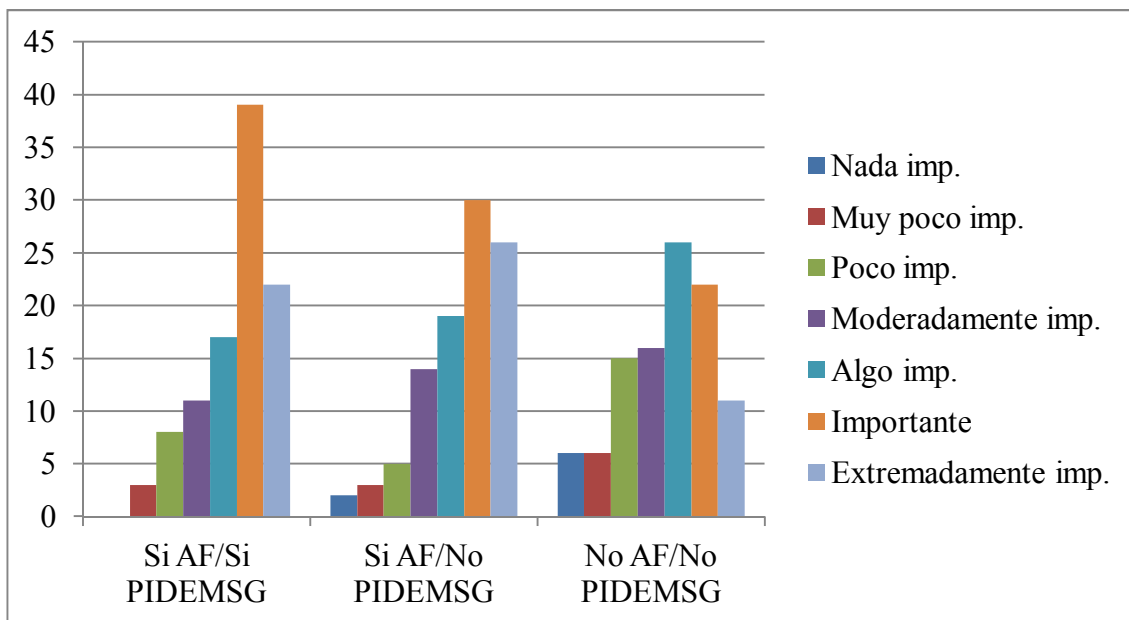


Figura 11. El motivo del desarrollo de la habilidad en los grupos de estudio de las alumnas de Secundaria.

El desarrollo de la habilidad adquiere un valor extremadamente importante para realizar ejercicio físico para las chicas que practican actividades físico-deportivas pero que no participan en el PIDEMSG. En cambio los valores de menor relevancia para esta motivación se encuentran en el grupo de las chicas que no practican actividades físico-deportivas y que no participan en el PIDEMSG.

6.4. ANÁLISIS DE LOS MOTIVOS DE PARTICIPACIÓN ENTRE ALUMNAS DE PRIMARIA Y SECUNDARIA

Como señalamos anteriormente, en los niveles de participación se ha podido observar que hay más chicas que realizan actividades físico-deportivas en Primaria que en Secundaria. Además, existe un mayor número de chicas en Primaria que participan en el PIDEMSG.

Por el contrario, según los datos obtenidos del estudio, hay un mayor número de chicas que no practican actividades físico-deportivas ni participan en el PIDEMSG en la etapa de Primaria en relación con la de Secundaria.

Según los tipos de motivación estudiados, motivos intrínsecos o extrínsecos, los motivos para realizar ejercicio físico pueden clasificarse de la siguiente forma:

- Afiliación social: motivación extrínseca
- Imagen: motivación extrínseca
- Dirección de la salud: motivación intrínseca
- Reconocimiento social: motivación extrínseca
- Desarrollo de la habilidad: motivación intrínseca o extrínseca

Si analizamos los resultados que se observan una vez extraída la información del cuestionario GCEQ, tanto en alumnas de Primaria como de Secundaria, podemos decir que, en general, las chicas se sienten más motivadas a realizar ejercicio físico cuando su motivación viene determinada por factores intrínsecos, sobre todo, cuando hablamos de salud.

En Primaria adquiere mayor importancia la salud respecto a Secundaria, al igual ocurre con el desarrollo de la habilidad y la afiliación social. En cambio, la imagen adquiere mayor importancia en la etapa de Secundaria que en Primaria. El reconocimiento social, en ambos casos, es bastante insignificante respecto a la motivación para realizar ejercicio físico, obteniendo mayor nivel de importancia en Secundaria.

7. CONCLUSIONES

Para finalizar con el trabajo se exponen una serie de conclusiones en relación los objetivos e hipótesis planteadas inicialmente en la investigación.

En primer lugar, hemos extraído al analizar los datos del cuestionario de contenido de los objetivos en el ejercicio (GCEQ) que tanto las alumnas de 5º y 6º de Primaria como las de 1º y 2º de Secundaria del municipio de Segovia realizan ejercicio físico por motivos principalmente de salud. Los siguientes motivos vienen dados por el desarrollo de la habilidad, la afiliación social, la imagen y, finalmente, el reconocimiento social.

En segundo lugar, hemos comprobado que hay un porcentaje considerablemente elevado en el nivel de participación en las alumnas de Primaria sobre las alumnas de Secundaria. Es decir, Hay un mayor número de alumnas de Primaria que realizan actividades físico-deportivas fuera del centro educativo, tanto por su cuenta como participando en el PIDEMSG. Los porcentajes más elevados en cuanto a la no participación en actividades físico-deportivas y en el PIDEMSG son más elevados en las alumnas de Secundaria.

En tercer lugar, se puede observar, tras analizar los resultados de la investigación, que:

- Las chicas de Primaria que practican actividades físico-deportivas y que participan en el PIDEMSG adquieren una motivación orientada a la salud y por el desarrollo de la habilidad, muy superior a los otros grupos de estudio.
- Las chicas de Primaria que practican actividades físico-deportivas, pero que no participan en el PIDEMSG, se sienten motivadas a practicar ejercicio físico, primeramente, por motivos también de salud y por el desarrollo de la imagen, seguida de la afiliación social.
- Las chicas de Primaria que no practican actividades físico-deportivas ni participan en el PIDEMSG demuestran dar mayor importancia a los motivos de reconocimiento social respecto a los otros grupos de estudio.
- Las chicas de Secundaria que practican actividades físico-deportivas y que participan en el PIDEMSG adquieren una motivación por motivos de salud y de desarrollo de la habilidad. Pero, además, la imagen es bastante representativa como interés por la práctica en comparación con el resto.
- Las chicas de Secundaria que practican actividades físico-deportivas pero que no participan en el PIDEMSG se sienten motivadas a practicar ejercicio físico por motivos de salud, seguidos del desarrollo de la habilidad y la afiliación social. Además, presentan una puntuación más alta en cuanto al contenido del reconocimiento social, a pesar de que esta motivación es poco representativa.
- Las chicas de Secundaria que no participan en actividades físico-deportivas ni participan en el PIDEMSG dan menor importancia a la salud, en comparación con el resto de grupos de estudio. Y queda más repartido entre la afiliación social y la imagen.

De forma general, las chicas no practicantes en actividades físico-deportivas en Primaria adquieren mayor motivación por razones de imagen y reconocimiento social respecto a las chicas que practican actividades físico-deportivas. Las chicas practicantes en actividades físico-deportivas adquieren considerablemente valores superiores en cuanto a la motivación en salud y habilidad social que las chicas no practicantes.

En cuanto a las hipótesis planteadas previamente a la investigación realizada, podemos afirmar las siguientes cuestiones:

Hipótesis 1: existe mayor nivel de participación en actividades físico-deportivas de las alumnas de 5º y 6º de Educación Primaria que de las alumnas de 1º y 2º de la ESO.

Se verifica la primera hipótesis ya que existe mayor número de participación en actividades físico-deportivas en las alumnas de Primaria que en las de Secundaria.

Hipótesis 2: existe mayor número de alumnas de 5º y 6º de Educación Primaria que participan en el programa de deporte escolar que de alumnas de 1º y 2º de la ESO.

Se verifica la segunda hipótesis porque existe mayor número de alumnas en Primaria que participan en el PIDEMSG que alumnas en Secundaria.

Hipótesis 3: Los motivos por lo que las chicas realizan actividades físico-deportivas son por motivos intrínsecos en 5º y 6º de Educación Primaria y extrínsecos en 1º y 2º de la ESO.

Tanto en Primaria como en Secundaria, la salud (motivación intrínseca) adquiere gran importancia como factor motivacional para realizar ejercicio físico. Aunque cabe destacar que la salud adquiere niveles superiores de importancia en Primaria, al igual que ocurre con el desarrollo de la habilidad. En cambio, la imagen (motivación extrínseca) adquiere algo más de importancia en Secundaria en comparación con Primaria, pero son datos muy insignificantes y poco relevantes. Por lo que la verificación de la tercera hipótesis es poco concluyente.

Para mejorar la participación de las chicas a través de la Educación Física se podrían fomentar más los Programas de Deporte Escolar y, desde los centros educativos, concienciar a las familias de la importancia de llevar un estilo de vida activo. Sería necesario fomentar la participación femenina en las escuelas y promover el cambio de modelos de referencia deportivo, es decir, llevar a los jóvenes la calidad del deporte femenino.

A partir de este estudio, sería interesante iniciar investigaciones futuras sobre los motivos de abandono femenino en las actividades físico-deportivas en edad escolar, para conocer los ámbitos de la práctica femenina y para que exista un desarrollo y participación igualitaria entre ambos sexos. Y, de esta forma, combatir el desinterés o abandono de practicar actividades físico-deportivas.

Para concluir con este trabajo, me gustaría agradecer a D. Juan Carlos Manrique por todo su tiempo dedicado y por ayudarme a realizar este Trabajo de Fin de Grado. Gracias a su disponibilidad, ayuda, apoyo y múltiples consejos he podido finalizar la investigación adquiriendo las competencias en relación al título universitario Maestro de Educación Primaria.

8. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

- Águila, C. (S.F.). *Del deporte a la sociedad: sobre valores y desarrollo del ser humano*. Recuperado de <http://deportes.dipalme.org/Priva08/WEB/UserFiles/file/JUEGA%20LIMPIO/MODULOS/MODULO%201/MODULO1Cornelio%20Aguila%20ok.pdf>
- Almagro, B., Sáenz, P., González, D., & Moreno, J. (2011). Clima motivacional percibido, necesidades psicológicas y motivación intrínseca como predictores del compromiso deportivo en adolescentes. *Revista internacional de ciencias del deporte*, VII(25), 250-256. Recuperado de <http://www.cafyd.com/REVISTA/02501.pdf>
- Boixadós, M., Valiente, L., Mimbbrero, J., Torregrosa, M., & Cruz, J. (1998). Papel de los agentes de socialización en deportistas en edad escolar. *Revista de psicología del deporte*, 7(2), 295-310.
- Cantera, M., & Devís, J. (2002). La promoción de la actividad física relacionada con la salud en el ámbito escolar. Implicaciones y propuestas a partir de un estudio realizado entre adolescentes. *Apunts: Educación física y deportes*, (67), pp. 54-62.
- Catón, E., Mayor, L., & Pallarés, J. (1995). Factores motivacionales y afectivos en la iniciación deportiva. *Revista de Psicología General y Aplicada*, 48 (1), pp. 59-75.
- Delgado, M., & Tercedor, P. (1998). Actividad física para la salud: reflexiones y perspectivas. *Nuevos horizontes en la Educación Física*. Recuperado de http://ocw.um.es/gat/contenidos/palopez/lecturas/texto_introductorio_delgado_y_Tercedor.pdf
- Devís, J. (2001). *La educación física, el deporte y la salud en el siglo XXI*. Editorial Marfil.
- Escudero, A. (2012). *La participación femenina en el programa integral de deporte escolar del municipio de Segovia*. Segovia: E. U. Magisterio de Segovia (Universidad de Valladolid). Recuperado de <http://uvadoc.uva.es/bitstream/10324/1886/1/TFM-B.29.pdf>
- Fraile, A., & de Diego, R. (2006). Motivaciones de los escolares europeos para la práctica del deporte escolar. Un estudio realizado en España, Italia, Francia y Portugal. *Revista internacional de sociología*, 64 (44), pp. 85-109.
- García, M., Rodríguez, F., & Carmona, L. (2009). Validación de cuestionarios. *Reumatología clínica*, 5 (4), pp. 171-177.
- González, M., Manrique, J., & López, V. (2012). Valoración del primer curso de implantación de un programa municipal integral de deporte escolar. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 21, pp. 14-18.

- Gonzalo, L., López, V., & Monjas, R. (2014). Diagnóstico de la situación del deporte en edad escolar en una ciudad y posibilidades alternativas. *Habilidad motriz: Revista de ciencias de la actividad física y del deporte*, (42), pp. 3-15
- López, P. (2002), *Mitos y falsas creencias en la práctica deportiva*. Barcelona: editorial INDE.
- Manrique, J., López, V., Pérez, D., Monjas, R., Gea, J., Barba, J.,... Palacios, A. (2009). *Diagnóstico de la situación del deporte escolar en la ciudad de Segovia. Análisis de la información obtenida a través de los cuestionarios realizados a los escolares, monitores, profesores de Educación Física y directores*. Segovia: E. U Magisterio de Segovia (Universidad de Valladolid).
- Manrique, J., López, V., Pérez, D., Monjas, R., Gea, J., Barba, J.,... Palacios, A. (2011). *Diagnóstico de la situación del deporte escolar en la ciudad de Segovia. Análisis de la información obtenida a través de los cuestionarios realizados a los monitores y técnicos deportivos*. Segovia: E. U Magisterio de Segovia (Universidad de Valladolid).
- Ministerio de Educación, Cultura y Deporte (2016). *Deporte en Edad Escolar*. España: Gobierno de España. Recuperado de: <http://www.csd.gob.es/csd/promocion/deporte-escolar/>
- Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad (2015). *Estilos de vida saludable*. España: Gobierno de España. Recuperado de: <http://www.estilosdevidasaludable.msssi.gob.es/home.htm>
- Monroy, A., & Sáez, G. (2011). La motivación y el rendimiento en el deporte. *EFdeportes.com, Revista digital*, 163. Recuperado de <http://www.efdeportes.com/efd163/la-motivacion-y-el-rendimiento-en-el-deporte.htm>
- Monroy, A., & Sáez, G. (2012). Las teorías sobre la motivación y su aplicación a la actividad física y el deporte. *EFdeportes.com, Revista digital*, 134. Recuperado de <http://www.efdeportes.com/efd164/las-teorias-sobre-la-motivacion-y-el-deporte.htm>
- Moreno, J., Cervelló, E., & González, D. (2007). Analizando la motivación en el deporte: un estudio a través de la teoría de la autodeterminación. *Apuntes de Psicología* 25 (1), pp. 35-51.
- Moreno, J., Huéscar, E., & Hellín, M. (2014). *Mujer y deporte. Estrategias para su motivación*. Recuperado de <http://mediareader.de:8000/?company=3430333832&isbn=978-84-9729-337-2>

- Moreno, J., Marcos, P., & Huéscar, E. (2016). Motivos de práctica físico-deportiva en mujeres: diferencias entre practicantes y no practicantes. *Revista de Psicología del deporte*, 25 (1), pp. 35-41.
- ORDEN ECI/3857/2007, de 27 de diciembre, por la que se establecen los requisitos para la verificación de los títulos universitarios oficiales que habiliten para el ejercicio de la profesión de Maestro de Educación Primaria.
- Pérez, V., & Devís, J. (2004). Conceptuación y medida de las actitudes hacia la actividad física relacionada con la salud. *Revista de Psicología del Deporte* 13 (2), pp. 153-173.
- Pérez, S., & Sánchez, M. (2015). Motivos de participación y satisfacción en actividades cooperativas y no competitivas en el medio natural. *Ágora para la educación física y el deporte*, 17 (3), pp. 284-299.
- Real Decreto 126/2014, de 28 de febrero por el que se establece el currículo básico de Educación Primaria.
- Ruiz, F., García, M., & Gómez, M. (2005). *Hábitos físico-deportivos en centros escolares y universitarios*. Gymnos.
- Sebire, S. J., Standage, M., & Vansteenkiste, M. (2008). Development and validation of the Goal Content for Exercise Questionnaire. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 30, pp.253-277.
- Zaballos, B. (2012, 13 de marzo). *Socialización y adquisición de valores en deporte escolar*. Recuperado de <http://psicodeldeporte.blogspot.com.es/2012/03/socializacion-y-adquisicion-de-valores.html>

9. ANEXOS

Centro:

Curso:

Edad:

¿Practicar actividades físico-deportivas?: si no

¿Participas en el Programa Deporte Escolar?: si no

Cuestionario de contenido de los objetivos en el ejercicio (GCEQ) Sebiere et al. (2008)

Por favor indica en qué medida estos objetivos son importantes para ti en el ejercicio físico	Nada importante	Muy poco importante	Poco importante	Moderadamente importante	Algo importante	Importante	Extremadamente importante
Para relacionarme con otras personas de manera significativa	1	2	3	4	5	6	7
Para mejorar la apariencia y la forma de mi cuerpo	1	2	3	4	5	6	7
Para ser más resistente a la enfermedad	1	2	3	4	5	6	7
Para ser bien considerado/a por otras personas	1	2	3	4	5	6	7
Para adquirir nuevas habilidades en el ejercicio físico	1	2	3	4	5	6	7
Para compartir experiencias en el ejercicio con la gente que se preocupa por mí	1	2	3	4	5	6	7
Para mejorar mi aspecto	1	2	3	4	5	6	7
Para aumentar mi nivel de energía	1	2	3	4	5	6	7
Para ser socialmente respetado por otras personas	1	2	3	4	5	6	7
Para aprender y ejercer nuevas técnicas	1	2	3	4	5	6	7
Para hacer amigos y amigas	1	2	3	4	5	6	7
Para ser delgado/a y parecer atractivo/a a otras personas	1	2	3	4	5	6	7
Para mejorar mi salud en general	1	2	3	4	5	6	7
Para ganar la aprobación de otras personas	1	2	3	4	5	6	7
Para hacerme experto/a en ciertos ejercicios o actividades	1	2	3	4	5	6	7
Para formar lazos estrechos con otras personas	1	2	3	4	5	6	7
Para cambiar mi aspecto cambiando una parte de mi cuerpo	1	2	3	4	5	6	7
Para mejorar mi resistencia	1	2	3	4	5	6	7
Para que otras personas me vean como deportista	1	2	3	4	5	6	7
Para desarrollar mis habilidades de ejercicio	1	2	3	4	5	6	7