

# DIFERENCIAS EN AUTOCONCEPTO FÍSICO EN ESCOLARES DE PRIMARIA Y SECUNDARIA

## DIFFERENCES IN PHYSICAL SELF-CONCEPT IN PRIMARY AND SECONDARY SCHOOL

*Antonio Fraile Aranda\**  
*Javier Catalina Sancho\*\**

### Resumen

El *autoconcepto* es la percepción y opinión que tenemos de nosotros mismos. Se forma a partir de las experiencias y relaciones que establecemos con el medio, y en su configuración desempeñan un papel muy destacado los refuerzos ambientales y de las personas significativas. Es muy importante conocer cómo es el autoconcepto de los alumnos de primaria y secundaria para, con la intervención docente, propiciar su desarrollo y estructurar una imagen ajustada de ellos mismos en estos periodos críticos en la formación de este constructo. Analizamos la influencia de las variables sexo, edad, institución y práctica de actividad física sobre el autoconcepto físico en alumnos de primaria y secundaria. Apreciamos la existencia de diferencias destacadas en función de estas variables.

**Palabras claves:** autoconcepto físico, autoconcepto, autoestima, habilidad física, condición física, fuerza, atractivo físico.

### Abstract

The self-concept is the perception and opinion we have about ourselves. It is formed as of the experiences and relationships we build with the environment; also, within its own configuration, the environmental reinforcement and meaningful people play a very important role. It is vital to know how self-concept works in Primary and Secondary students, and together with the educational intervention of teachers contributing and supporting their development and construction of a clear idea of oneself in critical periods during the formation of this construct. We analyze the influence of variables such as sex, age, institution and practice of physical activity on physical self-concept from Primary and Secondary students. We appreciate the existence of marked differences regarding these variables.

**Keywords:** physical self-concept, self-concept, self esteem, physical ability, fitness, strength, physical attractiveness.

Fecha de recepción: 15 de mayo de 2013

Fecha de aprobación: 1 de agosto de 2013

---

\* Catedrático de Didáctica de la Expresión Corporal. Doctor en Ciencias de la Educación. Departamento de Didáctica de la Expresión Musical, Plástica y Corporal. Universidad de Valladolid. Facultad de Educación y Trabajo Social. Campus Miguel Delibes. Pº Belén, 1. Valladolid. Correo electrónico: [afraile@mpc.uva.es](mailto:afraile@mpc.uva.es)

\*\* Profesor asociado Departamento de Psicología. Doctor en Psicología de la Educación. Universidad de Valladolid. Facultad de Educación y Trabajo Social. Campus Miguel Delibes. Pº Belén, 1. Valladolid. Correo electrónico: [catalina@psi.uva.es](mailto:catalina@psi.uva.es)

## Introducción

El autoconcepto es un constructo que define la percepción que tenemos de nosotros mismos, una estructura que abarca varias dimensiones que deben estar en equilibrio para alcanzar el nivel de realización y satisfacción personal consigo mismo, necesario para dotarnos de un estado vital saludable. Comprende acciones y situaciones moldeables desde el ámbito familiar, social y educativo que condicionan su configuración. Depende, por tanto, de la percepción subjetiva que el individuo tiene de la evaluación que de él realizan otras personas, en particular aquellas que le resultan más relevantes (Musitu, 1985).

El autoconcepto es un elemento fundamental en el desarrollo integral de la persona (Cuéllar, 2004), y en el entorno escolar se ha de potenciar su fortalecimiento para dotar al alumno de un conocimiento ajustado de sí mismo y de una valoración positiva de su persona para afrontar positivamente su educación y su periplo vital. Diferentes corrientes psicoeducativas proponen diversas visiones del autoconcepto. El interaccionismo simbólico da prioridad a su dimensión social, el conductismo recurre a parámetros observables y medibles, la fenomenología se centra en los procesos de percepción subjetiva a interiorizar, el cognitivismo lo considera una estructura jerárquica de valores que impulsa al sujeto a alcanzar unos objetivos y metas (Goñi, 2009). A partir de esas diversas concepciones, el autoconcepto se desarrolla en un ámbito de la percepción y de la cognición, posee un carácter descriptivo y cognitivo sobre cada una de las competencias físicas, características del comportamiento, cualidades emocionales, etc., es decir, sobre cómo los escolares se perciben y tienen un conocimiento de sí mismos, lo que determina el autoconocimiento personal.

El autoconcepto, que se construye a través del proceso de socialización, tiene una gran importancia en el proceso educativo debido a su estrecha conexión con el aprendizaje escolar. En el proceso de construcción del individuo como ser social cumplen un papel determinante los procesos mentales, afectivos y conductuales, que proporcionan de manera integrada todas las adquisiciones sociales de la persona (Santos y Martins, 2005).

Gran parte de los estudios sobre el autoconcepto se presentan desde una perspectiva jerárquica y multidimensional (Marsh y Shavelson, 1985). A partir de este modelo, Shavelson, Hubner y Stanton (1976) consideran que el autoconcepto general está formado por varias facetas del global: académico –constituido por el autoconcepto de las diferentes materias escolares– y no académico –social, emocional y físico– (figura 1). El primero se subdivide en tantos subdominios como materias escolares existan, y el segundo se fracciona a su vez en un dominio social, en otro emocional y en un tercero físico, que es el que más nos interesa en este estudio.

Estos tres dominios se parcelan de nuevo en niveles jerárquicamente inferiores: el autoconcepto social está configurado por la percepción de las relaciones con los compañeros y por la de las relaciones con otras personas significativas; el emocional está determinado por diversas facetas para cada estado emocional concreto; y el físico se subdivide en apariencia física y habilidad física. En consecuencia, el autoconcepto académico es el resultado de las percepciones de las habilidades específicas de la persona en las diferentes materias académicas, y el autoconcepto físico, el resultado de la combinación de las autopercepciones respecto a su habilidad y apariencia físicas.

En definitiva, el autoconcepto es “la percepción que una persona tiene de sí misma, que se forma a partir de las experiencias y relaciones con el medio, en donde juegan un importante papel tanto los refuerzos ambientales como los otros significativos” (Shavelson, Hubner y Stanton, 1976, p. 411). Los autores de este modelo y otros, como Sonstroem y Morgan (1989), establecen los siguientes postulados que caracterizan el autoconcepto: organizado y estructurado, multidimensional, jerárquico, consistente en el nivel superior e inestable en los inferiores, evolutivo, posee un campo descriptivo y otro evaluativo, y representa un constructo con entidad propia.

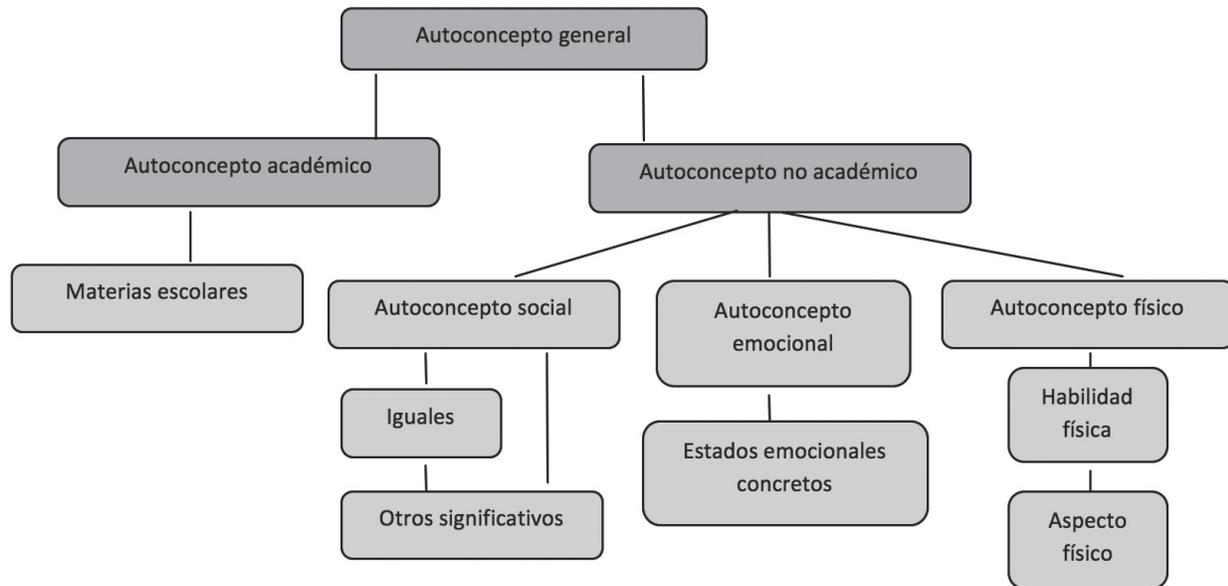


Figura 1. Modelo de autoconcepto (Shavelson, Hubner y Stanton, 1976)

### El autoconcepto físico

Este se define como la percepción que tienen los sujetos sobre sus habilidades físicas y su apariencia física (Stein, 1996). Para Marchago (2002) es una representación mental multidimensional que las personas tienen de su realidad corporal incluyendo elementos perceptivos, cognitivos, afectivos, emocionales y otros aspectos relacionados. Harter (1999) lo define como una construcción cognitiva, además de una construcción social que se desarrolla a lo largo de la vida de la persona. Santos y Martins (2005) consideran que el autoconcepto se construye a través del proceso de socialización y es muy importante en el transcurso educativo porque condiciona los aspectos motivacionales relacionados con el aprendizaje escolar, además de constituirse como un mediador de la conducta y un indicador del bienestar psicológico porque favorece la adquisición de metas como el rendimiento académico, los logros sociales, las conductas saludables y la plena satisfacción. Constituye un compendio de acciones y situaciones moldeables desde el ámbito familiar, social y educativo que nos ayuda a tener un mejor conocimiento de nosotros mismos.

El autoconcepto físico es uno de los elementos que integran el sistema jerárquico y multidimensional que constituye el autoconcepto general. De hecho, numerosas investigaciones resaltan la importancia del autoconcepto físico respecto al global (Moreno, 1997;

Harter, 1990); y aunque no existe acuerdo acerca de su estructura interna, aparecen dos dimensiones básicas presentes en cualquiera de las conceptualizaciones existentes: la apariencia física y la habilidad física. Marchago (1991) señala que las personas construyen su autoconcepto físico a partir de sus experiencias personales y de las valoraciones provenientes de otras personas significantes de su entorno inmediato; la autoestima forma parte del autoconcepto y está condicionada por la imagen de la propia apariencia física y de las propias habilidades y destrezas físicas, de ahí la importancia del autoconcepto físico y de su conocimiento para los educadores.

Algunos autores establecen distintas dimensiones del autoconcepto físico. Por ejemplo, Richards (1988) establece las siguientes: constitución corporal, apariencia física, salud, competencia física, fuerza y orientación hacia la acción. Marsh y Redmayne (1994) plantean un modelo hexadimensional: apariencia física, competencia deportiva, resistencia, equilibrio, flexibilidad y fuerza. En una revisión posterior, Marsh *et al.* (1994) modifican tal composición y establecen las siguientes dimensiones: salud, coordinación, actividad física, grasa corporal, competencia deportiva, apariencia física, fuerza, flexibilidad y resistencia. Por último, Fox (1988) establece un modelo tetradimensional del autoconcepto físico compuesto por competencia atlética y deportiva, condición física, atractivo físico y fuerza.

A partir de este modelo de Fox (1988) y de Fox y Corbin (1989), Esnaola (2005) y Goñi, Ruiz de Azúa y Rodríguez (2006) elaboraron su modelo también tetradimensional del autoconcepto, el cual se compone de las siguientes dimensiones: habilidad física, condición física, atractivo físico y fuerza (figura 2). A pesar de que

en los anteriores estudios no se hace, aquí consideramos que la dimensión *condición física* debería incluir la dimensión *fuerza* porque, desde el punto de vista de nuestra área, educación física, la fuerza es una capacidad física que contribuye también a configurar la condición física de la persona.

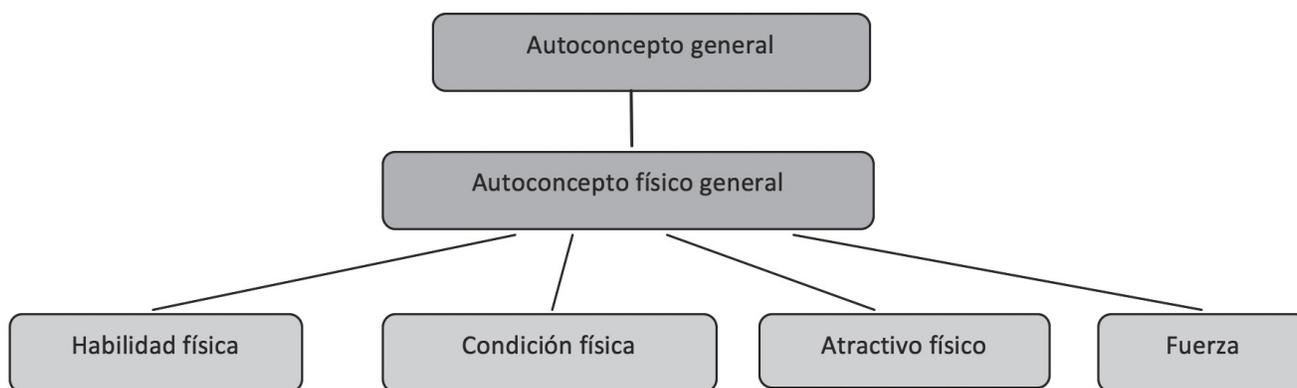


Figura 2. Modelo de autoconcepto físico (Goñi, Ruiz de Azúa y Rodríguez, 2006)

Desde este planteamiento, podemos definir el autoconcepto físico como “la concepción que se posee acerca de los rasgos corporales y/o apariencia física de uno mismo, de la condición (forma física), la fuerza y las habilidades físico-deportivas” (Esnaola, 2005, p. 134). Cada una de estas dimensiones está descrita en la tabla 1.

Según Goñi, Ruiz de Azúa y Rodríguez (2006), el autoconcepto físico se caracteriza, también, por las siguientes peculiaridades: multidimensionalidad, jerarquía y modificabilidad.

- Habilidad física (H): percepción de las cualidades (soy bueno(a); tengo cualidades) y habilidades (me veo hábil; me veo desenvuelto(a)) para la práctica de los deportes; capacidad para aprender deportes; seguridad personal y predisposición ante los deportes.
- Condición física (C): condición y forma física; resistencia y energía física; confianza en el estado físico.
- Atractivo físico (A): percepción de la apariencia física propia; seguridad y satisfacción por la propia imagen.
- Fuerza (F): verse o sentirse fuerte, con capacidad para levantar peso, con seguridad ante ejercicios que exigen fuerza y predisposición a realizarlos.
- Autoconcepto físico general (AFG): opinión y sensaciones positivas (felicidad, satisfacción, orgullo y confianza) en lo físico.
- Autoconcepto general: percepción sobre sí mismo.

- a. Multidimensionalidad: posibilita que la persona posea diferentes visiones sobre sí misma de modo que, si en alguna de esas facetas no se percibe como competente en su autopercepción general, puede conseguir el equilibrio sumando o dando una importancia mayor al resto de las dimensiones.
- b. Jerarquía: en función de su relevancia, esta propicia que los aspectos más específicos sean más modificables que los de ámbito más general.
- c. Modificabilidad: proporciona estabilidad con la edad a medida que la experiencia va confirmando las percepciones previas, por lo cual antes de la juventud se crean mecanismos que permiten modificar el autoconcepto físico, cuando las creencias sobre sí mismo son más susceptibles al cambio. Las partes específicas e inferiores de la jerarquía son más modificables, porque la cantidad de material almacenado en los diversos subdominios es menor y, en consecuencia, más susceptible al cambio.

Tabla 1. Descripción de las dimensiones del autoconcepto físico (Goñi, Ruiz de Azúa y Rodríguez, 2006)

El autoconcepto físico es una dimensión de la personalidad y de la autopercepción que empieza a formarse en la niñez como distinción idiosincrática y como configuración de la persona independiente de los demás. No obstante, en este periodo de desarrollo no se distinguen las dimensiones que lo componen; tal diferenciación en el ámbito de la autopercepción física empieza a realizarse entre los 11 y 12 años, edades en las que hemos realizado esta investigación.

Se trata de un constructo que está, a su vez, relacionado con otras variables como:

1. Trastornos de la conducta alimentaria: los sujetos que manifiestan bajos niveles de autoconcepto físico presentan mayor probabilidad de desarrollar o padecer un trastorno alimentario (Goñi, Ruiz de Azúa, y Rodríguez, 2006).
2. Influjos socioculturales: la susceptibilidad de influencia de la presión publicitaria relativa a ideales corporales de delgadez está asociada con las bajas puntuaciones en todas las dimensiones del autoconcepto físico, aunque su relación con la dimensión atractivo físico es estrecha (Ruiz de Azúa, Rodríguez y Goñi, 2005).
3. Práctica deportiva: numerosos estudios establecen una relación muy significativa entre la práctica físico-deportiva y buenas autopercepciones del autoconcepto físico (Goñi, Ruiz de Azúa y Rodríguez, 2004; Moreno *et al.*, 2008). La actividad física representa un excelente medio para el desarrollo integral de los escolares y para obtener un mejor conocimiento de sí mismos y, con ello, un mejor autoconcepto general (social, emocional, físico, académico). Existe, además, un vínculo entre el autoconcepto físico, las clases de educación física y la propia actividad física, de modo que las personas con una percepción más positiva de su realidad física poseen una mejor predisposición hacia tareas que implican esfuerzo físico y hacia la necesidad de valorar sus capacidades físicas y su propia imagen corporal (Reigal y Videra, 2010). No obstante, otros estudios (Guillén y Ramírez, 2011) sugieren la posibilidad de que la influencia de la práctica de actividad física sobre el autoconcepto y la autoestima esté sobredimensionada.
4. Hábitos de vida saludable: los más representativos suelen ser la práctica de actividad física y los modos de alimentación. El primero determina un estilo de vida saludable (Balaguer, 2002). Desde el punto de vista del au-

toconcepto físico, es razonable que existan relaciones positivas entre este y los hábitos de vida saludables (Goñi, Ruiz de Azúa y Rodríguez, 2006).

5. Género-edad: existen numerosas investigaciones que han evidenciado que el autoconcepto físico de las mujeres suele ser peor que el de los hombres (Goñi, Ruiz de Azúa y Rodríguez, 2004; Goñi *et al.*, 2004). Diversos estudios respecto a la edad muestran que el autoconcepto físico de las mujeres es significativamente inferior al de los hombres en las diferentes edades (Balaguer y Pastor, 2001; García y Muisitu, 1999; Esnaola, 2005; Ruiz de Azúa, 2007), aunque otras investigaciones no han encontrado diferencias importantes entre los grupos de edad (Asçi, 2002). Si bien esto puede ser un indicador de que no puede apreciarse la evolución del autoconcepto físico cuando se eligen muestras de edades poco diferenciadas. Goñi, Ruiz de Azúa y Rodríguez (2006) señalan que las puntuaciones más positivas en autoconcepto físico corresponden siempre a los hombres y que las diferencias menos relevantes en función del género tienen lugar entre los 10 y los 13 años. Hernández y Velázquez (2007) comprobaron que los chicos manifiestan mayor grado de satisfacción general con su cuerpo que las chicas, y que estas a medida que avanzan en edad presentan un índice más bajo de satisfacción corporal.

En consecuencia, es muy importante conocer, en el contexto escolar, si los alumnos evolucionan al margen de patrones evolutivos habituales en la construcción de su autoconcepto físico y, a partir de ello, determinar la influencia de diferentes variables como género y práctica habitual de actividad físico-deportiva sobre el propio autoconcepto físico y sobre el autoconcepto general para planificar una intervención educativa. Concretamente, desde la educación física, debemos favorecer la evolución y el desarrollo de una adecuada percepción del ámbito físico del alumno (Santos y Martins, 2005). El conocimiento del autoconcepto físico de los escolares y las variables que lo condicionan nos permitirá intervenir para mejorarlo al igual que a sus propias capacidades y competencias corporales, el autoconcepto general y la propia autoestima.

En este trabajo investigamos el autoconcepto de alumnos de primaria y secundaria e identificamos diferencias en función de las variables sexo, edad y práctica de actividad física.

## Método

### Participantes

La muestra del estudio está formada por 328 alumnos y alumnas de quinto y sexto grados de educación primaria de colegios de la ciudad y provincia de Valladolid (España), de los cuales, 179 son niños y 148 niñas; 125 niños y niñas tienen 11 años, mientras que 203 tienen la edad de 12 años; 237 alumnos practican de manera habitual actividad física y 88 no lo hacen.

Por otra parte, la muestra también la forman 170 alumnos de secundaria, 92 niños y 78 niñas, 80 del IES Galileo de Valladolid, y 90 de la Institución Educativa Distrital Colsubsidio Torquigua, de Bogotá (Colombia).

Hemos utilizado el *Cuestionario de autoconcepto físico* (CAF) de Goñi, Ruiz de Azúa y Rodríguez (2009). Este instrumento plantea las siguientes escalas: habilidad física (H), condición física (C), atractivo físico (A), fuerza (F), autoconcepto físico general (AFG) y autoconcepto general (AG).

### Procedimiento

Los alumnos de quinto y sexto de primaria han contestado a este *Cuestionario de autoconcepto físico* durante las clases ordinarias en sus respectivos colegios. Las variables que hemos considerado son: género, edad y práctica habitual de actividad físico-deportiva en primaria, y género e institución educativa en secundaria.

Nuestro objetivo es conocer si existen diferencias entre el autoconcepto físico y sus dimensiones entre los 498 participantes de la muestra, considerando las variables referidas. Para ello, hemos realizado análisis de varianza de los datos relativos a cada variable y un análisis de varianza univariante referente a las interacciones de las variables en cada dimensión de *autoconcepto físico*. Además, hemos llevado a cabo un grupo de discusión con una muestra representativa del alumnado que ha participado en la investigación, con objeto de obtener una valoración cualitativa que complemente y ayude a interpretar los resultados cuantitativos.

## Resultados

### Primaria

#### Diferencias en función de la variable género

Existen diferencias muy significativas en función del género en las dimensiones *habilidad deportiva*, *condición física* y *fuerza* ( $p = ,000$  en todos los casos). Las diferencias son a favor de los chicos.

**Tabla 2.** Diferencias en función de género en las dimensiones de *autoconcepto físico*

Dimensiones Autoconcepto físico	F	Sig.
Habilidad deportiva	25,227	,000
Condición física	18,795	,000
Fuerza	34,602	,000

#### Diferencias en función de la variable práctica habitual de actividad físico-deportiva

Existen diferencias significativas en todas las dimensiones de *autoconcepto físico* en función de la variable *práctica habitual de actividad físico-deportiva*: *habilidad deportiva* ( $p = ,000$ ), *condición física* ( $p = ,000$ ), y *fuerza* ( $p = ,000$ ), *atractivo físico* ( $p = ,021$ ), *autoconcepto físico* ( $p = ,038$ ) y *autoconcepto general* ( $p = ,023$ ). Las diferencias son a favor de quienes practican actividad física continuamente.

**Tabla 3.** Diferencias en función de práctica habitual de actividad físico-deportiva en las dimensiones de *autoconcepto físico*

Dimensiones Autoconcepto físico	F	Sig.
Habilidad deportiva	20,174	,000
Condición física	12,985	,000
Atractivo físico	5,387	,021
Fuerza	16,489	,000
Autoconcepto físico	4,341	,038
Autoconcepto general	5,252	,023

Comprobamos que la variable *género* condiciona el autoconcepto físico de los escolares de 11 y 12 años: los chicos se perciben más positivamente que las chicas, en particular en las dimensiones más directamente re-

lacionadas con la práctica de actividad física, de manera que se sienten más hábiles deportivamente, con mejor nivel de condición física y más fuertes.

La variable *práctica habitual de actividad físico-deportiva* diferencia significativamente el autoconcepto de los escolares en todas sus dimensiones, de manera que quienes practican con relativa continuidad actividad física se perciben más atractivos físicamente, tienen mejor autoconcepto físico y general, se sienten más hábiles deportivamente, con mejor condición física y con más fuerza.

**Secundaria**

Existen diferencias significativas en función de *género* en las dimensiones *habilidad deportiva, condición física, atractivo físico, fuerza y autoconcepto físico* (tabla 4), y en función de la variable *institución* (tabla 5) en todas las dimensiones de *autoconcepto físico*.

En *género*, las diferencias son significativamente favorables en todas las dimensiones a los niños; en el segundo caso, las diferencias son significativamente favorables en todas las dimensiones al alumnado del centro educativo de Valladolid.

**Tabla 4.** Diferencias en función de *género*

Habilidad deportiva	,032
Condición física	,002
Atractivo físico	,004
Fuerza	,000
Autoconcepto físico	,012

**Tabla 5.** Diferencias en función de *institución*

Habilidad deportiva	,000
Condición física	,291
Atractivo físico	,000
Fuerza	,004
Autoconcepto físico	,000
Autoconcepto general	,000

**Diferencias en autoconcepto físico entre primaria y secundaria**

Hemos comparado las medias de las seis variables latentes mediante un modelo de estructura de medias (*Structured Means Model*) y hemos obtenido los siguientes resultados (vector medio de variables inde-

pendientes) (tabla 6): las medias de las variables latentes son significativamente diferentes; en términos específicos, son superiores en el grupo de primaria, en las dimensiones *habilidad deportiva, condición física, autoconcepto físico y autoconcepto general*.

**Tabla 6.** Diferencias entre primaria y secundaria

	Habilidad deportiva	Condición física	Atractivo físico	Fuerza	Autoconcepto físico	Autoconcepto general
Parámetros estimados	-0,802	-0,356	-0,138	-0,165	-0,332	-2,260
Errores estándar	(0,088)	(0,079)	(0,059)	(0,091)	(0,085)	(0,119)
Valores t	-9,092	-4,512	-2,351	-1,817	-3,918	-18,950

## Discusión

En primer lugar, respecto al *género* hemos encontrado diferencias estadísticas muy significativas en varias dimensiones de *autoconcepto físico*, sobre todo en aquellas más vinculadas a la práctica de actividad física o deportiva como *habilidad deportiva*, *condición física* y *fuerza*: los niños se perciben mucho más hábiles deportivamente, con mucha mejor condición física y con mucha más fuerza que las niñas. Ellas manifiestan (grupo de discusión) la disposición de menores oportunidades para practicar actividad física.

En el estudio de Fraile y De Diego (2006) se recogen diferencias significativas respecto al género en el modelo de práctica deportiva entre escolares en un contexto europeo, donde las niñas practican menos que los niños ya que se consideran menos competitivas que ellos. También, en los estudios de García y Musitu (1999), en los que se aplica el instrumento AF5 (escala que también mide el autoconcepto físico con ítems de *habilidad* y *atractivo físico*), se producen diferencias relevantes en función del género, siendo el *autoconcepto físico* del género masculino superior al femenino.

Por tanto, apreciamos que estas niñas de 11 y 12 años perciben que los niños son más hábiles, con mejor condición física y fuerza ya que tienen más interés, capacidades y posibilidades para realizar actividades deportivas que ellas. Además, indican que ellos se muestran más competitivos durante la práctica deportiva escolar. En consecuencia, evitan competir con ellos, de forma especial, en aquellas prácticas deportivas habituales de los niños como el fútbol. Consideramos que muchas de estas opiniones vienen determinadas por creencias limitantes que se van consolidando como resultado de lo que oyen en su entorno escolar y familiar, así como la concepción que socialmente se tiene del deporte de competición. Así, es necesario actuar sobre esa baja autoestima que las niñas muestran en esta edad y generar un tipo de práctica deportiva más coeducativo en la que se potencien las capacidades de muchas de las niñas.

Respecto a la tercera variable de nuestro estudio, *práctica habitual de actividad físico-deportiva*, los resultados indican diferencias en todas las dimensiones de *autoconcepto físico*: quienes practican actividad física de manera habitual poseen un mejor autoconcepto físico que quienes no lo hacen. Dichas diferencias son marcadas en las dimensiones *atractivo físico*, *autoconcepto físico* y *autoconcepto general* y muy significativas en aquellas más vinculadas a la práctica de actividad física en sí misma: *habilidad deportiva*, *condición física* y *fuerza*.

En los grupos de discusión, los escolares coinciden en que quienes practican más deporte son más hábiles y tienen mejor condición física, lo cual los lleva, a su vez, a percibirse mejor.

En otras investigaciones sobre el autoconcepto físico, realizadas por Gutiérrez, Moreno y Sicilia (1999); Pastor; Balaguer y García-Merita (1999); Catalina; Fraile y Martín (2009), se han analizado diversos aspectos del ámbito corporal. Respecto a esta cuestión, Weiss (2000) considera que en la percepción de la propia capacidad sobre la actividad física destacan los resultados obtenidos –éxitos, recompensas externas–, las fuentes sociales –retroalimentación y refuerzos obtenidos de otras personas relevantes, comparación con los iguales– y las fuentes internas –mejora obtenida a partir de previas ejecuciones, placer de la práctica de la actividad física y logro de objetivos personales–.

El hecho de que la práctica regular de actividad física provoque la formación de mejores autoconceptos físico y general en los escolares de 11 y 12 años, refuerza el protagonismo que la educación física debe ocupar en la educación formal en nuestra sociedad, tratando de crear hábitos de práctica de actividad física que se transfieran fuera del ámbito escolar y que ocupen un lugar destacado en la vida de las personas para que, a través de dicha práctica, tanto la salud física como psicológica de la población sea lo más óptima posible.

En consecuencia, tanto los niños como las niñas que destinan más tiempo a practicar deporte o cualquier tipo de actividad física se perciben mejor en cuanto a su nivel de habilidad deportiva y de condición física. Esto demuestra la importancia que los escolares conceden a practicar actividad físico-deportiva ya que tiene una incidencia clara tanto en su nivel de condición física –resistencia, fuerza, agilidad–, como también en que se sienten más atractivos físicamente y más motivados por esa mejor autopercepción de su cuerpo (no estar gordos lo relacionan con sentirse mejor corporalmente).

## En conclusión

1. El género condiciona de manera sustancial el autoconcepto físico de los escolares de 11 y 12 años: los niños se perciben más positivamente que las niñas, en particular en las dimensiones más relacionadas con la práctica de actividad física; así se sienten más hábiles en el deporte, con mejor nivel de condición física y más fuertes.

2. La práctica habitual de actividad físico-deportiva es una variable que diferencia el autoconcepto de los escolares en todas sus dimensiones; por tanto quienes practican con cierta continuidad actividad física se perciben más atractivos físicamente, tienen mejor autoconcepto físico y general, se sienten más hábiles, con mejor condición física y con más fuerza que quienes no la practican.

A la vista de los resultados, comprobamos que el grado de satisfacción general que tienen los adolescentes con su propio cuerpo es superior en niños que en niñas, resultado que coincide con los obtenidos por Hernández y Velázquez (2007).

En las niñas, a medida que aumenta la edad, el grado de satisfacción con su cuerpo es menor. Como señalan Moreno, Moreno y Cervelló (2007), los resultados de la autoestima están influenciados por la edad, el género y la práctica de actividad física. Como consecuencia, los niños presentan una mejor imagen corporal, competencia y condición física. Tanto niños como niñas expresan una engañosa pero aceptada inferioridad femenina y superioridad masculina.

Los resultados indican que los adolescentes objeto de estudio de Valladolid (España) poseen un autoconcepto físico mayor en todas las dimensiones que los adolescentes colombianos participantes en la investigación.

La explicación puede atribuirse a varios factores: puede concurrir un mayor desconocimiento de lo que es el autoconcepto físico entre los adolescentes colombianos y del significado de cada una de sus dimensiones; pueden existir diferencias atribuibles a los diferentes contextos sociales y culturales, y también a la posible menor presencia del autoconcepto físico en el entorno social y escolar colombiano.

Respecto a las diferencias entre primaria y secundaria, los sujetos del primer grupo se sienten más hábiles deportivamente, con mejor condición física, autoconcepto físico y autoconcepto general que los sujetos del grupo de secundaria. La explicación a este resultado puede radicar en que a medida que las personas avanzamos en edad somos más críticos con nuestra propia realidad corporal y más conscientes de esta.

## Referencias bibliográficas

- Asçi, F.H. (2002). An investigation of age and gender differences in physical self-concept among Turkish late adolescents. *Adolescence* 37(146), 365-371.
- Balaguer, I. (ed.) (2002). *Estilos de vida en la adolescencia*. Valencia: Promolibro.
- Catalina, J; Fraile, A. y Martín, L.J. (2009). El autoconcepto físico en la educación primaria. *International Journal of Developmental and Education Psychology (INFAD)* 4(1), 143-153.
- Cuéllar, M.J. (2004). *Expresión corporal*. Santa Cruz de Tenerife: Arte Digital.
- Esnaola, I y Rodríguez, A (2009). *La imagen corporal y el autoconcepto*. En A. Goñi. (coord.). *El autoconcepto físico* (pp. 59-79). Madrid: Pirámide.
- Esnaola, I. (2005). *Elaboración y validación del cuestionario Autokonzeptu Fisikoaren Itaunteka (AFI) de autoconcepto físico*. Bilbao: Universidad del País Vasco.
- Fox, K.R. y Corbin, C.B. (1989). The Physical Self-Perception Profile: Development and preliminary validation. *Journal of Sports and Exercise Psychology* 11, 408-430.
- Fraile, A. y De Diego, R. (2006). Motivaciones de los escolares europeos para la práctica en el deporte escolar. Un estudio realizado en España. Italia. Francia y Portugal. *Revista Internacional de Sociología (RIS)*, 44, 85-109.
- García, M. (2006). *Posmodernidad y Deporte: Entre la Individualización y la Masificación. Encuesta hábitos deportivos de los españoles 2005*, Madrid, CIS/Siglo XXI.
- García, F. y Musitu, G. (1999). *Autoconcepto Forma 5. AF5. Manual*. Madrid: TEA.
- Goñi, A (coord.) (2009). *El autoconcepto físico*. Madrid: Pirámide.
- Goñi, A. et al. (2004). El autoconcepto físico y su medida. Las propiedades psicométricas de un nuevo cuestionario. *Revista de Psicología del Deporte* 13(2), 195-213.
- Goñi, A.; Ruiz de Azúa, S. y Rodríguez, A. (2004). Deporte y autoconcepto físico en la preadolescencia. *APUNTS. Educación Física y Deportes* 77, 18-24.
- Goñi, A.; Ruiz de Azúa, S. y Rodríguez, A. (2006). *Cuestionario de autoconcepto físico (CAF). Manual*. Madrid: EOS.
- Goñi, E. y Fernández, A. (2009). *El autoconcepto*. En: A. Goñi. (coord.). *El autoconcepto físico* (pp. 23-57). Madrid: Pirámide.
- Guillén, F. y Ramírez, M. (2011). Relación entre el autoconcepto físico y la condición física en alumnos de tercer ciclo de primaria. *Revista de psicología del deporte* 20(1), 45-59.
- Gutiérrez, M.; Moreno, J.A. y Sicilia, A. (1999). Medida del autoconcepto físico: una adaptación del PSPP de Fox (1990). *Actas IV Congrés de les Ciències de l'Esport, l'Educació Física i la Recreació*. Lleida: INEFC.

- Harter, S. (1990). *Self and identity development*. En: S. Feldman y G. Elliot (eds.). *At the threshold: The developing adolescent* (pp. 352-387). Cambridge: Harvard.
- Infante, G. y Zulaika, L. M. (2009). *Actividad física y autoconcepto físico*. En A. Goñi. (coord.). *El autoconcepto físico* (pp. 125-153). Madrid: Pirámide.
- Marchago, J. (2002). El autoconcepto físico y dilemas corporales de la ciudadanía adolescente. *Revista Psicosexual 2*, 1-25.
- Marsh, H.W. y Shavelson, R.J. (1985) Self-concept: Its multifaceted, hierarchical structure. *Educational Psychologist 20*, 107-123.
- Moreno, J.A.; Moreno, R. y Cervelló, E. (2007). El autoconcepto físico como predictor de la intención de ser físicamente activo. *Psicología y Salud*, 17, 261-267.
- Moreno, Y. (1997). *Propiedades psicométricas del perfil de autopercepción física (PSPP)*. Tesis doctoral. Valencia: Universidad de Valencia.
- Pastor, I.; Balaguer, I. y García-Merita, M.L. (1999). Influencia del autoconcepto multidimensional y de la autoestima sobre la práctica deportiva en la adolescencia media: análisis diferenciales por género. *Actas del VII Congreso Nacional de Psicología de la Actividad Física y el Deporte*. Murcia.
- Richards, G.E. (1988). *Physical Self-Concept Scale*. Sídney: Australian Outward Bound Foundation.
- Ruiz de Azúa, S. (2007). El autoconcepto físico: Estructura interna, medida y variabilidad. Bilbao: Universidad del País Vasco.
- Ruiz de Azúa, S.; Rodríguez, A. y Goñi, A. (2005). *Variables socioculturales en la construcción del autoconcepto físico*. Educación y Cultura.
- Santos, S. y Martins, G.M. (febrero de 2005). El desarrollo del autoconcepto físico a través de la enseñanza de los deportes colectivos en la Enseñanza Secundaria Obligatoria. *Revista Digital 81*. Recuperado de:
- Shavelson, R.J.; Hubner, J.J. y Stanton, J.C. (1976). Self-Concept: Validation of construct interpretations. *Review of Educational Research 46*, 407-441.
- Sonstroem, R.J. y Morgan, W.P. (1989). Exercise and self-esteem: Rational and model. *Medicine and Science in Sports and Exercise 21*, 329-336.
- Stein, R.J. (1996). *Physical self-concept*. En: B.A. Bracken (ed.). *Handbook of self-concept: Developmental, social and clinical considerations* (pp. 374-394). Oxford: John Wiley and Sons.