



Universidad
Zaragoza

Trabajo Fin de Grado
Magisterio en Educación Primaria

Motivos de práctica y abandono de las
actividades físico-deportivas extraescolares en
alumnos de Educación Primaria

Reasons for practice and abandonment of
extracurricular physical-sport activities in Primary
School students

Autor/es

Juan Díez Callau

Director/es

Berta Murillo Pardo

FACULTAD DE EDUCACIÓN

2018

INDICE

1.RESUMEN	Pág. 5
2. JUSTIFICACIÓN	Pág. 7
3. MARCOTEÓRICO	Pág. 9
3.1. EL CENTRO ESCOLAR COMO PROMOTOR DE LA ACTIVIDAD FÍSICA	Pág. 9
3.1.1 PROMOCIÓN DE LA ACTIVIDAD FÍSICA EN EL CENTRO ESCOLAR DENTRO DE LA RED ARAGONESA DE ESCUELAS PROMOTORAS DE LA SALUD	Pág. 10
3.1.2 EDUCACIÓN FÍSICA ÁREA FACILITADORA PARA LA PROMOCIÓN DE HÁBITOS SALUDABLES	Pág. 12
3.1.2.1 COMPETENCIAS DEL PROFESOR DE EDUCACIÓN FÍSICA COMO PROMOTOR DE LA ACTIVIDAD FÍSICA	Pág. 13
3.2. IMPORTANCIA DE LAS ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES EN PRIMARIA PARA ADHERENCIA Y PRACTICA DEPORTIVA	Pág. 15
3.2.1 PAPEL DEL MONITOR DE ACTIVIDADES FÍSICO-DEPORTIVAS EXTRAESCOLARES	Pág. 16
3.3. MOTIVOS DE PRÁCTICA DE LAS ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES DEPORTIVAS EN EDUCACIÓN PRIMARIA	Pág. 17
3.3.1 MOTIVOS DE PRÁCTICA INTRINSECOS AL NIÑO	Pág. 18
3.3.1.1. MOTIVACIÓN	Pág. 18
3.3.1.2. AMISTAD	Pág. 19
3.3.2 MOTIVOS DE PRÁCTICA EXTRÍNSECOS	Pág. 20
3.3.2.1 INFLUENCIA FAMILIAR	Pág. 20
3.3.2.2 NIVEL SOCIOECONÓMICO Y CULTURAL	Pág. 21

3.3.2.3 SALUD Y BIENESTAR SOCIAL	Pág. 21
3.4. MOTIVOS DE ABANDONO DE LAS ACTIVIDADES EXTRESCOLARES EN EDUCACIÓN PRIMARIA	Pág. 23
3.4.1. PADRES	Pág. 23
3.4.2. FIGURA DEL PROFESOR/ENTRENADOR	Pág. 24
3.4.3. FALTA DE COMPETENCIA AUTO-PERCIBIDA	Pág. 24
4. OBJETIVOS E HIPÓTESIS	Pág. 26
5. METODOLOGÍA	Pág. 28
5.1 DISEÑO	Pág. 28
5.2 PARTICIPANTES	Pág. 28
5.3 INSTRUMENTO	Pág. 31
5.4 PROCEDIMIENTO	Pág. 32
5.4.1 DIALOGO CON LOS DENTROS Y PROFESORADO	Pág. 32
5.4.2 AUTORIZACIÓN PARA LOS ALUMNOS	Pág. 32
5.4.3 PASE DE LOS CUESTIONARIOS EN LOS COLEGIOS	Pág. 32
5.5 ANALISIS DE DATOS	Pág. 33
6. RESULTADOS Y DISCUSIÓN	Pág. 34
6.1 RESULTADOS RELACIONADOS CON HIVELES DE PRÁCTICA D AF	Pág. 34
6.1.1 PRÁCTICA O NO DE ACTIVIDADES FÍSICO- DEPORTIVAS	Pág. 34
6.1.2 HORAS DE PR´CTICA DE LAS ACTIVIDADES FÍSICO-DEPORTIVAS	Pág. 36
6.2 RESULTADOS RELACIONADOS CON LOS MOTIVOS DE PRÁCTICA	Pág. 37
6.2.1 MOTIVACIÓN	Pág. 37
6.2.2 INFLUENCIA FAMILIAR Y BIENESTAR SOCIAL	Pág. 39
6.2.3 NIVEL SOCIOECONÓMICO Y CULTURAL	Pág. 40
6.2.4 AMISTAD	Pág. 41

6.3 RESULTADOS RELACIONADOS CON LOS MOTIVOS DE ABANDONO	Pág. 42
6.3.1 PADRES	Pág. 42
6.3.2 MONITOR/ENTRENADOR	Pág. 43
6.3.3 FALTA DE COMPETENCIA AUTOPERCIBIDA	Pág. 45
6.4 PERSPECTIVA FUTURA DE ABANDONO	Pág. 46
7. CONCLUSIONES	Pág. 48
8. LIMITACIÓN DEL ESTUDIO	Pág. 50
9. PROPUESTAS DE MEJORA	Pág. 51
10. BIBLIOGRAFÍA	Pág. 52

1. RESUMEN

A pesar de los reconocidos beneficios físicos, psíquicos y sociales que la práctica de actividad físico-deportiva produce en los jóvenes, se ha comprobado un aumento del abandono de este tipo de actividades que está llevando a graves problemas dentro de la sociedad. Para actuar sobre ellos, es necesario conocer las causas que llevan a él.

El objetivo de este estudio es analizar los niveles de práctica hacia la actividad físico-deportiva en la educación primaria en función de la participación de los sujetos en las actividades extraescolares, y conocer los motivos de abandono y práctica, analizando tanto los motivos extrínsecos como los intrínsecos que llevan al mismo. La base del estudio es una muestra de 192 sujetos correspondientes a los cursos de 4º y 6º de primaria de dos centros y áreas de características dispares de Zaragoza. Se ha utilizado como instrumento uno de los cuestionarios de la tesis de Julio Latorre (2006).

Los resultados demuestran un gran interés a estas edades por la actividad física, siendo mayor el nivel de práctica en la zona de características socioeconómicas más altas. En cuanto a los motivos de abandono, los resultados reflejan que está relacionado el excesivo valor que se le da a la competición, el descontento con el profesor y la falta de competencia auto percibida, con el abandono prematuro de la actividad deportiva.

Palabras clave: motivos, actividad físico-deportiva, práctica, abandono, primaria, salud, extraescolar.

1. SUMMARY

Despite the recognized physical, psychological and social benefits that the practice of physical-sporting activity produces in young people, there has been an increase in the abandonment of this type of activities that is leading to serious problems within society. To act on them, it is necessary to know the causes that lead to it.

The objective of this study is to analyze the levels of practice towards regarding physical activity-sport in primary education based on the participation of the subjects in extracurricular activities, and to know the reasons for abandonment and practice, analyzing both extrinsic and intrinsic reasons that lead to it. The base of the study is a sample of 192 subjects corresponding to the primary courses of 4th and 6th grade from two education centers in two different area of Zaragoza, therefore with different characteristics. One of the questionnaires from the thesis of Julio Latorre (2006) has been used as an instrument.

The results show a great interest at these ages for physical activity at these ages, being higher the level of practice in the areas with better socioeconomic characteristics. Regarding the reasons for abandonment, the results reflect that it is related the excessive value that is given to the competition, the dissatisfaction with the teacher and the lack of self-perceived competence, with the premature abandonment of the sporting activity

Keywords: reasons, physical-sport activity, practice, abandonment, primary, health, extracurricular.

2. JUSTIFICACIÓN

Como un miembro inmerso en una sociedad y como demuestran los estudios realizados por distintos estamentos; me preocupa el aumento del índice de obesidad infantil, el sedentarismo, el aumento de ciertas enfermedades (afecciones cardiacas, diabetes...), el aumento de niños con problemas para seguir unas normas y una disciplina., la gran atracción hacia las tecnologías, videojuegos, móviles y ordenadores; el aumento del tabaquismo, alcoholismo, drogadicción y el aumento de la delincuencia cada vez a edades más tempranas. Y me pregunto ¿Qué está pasando con nuestros jóvenes?

Como maestro y entrenador un objetivo muy importante dentro mi trabajo es buscar una formación integral y equilibrada de los niños.

Se comprueba que la práctica deportiva ayuda a la creación de valores, a la convivencia, enseña a seguir instrucciones, a tener paciencia, a trabajar en equipo, a levantarse ante la adversidad, a tener ambiciones a partir de un trabajo, a resolver conflictos de manera sana y a tener confianza en sí mismo. En resumen, ayuda a luchar contra los problemas que se detectan en la sociedad con respecto a la adolescencia.

Desde mi papel de entrenador deportivo, me llama la atención la disminución de jugadores en los equipos coincidiendo con el paso de la primaria a la secundaria, es decir hay una reducción de la práctica deportiva ligada al abandono de la escuela.

Es importante incidir en la consecución de hábitos de práctica deportiva desde la infancia, creando hábitos mantenidos. Está en manos de las instituciones escolares el incentivar la práctica de actividad física, aunque esta no es la única institución donde educar el tiempo de ocio activo, tiene gran relevancia a la hora de encauzar dichos hábitos. La grave crisis de valores, de violencia, de aislamiento o de baja autoestima que sufren gran parte de nuestros escolares requiere reflexiones e intervenciones profundas desde el campo de la formación y la educación del niño. El uso del tiempo libre se ha convertido en un problema de análisis sociológico (Luengo, 2007).

Esto ha llevado al planteamiento de un TFG que busque el porqué de este abandono en edades comprendidas entre los 9 y los 12 años.

El conocer estos puntos lleva a la hora de ejercer como profesor de educación física, y teniendo en cuenta la importancia de la asignatura tanto a nivel físico como psicológico, no solo a desarrollar un trabajo que se base en unos contenidos, sino que también tenga en cuenta los aspectos socio-culturales del entorno en el que nos encontremos.

Hay que dejar que el niño sea el encargado de elegir el deporte que más le entusiasme, aunque la familia, profesor y entrenador siempre estén a su lado ayudándole a elegir de acuerdo a sus posibilidades, abandonando la competitividad y valorando la formación integral.

El deporte permite un óptimo desarrollo de la personalidad.

3. MARCO TEÓRICO

3.1. EL CENTRO ESCOLAR COMO PROMOTOR DE LA ACTIVIDAD FÍSICA

Por actividad física, se entiende toda actividad o ejercicio que tenga como consecuencia un gasto de energía, realizado de manera planeada y organizada o de manera espontánea e involuntaria, y requiera un movimiento corporal.

Asimismo, Blair et. al. (1992, citado en Delgado y Tercedor, 2002) definen este término como “cualquier movimiento (o conjunto de movimientos) del cuerpo producido por el músculo esquelético y que tiene como resultado un gasto energético”.

Por su parte, la actividad física ha evolucionado a lo largo de la historia atendiendo a las necesidades del ser humano respecto al ambiente físico y cultural en el que se ha ido desarrollando. (Delgado y Tercedor, 2002).

Así pues, haciendo referencia a la globalidad del término AF, Abarca-Sos, Murillo Pardo, Julián Clemente, Zaragoza Casterad y Generlo Lanaspá (2015) relacionan este concepto con la promoción de estilos de vida activos más allá del simple concepto de ejercicio físico o gasto energético. Se pretende promover una AF con características propias saludables para todos y para toda la vida (Devís, 2001, citado en Abarca-Sos et al., 2015), es decir, no centrarse en individualidades sino integrarla a través de comunidades, centros escolares, parques e instalaciones seguras que la favorezcan (Coalition for Active living, 2010, citado en Abarca-Sos et.al., 2015).

El Comité de Expertos de Educación Física del consejo COLEF (2017) justifica la necesidad de incluir una nueva competencia clave (“Competencia Corporal y para la Salud y calidad de vida”), relacionada con la promoción de la actividad física y estilos de vida saludables, que proporcione a la educación un carácter realmente integrador.

3.1.1 LA PROMOCIÓN DE LA ACTIVIDAD FÍSICA EN EL CENTRO ESCOLAR DENTRO DE LA RED ARAGONESA DE ESCUELAS PROMOTORAS DE SALUD

El movimiento de escuelas promotoras de salud surge en Europa en 1991 facilitando el trabajo estratégico conjunto entre los sectores educativo y sanitario ayudando así a elevar el perfil y el compromiso con la promoción de salud en la escuela. Siguiendo la herencia del movimiento citado anteriormente, la Red Europea de Escuelas Promotoras de Salud (REEPS), se confecciona la red de Escuelas para la Salud en Europa (Schools for Health in Europe network. SHE) con el objetivo apoyar a organizaciones y profesionales en campo del desarrollo y mantenimiento de la promoción de la salud en la escuela (Gobierno de Aragón [DGA], 2009).

Como bien dice la DGA (2009) La Red Aragonesa de escuelas Promotoras de Salud (RAEPS) se crea en el marco de la REEPS y de la SHE e integra a aquellos centros educativos aragoneses acreditados como escuelas promotoras de salud. Se puede definir como escuela promotora de salud al “centro educativo que prioriza en su proyecto educativo la promoción de la salud y facilita la adopción, por toda la comunidad educativa, de modos de vida sanos en un ambiente favorable a la salud incluyendo el modelo de organización del centro, la actuación frente a los determinantes de la salud (alimentación, actividad física, salud emocional, consumos, ambiente), la programación educativa relacionada con la salud y las relaciones del centro con su entorno y la promoción de las competencias del alumnado basándose en las habilidades para la vida”. Asimismo, la RAEPS ofrece a los centros una serie de apoyos (económicos, asesoramiento, seguimiento, recursos, materiales...) para desarrollar su proyecto.

De esta forma, uno de los objetivos principales de la Red Aragonesa de Escuelas Promotoras de Salud es el promover una educación para la salud orientada hacia el desarrollo de habilidades para la vida, que potencia los factores de protección y la capacitación del alumnado, así como ayudar a institucionalizar y consolidar las actuaciones de buena práctica en cuanto a la promoción de la salud que desarrolla el profesorado (DGA, 2009).

Siguiendo la misma idea, Murillo, García-Bengoechea, Generelo, Bush, Zaragoza, Julián y García (2013; citado en Abarca-Sos et al. 2015) establecen que la promoción de la AF está inmersa en la promoción de la salud, y el lugar privilegiado para fomentarla, por los múltiples niveles que influyen en él, es el centro escolar.

A pesar de estos esfuerzos por promocionar la salud y la actividad física, estudios muestran como la mayoría de los niños que se encuentran en la Educación Primaria, no realizan suficiente actividad física para llegar a generar beneficios para su salud (Abarca-Sos et al., 2015; Fernández, González, Toja, Carreiro Da Costa, 2017).

Del mismo modo, el COLEF (2017) defiende la necesidad de exigir a cada centro educativo un Proyecto de fomento de la actividad física y hábitos saludables realizado, coordinado por el Departamento de EF, que recoja, estructure y organice todos los proyectos, actividades, prácticas físicas y deportivas (escolares y extraescolares) que se realicen en el centro escolar para favorecer y garantizar una vida activa y saludable de los alumnos.

Pese a todo lo que se ha hablado acerca de la promoción de la actividad física por parte del centro escolar, en algunos estudios este está empezándose a ver como un posible motivo de abandono. Así pues, Nuviala (2003, citado en Román, 2014) relaciona las tasas de abandono en función del modelo formativo del centro educativo, estableciendo valores de entre un 33,6% de abandono en centros con un modelo deportivo competitivo donde el fin principal es la victoria, reduciéndose a un 18% en centros con un modelo deportivo formativo. De la misma manera la tasa de practicantes adultos es mayor en localidades con modelos deportivos formativos.

Dentro del horario escolar, una de las áreas principales para impulsar la práctica de la actividad física y sus beneficios en la salud será la Educación Física.

3.1.2 EDUCACIÓN FÍSICA, ÁREA FACILITADOR PARA LA PROMOCIÓN DE HÁBITOS SALUDABLES

Prácticamente el total de actividad física que el alumno realiza en la escuela se lleva a cabo en la asignatura de Educación Física, disciplina que ha pasado a ser fundamental para la formación íntegra del alumno puesto que engloba destrezas a nivel motor, cognitivo y afectivo.

La EF contribuye a esta promoción de la AF de forma directa e indirecta. Directamente, el simple hecho de participar en la asignatura ya hace que el alumno pueda incrementar sus minutos activo acercándose al mínimo diario recomendado (Fairclough y Stratton, 2005, citado en Abarca-Sos, 2015) mientras que de forma indirecta puede servir como referencia y estímulo para realizar y aumentar la motivación por la AF fuera del horario lectivo.

Así pues, Carreiro da Costa (2010) define el concepto de EF como “el proyecto de innovación y de transformación cultural que tiene por finalidad dar oportunidad a todos los niños, niñas y adolescentes de adquirir los conocimientos y desarrollar las actitudes y competencias necesarias para una participación emancipada, satisfactoria y prolongada en la cultura del movimiento a lo largo de la vida”.

Para López, Pérez, Manrique y Monjas (2016, citados en COLEF, 2017) las finalidades de la EF como área curricular específica dentro un sistema educativo, universal, obligatorio y público son:

- Desarrollo físico-motriz del alumnado
- Creación y recreación de la cultura física del alumnado
- Aportación propia al planteamiento global de desarrollo integral del alumnado desde, con y a través de la motricidad.
- Importancia para la mejora del clima de convivencia en los centros educativos (Gil, Chillón & Delgado, 2016, citados en COLEF, 2017).
-

Por tanto, para COLEF (2017), “la EF debería llegar a todos los jóvenes en igualdad de condiciones independiente del nivel económico, cultural y socio-educativo de su familia”

Algunos estudios proponen como factor principal el motivar a sus alumnos aumentando su percepción de competencia física y diseñando experiencias enriquecedoras y agradables en clase en todas las unidades didácticas (Julián, 2012 citado en Abarca-Sos et al.)

Para ello, una de las figuras imprescindibles en este factor será la del profesor de EF, como se analiza a continuación.

3.1.2.1 COMPETENCIAS DEL PROFESOR DE EDUCACIÓN FÍSICA COMO PROMOTOR DE LA ACTIVIDAD FÍSICA

De León (2006, p.76, citado en Alda, Abarzúa, Acevedo, Atienza, Pérez y Ugalde, 2013, p.1) menciona que “todos aquellos supuestos, procedimientos y actividades que la persona que ocupa el papel de educador, aplica para inducir el aprendizaje en los sujetos son importantes, dado que una mala elección de estrategias la clase puede terminar en un fracaso”.

El desarrollo de una Educación Física de Calidad (EFC) no podría tener sentido sin tener en cuenta un desarrollo curricular programado y coordinado a lo largo de todas las etapas educativas. Para ello, el profesor debe establecer los objetivos a desarrollar como primer elemento esencial a definir. Una progresión lógica de estos desde infantil a secundaria permitirá el desarrollo de todas las competencias esenciales en el ámbito del movimiento y salud. En cuanto a la metodología, se debe ir adaptando a la edad del alumnado por parte del educador siendo el movimiento y la acción los elementos principales en todas las etapas educativas, impulsando otros aspectos importantes para el desarrollo del alumno como la cooperación, autonomía o el descubrimiento de su propio cuerpo (COLEF, 2017).

En la misma línea, Villar & Domínguez (2015) nombran como uno de los objetivos principales del maestro de EF, el conseguir un desarrollo íntegro del alumno, implicando mejoras en apartados físicos, psíquicos y sociales. Para ello, el maestro tiene que tener conocimientos en torno al niño, pedagógicos y sociológicos. Alda et al. (2013)

considera también este objetivo primordial ya que mejora aspectos tales como la autoconfianza o el control del movimiento y sus pensamientos dando lugar a considerar a un buen profesor de EF a aquel que “no solo mejora las aptitudes físicas de los alumnos, sino que también trabaja de una manera biopsicosocial potenciando todas sus aptitudes y actitudes”.

La amabilidad en el momento de enseñar es fundamental, sobre todo con los cursos más pequeños ya que los alumnos ven al profesor como un modelo a seguir. Sáenz-López (1997, citado en Alda et. al., p.1) señala una serie de pautas orientadas en la educación que guían a los maestros/as de EF durante el proceso de enseñanza-aprendizaje tales como: evolucionar de lo simple a lo complejo, aprender jugando, lograr aprendizajes significativos, individualización, adecuación de materiales y normas, actitud de paciencia y clima favorable o información breve entre otros.

El maestro de EF cuenta con otras herramientas, como el control del lenguaje verbal o no verbal, que no aparecen de forma explícita en el diseño de la sesión, pero que se tienen en cuenta a la hora de facilitar el control, la motivación y la participación del grupo. Todo ello, ayuda al proceso de aprendizaje y a la relación entre el alumno y el profesor. Cabe destacar también que el profesor debe incentivar a los alumnos, involucrándose y participando junto a ellos, dando ejemplos, realizando actividades que sean dinámicas y de interés de los alumnos o usando una gran diversidad de materiales (Alda et al., 2013).

Pieron (2008) y Martínez-López (2009), citados en Román (2014) extraen de sus estudios que las chicas manifiestan no haberles servido de nexo para la práctica de actividad física la figura del profesor de Educación Física. Es por ese motivo por el que debe plantearse unos contenidos que se mantengan dentro del marco curricular educativo vigente y que incidan en mayor medida sobre las motivaciones de las chicas para la práctica y no abandono de la actividad física y deportiva.

3.2. IMPORTANCIA DE LAS ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES EN PRIMARIA PARA LA ADHERENCIA Y PRÁCTICA DEPORTIVA

El uso del tiempo libre se ha convertido en un problema de análisis sociológico que el centro escolar también tiene que tener en cuenta. Desde la escuela debemos a su vez, como ya se ha citado anteriormente, educar para la vida y fomentar hábitos de vida sana a través de, entre otras cosas, una buena utilización del tiempo libre. Por todo ello, en la sociedad actual se le da una gran importancia a la práctica de actividades extraescolares y sus funciones educativas, socializadoras, asistenciales y recreativas en las que se desenvuelve el niño habitualmente favoreciendo entre otras cosas la creatividad, espíritu de iniciativa, capacidad de expresión, responsabilidad o el sentido de la cooperación. (Luengo, 2007).

A su vez, en la misma línea de los apartados anteriores, aunque se da por supuesto que los niños ya realizan actividad física en la escuela, en sus clases de Educación Física, estudios informan que la actividad física realizada en el colegio, por sí sola, no es suficiente para promover beneficios saludables óptimos. Esto se debe a que los niños durante sus clases de EF no dedican el tiempo suficiente a practicar actividad física (Castillo, Balaguer y Tomás, 1997 citado en Isorna, Rial, Vaquero y Sanmartín 2012). Parcel et al. (1987, citado en Isorna et al, 2012) encontraron que, en una clase de 30 minutos de educación física, solo se dedicaban 2 minutos a una actividad vigorosa.

Por todo ello, como comparten diferentes autores es necesario el poder sumar más horas diarias a la práctica de actividad física siendo las actividades extraescolares una buena herramienta para continuar con la adquisición de hábitos saludables, competencias, valores y aprendizajes para la vida evitando otros aspectos negativos como el sobrepeso o la obesidad (Murillo, Latorre, Ferrando, 2012).

Entendemos por este tipo de actividad a aquella que no corresponde a las horas de Educación Física curriculares obligatorias y se realiza en el tiempo libre. Dentro de este concepto incluimos el de actividad física, juego y deporte. (Luengo, 2007)

García, en el Libro Blanco del deporte escolar (2009), basándose en documentos e instrumentos legales y jurídicos como la Constitución Española o la Carta Europea del Deporte, atribuye una gran importancia a la práctica de actividades físico-deportivas en

edad primaria puesto que constituye una herramienta especial para el desarrollo de capacidades físicas, psicológicas, cognitivas y sociales del individuo.

Para poder llegar a conseguir a través de las actividades físico-deportivas extraescolares los valores, hábitos, competencias y aprendizajes que hemos dicho anteriormente, es necesario que el monitor o entrenador cumpla con su labor docente, más allá de los aspectos técnicos que imparta relacionados con su actividad.

3.2.1 PAPEL DEL MONITOR DE ACTIVIDADES FÍSICO-DEPORTIVAS EXTRAESCOLARES

Los entrenadores y técnicos forman una parte importante del deporte extraescolar. Los resultados de las investigaciones sobre los perfiles de los técnicos de actividades extraescolares físico-deportivas nos indican que es necesario que tengan recursos docentes, capacidad de innovación y, por lo tanto, una buena formación (Fraile et al., 2011 citado en Reverter, Plaza, Jové y Mayolas 2012).

La posible formación deficiente por parte de las personas que imparten docencia en las actividades físico-deportivas extraescolares obstaculiza claramente una orientación educativa y de salud de las propias actividades, ya que una adecuada intervención didáctica depende fundamentalmente de una apropiada calificación de los profesionales, es decir, de su formación inicial y continua (Campos-Izquierdo, 2004; Fraile, 1996 citado en Reverter et al., 2012). Fraile (1996, citado en Reverter et al., 2012) afirma que la situación de falta de formación en el ámbito de la actividad física y el deporte es más preocupante cuando estos profesionales atienden prioritariamente a una población en edad escolar, careciendo de una formación pedagógica y corriendo el riesgo de contradecir los valores que el maestro especialista de Educación Física viene desarrollando en el horario escolar. La inadecuada formación por parte de los educadores de las actividades realizadas fuera del tiempo escolar, dan lugar en varias ocasiones a actividades físicas inapropiadas y monótonas en las que no se favorecen aspectos como la participación del alumnado (Fraile y De Diego, 2006; Corral, 2007 citados en Reverter et al., 2012)

3.3. MOTIVOS DE PRÁCTICA DE LAS ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES DEPORTIVAS EN EDUCACIÓN PRIMARIA

Diversos estudios han analizado ya los niveles de práctica física en estudiantes (Abarca-Sos, Zaragoza, Generelo y Julián, 2010; Castillo y Giménez, 2011; Gómez-López, Granero-Gallegos, Baena-Extrema y Ruiz-Juan, 2011; Serra, Generelo y Zaragoza, 2011 todos ellos citados en Bosque-Lorente y Baena-Extremera, 2014). Hoy en día, uno de los problemas de la infancia es el sedentarismo y la inactividad física. Según el estudio llevado a cabo en el Centro de Medicina del Deporte del Gobierno de Aragón con niños/as de 10 y 14 años, existen diferentes patrones de AF general en función de la edad de las poblaciones (los niños y niñas de 10 son más activas que los de 14) destacando el sexo masculino como más activo que el femenino (Bosque-Lorente y Baena-Extremera, 2014)

Otro estudio realizado por Luengo (2007) en actividad físico-deportiva extraescolar en alumnos de Educación Primaria (6-12 años) de un distrito de Madrid (Carabanchel) muestra como tan solo un 46,1% de las niñas realiza actividad físico-deportiva extraescolar. Estos porcentajes no son tan preocupantes en el caso de los niños (60,3%). En cuanto al tiempo de práctica de estas actividades, suele ser entre una y dos veces por semana (92,1%).

Palou, Ponseti, Gili, Antoni y Vidal (2005) en un estudio realizado sobre el inicio, mantenimiento y abandono de la práctica deportiva de los preadolescentes de la Isla de Mallorca (10-14 años) exponen y extraen una serie de aspectos importantes sobre la práctica deportiva en los jóvenes desde Edad Primaria hasta la adolescencia.

- El porcentaje de práctica disminuye al aumentar la edad.
- Las expectativas del nivel de práctica en la población femenina son menores que en la población masculina
- Si la práctica deportiva va en aumento, este aumento es más importante en los niños que en las niñas.

En relación a los motivos de práctica de las actividades físico-deportivas extraescolares por parte del niño, se han dividido en dos categorías una vez consultados los diversos estudios que se citan a continuación en los puntos posteriores. Por un lado,

se diferenciarán los motivos de práctica intrínsecos del niño (motivación y amistad) mientras que, por el otro, se distinguen aquellos que son extrínsecos a él (influencia familiar, nivel socio-económico y cultural; y salud y bienestar social)

3.3.1. MOTIVOS DE PRÁCTICA INTRÍNSECOS DEL NIÑO

3.3.1.1. MOTIVACIÓN

Según Fox y Shepard (1991 y 1994, citado en Delgado y Tercedor, 2002) “los motivos que inducen a la práctica de actividad física varían con la edad y los propios individuos”.

Para Delgado y Tercedor (2002), los niños y niñas de 9-10 años de edad se encuentran motivados hacia la práctica de actividad física por el carácter intrínseco de la misma, sin percibir todavía los posibles beneficios de la misma, lo cual evidentemente supondría una motivación extrínseca para buscar una mejora de la forma física.

Latorre (2006) defiende la necesidad de poner el deporte al servicio del niño y no al contrario. Para ello, hay que conocer cuáles son los intereses y motivaciones del niño hacia la práctica deportiva ya que solo así podremos conseguir estos practiquen y, en segundo lugar, mantengan la práctica lo máximo posible, incluso con carácter indefinido. Solo podremos conseguir estos objetivos si la oferta y las características de las actividades son satisfactorias para los usuarios.

Durand (1998, citado en Latorre, 2006) habla de dos aspectos relacionados con el problema de la motivación. Por un lado, los aspectos selectivos relacionados con la meta del comportamiento, es decir, el tipo de estado motivacional que hace que un niño elija una actividad deportiva antes que otra y por otro, la fuerza y la duración del compromiso con una tarea o actividad, la importancia de los obstáculos superados, es decir, la motivación para permanecer en la práctica deportiva.

De Andrés y Aznar (1996) defienden que la motivación hacia la actividad física y el deporte es plurifacética, ya que incluso cada motivo intuye varias razones y tópicos susceptibles de valorarse individualmente. Al mismo tiempo, señalan dos tipos de motivaciones hacia la práctica deportiva: motivación intrínseca, el simple hecho del

disfrute o satisfacción que aporta la práctica; y motivación extrínseca, aquellas razones no directamente vinculadas con el desarrollo de la actividad como por ejemplo pérdida de peso. A su vez defienden que la edad y el sexo son factores que parecen influir en la importancia asignada a los niveles psicológicos del ejercicio tendiendo los adultos a dar gran importancia a los beneficios psicológicos mientras que en la población infantil señalan estos en niveles más bajos (Passer, M.W., 1982, citado en De Andrés y Aznar 1996).

Isorna et al., (2012, p.20) basándose en las investigaciones que tiene como base teórica el clima motivacional tarea-ego (Roberts, 2001, citado en Isorna et al. 2012) destaca que los motivos que llevan a los niños a practicar deporte están orientados más hacia la tarea (se potencia el esfuerzo y destaca el dominio de la tarea y la mejora personal) y no a los resultados. Los niños practican por divertirse, estar en forma, aprender, estar y hacer nuevos amigos, por mejorar; mientras que los motivos orientados al ego se fomenta la comparación social y enfatiza la habilidad normativa tales como: los resultados, ganar, ser importante o popular o hacer aquello en lo que destacan.

3.3.1.2. AMISTAD

Los amigos ejercen una gran influencia en la promoción de la actividad física y en la disminución de hábitos sedentarios. Palou, Ponseti, Gili, Antoni y Vidal (2005) observan en su estudio sobre el inicio, mantenimiento y abandono de la práctica deportiva de los preadolescentes de la Isla de Mallorca (10-14 años) que el principal motivo de inicio en la práctica deportiva es “los amigos” con un 33,6 % (38,1 en chicos por 28,7% en chicas).

El que los amigos practiquen actividad física durante la infancia promueve hábitos saludables de por vida en los demás ya que reduce tiempo que se dedica a otras actividades como videojuegos, televisión ordenadores... (Marks, 2015; Maturo y Cunningham, 2013, citados en Franco-Arévalo, De la Cruz-Sánchez, Feu, 2017). La mayoría de los escolares se juntan con grupos de amigos que practican la misma actividad física que ellos). En general, dichos lazos de amistad juegan un papel importante en el establecimiento de patrones de actividad física en niños de entre 5 y 12

años (Gesell et al., 2012; Sabina et al., 2012; Lopes, 2016; De la Haye et al., 2011 citados en Franco-Arévalo et al, 2017) siendo los amigos del mismo género el mejor predictor a la hora de practicar actividad física. Estos lazos de amistad junto con el nivel de actividad física de los escolares, siempre que sean activos, contribuyen a la realización de actividad física en un futuro (Molina et al., 2009; Papaioannou, 2000; Yli-Piipari, 2011, todos citados en Franco-Arévalo et al, 2017, p.265).

3.3.2 MOTIVOS DE PRÁCTICA EXTRÍNSECOS AL NIÑO

3.3.2.1 INFLUENCIA FAMILIAR

Un gran número de los practicantes de actividad física en la edad escolar cuenta con algún miembro de la familia que hace actividad física, lo que indica la posible influencia que el entorno familiar puede tener sobre la práctica de la actividad física en la población escolar (Marques et al., 2014; Nuviala et al., 2003; Soler y Meunier, 2010 citados en Franco-Arévalo et al 2017, p.264).

Isorna et al., (2012) concluyen tras consultar varias investigaciones “que los niños y los adolescentes son más propensos a ser físicamente activos cuando sus padres y sus amigos participan en actividades físico-deportivas de forma regular (Anderssen y Wold, 1992; Raudsepp y Viira, 2000; Piéron, 2002 citados en Isorna et al., 2012), les impulsan a practicar o incluso cuando practican deporte con ellos”.

Un análisis efectuado de la literatura publicada entre 1970 y 1998, realizado por Sallis, Prochaska y Taylor (2000, citados en Isorna et al 2012), constata una relación significativa entre la actividad física y el apoyo de los padres y/o de otras personas representativas para el sujeto, como sus hermanos/as y las de este.

Por otro lado, Brustad (1996 citado por Boixados, Valiente, Mimbbrero, Torregosa y Cruz, 2003, y estos por Hidalgo, 2008) plantea que “los niños son altamente influidos por los padres hasta la edad aproximada de 8 años pues están más tiempo con la familia, aún no han establecido una red de relaciones sociales y confían en el feedback de los adultos para evaluar su competencia personal. Debemos tener en cuenta de cara al papel

socializador del deporte, que lo que para los padres significa el triunfo o la diversión en el juego, el respeto por las reglas o la victoria a cualquier precio, serán aspectos decisivos que condicionarán la manera de entender y vivir el deporte de sus hijos/as”.

3.3.2.2 NIVEL SOCIOECONÓMICO Y CULTURAL

El nivel socioeconómico, cultural y los antecedentes familiares muestran correlaciones significativas en los niveles de práctica y en las variables de tipo actitudinales. (Agustí, 1981; Dishman, Sallis y Orenstein, 1985; Hendry, 1978; Masnou, 1986; Schnurr, C.O. Vaillant y G. E. Vaillant, 1990; Willis y Campbell, 1992, citados en Palou et al., 2005). De estos resultados puede hipotetizarse que cuanto más aumenta el nivel socioeconómico, así como los hábitos del entorno familiar, los niveles de práctica deportiva y las actitudes hacia el deporte sean más favorables, (Agustín, 1981; Blasco, 1994; Hendry, 1978; Masnou, 1986; Sunnegard, Bratteby y Sjolin, 1985; Willis y Campbell, 1992 citados en Palou et al 2005).

Por su parte Latorre (2006) expone que la práctica individual de actividad físico-deportiva, no solo en niños, está condicionada por las posibilidades reales de que dispone un determinado sujeto variando a su vez estas considerablemente dependiendo de los contextos sociales en los que está ubicado.

Delgado y Montes (2015) puntualizan como la participación en actividades físicas es significativamente menor en las niñas, en población inmigrante, y en niños provenientes de familias con bajo nivel socioeconómico.

3.3.2.3 SALUD Y BIENESTAR SOCIAL

Se ha evidenciado que la salud y el bienestar en la edad adulta tienen su origen en el comportamiento y los estilos de vida de la infancia. Las guías actuales recomiendan que los/as niños/as y jóvenes (5-17 años) deben acumular un mínimo de 60 minutos diarios de actividad física, mayoritariamente aeróbica, de intensidad moderada o vigorosa. Asimismo, es conveniente un mínimo de tres veces a la semana de práctica de

actividades que fortalezcan el aparato locomotor. Es preocupante que el estudio internacional Health Behavior in School-aged Children señale que sólo el 27% de las niñas y el 40% de los niños cumplen las recomendaciones al respecto. Los determinantes fisiológicos de la actividad física en niños/as y adolescentes incluyen la raza, el sexo y la edad. (Escalante, Backx, Saavedra, García-Hermoso & Domínguez, 2011, p.1)

Uno de los motivos que influyen de forma indirecta en la práctica de actividades físico-deportivas por parte del niño es los beneficios que otorga la propia actividad física. Edmunds, Ntoumanis y Duda (2007, citados en Isorna, Ruiz y Rial, 2012, p.93) señalan incluso que los sujetos con mayor adherencia a la práctica deportiva revelan una mayor satisfacción de la necesidad psicológica de relacionarse con los demás. Resulta evidente, por tanto, que la actividad física influye positivamente sobre las tres dimensiones de la salud (física, psicológica y social) establecidas por la Organización Mundial de la Salud (1986).

En relación a lo anterior, Delgado y Montes (2015) defienden que el nivel de condición física en edades tempranas es un importante marcador del estado de salud futura, especialmente con la obesidad y la salud cardiovascular. Del mismo modo, ponen en manifiesto como la participación en actividades físicas influyen positivamente en los niños en factores como el juego, relaciones sociales, cooperación entre iguales, descanso, aumento de atención o rendimiento académico. Por el contrario, la falta de actividad física da lugar a un aumento del juego sedentario, y disminución de juego al aire libre y horas de sueño.

Los alumnos que se inscriben en las actividades físico-deportivas extraescolares obtienen un porcentaje del 50,4% de la población en edad escolar y mantienen que la razón por la que lo hacen es porque se divierten y por motivos relacionados con la salud (Nuviala, 2003b citada en Román, 2014).

3.4. MOTIVOS DE ABANDONO DE LAS ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES EN EDUCACIÓN PRIMARIA

No es nada fácil determinar con certeza los motivos de abandono del deporte extraescolar en edad primaria debido a la falta de estudios sobre este asunto puesto que la gran mayoría de ellos se centran en la etapa de la adolescencia. Pese a ello, cada vez hay más alumnos que abandonan ya su actividad extraescolar en edades más tempranas como es la Educación Primaria. En este marco teórico, se van a citar datos que también incluyan la etapa adolescente debido a la falta de datos citada anteriormente.

El concepto de abandono deportivo se expresa como “aquella situación en la cual los sujetos han finalizado su compromiso explícito con una especialidad deportiva concreta” (Cervello, 1996, citado en Salguero, Tuero, Márquez, 2003, citado estos por Hidalgo, 2008). Sin embargo, la finalización de este compromiso no significa necesariamente el alejamiento de la actividad deportiva de manera total, pues el niño dentro de su necesidad persistente de experimentación, en ocasiones salta de una actividad deportiva en otra intentando alcanzar la mayor cantidad de experiencias posibles (Hidalgo, 2008).

3.4.1 PADRES

Al igual que los padres influyen en los niños a la hora de practicar actividades físico-deportiva, también pueden ser un factor importante a la hora de abandonarla si estos no permiten que el niño practique la actividad libremente sin interponerse en su proceso de aprendizaje.

Moliner y Salguero (2004, citado en Hidalgo, 2008) expone que debemos procurar que los padres acepten los objetivos del programa deportivo inicial y no ser una fuente de estrés para el niño, intentando en muchas ocasiones que sea una estrella del deporte a los 10 años.

Siguiendo la misma línea, Durán (2007, citado en Hidalgo, 2008) plantea que “Es un tremendo error que nuestros jóvenes se inicien en la práctica deportiva pensando en llegar a ser un Indurain o un De la Peña. Investigaciones han puesto en evidencia que

guiar al niño a temprana edad por dicho modelo, conduce a la desilusión, frustración y en corto periodo de tiempo el abandono de dicha práctica”.

3.4.2. FIGURA DEL PROFESOR/ENTRENADOR

Otro de los factores relevantes dentro de la problemática del abandono deportivo prematuro, es la figura del profesor/entrenador quien guía el proceso deportivo inicial. En innumerables ocasiones nos encontramos con estas personas, realizando actividades modeladas de las prácticas deportivas profesionales, olvidando muy frecuentemente las expectativas que el propio joven podría tener para acercarse a la actividad (Hidalgo, 2008).

Guillén García (2004, citado en Hidalgo, 2008) sostiene que “en la actualidad, la práctica deportiva de los niños y jóvenes se encuentran caracterizadas también por un excesivo énfasis en la competición y resultados”. Para Garcés y Cantón: (2007, citado en Hidalgo, 2008) “no somos capaces de analizar que quiere y que espera realmente el joven que se inicia en el deporte, o sea, no entender que los motivos que inicialmente lo llevaron a la práctica deportiva no eran solamente competitivos sino también relacionados con la salud, la diversión, o el establecimiento de interacciones sociales”

3.4.3. FALTA DE COMPETENCIA AUTO-PERCIBIDA

Weiss y Chaumeton, (1992, citados por Ponseti, Gili, Palou, Borrás, 2007 y estos citados por Hidalgo, 2008) advierten que en el caso de abandono deportivo la principal razón subyacente es la falta de competencia auto percibida. Plantean además que la percepción de falta de competencia, es influida principalmente por la interacción con los padres y en el caso de los adolescentes con los entrenadores, Ros (2006, citado por Hidalgo, 2008) plantea que “ser competente, viene dado por mi comparación ante otras personas. Estas orientaciones llevadas al terreno de la educación física, o deportiva provocan alumnos con un rechazo hacia todo aquello en lo que el joven no se ve competente en relación con los demás y por ende un futuro rechazo a la Educación Física y al deporte que puede ser causante del abandono de la práctica deportiva.”

Según Pulgarin (2000, citado en Hidalgo 2008), el deporte escolar actual presenta unas condiciones que favorecen cuatro tipos de niños practicantes:

1. Los que acceden a practicar un deporte y disfrutan de él porque están dotados para la práctica.
2. Los que acceden a un deporte, pero tienen peores condiciones motrices que los del grupo anterior, porque paulatinamente van dejando de practicarlo o lo hacen en menor medida que sus compañeros más capacitados.
3. Los que acceden a un deporte, pero lo abandonan en poco tiempo, ya que son descartados por sus escasas condiciones motrices para esa especialidad deportiva.
4. Los que no acceden a ningún deporte, bien sea porque en su entorno no hay oportunidades de práctica deportiva o porque no intentan acceder a las oportunidades que les ofrecen, por impedimentos familiares o por la creencia de que no son aptos para practicar esa especialidad

De acuerdo a la descripción anterior, se evidencia que un gran número de potenciales practicantes de alguna actividad deportiva, desertan más temprano que tarde por motivos relacionados con sus aptitudes o su auto percepción negativa en este ámbito.

Como puede observarse, no toda práctica o abandono de una actividad va determinado por un único motivo. Así pues, puede haber un mismo factor que puede influir de forma positiva o negativa en el niño como por ejemplo la influencia familiar o los padres, la falta o capacidad de auto competencia percibida o la motivación o falta de ella. Por tanto, muchas de las actividades que practica o abandona un niño pueden ser determinadas por un mismo factor o por una suma de ellos.

4. OBJETIVOS E HIPÓTESIS

A partir de las consideraciones anteriores, mostradas en el marco teórico, los objetivos de este trabajo son:

- Conocer el nivel de práctica de actividad física de los alumnos en función del número de actividades físico-deportivas extraescolares realizadas y la media de horas que la practican.
- Saber los motivos por los cuales los sujetos del estudio practican actividades físico-deportivas extraescolares.
- Identificar los posibles motivos que llevan a los sujetos a abandonar las actividades físico-deportivas extraescolares.
- Averiguar la perspectiva futura de abandono de las actividades físico-deportivas extraescolares por parte de los sujetos.

De esta forma, se pretendía dar respuesta a estas cuatro hipótesis:

- Comprobar que la influencia del sexo a la hora de la práctica de actividades físico- deportivas inclina la balanza a una mayor participación por parte de los niños
- Que la posibilidad de una continuidad en la práctica dentro de la propia escuela (club de alumnos), facilita la misma.
- Demostrar que la influencia paterna y familiar puede influir positiva o negativamente en la práctica de actividades físico-deportivas extraescolares

- La existencia de un rato largo entre la jornada de mañana y la de la tarde favorece la práctica de actividades extraescolares, esta es una manera de llenar el tiempo.
- El comportamiento y actitud del entrenador puede llevar tanto a la práctica como al abandono de la actividad físico-deportiva

5. METODOLOGÍA

5.1. DISEÑO

Se trata de un diseño descriptivo y transversal para conocer los motivos de práctica y abandono de las actividades físico-deportivas extraescolares que realizan alumnos de primaria.

5.2. PARTICIPANTES

El número de sujetos que han participado en el estudio ha sido un total de 192 alumnos (97 chicas y 95 chicos) de dos colegios de la ciudad de Zaragoza, el CEIP Doctor Azua (100 sujetos) y el CEIP Hispanidad (92 sujetos) referentes a los cursos de 4º y 6º de primaria.

La elección de estos centros se debe a diferentes motivos: por un lado, el CEIP Hispanidad ha sido el centro en el que he realizado todas las prácticas de la carrera, lo que ha facilitado el poder pasar las encuestas. Por otro lado, el CEIP Doctor Azua está en la zona donde se encuentra el club al que entreno al baloncesto y además su jefe de estudios es entrenador en el mismo club que lo hago yo.

Otro punto que he tenido en cuenta en la elección de los centros es la gran diferencia socio-económica que hay entre su alumnado y familias, lo cual es posible que nos determine alguna diferencia significativa en cuanto a los resultados que se analizarán en el presente estudio.

Las diversas conversaciones llevadas a cabo en los diferentes centros con el director, jefe de estudios y algunos de sus profesores, me ha llevado al siguiente análisis de los mismos.

El CEIP Hispanidad, ubicado en la zona de Parque Hispanidad, cuenta con unos 400 alumnos, repartidos en cursos de dos vías desde infantil hasta 6º de primaria. Alrededor del 40% del alumnado son inmigrantes de procedencia mayoritariamente árabe,

sudamericana o rumana residiendo en los barrios de Delicias, Oliver y Valdefierro. En su conjunto, el poder adquisitivo de los barrios cercanos al colegio es medio-bajo, así como el nivel socio-educativo de las familias (algunas de ellas sin estudios y sin conocimiento del idioma).

Las instalaciones para la realización de actividades deportivas en el colegio son: un gimnasio, parque infantil y pistas exteriores de mini-básquet y fútbol sala.

Las actividades extraescolares son ofertadas por el AMPA a través de diferentes empresas que las imparten, con una duración de una o dos horas semanales. Entre ellas, las físico-deportivas disponibles para alumnos de primaria son: ajedrez, atletismo, baile moderno, cursillos de natación, datchball, fútbol sala, gimnasia rítmica, kárate, mini-básquet y patinaje; para los antiguos alumnos: kárate; y para adultos: gimnasia para adultos. A partir de estas el AMPA organiza las llamadas “jornadas deportivas” celebradas el primer fin de semana de junio en las que se realiza carreras de atletismo, partidos de fútbol sala, mini-básquet, así como exhibiciones de patinaje, gimnasia rítmica o kárate. Cabe destacar, que la actividad extraescolar de karate, se enmarca dentro de un proyecto educativo y deportivo conocido como el CLUB DE KARATE HISPANIDAD fundado en el año académico 1992/1993 empezando con 20 alumnos encontrándose en la actualidad con más de 150 karatekas divididos en 8 grupos de edad, siendo uno de los clubs de karate escolares más grande a nivel nacional. Es gestionado por una contratada por el AMPA y el propio centro y se desarrolla en el mismo.

El CEIP Doctor Azua, ubicado en el barrio de la Romareda, cuenta con unos 600 alumnos, repartidos en cursos de tres vías desde infantil hasta 4º de primaria (los cursos posteriores llegarán a ser de tres a medida que vayan subiendo los alumnos de nivel en los próximos años). El poder adquisitivo de la zona se podría considerar medio-alto, así como el nivel socio-educativo de las familias (gran mayoría de ellas con estudios superiores y universitarios). Por otra parte, se puede decir que prácticamente es inexistente la población inmigrante en este colegio.

En cuanto a las instalaciones, en lo que se refiere a práctica deportiva, el colegio cuenta con pabellón polideportivo (baloncesto y sala multiusos), parque infantil, club de alumnos, canchas de baloncesto, de mini-básquet y de futbol sala. De este pabellón polideportivo hay que señalar que fue promovido y edificado con sufragio de los padres, con las pertinentes autorizaciones de Educación y Ayuntamiento.

La asociación de padres de alumnos que posee (AMPA), a la que pertenecen más del 80% de los padres de los alumnos, tiene como objetivo la organización de las actividades extraescolares del centro, así como promover que el centro sea abierto, aprovechando sus infraestructuras fuera del horario lectivo y en días festivos para disfrute y beneficio de toda la comunidad escolar. El colegio ofrece una gran diversidad de actividades físico-deportivas extraescolares para los alumnos de educación primaria: natación, ajedrez, judo, bailes modernos, atletismo, baloncesto, fútbol (de estas tres últimas se organizan competiciones con otros centros y un campeonato interno en el último trimestre del curso), para los antiguos alumnos (secundaria): baloncesto y para los padres: gimnasia y pilates. Por último, comentar que el club de alumnos está gestionado por el AMPA, estando abierto todas las tardes mientras los alumnos practican sus actividades extraescolares y en los fines de semana durante el desarrollo de las competiciones, funcionando como lugar de reunión y convivencia.

Los cursos seleccionados para la investigación han sido los de cuarto y sexto de primaria. El no escoger cursos por debajo de cuarto se debe a que las decisiones del alumnado, en cuanto a la práctica de actividad física y actividades en general, suelen estar bastante influenciadas por sus padres y familiares. Se entiende que cuarto es un curso en el que el alumno ya está bastante adaptado a la etapa de primaria, puesto que se encuentra en el ecuador de esta. Por otra parte, ya ha tenido hasta tres cursos anteriores para probar diferentes actividades extraescolares para tomar decisiones más personales y reconocer las que más le agradan. De los alumnos de sexto de primaria, último curso de esta etapa educativa, he considerado que están muy cerca de promocionar a la etapa de secundaria y comienzan ya su cambio madurativo a nivel psicológico. En esta edad ya los alumnos, especialmente las niñas, empiezan a tener otros intereses distintos y suelen ser más propensos a abandonar las actividades extraescolares que desarrollan.

5.3. INSTRUMENTO

El instrumento utilizado para obtener los datos de la investigación ha sido el cuestionario utilizado en la investigación de Latorre (2006), sobre el deporte en edad escolar en Educación Primaria en la ciudad de Zaragoza (disponible en el anexo nº2).

Cabe destacar que este cuestionario utilizado por Latorre (2006) tenía como objetivo estudiar las actividades de los colegios públicos, así como su práctica en la ciudad de Zaragoza. El cuestionario en sí, tiene un total de 14 preguntas, desglosándose estas en muchas subpreguntas o apartados. Las preguntas 5-9 pretenden conocer un poquito el nivel de práctica de actividades extraescolares por parte del sujeto, tanto actividades deportivas como actividades en general (música, inglés...). El estudio de este trabajo solo ha tenido en cuenta aquellas que hacen mención a las de carácter físico-deportivo. La pregunta 10 permite comentar un máximo de 3 actividades deportivas. Dentro de cada una hay 10 preguntas multirespuesta en las que solo se puede elegir una. El resto de preguntas 11-18 son preguntas generales multirespuesta para todos los sujetos abordando diferentes términos entre los que se incluye motivos de práctica de actividad física (padres, actividades en el colegio, opinión sobre los demás niños...).

Las valoraciones en las preguntas multirespuesta: 1 – 2 – 3 – 4 – 5, hacen referencia al nivel de acuerdo o desacuerdo de los sujetos de estudio con la pregunta indicada de forma que significan:

- 1– Nada / Estoy muy en desacuerdo
- 2 – Poco / Estoy en desacuerdo
- 3 – Bastante / Estoy de acuerdo
- 4 – Mucho / Estoy muy de acuerdo
- 5 – No sabe/ No contesta (NS/NC)

Cabe destacar que a la hora de plasmar los resultados, se han juntado las valoraciones 1-2 y la 3-4 distinguiéndose tres tipos de valoraciones:

- En desacuerdo: Valoraciones 1-2
- De acuerdo: Valoraciones 3-4
- NS/NC: Valoración 5

5.4. PROCEDIMIENTO

5.4.1 DIÁLOGO CON LOS CENTROS Y PROFESORADO

A la hora de proceder a pasar las encuestas en los centros, el punto de partida consistió en hablar, durante la primera semana del mes de mayo, con los directores de los centros, jefes de estudio y profesores de educación física para hacerles un planteamiento del estudio a realizar, solicitar los permisos pertinentes para hacer el mismo y mostrar el cuestionario que posteriormente se pasará a los alumnos.

5.4.2 AUTORIZACIÓN PARA LOS ALUMNOS

Se ha realizado una autorización (disponible en el anexo nº1) enviada a los padres de los alumnos en la que se solicita el beneplácito para que sus hijos realicen el cuestionario que servirá para conseguir los datos en los que se basará el estudio. El cuestionario se ha pasado a los sujetos durante las clases de Educación Física, en las cuales se ha estado presente en todas ellas para resolver cualquier problema o duda.

5.4.3. PASE DE LOS CUESTIONARIOS EN LOS COLEGIOS

Al ser un cuestionario con preguntas con multirespuesta, se les lee la pregunta, aclarando las dudas que les plantea la misma y recordando en todo momento el significado de aquellas que tenían una valoración de 1, 2, 3, 4, 5. Al finalizar el mismo se les da un tiempo para repasarlo y hacer alguna modificación si así lo quieren haciendo especial hincapié en todo momento en el carácter personal de las respuestas de alumno, pues ya se sabe cómo son los niños, especialmente en los cursos más bajos.

La aplicación del cuestionario ha resultado ser más larga de lo que en un principio se esperaba, pues se ha estado explicando el enunciado de cada una de las preguntas antes

de su contestación tardando unos 40 minutos en completarlo pese a haber establecido inicialmente unos 30 minutos.

Dentro del propio cuestionario, se ha realizado una variable para poder asemejarlo más a los objetivos de estudio inicialmente planteados. Pese a que inicialmente el cuestionario solo permitía responder preguntas sobre aquellas actividades físico-deportivas extraescolares que el alumno realiza en el centro, se ha permitido a su vez que el alumno responda sobre aquellas que también realiza fuera de la escuela en clubes, asociaciones etc.

5.5. ANÁLISIS DE DATOS

Los resultados de los cuestionarios, se pasan pregunta por pregunta a hojas Excel agrupándose por colegios, cursos y sexo facilitando de esta forma la interpretación de estos, para luego hacer, en caso de ser necesario, aquellas combinaciones que más nos interesen. Posteriormente, de entre ellas, se seleccionan aquellas que más nos interesan para nuestro objetivo de estudio representándolas en gráficas y tablas en el apartado de resultados.

6. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Los resultados que se exponen a continuación, se dividen por bloques en relación a los objetivos establecidos previamente.

6.1. RESULTADOS RELACIONADOS CON NIVELES DE PRÁCTICA DE AF

En este punto, se abordan aquellos resultados relacionados con los niveles de práctica de actividad física por parte de los sujetos. Para ello, se analizan los datos relacionados con el número de sujetos que practican alguna actividad físico-deportiva extraescolar, también divididos por sexo, curso y colegio, así como la media de horas semanales que realizan dicha actividad.

6.1.1. PRÁCTICA O NO DE ACTIVIDADES FÍSICO DEPORTIVAS

Tabla 1:
Porcentaje de alumnos que practican alguna actividad deportiva extraescolar dividida por sexo, curso y colegio.

SEXO/CURSO	COLEGIO	
	DOCTOR AZÚA	CEIP HISPANIDAD
Chicos 4º Primaria	91,3%	80%
Chicos 6º Primaria	95,83%	78,57%
Chicas 4º Primaria	78,57%	80,76%
Chicas 6º Primaria	96%	77,77%

Como puede apreciarse en ambos centros el porcentaje de alumnos que realizan actividades físico-deportivas está por encima de los valores del estudio realizado por Luengo (2007). Existe una diferencia cercana al 20% en la práctica en el caso de los alumnos de mayor edad a favor del CEIP Dr. Azua, en el caso de los alumnos menores la diferencia casi es inapreciable, especialmente en las chicas.

Como se ha explicado a lo largo del trabajo esto puede ser debido a la promoción por parte del AMPA en un centro y otro y a que, en el centro de mayor práctica, el alumno

cuenta con un número mayor de horas de espera antes de comenzar la sesión de clases de la tarde. Estos datos coinciden con lo expuesto por Latorre (2006) quien afirma que “cuánto más tiempo libre tiene el alumno en el centro, más actividades deportivas realiza”.

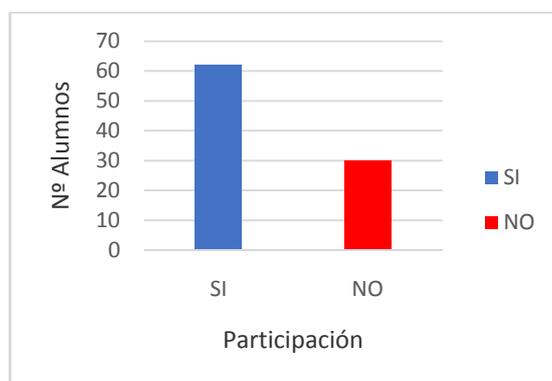


Figura 1: Número de sujetos que practican o no actividades extraescolares deportivas en el CEIP Hispanidad



Figura 2: Número de sujetos que practican o no actividades extraescolares deportivas en el CEIP Dr. Azua

El número de alumnos que no realizan ninguna actividad es superior en el CEIP Hispanidad, 19 frente a 10 del CEIP Azua, no llama la atención teniendo en cuenta en nivel socioeconómico que diferencia a ambos centros. En total, de los 100 sujetos que han formado parte del estudio del colegio Doctor Azua hacen actividades físico-deportivas 90. En total, de los 92 sujetos que han formado parte del estudio del colegio Hispanidad hacen actividades físico-deportivas extraescolares 73.

6.1.2. HORAS DE PRÁCTICA DE LAS ACTIVIDADES FÍSICO DEPORTIVAS

Tabla 2:
Media de horas semanales que practican actividades los alumnos que realizan actividades físico deportivas extraescolares

SEXO/CURSO	COLEGIO	
	DOCTOR AZÚA	CEIP HISPANIDAD
Chicos / 4ºPrimaria	5,95	3,56
Chicos / 6ºPrimaria	5	3,13
Chicas / 4ºPrimaria	6,81	3,23
Chicas / 6º Primaria	4,87	4

Otro punto característico donde se aprecia mucha diferencia entre un centro y otro es en la media de horas semanales que practican actividades físico-deportivas extraescolares. Los 100 sujetos del Dr. Azua practican un total de 221 actividades deportivas con una duración de mientras que los 92 del Hispanidad realizan un total de 118. Como puede apreciarse en la metodología, la oferta de actividades es muy similar en ambos centros, no siendo así en lo que se refiere al número de horas de práctica que está incluso por encima del doble en el caso del CEIP Dr. Azua. En la siguiente tabla, se vuelve a observar como prácticamente no hay diferencia en la media de horas de práctica en cuanto a género. Por el contrario, en lo que sí podemos observar diferencia, es en la diferencia de media de horas de práctica en los sujetos de cuarto y los de sexto, siendo directamente proporcional el aumento de la edad con la disminución de horas de práctica coincidiendo con investigaciones como las de Palou et al (2005); Bosque-Lorente y Baena-Extremera (2014).

6.2. RESULTADOS RELACIONADOS CON LOS MOTIVOS DE PRÁCTICA

A continuación, se exponen aquellos resultados relacionados con el segundo objetivo de este trabajo, conocer los motivos de práctica de actividades físico-deportivas por parte de los sujetos.

6.2.1. MOTIVACIÓN

Tabla 3:

Porcentaje de respuesta sobre las actividades físico-deportivas por parte de los sujetos a la pregunta: "En el grupo o equipo todos somos igual de importantes" (Cada porcentaje corresponde a las actividades deportivas extraescolares que practican los alumnos por curso y colegio)

Competiciones/Curso/Colegio	Opciones de respuesta de los alumnos sobre cada actividad físico-deportiva extraescolar que realizan		
	En desacuerdo (1-2)	De acuerdo (3-4)	NS/NC
Competiciones alumnos 4º Primaria CEIP Hispanidad	5%	93'33%	1'66%
Competiciones alumnos 4º Primaria CEIP Dr. Azua	9'51%	89'51%	0'95%
Competiciones alumnos 6º Primaria CEIP Hispanidad	5'26%	94'74%	0%
Competiciones alumnos 6º Primaria CEIP Azua	16'27%	83'71%	0%

Podemos ver como en el CEIP Hispanidad apenas en un 5% de las actividades de cuarto de primaria y en un 5,26% en sexto de las actividades deportivas extraescolares que realizan los sujetos, el alumno siente que en su equipo no es importantes lo cual nos hace interpretar que la mayoría de los sujetos se sienten motivados en sus respectivas actividades al no apreciar diferencias entre un compañero u otro. Este dato no se comparte de la misma forma con el colegio Dr. Azua donde más de un 9,51% en cuarto y más de un 16% de las actividades en sexto, el alumno siente que hay diferencias en cuanto a igualdad en sus grupos o equipos. Sin lugar a dudas es un dato preocupante en

cuanto a que puede acarrear un abandono próximo de la actividad por falta de motivación o falta de competencia auto percibida.

Tabla 4:
Porcentaje de respuesta sobre las actividades físico-deportivas por parte de los sujetos a la pregunta: “Todos jugamos y participamos igual en los partidos o competición” (Cada porcentaje corresponde a las actividades deportivas extraescolares que practican los alumnos por curso y colegio).

Curso/Colegio	Opciones y porcentajes de respuesta de los alumnos sobre cada actividad físico-deportiva extraescolar que realizan		
	% Actividades en desacuerdo (1-2)	% Actividades de acuerdo (3-4)	% Actividades NS/NC
Alumnos 4º Primaria CEIP Hispanidad	8,33%	56,66%	35%
Alumnos 4º Primaria CEIP Dr. Azua	24,76%	53,33%	21,90%
Alumnos 6º Primaria CEIP Hispanidad	8,77%	49,12%	42,10%
Alumnos 6º Primaria CEIP Azua	30,23%	44,18%	25,58%

Importante es el resaltar la gran cantidad de actividades en las que sus miembros no participan todos de igual forma en sus partidos o competición. Especialmente alarmante es en el caso de 4º de primaria en el colegio Dr. Azua con un 24,76% de las actividades. Este porcentaje sería más elevado si tenemos en cuenta que la mayoría de actividades deportivas extraescolares ubicadas por los alumnos en el apartado NS/NC se debe a que no tienen partidos o competiciones. Conforme aumenta la edad vemos que en cada categoría va aumentando este hecho lo cual puede acarrear una falta de motivación por continuar en esta actividad dando lugar a un abandono de esta en un corto periodo de tiempo. Esto puede deberse a la diferencia del grado de competitividad en las actividades que realizan los alumnos del Azua y el Hispanidad. Así pues, todos estos datos coinciden con Guillén García (2004, citado en Hidalgo, 2008) acerca del excesivo énfasis que se le da a la competición y los resultados pudiendo dar lugar a un descenso de la motivación o a una frustración y estrés.

6.2.2. INFLUENCIA FAMILIAR Y BIENESTAR SOCIAL

En este apartado se mezclan dos posibles motivos de práctica, influencia familiar y bienestar social ya que con las preguntas del cuestionario disponibles se pueden analizar las dos variables al mismo tiempo.

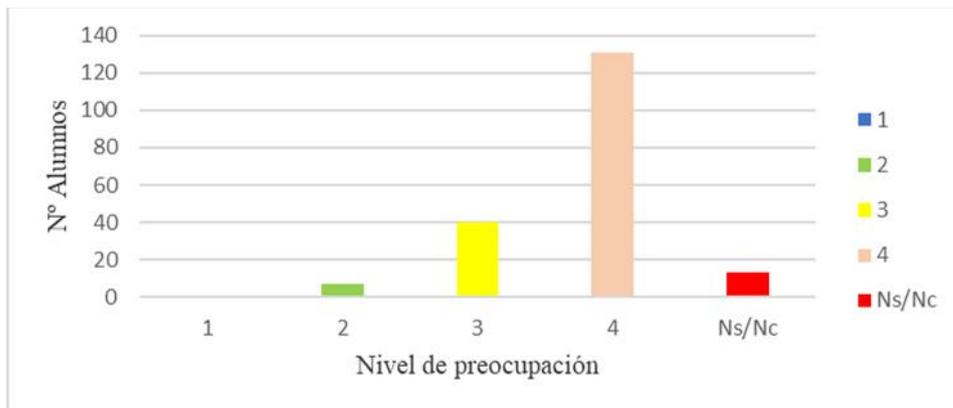


Figura 3: Respuesta de los sujetos a la pregunta 12.4: Los padres se preocupan o están interesados en las actividades de sus hijos

El alto porcentaje 68'22% a la valoración 4 (preocupación muy alta por parte de los padres en las actividades de sus hijos) constata, igual que el estudio de Isorna et al (2012), que hay una relación significativa entre la práctica de la actividad física por parte de los alumnos y el apoyo de las familias.

Esta influencia familiar a la práctica de actividades deportivas, igualmente está relacionada con la opinión de los alumnos acerca del beneficio de las mismas para la salud. El 96'35% de los sujetos está de acuerdo con esta afirmación.

6.2.3. NIVEL SOCIOECONÓMICO Y CULTURAL

Tabla 5:
Comparativa de alumnos que comen en el comedor de uno y otro colegio

Alumnos/ Colegio	Comen en el comedor	No comen en el comedor
Alumnos / CEIP Doctor Azua	92	8
Alumnos / CEIP Hispanidad	52	40

Como se puede apreciar la diferencia de comensales en un colegio y otro es grande, como se ha dicho en la metodología del trabajo la diferencia socioeconómica de las zonas de ubicación de los centros lleva a las familias a poder hacer uso de este servicio o no. Esto influye, como se ha visto en los resultados anteriores, en el porcentaje de alumnos que practican actividades extraescolares, en el número de actividades que realizan y en la cantidad de horas semanales de práctica.

Esto está de acuerdo con Agustí, 1981; Dishman, Sallis & Orenstein, 1985; Hendry, 1978; Masnou, 1986; Schnurr, C.O. Vaillant & G. E. Vaillant, 1990; Willis & Campbell, 1992 citados en Palou et al (2005) y Latorre (2006) quienes afirman que el nivel socioeconómico, cultural y los antecedentes familiares muestran correlaciones significativas en los niveles de práctica.

6.2.4. AMISTAD

Con el cuestionario utilizado, es complicado valorar con certeza esta variable. Al no haber preguntas muy concretas sobre este aspecto, se han considerado aquellas que hacían referencia a directa a compañeros.

Las preguntas seleccionadas son:

15.6 Realizar actividades físico-deportivas enseña a colaborar con otros compañeros

178 sujetos (92,7%) está de acuerdo con la afirmación (valoraciones de respuesta 3-4). Solo 8 sujetos (4,1%) no está de acuerdo (valoraciones 1-2) mientras que 6 (3,2%) no se pronuncian.

15.7 Los chicos y chicas pueden practicar los deportes extraescolares juntos.

85 sujetos (44,27%) está de acuerdo con la afirmación (valoraciones de respuesta 3-4). 101 sujetos no están de acuerdo (52,60%) no están de acuerdo (valoraciones 1-2) mientras que 6 no se pronuncian (3,2%).

Los resultados de esta última pregunta son muy llamativos ya que hoy en día, la mayoría de actividades extraescolares están divididas por sexos.

Estos resultados, a pesar de que no sean preguntas totalmente concretas en cuanto al apartado investigado, pueden interpretarse de forma que los lazos de amistad contribuyen a la realización de práctica en grupos como afirma Franco-Arévalo, De la Cruz-Sánchez, Feu (2017).

6.3. RESULTADOS RELACIONADOS CON LOS MOTIVOS DE ABANDONO

6.3.1. PADRES

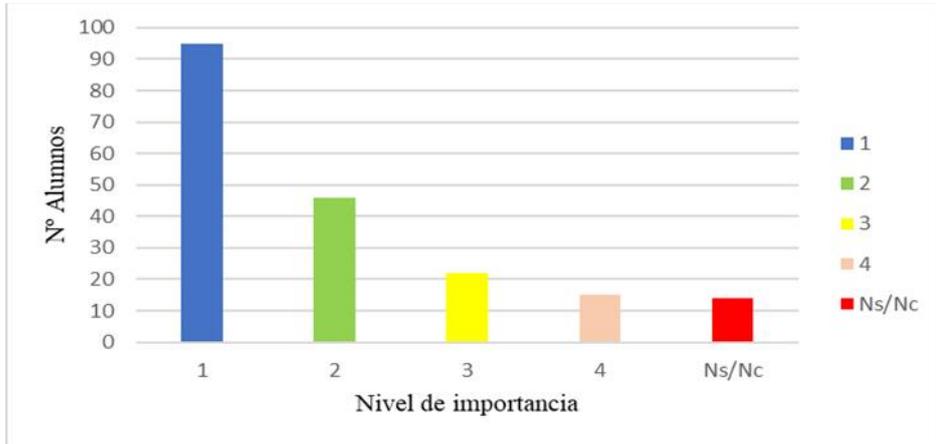


Figura 4: Respuesta de los sujetos acerca de si los padres dan demasiada importancia a ganar a los contrarios

Un 19,27% de los sujetos están de acuerdo (valoraciones 3 y 4) con que los padres dan demasiada importancia a ganar a los contrarios. Aunque parezca un porcentaje no muy alto, es preocupante que desde edades tan tempranas estos alumnos reconozcan ya que sus padres dan demasiada importancia a imponerse a los rivales, dándose este hecho principalmente en el colegio Dr. Azua. Coincidiendo con, como bien expone, Molinero y Salguero (2004); Durán (2007) citados en Hidalgo, (2008) estas actitudes por parte de los padres pueden ser una fuente de estrés para el niño desembocando en un abandono prematuro de la actividad.

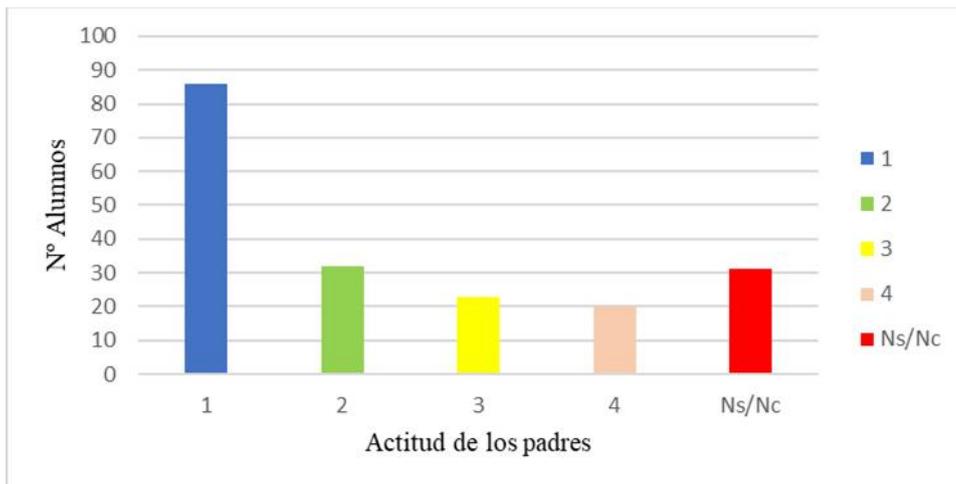


Figura 5: Respuesta de los sujetos acerca de si los padres gritan o pierden los papeles en la competición

En la misma línea de lo anterior, un 21,87 % considera que los padres gritan o pierden los papeles en las competiciones o partidos. Destaca la gran cantidad de sujetos que no se pronuncia al respecto (16,67%). Sin duda alguna, para aquellos sujetos que sufren cada fin de semana de competición este hecho, puede suponer una presión añadida dando lugar a frustraciones, nervios, inseguridad y abandono. Por tanto, coincide de nuevo con los autores citados en el comentario de la figura anterior.

6.3.2. MONITOR/ENTRENADOR

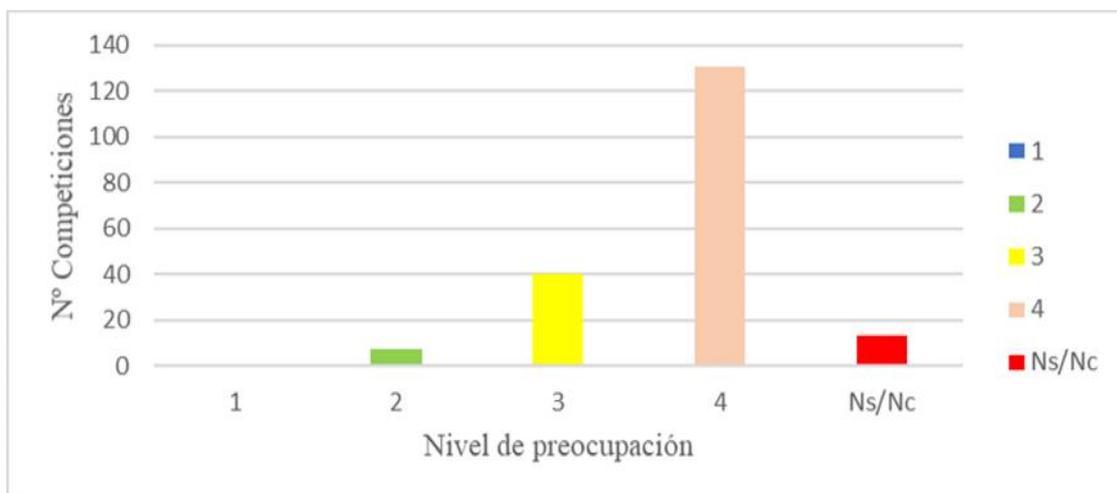


Figura 6: Resultados de los sujetos a la pregunta: “Estoy contento con el profesor o monitor de la actividad” sobre las actividades físico-deportivas que realizan

En un 10,47% de las actividades físico-deportivas los alumnos del Dr. Azúa muestran descontento con el profesor de la actividad por un 2,58% en el Hispanidad. Nuevamente, la diferencia es significativa entre un centro y otro

Tabla 6:
Porcentaje de respuestas sobre las actividades físico-deportivas por parte de los sujetos a la pregunta: El profesor da mucha importancia a ganar a los contrarios.

Curso/Colegio	Opciones y porcentaje de respuesta de los alumnos sobre cada actividad físico-deportiva extraescolar que realizan		
	% Actividades en desacuerdo (1-2)	% Actividades de acuerdo (3-4)	% Actividades NS/NC
Alumnos 4º Primaria CEIP Hispanidad	41'67%	26'6%	31'66%
Alumnos 4º Primaria CEIP Dr. Azua	51'42%	34'29%	14'29%
Alumnos 6º Primaria CEIP Hispanidad	56'14%	29'82%	14'03%
Alumnos 6º Primaria CEIP Dr. Azua	49'41%	27'05%	23'52%

Especialmente interesante es la opinión sobre las actividades deportivas que dan los miembros del estudio a esta pregunta. Prácticamente no hay diferencias en cursos ni colegios. Los porcentajes acerca de la importancia que da del monitor a ganar a los contrarios son significativamente elevados desde edades muy tempranas.

En cuanto a resultados globales (los 192 sujetos juntos), en un 12,56% de las actividades que realizan, los alumnos sienten que no todos son igual de importantes (puede verse porcentajes por cursos y colegio en Tabla 3). Este porcentaje es similar al referente a la pregunta “El profesor nos trata a todos por igual”, con un porcentaje de desacuerdo (valoración 1-2) del 12,33% de las actividades.

Todos estos datos vuelven a acercarse a las conclusiones de los estudios elaborados por Garcés y Cantón; García (2007, 2004 citados en Hidalgo, 2008) quienes exponen que muchas veces no sabemos (en este caso los monitores-entrenadores) entender que los motivos que llevaron a la iniciación de la actividad deportiva no eran solo

competitivos dándole un excesivo énfasis a este aspecto olvidando frecuentemente las expectativas que el propio joven podría tener para acercarse a la actividad.

6.3.3. FALTA DE COMPETENCIA AUTOPERCIBIDA

Tabla 7:
Respuesta de los sujetos a la pregunta: Si pierden no se divierten

1-2	88
3-4	82
NS/NC	22

Vemos que los resultados sobre esta pregunta están bastante equilibrados. Este hecho es preocupante en el sentido de que dependa tanto el resultado del partido o competición para que un niño se divierta o no practicando actividades deportivas extraescolares. Pese a que la pregunta se refiere a la opinión de los niños sobre los demás, puede acercarse a su opinión propia. Los resultados de esta pregunta, son similares a los de la pregunta anterior del cuestionario: “Muchos niños piensan que son mucho peor que otros”. Esto concuerda con los datos de Hidalgo (2008) como la causa principal para el abandono deportivo. Relacionando esta afirmación con todo lo que hemos analizado anteriormente en relación a las posibles causas (padres, entrenadores), esto puede llevar a una falta de auto competencia percibida y, por lo tanto, a una desmotivación por la actividad dando lugar al abandono de esta, más si cabe si inculcamos el valor competitivo del deporte en el niño de forma prematura.

6.4. PERSPECTIVA FUTURA DE ABANDONO

Tabla 8:

Porcentaje de respuestas de los sujetos a la pregunta: Pienso continuar practicando la actividad mucho tiempo (cada porcentaje corresponde a una actividad, no a un sujeto).

Curso / colegio/ sexo	Opciones y porcentaje de respuesta de los alumnos sobre cada actividad físico-deportiva extraescolar que realizan		
	% Actividades en desacuerdo (1 – 2)	% Actividades de acuerdo (3 - 4)	% Actividades NS/NC
Dr. Azua/Chicos/4°	11'32%	88'68%	0%
Hispanidad/Chicos/4°	10'34%	89'66%	0%
Dr. Azua/Chicas/4°	13'46%	86'54%	0%
Hispanidad/Chicas/4°	10%	86'6%	3'4%
Dr. Azua/Chicos/6°	48'57%	51'43%	0%
Hispanidad/Chicos/6°	13'33%	66'66%	0%
Dr. Azua/Chicas/6°	34'14%	65'86%	0%
Hispanidad/Chicas/6°	18'51%	81'49%	0%

Como se puede ver en la tabla, los porcentajes acerca de la continuidad de la práctica de la actividad descienden progresivamente conforme los niños crecen y se acercan a la adolescencia, especialmente en el Dr. Azua. En el colegio Hispanidad, sin embargo, pese a que los porcentajes sean bastante similares en ambos cursos, la mayoría de los sujetos solo practican una actividad por lo que los porcentajes son bastante preocupantes teniendo en cuenta este dato. No menos llamativos son los del Dr. Azua ya que pese a que realizan muchas más actividades y mayor horas de prácticas semanales, los alumnos de sexto están dispuestos a abandonar un 34,14% de las actividades en chicas y un 48,57% en chicos. Estos datos coinciden con el estudio de Palou et al. (2005) quienes afirman que el porcentaje de práctica disminuye al aumentar la edad. Sin embargo, los datos extraídos no coinciden con la afirmación de Palou et al. quienes aseguran que las expectativas del nivel de práctica en la población femenina son

menores que en la población masculina ya que apenas se ven diferencias, al menos a esta edad en este estudio.

7. CONCLUSIONES

1. En estos centros y estas edades el número de actividades físico-deportivas practicadas es elevado, no siendo así la media de horas semanales que se practica, en comparación a lo recomendado según los estudios consultados en el marco teórico como beneficiosas para la salud.
2. Se inculca de forma prematura a los niños la importancia y el valor de la victoria en el deporte.
3. El nivel socioeconómico resulta un motivo determinante en la práctica o abandono de la actividad físico-deportiva.
4. Pese a los estudios realizados por los diversos autores del marco teórico, no existe en la población de estudio gran diferencia referente a la influencia del sexo en la práctica de actividades físico-deportivas, lo que lleva a considerar que en estas edades el sexo no influye mayoritariamente.
5. Con el cambio de nivel de estudios y el paso a la adolescencia, la intención de abandono aumenta.
6. Los padres pueden resultar igualmente importantes tanto a la hora de la práctica como del abandono de las actividades físico-deportivas. Al igual que se preocupan por sus hijos, dan bastante importancia al hecho de ganar las competiciones o gritan durante el desarrollo de las mismas, razón que produce en el niño frustración, estrés y presión.
7. La postura del entrenador, bien por presión o trato en los alumnos de primaria influye a la hora del, abandono de la actividad deportiva.

Desde mi papel de entrenador deportivo este trabajo me ha servido para tener siempre presente que:

1. El objetivo de la práctica deportiva en edad escolar, es que el niño juegue, se divierta y adopte al deporte como parte integrante de su vida.
2. Se debe incentivar el juego y la socialización, evitando el entrenamiento sistemático y la competitividad en edades precoces.
3. Que el deporte en edades tempranas es un medio de educación y no un fin en sí mismo

4. Crear unas condiciones que lleven a una motivación a la práctica de actividades físico-deportivas

Para mi futuro trabajo como maestro, más en estos tiempos en el que un gran porcentaje de los especialistas imparten clases no solo de su especialidad sino que también son tutores, habría que tener en cuenta:

1. Recordar que en la formación íntegra de las personas juega un papel importante la práctica de actividades físico-deportivas
2. Tener presente y hacer ver a los compañeros que las horas destinadas de EF deben ser respetadas como las de cualquier otra asignatura.

8. LIMITACIÓN DEL ESTUDIO

- El número de sujetos utilizados para el estudio es muy bajo. Con este número, los resultados son muy poco significativos. El número de personas ha sido este debido a que no ha habido otros centros a los que se haya tenido acceso.
- El cuestionario solo permitía contestar sobre un máximo de tres actividades físico-deportivas extraescolares de forma que aquellos sujetos que practicaran un número superior no podían contestar sobre todas ellas.

9. PROPUESTAS DE MEJORA

Después de la realización de este estudio y en busca de evitar el abandono y de favorecer la práctica de actividades físico-deportivas en las edades que van de los 9 – 12 años y partiendo de la base de que el deporte: promueve la integración social, forma en valores, ayuda a la convivencia, forja disciplina y reduce el estrés;

- Se debería trabajar de manera conjunta entre todas las entidades implicadas escuelas, clubes, profesores, educadores entrenadores, planteándose objetivos comunes.
- Las actividades extraescolares, tanto del centro escolar como fuera de él, no deberían tener diferencias trabajando en una misma línea.
- Publicitar el deporte de manera que llame la atención a la población escolar, no solo con una información a los padres, e informar de los beneficios y ventajas que aportan dichas actividades.
- Enseñar el deporte de manera que el niño disfrute pero que además adquiriera un hábito para practicarlo el resto de su vida, siendo consciente que la necesidad del mismo varía con el paso del tiempo.
- Afrontar la competición como algo que lleva a mejorar el espíritu de lucha, la superación personal, la colaboración, la integración al equipo y el autocontrol, evitando la exigencia en el rendimiento y el estrés.
- Respetar siempre los intereses, motivaciones y demandas del alumnado
- Se necesitan más estudios sobre esta temática y variables de estudio en Educación Primaria, ya que en la literatura científica son escasas, hacen referencia en su mayoría a la adolescencia.

Para terminar, se quiere recordar que la finalidad de las actividades físico-deportivas en la edad escolar es la de educar y formar personas integra

10. BIBLIOGRAFÍA

- Abarca-Sos, A., Murillo Pardo, B., Julián Clemente, J.A., Zaragoza Casterad, J. y Generelo Lanaspá, E. (2015). La Educación Física: ¿Una oportunidad para la promoción de la actividad física? *Retos*, (28), 155-159.
- Alda, F, Abarzúa, I., Acevedo, M., Atienza, M.P., Pérez, C., Ugalde, J.(2013) Características que debe tener un profesor de Educación Física. *EFDeportes.com*. (138), 1. Recuperado de:
<http://www.efdeportes.com/efd183/caracteristicas-que-debe-tener-un-profesor-de-educacion-fisica.htm>
- Bosque-Lorente, M. y Baena-Extremera, A. (2014). Actividad físico-deportiva de los alumnos de tercer ciclo de primaria y de la ESO en su tiempo libre. *ÁGORA PARA LA EF Y EL DEPORTE*, (16), 36-49.
- Carreiro da Costa, F. (2010). *Educación para una vida activa: ¿Cómo superar la situación paradójica por la que pasa la Educación Física en el contexto internacional?*, Trabajo presentado en el Congreso AIESEP y Conferencia Cagigal, Octubre, Coruña
- Comité de expertos de EF del Consejo COLEF (2017) Proyecto para una Educación Física de Calidad en España. Argumentación Científica. *Revista Española de Educación Física y Deportes* (417), 83-99
- De Andrés, B. y Aznar, P. (1996) Actividad física, deporte y salud: factores motivacionales y axiológicos. *Apunts*, (46), 12-18.
- Delgado, L. y Montes, R. (2015). Práctica de actividad física extraescolar y preferencias deportivas en niños preescolares españoles e inmigrantes: un estudio piloto. *TOG (A Coruña)* 12 (22), 1-12
- Delgado, M. y Tercerdor P. (2002) *Estrategias de intervención en Educación para la Salud desde la Educación Física*, 1-71. Recuperado de <http://bdh-rd.bne.es/viewer.vm?id=0000107984&page=1>

- Escalante, Y., Backx, K., Saavedra, J.M., García-Hermoso, A. y Domínguez, A.M. (2011). Relación entre actividad física diaria, actividad física en el patio escolar, edad y sexo en escolares de educación primaria. *Revista Española de Salud Pública*, 85 (5), 481-489.
- Fernández, M., González, M., Toja, B., Carreiro da Costa, F. (2017). Valoración de la escuela y la Educación Física y su relación con la práctica de actividad física de los escolares. *Retos*, (31), 312-315
- Franco-Arévalo, D., De la Cruz-Sánchez, E. y Feu, S. (2017) La influencia de los padres e iguales en la realización de actividad físico-deportiva de los escolares de educación primaria. *E-balonmano.com: Revista de Ciencias del Deporte*, 13 (3), 263-272.
- García (2009) El Libro Blanco del Deporte en edad escolar de Aragón. Gobierno de Aragón.
- Gobierno de Aragón (2009) *Red Aragonesa de Escuelas Promotoras de Salud*. Recuperado de <http://www.aragon.es/DepartamentosOrganismosPublicos/Departamentos/Sanidad/AreasTematicas/SanidadProfesionales/SaludPublica/PromocionSalud/PromocionSaludEscuela/RedAragonesaEscuelasPromotorasSalud>
- Hidalgo, M. (2008) Abandono deportivo escolar: más temprano que tarde. *EFDeportes.com* (121) 1. Recuperado de: <http://www.efdeportes.com/efd121/abandono-deportivo-escolar.htm>
- Isorna, M., Rial, A., Vaquero, R. y Sanmartín, F. (2012) Motivaciones para la práctica de deporte federado y del piragüismo en alumnos de primaria y secundaria. *Retos*, (21), 19-24.
- Isorna, M., Ruiz, F. y Rial, A. (2012) Variables predictoras del abandono de la práctica físico-deportiva en adolescentes. *CCD*, 8 (23) 93-102.
- Latorre Peña, J. (2006). *El deporte en edad escolar en los colegios públicos de educación primaria de la ciudad de Zaragoza* 559-564. (Tesis doctorado). Universidad Zaragoza, Zaragoza.

- Luengo, C. (2007). Actividad físico-deportiva extraescolar en alumnos de primaria. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 7 (27), 174-184
- Murillo, B., Latorre, J. y Ferrando, J.A. (2012). La práctica de actividades físico-deportivas y otras actividades organizadas en los colegios privados-concertados de educación primaria de la ciudad de Zaragoza. *Revista Española de Educación Física y Deportes* (397), 75-88.
- Palou P., Ponseti X., Gili M., Borrás P., Vidal J. (2005). Motivos para el inicio, mantenimiento y abandono de la práctica deportiva de los preadolescentes de la isla de Mallorca. *Apunts*, (3), 5- 11.
- Reverter, J., Plaza, D., Jové, M.C. y Mayolas, M.C. (2012) Influencia de los técnicos en el deporte extraescolar: El caso de la ciudad de Torreveja. *Retos*, (22), 76-80.
- Román, A.M. (2014) El abandono de la práctica físico-deportiva: factores, causas y motivaciones. *EFDeportes.com* (199) 1. Recuperado de <http://www.efdeportes.com/efd199/el-abandono-de-la-practica-fisico-deportiva.htm>