

# **Estudio de la percepción de estudiantes de educación primaria de su nivel de actividad física voluntaria en relación a sus compañeros**

Navarro-Patón, Rubén<sup>1</sup>, Pereira, Beatriz<sup>2,4</sup>, Rodríguez-Fernández, José<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Universidade de Santiago de Compostela (España);

<sup>2</sup>Universidade do Minho (Portugal)

<sup>4</sup>Centro de Investigação em Estudos da Criança, Universidade do Minho, Portugal.

## **Resumen**

El objetivo de este estudio fue establecer la percepción frente a la realización de actividad física en estudiantes de primaria en relación con sus compañeros de clase en el centro escolar y práctica deportiva voluntaria. Participaron 1009 estudiantes de educación primaria de los cuales, 507 eran niños y 502 niñas;  $M_{\text{edad}} = 10.85$ ,  $DE = 0.79$  que se encontraban escolarizados en distintos centros de las provincias de Lugo, A Coruña, Ourense y Pontevedra (Galicia, España). Se ha encontrado una asociación directamente proporcional entre el género y la percepción que tienen los escolares sobre la práctica deportiva voluntaria de sus compañeros ( $p < 0.001$ ), así como una relación directamente proporcional entre el género y la percepción de la práctica e implicación deportiva en el centro escolar, existe una asociación significativa con el género ( $p < 0.001$ ). Las niñas perciben que sus compañeros de clase del sexo opuesto practican más actividad física que ellas tanto de manera voluntaria como en el centro escolar. Respecto a las franjas de edad, no hay diferencias en la percepción de práctica de actividad física.

*Palabras clave:* Educación primaria, índice de actividad física, práctica deportiva voluntaria, percepción subjetiva.

## **Abstract**

The objective of this study was to establish the perception in front of the realization of the physical activity in the students of primary education in relation with the classmates in the educational center and the voluntary sport practice. 1009 elementary school students participated, of which 507 were boys and 502 girls;  $M_{\text{age}} = 10.85$ ,  $SD = 0.79$ , and they were studying in schools in the provinces of Lugo, A Coruña, Ourense and Pontevedra (Galicia, Spain). We found a directly proportional association between gender and the perception that schoolchildren have about the voluntary sports practice of their peers ( $p < 0.001$ ), as well as a directly proportional relationship between gender and the perception of practice and sports

involvement at school, and there is a significant association with gender ( $p < 0.001$ ). Girls perceive that their classmates of the opposite sex practice more physical activity than they do both voluntarily and at school. Regarding the age ranges, there are no differences in the perception of physical activity practice.

*Keywords:* Primary education, physical activity index, voluntary sport practice, subjective perception

### **Introducción**

Son numerosos los estudios que muestran los beneficios de la práctica de actividad física y deporte en la edad infantil (Martínez-Vizcaíno & Sánchez-López, 2008; Mora, García, & Latorre, 2017; Raimann & Verdugo, 2012). En líneas generales, según Merino y González (2006), los beneficios se podrían clasificar en:

- Beneficios físicos, mentales y sociales para la salud durante la infancia
- Beneficios para la salud derivados de la actividad física en la infancia que se transfieren a la edad adulta
- Remanente conductual de hábito de práctica de la actividad física saludable que se mantiene hasta la actividad adulta.

Podemos comprobar como muchos de los estudios están relacionados con la salud infantil y, más directamente, con los problemas de sobrepeso y obesidad (Cantallops, Ponseti, & Vidal, 2012; Muñoz, Fernández, & Navarro, 2015; Zurita-Ortega et al., 2018), una problemática que tiene incidencia y relación directa con la edad adulta. En este sentido, es necesario escuchar las voces que claman por la necesidad de una mayor práctica de actividad física en la etapa infantil, con un primer objetivo de atajar los problemas de salud que se detectan por la inactividad física y, por otro lado, con la intención de adquirir hábitos saludables que se puedan extrapolar a la edad adulta.

Pero la práctica de la actividad física en la etapa infantil se encuentra relacionada directamente con las motivaciones y percepciones de los escolares acerca de la misma. El estudio de estas percepciones frente a la actividad física es un tema de gran interés en la actualidad, ya que los comportamientos relacionados con salud se encuentran influenciados por factores personales, del entorno y socioculturales; conocerlos puede contribuir a la modificación de los estilos de vida en la población escolar (Keating, Guan, Castro, & Bridges, 2005).

Por lo anterior, el objetivo de este estudio fue establecer la percepción frente a la realización de actividad física en estudiantes de primaria en relación con sus compañeros de clase en el centro escolar y práctica deportiva voluntaria.

### **Método**

Para la realización de este estudio se realizó un diseño de corte transversal, descriptivo, analítico relacional comparativo (Ato, López, & Benavente, 2013). La selección de la muestra fue accidental y de conveniencia, de participación voluntaria y en la que participaron diferentes centros educativos de la Comunidad Autónoma de Galicia (España).

### **Muestra**

En este estudio participaron 1009 estudiantes de educación primaria de los cuales, 507 eran niños y 502 niñas;  $M_{edad} = 10.85$ ,  $DE = 0.79$  que se encontraban escolarizados en distintos centros de las provincias de Lugo, A Coruña, Ourense y Pontevedra (Galicia, España).

## **Instrumento**

Se utilizó el Inventario de Actividad Física Habitual para Escolares (IAFHE) validado por García-Cantó (2011), para la evaluación de la percepción de actividad física de los escolares respecto a sus compañeros en relación a su actividad físico-deportiva voluntaria, su práctica físico-deportiva en el contexto escolar y su práctica físico-deportiva en el tiempo de ocio.

Para este bloque, el IAFHE consta de dos cuestiones:

- Los chicos y chicas de mi edad hacen deporte...
- Los chicos y chicas de mi edad, cuando están en el colegio, juegan y hacen deporte...

Para responder a estas cuestiones se emplea una escala tipo Likert de 5 posibles respuestas: “mucho más que yo”, “más que yo”, “igual que yo”, “menos que yo”, “mucho menos que yo”.

## **Procedimiento**

Para la realización del estudio se procedió con la siguiente hoja de ruta:

- Se contactó con los centros educativos, proporcionándoles información sobre la investigación, los objetivos de la misma y la solicitud de participación de forma voluntaria.
- Se solicitó permiso a los padres/madres/tutores legales del alumnado, informándoles previamente también de los propósitos y objetivos de la investigación. En este sentido, sólo participó en el estudio el alumnado que traía la autorización firmada (por escrito) de sus respectivos responsables legales.

- El test fue aplicado en la clase de Educación Física sin presencia del profesor. Primeramente se explicó detalladamente el documento y se procedió con la resolución de dudas al respecto. Una vez todos los participantes tenían todo claro, se les proporcionó un tiempo de 25 minutos para cubrir el cuestionario.
- Una vez recogidos todos los cuestionarios, se procedió con el análisis de los mismos, especificados en el siguiente apartado.

### **Análisis estadístico**

Las variables cualitativas se han expresado mediante tablas de frecuencia. Para el estudio de la asociación entre variables categóricas se usó el estadístico  $\chi^2$  de Pearson con el coeficiente de contingencia para las comparaciones relativas a la práctica habitual voluntaria de actividad física y para actividad física habitual durante en el contexto escolar en función de las variables Edad (10, 11 y 12 años) y género (niño vs niña).

Los datos han sido analizados utilizando el paquete estadístico Statistical Package for the Social Sciences® (SPSS) versión 20.0. Se utilizó un nivel de significación  $p < 0.05$  en todos los análisis.

### **Resultados**

En la tabla 1 se muestran los resultados de la percepción que tienen niños y niñas sobre la práctica de actividad físico-deportiva, de forma general, en el centro educativo y fuera del mismo, siempre en relación a la edad y género.

Tabla 1. Percepción de práctica de actividad física respecto de sus compañeros de clase en función de la edad y el género.

	Edad			Género		Total	
	10	11	12	Niño	Niña		
<b>Los chicos y chicas de mi edad practican deporte...</b>	Mucho más que yo	9 (0.9%)	22 (2.2%)	16 (1.6%)	15 (1.5%)	32 (3.2%)	47 (4.7%)
	Más que yo	68 (6.7%)	109 (10.8%)	29 (2.9%)	89 (8.9%)	117 (11.6%)	206 (20.4%)
	Igual que yo	207 (20.5%)	317 (31.4%)	98 (9.7%)	315 (31.2%)	307 (30.4%)	622 (61.6%)
	Menos que yo	29 (2.9%)	54 (5.4%)	26 (2.6%)	67 (6.7%)	42 (4.2%)	109 (10.8%)
	Mucho menos que yo	11 (1.1%)	9 (0.9%)	5 (0.5%)	21 (2.1%)	4 (0.4%)	25 (2.5%)
	Mucho más que yo	8 (0.8%)	19 (1.9%)	14 (1.4%)	18 (1.8%)	23 (2.3%)	41 (4.1%)
<b>Los chicos y chicas de mi edad, cuando están el colegio juegan y hacen deporte ...</b>	Más que yo	53 (5.3%)	71 (7.0%)	31 (3.1%)	50 (5.0%)	105 (10.4%)	155 (15.4%)
	Igual que yo	235 (23.3%)	361 (35.8%)	107 (10.6%)	361 (35.8%)	342 (33.9%)	703 (69.7%)
	Menos que yo	21 (2.1%)	49 (4.9%)	15 (1.5%)	60 (5.9%)	25 (2.5%)	85 (8.4%)
	Mucho menos que yo	7 (0.7%)	11 (1.1%)	1 (0.7%)	18 (1.8%)	7 (0.7%)	25 (2.5%)

Por los resultados obtenidos podemos decir que existe una asociación estadísticamente significativa entre el género y la percepción que tienen los escolares sobre la práctica deportiva de sus compañeros ( $\chi^2 (4) = 27.327$ ,  $p < 0.001$ ), así como una relación estadísticamente significativa y directamente proporcional (coeficiente de contingencia = 162,  $p < 0.001$ ), pero no en la edad.

Respecto a la percepción de la práctica e implicación deportiva en el centro escolar, existe una asociación significativa con el género ( $\chi^2 (4) = 39.867$ ,  $p < 0.001$ ) con una relación estadísticamente

significativa y directamente proporcional (coeficiente de contingencia = 199,  $p < 0.001$ ), no ocurriendo esto con la edad.

### **Discusión**

La gran mayoría de escolares, percibe que el resto de compañeros realiza la misma actividad física y deportiva que ellos. Por otro lado, se observa que las niñas perciben que el resto de compañeros realizan más actividad física o deporte habitualmente que ellas del mismo modo, los niños perciben que el resto de sus compañeras realizan menos actividad deportiva que ellos fuera del entorno escolar tal y como ocurre en estudios como los de García-Soler (2015).

Como se puede observar también, la mayoría de escolares consideran que los alumnos de su edad, realizan las mismas actividades físico-deportivas que ellos en el colegio, siendo reducido el porcentaje de alumnos que consideran que hacen más actividades físico-deportivas sus compañeros datos que no concuerdan los del Consejo Superior de Deportes (CSD, 2011) que indican que a medida que aumenta la edad, aumenta la práctica de actividad física en estas edades.

### **Conclusiones**

Las evidencias de que los niños practican más actividad física que las niñas es un hecho pero, además de la praxis en sí, las niñas de este estudio, en general, perciben que sus compañeros de clase del sexo opuesto practican más actividad física que ellas, tanto de manera habitual como en el centro escolar. Respecto a las franjas de edad, no se observan diferencias en la percepción de práctica de actividad física.

## Referencias

- Ato, M., López, J., & Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de psicología*, 29(3), 1038-1059.
- Cantalops, J., Ponseti, F.J., & Vidal, J. (2012). Adolescencia, sedentarismo y sobrepeso: análisis en función de variables sociopersonales de los padres y del tipo de deporte practicado por los hijos. *Retos, Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 21, 5-8.
- Consejo Superior de Deportes (CSD) (2011). *Estudio Los hábitos deportivos de la población escolar en España*. Madrid: CSD.
- García-Cantó, E. (2011). *Niveles de actividad física habitual en escolares de 10 a 12 años de la Región de Murcia*. (Tesis de Doctorado). Universidad de Murcia: Departamento de Expresión Plástica, Musical y Dinámica.
- García-Soler, S. (2016). *Percepción de Utilidad, Diversión y Motivación en la Asignatura de Educación Física y su Relación con el Nivel de Actividad Física Habitual en Escolares de 10-12 Años de la Región de Murcia*. (Tesis Doctoral). Universidad de Murcia.
- Keating X.D., Guan, J., Castro, J., & Bridges, D.M. (2005). A meta-analysis of college students' physical activity behaviors. *J. Am. Coll. Health*, 54(2), 116-125.
- Martínez-Vizcaíno, V. & Sánchez-López, M. (2008). Relación entre actividad física y condición física en niños y adolescentes. *Revista Española de Cardiología*, 61(2), 108-111.
- Merino, B. & González, E. (2006). *Actividad física y salud en la infancia y la adolescencia. Guía para todas las personas que participan en su educación*. Madrid: Ministerio de Educación y Ciencia y Ministerio de Sanidad y Consumo.
- Mora, D.J., García, F., & Latorre, P.A. (2017). Actividad física, condición física y salud en niños preescolares. Estudio de revisión narrativa. *EmásF, Revista Digital de Educación Física*, 45, 105-123.
- Muñoz, A., Fernández, N. & Navarro, R. (2015) Estudio descriptivo sobre los hábitos saludables en alumnado de Primaria desde la educación física escolar. *Sportis. Scientific Technical Journal*, 1(1), 87-104.
- Raimann, T.X. & Verdugo, M.F. (2012). Actividad física en la prevención y tratamiento de la obesidad infantil. *Revista Médica Clínica Las Condes*, 23(3), 218-225.
- Zurita-Ortega, F., Ubago-Jiménez, J.L., Puertas-Molero, P., González-Valero, G., Castro-Sánchez, M., & Chacón-Cuberos, R. (2018). Niveles de actividad física en alumnado de Educación Primaria de la provincia de Granada. *Retos, Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 34, 218-221