



Revista Digital de Educación Física

ISSN: 1989-8304 D.L.: J 864-2009

INFLUENCIA DEL AMBIENTE FAMILIAR Y ESCOLAR EN LA PRÁCTICA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA-DEPORTIVA EN NIÑOS DE 9 A 12 AÑOS

**Jenny Esmeralda Martínez Benítez^a; Marlene Margarita Mendoza Yépez^b;
Norma Amabilia Ortiz Bravo^c**

Docentes de la Facultad de Cultura Física de la Universidad Central del Ecuador.
Quito, Ecuador

Emails:^a jemartinez@uce.edu.ec; ^b mmmendoza@uce.edu.ec; ^c naortiz@uce.edu.ec

**Aguas Liquinchana Mónica Gabriela^d; Almeida Bejarano Dario Xavier^e;
Benites Nicolalde David Sebastián^f; Calapaqui Jami Jeferson Bladimir ^g**

Estudiantes de la Facultad de Cultura Física de la Universidad Central del Ecuador.
Quito, Ecuador

Emails:^d moniaguas@hotmail.com; ^e dario-dxab96@hotmail.com; ^f sebas_9627@hotmail.com; ^g calapaqui@outlook.com

RESUMEN

La familia y la escuela, se constituyen en una fuente de motivación para crear hábitos de una vida saludable a través de la práctica de la actividad física y el deporte. El objetivo de este estudio fue conocer la influencia del ambiente familiar y escolar en la práctica de la actividad física-deportiva en los niños y niñas de 9 a 12 años. Se realizó un estudio analítico transversal, mediante la aplicación de un cuestionario debidamente validado, la muestra fue aleatoria, estuvo compuesta por 68 niños y niñas; 3 profesores de Educación Física y 8 padres de familia. Se evidencia que los niños realizan actividad física y deportiva de una a dos horas diarias en compañía de familiares cercanos y amigos, siendo el fútbol, baloncesto y atletismo los deportes de preferencia. En conclusión, se puede afirmar que los ambientes familiar y escolar tienen influencia en la práctica de actividad físico deportiva de los niños y niñas y en sus preferencias hacia determinados deportes, además se observa que quien mayor influencia tiene en el hogar es el padre y que las clases motivantes de los maestros incentivan la participación deportiva.

PALABRAS CLAVE:

Ambiente familiar; ambiente escolar; práctica de actividad física y deportiva; niños de 9 a 12 años.

1. INTRODUCCIÓN

Está comprobado que la práctica de actividad física y el deporte influyen en la salud y el bienestar de los seres humanos, sin embargo, en la sociedad actual el avance vertiginoso de la tecnología, el transporte y la industria, ha incidido en el aumento de sedentarismo por parte de la población en general y en particular por parte de los niños. De acuerdo con Andújar y Piéron (2001), el consumo televisivo y la robotización e informatización del juego ha incidido en la práctica tradicional de la actividad física y el deporte al aire libre. Este estudio se confirma con otro realizado en Ecuador en el que se observa que el 80% de niños entre 5 y 10 años pasan al menos dos horas diarias frente al televisor y el 4% de ellos pasan cuatro horas diarias (Freire W.B et al., 2013); esto revela una conducta sedentaria preocupante que se podría ver reflejada en el futuro en el estilo de vida adulta.

Además, abundante literatura determina que los entornos familiares y escolares influyen en la práctica de la actividad física de los niños.

1.1. ENTORNO FAMILIAR Y PRÁCTICA DEPORTIVA

La familia es el núcleo fundamental de la sociedad, es el grupo primario responsable de proteger, cuidar y educar a los niños. El espacio familiar es donde el niño aprende conductas y actitudes relativas a su salud. Considerando que los padres son los gestores del proceso de socialización del niño, se constituyen en una fuente de motivación para la práctica de la actividad física y deporte de sus hijos.

Dentro de este contexto y concordando con Granados (2009), es innegable la importancia que tienen los padres en el proceso educativo de sus hijos, y particularmente en la práctica de actividad física y deportiva. Se ha comprobado que los hijos de padres y madres deportistas realizan más actividad físico-deportiva que los hijos de padres y madres no deportistas. En especial se analiza el rol de la madre en la participación deportiva de los hijos, se observa que las madres están más relacionadas en las actividades deportivas de sus hijos que los padres y revelan que el 76% de los jóvenes cuya madre practica deporte hace deporte y sólo el 12% no realiza ningún deporte (Nuviala, Ruiz, y García-Montes, 2003).

Por otro lado, se ha observado que cuando las familias dan apoyo a sus hijos en las horas de tiempo libre, se produce un reducción de los comportamientos sedentarios (Abalde & Pino, 2008).

1.2. ENTORNO ESCOLAR Y PRÁCTICA DEPORTIVA

La escuela como institución educativa tiene la función substancial del proceso de enseñanza-aprendizaje entre alumnos y docente. Es uno de los espacios más importantes en la vida del individuo, pues en ella el niño construye desde sus primeros años una serie de valores, actitudes, destrezas, y conocimientos que serán parte de su formación integral. Álvarez (2010), menciona la función de la escuela que selecciona previamente las influencias que va a transmitir en función de la sociedad y de la época en la que se encuentre inmersa esa institución.

El sistema educativo ofrece algunas alternativas en el campo de la actividad física y deporte para incentivar su práctica. Sin embargo de acuerdo con Abalde y Pino (2008) la escuela en España no avanza a cubrir todos los aspectos necesarios para el fomento de la actividad física en edades tempranas.

1.3. MOTIVACIONES PARA LA PRÁCTICA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA DEPORTIVA

El constructo motivación tiene un carácter complejo y ha sido estudiado por muchos investigadores. Para el caso específico de la motivación orientada a la práctica de la actividad física y deportiva tomaremos la definición de Litman (1958:35) citado por Fuentes, (2014):

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

Coincidiendo con Macarro (2008), de esta definición se desprenden las intenciones de los individuos a seleccionar una actividad física, iniciarse en una actividad física, mantenerse en una actividad física o abandonar la práctica de la actividad física.

Existe un sinnúmero de estudios relacionados con la motivación hacia la práctica de la actividad física deportiva, de entre los que podemos destacar.

Macarro, (2008) realiza un interesante análisis rescatando las investigaciones de varios autores, así por ejemplo resalta que García Ferrando (2001) señala que el principal motivo por los cuales la población realiza actividad física es *por hacer ejercicio* en un 58%, seguido por *diversión* con un 44%; de otro trabajo en el que cita a Cechini y cols. (2003), concluye que los motivos más mencionados para practicar actividad físico deportiva son *para mantener la forma física y entretenerse*. Asimismo, señala que en el estudio de Pavón y col. (2004), se observan diferencias de género en las motivaciones para la práctica de actividad física así mientras los chicos aluden que el motivo más importante es la *diversión*, las chicas mencionan que son los beneficios en la salud.

Adicionalmente un estudio de Palou et al. (2005) en niñas y niños de 10 a 14 años revela que el principal motivo de iniciación deportiva son *los amigos* con un 33,6% y quienes se mantienen en la práctica deportiva lo hace por *diversión y ocio* con un 37%. Los principales motivos de abandono de la práctica deportiva son *los estudios* con un 33,6% y *el aburrimiento* con un 23,3%. Además, se encuentran diferencias significativas en cuanto a género pues las chicas destacan la importancia de *estar en forma* y los chicos realizan actividad físico deportiva por *competición* o por *los amigos*. Particular atención merece el resultado presentado en relación a la influencia de los padres y la escuela en la práctica de actividad física: así los hombres consideran que la segunda influencia que tienen son *los padres*, con un 27 %, mientras que las mujeres expresan como segundo motivo a *los*

amigos, con un 27,9 %. El primer motivo de inicio para las mujeres es otros con un 28,7 %. Ya en tercer lugar, se encuentra la influencia de los padres para las mujeres, con un 25,9 %, y otros motivos no determinados para los hombres con un 22,7 %. La escuela es tanto para los hombres (12,2 %) como para las mujeres (17,6 %) el último motivo de influencia para el inicio de la práctica deportiva.

1.4. PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTIVA DE LOS NIÑOS Y NIÑAS

La Actividad física (AF) comprende cualquier movimiento corporal que exija gasto de energía. Incluye el juego activo y actividades habituales y cotidianas como andar o ir en bicicleta, así como las tareas domésticas y la jardinería (Dosal, Mejía y Capdevila, 2017).

El Deporte de acuerdo a Pérez Samaniego (1999) citado por Garzón, Fernández, Sánchez y Gross (2002:5) es *“un conjunto de reglas que condicionan una situación motriz”*.

Existen diversos estudios sobre los hábitos de actividad física, deporte y salud en la población a nivel mundial y todos destacan la preocupación por el sedentarismo y su repercusión en la salud de la población.

Así la investigación en la población granadina de 10 años de Tercedor (1998) concluye que el 13,2% de la muestra ve la televisión más de 5 horas al día y el 14% no realiza ningún tipo de actividad física.

Por su parte Garzón, Fernández, Sánchez y Gross (2002), destacan que los niveles de práctica deportiva son muy distintos entre los países estudiados por la OMS en la población de 11 a 17 años, siendo las chicas españolas las que presentan el sedentarismo más evidente de los 24 países estudiados y señala que los alumnos que más practican actividad física son los que más les gusta las clases de Educación Física. Los mismos autores señalan que la práctica deportiva masculina es mayor que la femenina y que los deportes que más practican los niños y niñas los fines de semana son natación, ciclismo, tenis y baloncesto; además las actividades que realizan en forma diaria en un día en la escuela son el fútbol y el baloncesto. La danza, aeróbicos y gimnasia rítmica son practicadas casi de manera exclusiva por las niñas; además observan escasa participación en los deportes colectivos de balonmano y voleibol y un mayor índice de participación en deportes individuales como natación, atletismo, carrera, ciclismo, tenis o judo, presentando mayor índice de práctica por parte de los chicos.

2. MÉTODO

2.1. DISEÑO

Se realizó un estudio analítico transversal a través de la aplicación de un cuestionario en el que participaron niños y niñas de sexto y séptimo año de EGB de la escuela “San Francisco de Asís de la Arcadia” de Quito, Ecuador.

2.2. PARTICIPANTES

La muestra fue aleatoria y estuvo compuesta por 68 niños y niñas comprendidos en las edades de entre 9 y 12 años, de los cuales 29 eran mujeres que corresponde al 43% de la población y 39 varones, que corresponden al 57% de la población; participaron además 3 profesores de Educación Física, los cuales todos son de género masculino y 8 padres de familia, de entre ellos 5 mujeres y 3 varones.

2.3. INSTRUMENTO

La recopilación de la información se la realizó a través de un cuestionario. Para validar el instrumento se diseñó un cuestionario inicial que se validó a través de juicio de expertos más una prueba piloto.

2.4. PROCEDIMIENTO

La aplicación del cuestionario fue de forma personal con los niños, docentes y padres de familia seleccionados para la muestra. La recopilación de la información se la realizó en el mes de enero del 2017. Esta fase se inició con la identificación y contacto con las autoridades y padres de familia de la escuela, se solicitó la autorización respectiva para aplicar el cuestionario, la aplicación del instrumento fue realizada por los investigadores con la finalidad de obtener mayor validez y fiabilidad en el estudio. Previo a la aplicación de mismo se realizó la firma del consentimiento de la directora y los padres de familia para participar en la investigación.

3. RESULTADOS

3.1. NIÑOS Y NIÑAS

Al observar los resultados en cuanto a la práctica de actividad física y deporte se evidencia que casi la totalidad de los niños y niñas encuestados realizan actividad física y deportiva (Figura 1). Además, el 36,76% de ellos la practica con amigos, el 26,47% la realiza con sus familiares y el 11,76%, lo hace con sus compañeros de estudio (Tabla 1).

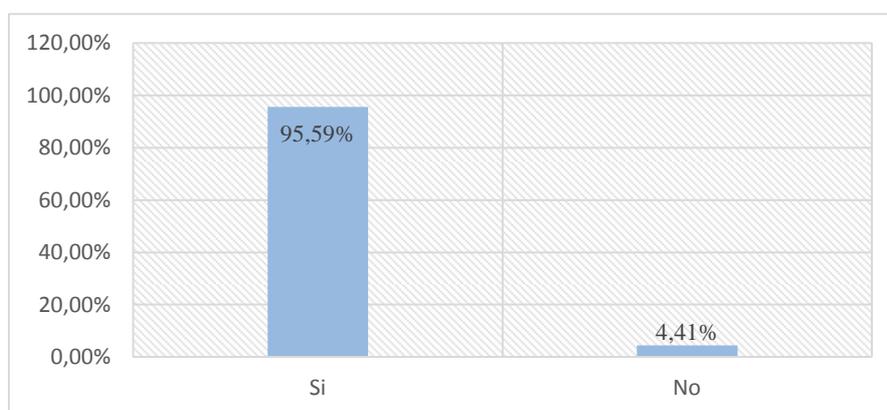


Figura 1. Práctica de actividad física

Tabla 1. Con quién practican actividad física y deportiva los niños

	F	%
Por mi cuenta (solo)	10	14,71
Con amigos	25	36,76
Con compañeros de estudio y trabajo	8	11,76
Con familiares	18	26,47
Como actividad dirigida en un club	6	8,82
Como actividad dirigida en un gimnasio	1	1,42
Total	71	100,0

En cuanto a la práctica diaria de actividad física se puede observar que casi la totalidad de los niños y niñas realizan actividad físico deportiva durante 2 horas diarias (Figura 2); por otra parte, el 33,56% de los niños y niñas consideran que el deporte es salud, el 17,45% consideran que les sirve para mantenerse en forma, el 14,77% señalan que les sirve para relacionarse con los demás y el 11,41% de los niños señalan que es una válvula de escape (Figura 3).

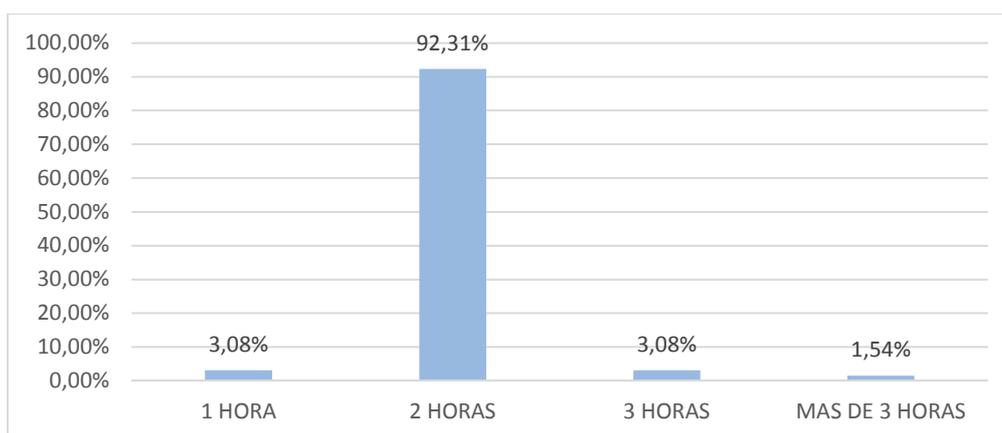


Figura 2. Tiempo dedicado a la práctica físico deportiva

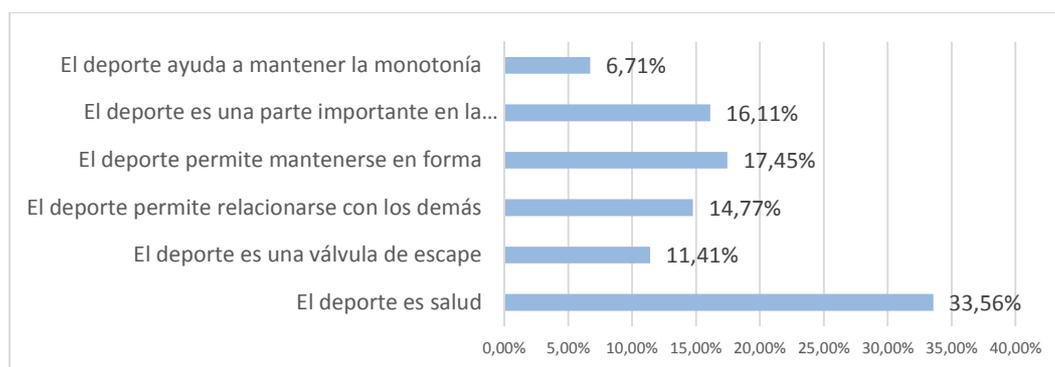


Figura 3. Idea que los niños y niñas tienen sobre el deporte

Respecto a la influencia familiar en la práctica deportiva se observa que el 28,17% de los niños y niñas afirman que quien influye en la práctica deportiva es el padre en un 28,17%, el hermano/a en un 19,72%, el tío/a en un 18,31%, el primo/a en un 14,08% y la madre en un 9,86% (Figura 4).

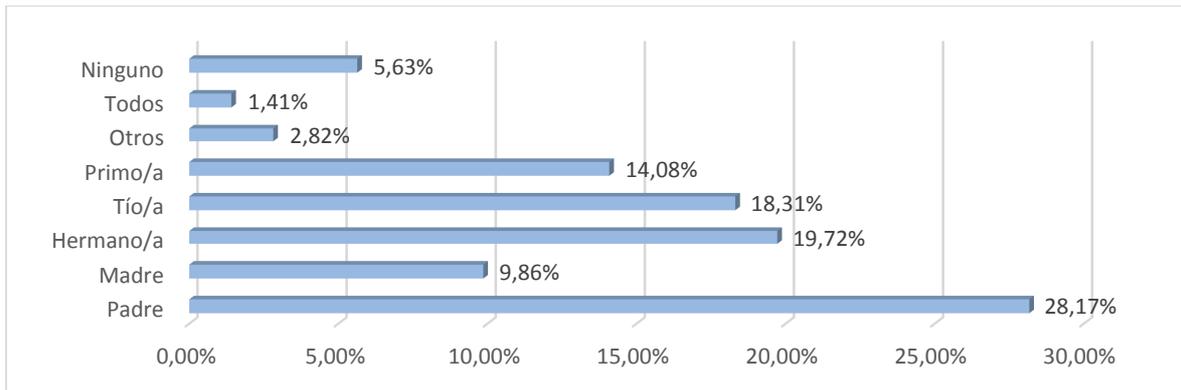


Figura 4. Integrante de la familia que influye a la actividad física deportiva

Otro interesante aspecto es que las personas que más practican actividad física en el entorno familiar y escolar de los niños son los varones, es decir, el padre con un 20,81%, el hermano con un 16,11% y los amigos con un 15,44% (Figura 5).

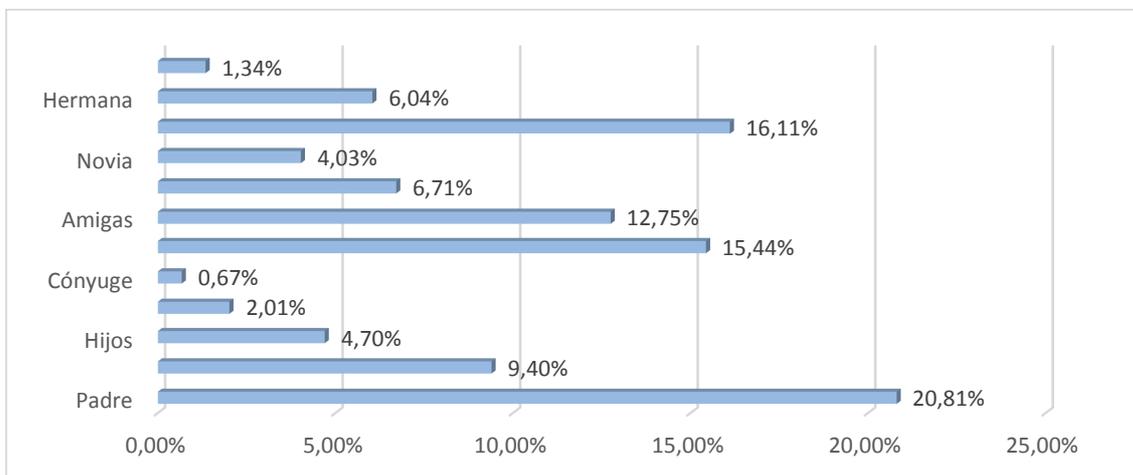


Figura 5. Personas que practican actividad física en el entorno familiar de los niños

Se observa además que los niños y niñas tienen una opinión positiva de las clases de Educación Física y señalan que eran fáciles (31.96%), eran motivantes (27.84%) y las consideraban útiles (13.40%) (Figura 6).

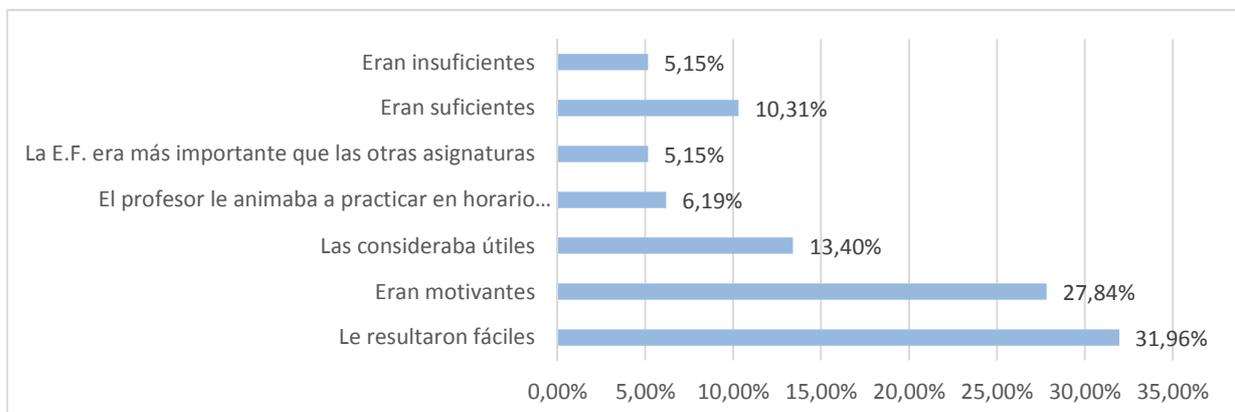


Figura 6. Opinión de los niños y niñas respecto a las clases de Educación Física

En relación a las actividades que realizan en el tiempo libre los niños refieren que realizan una variedad de actividades en un 43,04%, y prefieren como actividades físico deportivas el fútbol (25,32%) y el básquet (18,35%) (Figura 7).

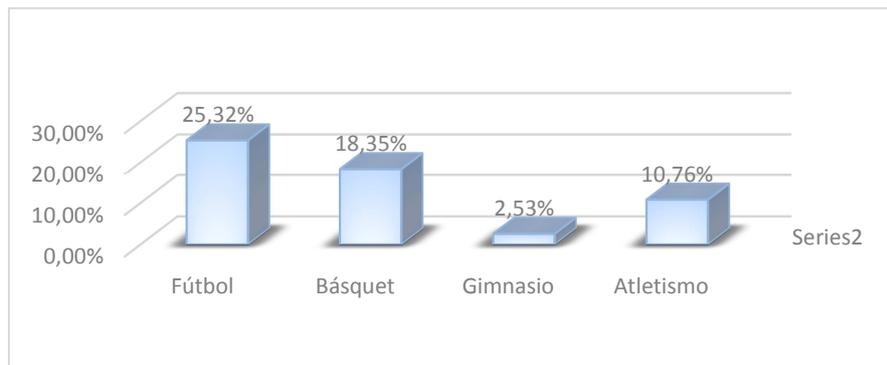


Figura 7. Las tres actividades que más realizan los niños y niñas en el tiempo libre

3.2. PADRES DE FAMILIA

Con respecto a los padres de familia, la mitad de los padres y madres practican actividad física y la otra mitad no lo hacen. El 25% que realizan actividad física lo hacen con los familiares y el 25% lo hacen con los amigos (Figura 8), de ellos la mayoría (87,5%) dedica una hora a practicar actividad física, y el 12,5% dedica dos horas; por otro lado, en cuanto a la concepción que los padres tienen sobre el deporte el 43,75% considera que el deporte es salud, el 18,75% considera que el deporte le permite mantenerse en forma, el 12,5% creen que el deporte es una parte importante de la educación y el 12,5% opinan que el deporte le permite relacionarse con los demás (Figura 9). También manifiestan que las actividades que realizan en su tiempo libre los padres y madres de familia son variadas en un 40% y en cuanto a la práctica deportiva prefieren fútbol (20%), básquet (20%) y atletismo (20%). Es importante destacar que los padres y madres de familia refieren que las ofertas deportivas de su ciudad no satisfacen sus intereses de práctica en un 62,5%. Además, se puede subrayar que los padres señalan que en su entorno familiar quien más practica actividad física es su padre (21,05%) y su hija (21,05%) (Figura 10).

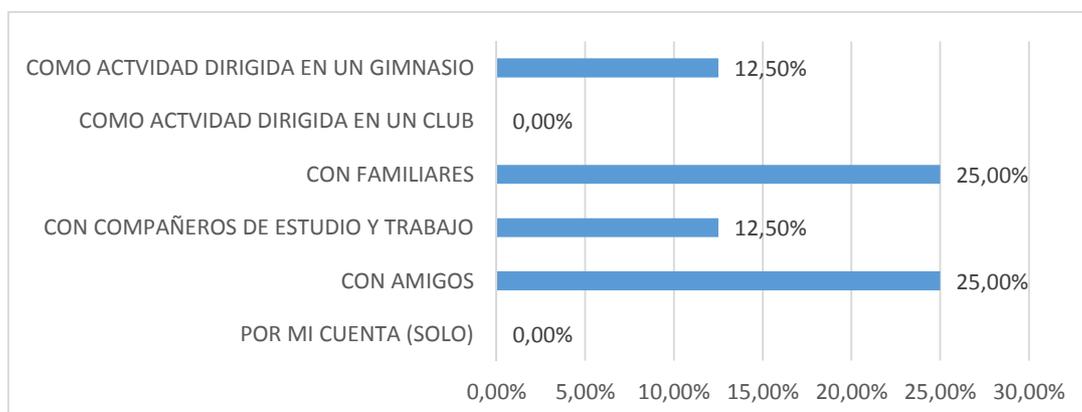


Figura 8. Cómo practican la actividad física los padres y las madres

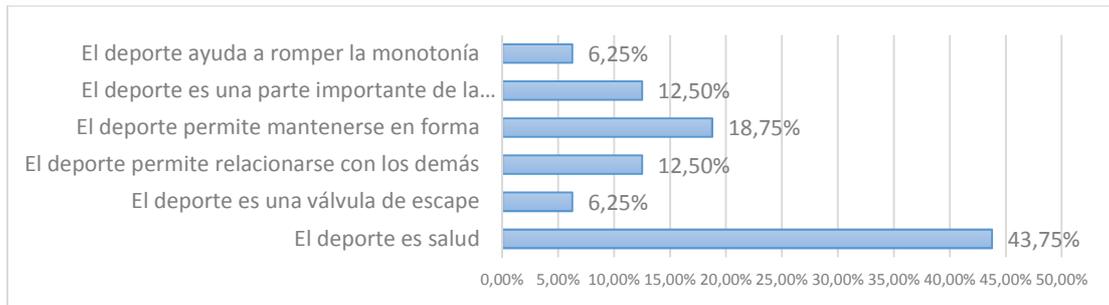


Figura 9. Idea que tienen los padres y las madres sobre el deporte

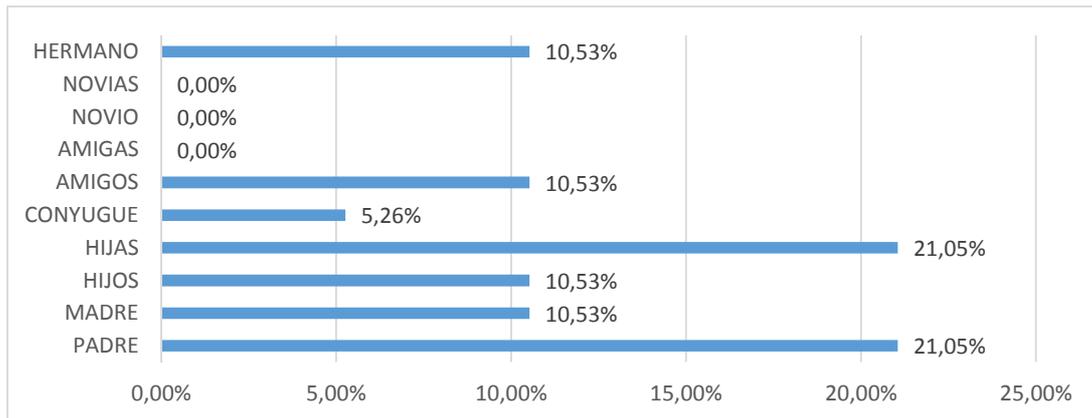


Figura 10. Personas que practican actividad físico deportiva en el entorno familiar de los padres

Profesores

En cuanto a los profesores, 2 de ellos (66,67%) son licenciados en Educación Física y 1 es entrenador deportivo (33,33%); la totalidad se encuentran federados a una organización deportiva. Consideran que el deporte es parte importante de la educación (66,67%) y que el deporte es salud (33,33%) (Figura 11). Las actividades deportivas que practican los profesores son atletismo (33,33%), fútbol, gimnasio y otros en un 22% (Figura 12).

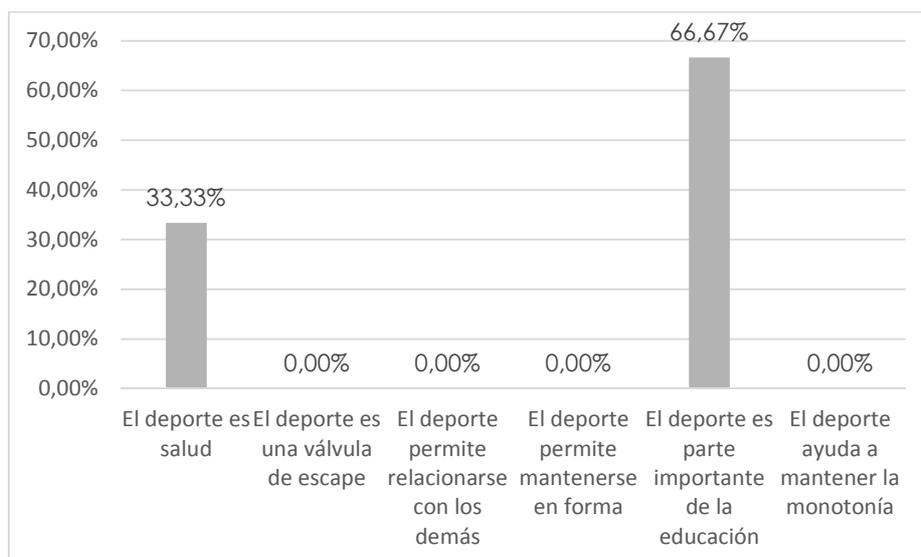


Figura 11. Idea que tienen los profesores sobre el deporte

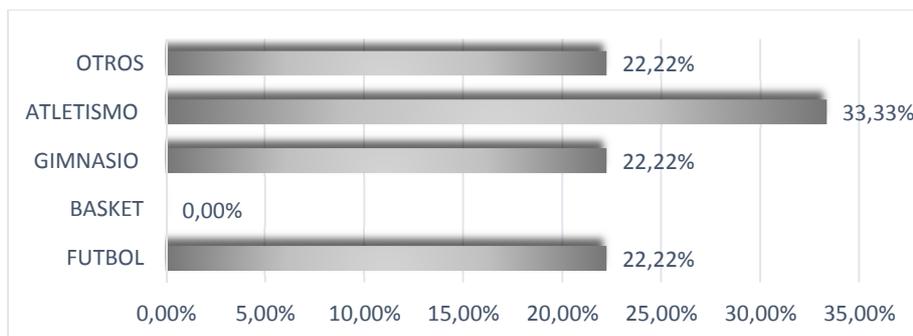


Figura 12. Actividades deportivas que practican los profesores

4. DISCUSIÓN

El estudio realizado en España por Macarro, Martínez, y Torres (2012), señalan que los niños y jóvenes realizan actividad físico-deportiva para relacionarse con sus mejores amigos y hacer nuevos, por agradar a sus padres, o porque sus familiares cercanos también lo practican, lo cual coincide con los resultados de la investigación realizada que determina que la mayoría de niños y niñas encuestados realizan actividad física y deportiva con amigos, con familiares y compañeros de estudio.

Refiriéndose a las diferencias de género Granda, y Montilla (2010) advierten que el género masculino dedica más horas a la práctica físico-deportiva que el género femenino; Macarro et al. (2012) corroborando estos resultados observan que los niños varones son los que más practican actividad física influenciados por el padre, el hermano o los amigos.

Fraille y De Diego (2006) en una investigación realizada en escolares europeos concluyen que tanto los escolares como los entrenadores consideran que el deporte es bueno para la salud, criterio que confirma los hallazgos de la presente investigación en la que los niños, los maestros, los entrenadores y los padres de familia consideran que el deporte es salud.

En cuanto a los niveles de participación en actividades físico-deportivas, Granda, y Montilla (2010) establecen que existe un bajo nivel de participación por parte los niños y niñas de la ciudad de Melilla; esto contrasta con los resultados del presente estudio en el cual se ha obtenido que los niños y niñas practican dos horas diarias, con lo que se puede concluir que se está dando cumplimiento a lo recomendado por la OMS (2010), la cual sugiere que los niños entre 5 a 17 años deben realizar actividad física por un tiempo superior a los 60 minutos diarios mínimo 3 veces semanales.

Con respecto a las actividades físico deportivas de mayor interés se ha encontrado que en Ecuador, se destacan el fútbol, el baloncesto, el atletismo además de la concurrencia al gimnasio; mientras que Luengo (2007) confirma que en España existe un marcado interés por el balonmano, seguido del fútbol, las artes marciales, el baile, el ping pong y la natación, por lo que se determina que la nacionalidad influye en la predilección de las practicas. Luengo Vaquero, señala que si bien los estudiantes son acompañados por los padres de familia, estos no participan en las actividades lo que confirma este estudio en el que se señala que

la mitad de los padres y madres practican actividad física y la otra mitad no lo hacen sin embargo incentivan a sus hijos ya que consideran que el deporte es salud, les permite mantenerse en forma y les permite relacionarse con los demás. Además se observa que la preferencias de los niños y niñas por el fútbol, el baloncesto y el atletismo coinciden con las de sus padres, madres, profesores y entrenadores, de lo que se puede colegir que se observa un influencia del entorno familiar y escolar en las preferencias de los niños y niñas.

En lo relacionado con el entorno escolar Pérez, Párraga, Villar, y Lozano, (2017) encuentran que la mayoría de los estudiantes participan en actividades deportivas en la escuela y que las enseñanzas en las clases elevan la participación de los alumnos en éstas actividades, lo que permite confirmar los resultados del presente estudio pues los niños prefieren practicar actividad física y deportiva con sus compañeros de estudio y sus amigos y la escuela se vuelve un ambiente propicio para desarrollar estas actividades que les permiten relacionarse, divertirse y mantener un buen estado de salud; esto coincide con los hallazgos de Palou et al. (2005) que señala que el principal motivo para la iniciación deportiva de las niñas y niños son los amigos; este criterio se ve reforzado con la investigación de Mora, García, y Latorre (2017) que señala que la escuela es el espacio esencial para la promoción de la actividad física y mejora de la condición física y salud. Además el deporte se ve incentivado por sus profesores que poseen una formación académica en la especialidad y consideran que el deporte es una parte importante de la educación y la salud. Además hay que destacar el hecho que los niños y niñas señalan que las clases de educación física les resultaron fáciles y motivantes considerando el hecho que en Ecuador el currículo de le E.G.B. destina 5 horas semanales para las clases de Educación Física.

5. CONCLUSIONES

En conclusión, se puede afirmar que los entornos entorno familiar y escolar están directamente vinculados con los niveles de participación de los niños y niñas en las actividades físico deportivas, con la percepción que los niños tienen de la actividad física y con sus preferencias hacia determinados deportes como fútbol, baloncesto y atletismo, enfatizándose que quien mayor influencia tiene en el hogar es el padre y que las clases motivantes de los maestros incentivan la participación deportiva.

Además, los niños y niñas tienen una opinión positiva de las clases de Educación Física y señalan que les resultaron fáciles, motivantes y útiles.

Un hallazgo que hay que destacar y concuerda con la mayoría de autores se refiere a los diferenciales de género en la práctica de actividad física entre niños y niñas, siendo los niños los que más practican en relación con las niñas, prácticas que podrían tener implicaciones en su vida adulta.

6. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Abalde, N., & Pino, M. (2008). Influencia del entorno familiar y escolar en la práctica de actividad física. *Adaptation of Self-Efficacy Scales for the Writing and the Spanish*

Language. (English), 5(1), 86–92. Recuperado 27/02/2017 desde: http://revistas.udc.es/index.php/reipe/article/view/363/pdf_75

Álvarez, E. (2010). La Escuela Como Institución Educativa. *Pedagogía Magna*, 5, 257–261.

Andújar, A., & Piéron, M. (2001). La incidencia de la práctica físico-deportiva de los padres hacia sus hijos durante la infancia y la adolescencia. *Apunts. Educación Física Y Deportes*, 3(65), 100–104. Retrieved: 15/01/2017, from <http://www.raco.cat/index.php/ApuntsEFD/article/view/301934>.

Dosal, R., Mejía, M., y Capdevila, L. (2017). Deporte y equidad de género. *Economía UNAM*, 14(40), 121–133. Recuperado 20/01/2017 de <http://revistas.unam.mx/index.php/ecu/article/view/58223/51516>

Frailé, A., & De Diego, R. (2006). Motivaciones de los Escolares Europeos para la Práctica del Deporte Escolar. Un estudio realizado en España , Italia , Francia y Portugal. *Revista Internacional de Sociología (RIS)*, (44) 85-109. Retrieved 02/02/2017 from <http://revintsociologia.revistas.csic.es/index.php/revintsociologia/article/view/29/29>

Freire W.B, Ramírez M.J., Belmont P, Mendieta M.J., Silva M.K., y Romero N., et al. (2013). *Encuesta Nacional de Salud y Nutrición_2011-2013_tomo_1. Resumen Ejecutivo* (Primera ed, Vol. 1). Quito, Ecuador: Ministerio de Salud, Instituto Nacional de Estadística y Censos. Recuperado 10/02/2017 de <http://www.unicef.org/ecuador/esanut-2011-2013.pdf>

Fuentes, L. (2014). *Los alumnos y la motivación en educación física*. Universidad de Valladolid. Retrieved 14/02/2017 from <https://uvadoc.uva.es/bitstream/10324/6963/1/TFG-L767.pdf>

Garzón, P. C., Fernández, M. D., Sánchez, P. T., & Gross, M. G. (2002). Actividad Físico deportiva en escolares adolescentes. *Retos*, (3), 5–12.

Granados, S. R. (2009). El comportamiento de los padres en el deporte The parents behavior in the sports. *Retos. Nuevas Tendencias En Educación Física Y Recreación*,(15), 29–34.

Granda, J., & Montilla, M. (2010). Perfiles de actividad física en el tiempo libre y participación en actividades físicas de Niños de 10-12 Años De Melilla. *Está Comúnmente Aceptado Hoy Día Que La Participación En Actividades Físicas Y Deportivas En El Tiempo Libre Es Uno de Los Factores Que Más Importancia Presenta a La Hora de Alcanzar Parámetros Deseables de Calidad de Vida; Frente a Ello, Los Niños Y Ado-*, 9–25. Retrieved 06/01/2017 from <http://revistaseug.ugr.es/index.php/publicaciones/article/viewFile/2226/2348>

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, 174–184. Retrieved 10/01/2017 from <http://cdeporte.rediris.es/revista/revista27/artactividadf41c.htm>

Macarro, J. (2008). *Actitudes y motivaciones hacia la práctica de actividad físico deportiva y el área de Educación Física, del alumnado de la provincia de Granada al finalizar la ESO*. Universidad de Granada, Granada.

Macarro, J., Martínez, A., & Torres, J. (2012). Motivaciones para la práctica físico-deportiva en adolescentes españoles, al terminar la Educación Secundaria Obligatoria. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 10(1), 371–396. Retrieved 16/02/2017 from <http://www.redalyc.org/pdf/2931/293123551019.pdf>

Mora, D., García, F., & Latorre, P. (2017). La escuela es el espacio esencial para la promoción de la actividad física y mejora de la condición física y la salud. *EmásF*, marzo-abril, (45), 105–123. Retrieved 31/03/2017 from <http://emasf.webcindario.com>

Nuviala, A., Ruiz, F., & García-Montes, M. (2003). Tiempo libre, ocio y actividad física en los adolescentes. La influencia de los padres. *Retos. Nuevas Tendencias En Educación Física, Deporte Y Recreación*, (6), 13–20.

OMS. (2010). *Recomendaciones Mundiales sobre Actividad Física para la Salud*. WHO. Retrieved 23/02/2017 from http://www.who.int/dietphysicalactivity/factsheet_recommendations/es/

Palou, P., Verdaguer, X. P., Planas, M. G., Antoni, P., Rotger, B., y Conti, J. V. (2005). Motivos para el inicio, mantenimiento y abandono de la práctica deportiva de los preadolescentes de la isla de Mallorca. *Apunts: Educació Física Y Esport*, (3) 81, 5–11. Recuperado 05/04/2017 de <http://www.raco.cat/index.php/ApuntsEFD/article/view/300925>

Pérez, D., Párraga, J., Villar, M., y Lozano, E. (2017). Hábitos de Práctica de Actividad Física en alumnos de tercer ciclo de Educación Primaria. *EmásF*, marzo-abril, (45) pp.1–30. Retrieved 04/01/2017 from <http://emasf.webcindario.com>

Tercedor, P. (1998). *Tercedor Tesis.pdf*. Universidad de Granada. Retrieved 07/04/2017 from <http://digibug.ugr.es/handle/10481/28540#.WOedH1LSGqA>

Fecha de recepción: 13/4/2017

Fecha de aceptación: 23/5/2017