



Revista Digital de Educación Física

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

PERCEPCIÓN DE LA ACTIVIDAD FÍSICO-DEPORTIVA EXTRAESCOLAR DE ALUMNADO DE SEGUNDO CICLO DE EDUCACIÓN PRIMARIA (8-10 AÑOS) Y EN SUS PADRES Y MADRES.

Víctor Pablo Pardo Arquero

Doctor en Educación y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte
Licenciado en Bioquímica. Diplomado en Magisterio
Docente (Córdoba, España)
victorppa@hotmail.es

RESUMEN

La actividad físico-deportiva implica importantes beneficios para la salud desde la infancia, siendo la actitud de los padres y madres un importante condicionante. Hemos realizado un estudio con alumnado de 8-10 años de diferentes centros educativos públicos de diversos municipios de España. La mitad del alumnado señala realizar "frecuentemente" actividad físico-deportiva extraescolar (58,7% niños y 40,9% niñas) y "rara vez o nunca" el 6,1% (2,9% niños y 9,5% niñas). El 73,4% del alumnado que realiza más actividad físico-deportiva frecuente o todos los fines de semana, tiene uno o ambos padres o/y madres que realizan actividad física de forma habitual. El alumnado percibe que sus madres son casi tan activas motrizmente como sus padres. Además, el alumnado activo prefiere que sus padres y madres hagan más actividad física.

PALABRAS CLAVE

Percepción de la actividad físico-deportiva extraescolar, familia, padres y madres, alumnado, escolares, infancia.

1. INTRODUCCIÓN.

La Organización Mundial de la Salud daba sus primeros pasos definiendo el término salud como el "*estado de bienestar completo a nivel psíquico, físico y social, y no a la simple ausencia de enfermedad*" (OMS, 1948, p1). Asimismo, Marina (2005) señala que tendemos a la consecución de tres grandes metas para vivir bien: la salud, la felicidad y la dignidad. Estando estrechamente relacionados, aunque presentan un componente principalmente biológico, psicológico y ético, respectivamente. Y sin olvidar que la actitud de las familias repercute en la infancia, y en mayor medida cuanto menor es la edad.

La actividad físico-deportiva implica grandes beneficios en los hábitos de vida, frente a los niveles de sedentarismo que han ido ganando terreno en los países desarrollados y en vías de desarrollo, a causa de los diferentes factores ambientales de la urbanización. En este sentido, los avances científicos y tecnológicos, las mejoras en los medios de transporte, las actividades y espacios de tiempo libre, los cambios laborales, entre otros, dificultan la práctica de actividades físico-deportivas. Por lo que se estima que al menos el 60% de la población mundial no realiza suficiente actividad física para obtener beneficios saludables, lo que conlleva a la aparición de enfermedades cardiovasculares, hipocinéticas y el desarrollo de la obesidad, e incluso se considera responsable de diversos cánceres de mama y de colón, diabetes mellitus de tipo 2 y cardiopatía isquémica, entre otros (Gómez et al., 2012; OMS, 2015). Además, según Abalde-Amoedo y Pino-Juste (2015), los índices de práctica de actividad física parecen ser cada vez más bajos a pesar de conocer métodos eficaces para estimular la práctica de actividad física.

Por otro lado, el sistema educativo en España no cubre los aspectos necesarios para fomentar la actividad físico-deportiva en edades tempranas, además de ir reduciendo tiempo e importancia a medida que aumenta la edad del alumnado, y además, mientras los problemas de salud han ido incrementándose, el área de Educación Física ha ido reduciendo el tiempo asignado en el currículo (Gómez et al., 2012; Larsen, Samdal y Tjomslandl. 2012; Ley Orgánica 2/2006 y 8/2013).

A tempranas edades la familia, los amigos, los docentes y los compañeros de clase se convierten en los principales agentes para la consecución de comportamientos saludables (Abalde-Amoedo y Pino-Juste, 2015; Bagley et al., 2006; Gómez-Cardoso et al., 2013; García-Montes, 1997). Encontramos estudios que destacan la influencia de la actitud de los padres y madres en la práctica de sus hijos e hijas, si bien esta influencia va perdiendo peso a favor del grupo de iguales conforme van siendo mayores (Pardo-Arquero, 2014; Shropshire y Carroll, 1997; Valdemoros, 2010). En este sentido, presentan especial interés los estudios a tempranas edades con vistas a adquirir y consolidar hábitos saludables para la vida futura, como la actividad física y el deporte.

Domínguez (2016) señala que el 98% de las familias considera conveniente para su hijo o hija la práctica de algún deporte fuera del horario escolar, aunque los niveles de práctica real es del 69% (52% frecuentemente, 10% de vez en cuando y 7% raramente). Por tanto, parece que el periodo extraescolar resulta adecuado para la realización de la práctica voluntaria e intencionada de actividad físico-deportiva (Arundell et al, 2013; García-Cantó, 2010, Pardo-Arquero, 2016).

Según diversos estudios (Eccles y Harold, 1991; Fredricks y Eccles, 2004; García-Ferrando, 1986), la actitud de las familias como agente socializador incide sobre los hábitos deportivos de los hijos e hijas, lo que atribuye a los padres y madres proveer de experiencias deportivas a los hijos e hijas, siendo responsables de facilitar o no el acceso a la participación deportiva y transmitir mensajes que repercuten en la valoración de las actividades físico-deportivas. Estos momentos de ejercitación permiten aumentar los beneficios potenciales y reales sobre la salud física y psicológica de sus hijos e hijas (Pérez y Devís, 2003).

Además, aunque cualquier apoyo familiar incide positivamente para reducir los comportamientos inactivos en el tiempo libre, las familias que se involucran en la actividad física de sus hijos e hijas ejercen mayor influencia que las que los apoyan verbalmente o sólo los observan durante la práctica (Wang et al, 2015). No obstante, según el Centro de Investigaciones Sociológicas (CIS, 2010), el 73% de los encuestados y encuestadas señalan que su padre no ha practicado deporte nunca, porcentaje que se incrementa al 84% para las madres. Domínguez (2016) encuentra que el 75% de los padres y madres no realiza actividad física con sus hijos o hijas, un 19% lo hace de vez en cuando y un 3% comparte actividad con frecuencia. García-Ferrando (1991) encontraba mayores niveles de práctica padres y madres e hijos e hijas, con un 7% que comparte actividad con frecuencia y un 20% que lo hace de vez en cuando. Así mismo, señalaba que si los padres y madres practicasen más deporte, los hijos e hijas tendrían más probabilidad de practicarlo, ya que ésta aumenta cuanto mayor sea la proximidad y frecuencia de relación social con los practicantes (García-Ferrando, 1986). Según Ambroa de Frutos (2016) los hombres practican más deporte y disponen de más tiempo libre que las mujeres. Encontramos también que tres de cada cuatro hijos o hijas que tienen un padre o madre que practica deporte también practican deporte, lo que convierte a los padres y madres en los responsables de facilitar oportunidades para promover la realización de actividad física adecuada a cada edad (SNS, 2015). Salcedo (1993) considera a las madres el motor de la actividad física de la familia, por lo que este sedentarismo supone un inconveniente para la práctica deportiva de sus hijos e hijas.

Otro aspecto a considerar es el sexo, ya que existe diversidad de intereses (Cano, 2010; Casimiro, 2002; Pardo-Arquero y Avilés-Fernández, 2013; Torre, 2001) en cuanto que padres y madres proporcionan actividades y estímulos diferentes en función de si tienen hijos o hijas (Brustad, 1996; Eccles y Harold, 1991), y por tanto aparecen diferencias en la valoración que los padres y madres hacen de las actividades según sean sus hijos o hijas quienes participen (Eccles, Jacobs y Harold, 1990; Fredricks y Eccles, 2004; Horn y Horn, 2007). Según Snyder y Spreitzer (1973) el interés hacia el deporte en los hijos está condicionado por el interés de sus padres, y en las hijas viene condicionado por el interés de sus madres. Sin embargo, Torre (2001) indica que las hijas necesitan mayores niveles de estimulación por parte de toda la familia. Por otro lado, diversos estudios (Casimiro, 2002; Pardo-Arquero, 2014) muestran que aunque un alto porcentaje de niñas señalan que les gustaría que sus padres y madres realizaran más actividad física de la que realizan, ellas lo practican poco.

Debemos considerar también las variables socioeducativa, cultural y económica en la forma de intervenir la familia en la estimulación de práctica físico-deportiva de sus hijos e hijas (Ambroa de Frutos, 2016; Brockman et al., 2009;

Hermoso, Garccía y Chinchilla, 2010). Hermoso, Garccía y Chinchilla (2010) señalan que hijos e hijas de familias con estudios universitarios presentan porcentajes más altos de práctica de actividad física extraescolar. Las familias de niveles medios-altos proporcionaban a sus hijos e hijas un mayor apoyo financiero y logístico, así como la coparticipación en las actividades, mientras que en las familias con menor nivel socioeconómico destacaba el apoyo de forma no verbal e incluso con exigencias (Brockman et al., 2009). En este sentido, Ambroa de Frutos (2016) señala que los hombres tienen más interés por el deporte que las mujeres; a medida que aumenta la edad, decrece el interés; cuanto más nivel de estudios existe más interés; y cuanto mayor estatus socioeconómico es mayor el interés por el deporte.

La variable inmigración también parece tener relevancia. Cano (2010) señala que el 39% de la población extranjera que vive en España practica deporte (34,7% hombres y 4,3% mujeres), cuando este porcentaje era del 57% en su país de origen. Así mismo, según Pardo-Arquero (2014), el 40% de los hijos e hijas de inmigrantes señalan que sus padres y madres realizan actividad físico-deportiva, valores más altos que los indicados por la población oriunda.

Es por ello por lo que el presente artículo pretende mostrar la práctica de actividad físico-deportiva del alumnado, de sus padres y de sus madres, así como del interés de práctica físico-deportiva del alumnado hacia sus padres y madres, permitiendo estos datos establecer líneas de actuación de los agentes educativos implicados para fomentar hábitos y estilos de vida más saludables en nuestra sociedad.

2. METODOLOGÍA.

2.1. MUESTRA.

En nuestra investigación participaron un total de 574 alumnos y alumnas de segundo ciclo de Educación Primaria (8-10 años), de los cuales 261 fueron niñas y 311 niños, y 269 de tercer curso y 305 de cuarto curso. El estudio se realizó en 9 centros públicos de los municipios de Benamejé, Cabra y Lucena (en Córdoba, 76% de la muestra), Antequera (en Málaga, 3% de la muestra), y Leganés y Madrid (en Madrid, 20% de la muestra) en España. El principal criterio para la selección del centro educativo fue conocer a algún docente, que facilitara detectar la presencia de inmigrantes en el centro para garantizaran diversidad cultural, así como la presentación de la investigación al Equipo Directivo, y en última instancia, la aceptación por las familias y participación voluntaria del alumnado.

2.2. INSTRUMENTO.

Utilizaremos el cuestionario, como documento en el que cada persona responde a cuestiones escritas, para su posterior registro y análisis. Asimismo, utilizar un cuestionario ya existente, cuya validez y fiabilidad estén convenientemente contrastadas, ahorra al investigador tiempo y esfuerzo (McMillan y Schumacher, 2005).

Hemos seleccionado preguntas del cuestionario elaborado por Casimiro (2002) para alumnado de tercer ciclo. En nuestro caso se pasó previamente a un grupo

control de tercer curso a fin de determinar posibles problemas de comprensión o/y necesidad de adaptación. La principal dificultad con la que se encontraron fue debida a errores en la lectura y comprensión. Ante esta situación se optó por realizarlo de forma simultánea toda la clase con la lectura del encuestador.

Analizamos en el presente estudio los datos relacionados con la opinión y percepción sobre la práctica de actividad física fuera del horario lectivo del alumnado, así como la opinión y percepción que tiene el alumnado sobre la práctica de actividad física de sus padres y madres, mediante las siguientes cuestiones:

Tabla I: Cuestiones analizadas del cuestionario realizado.

1.- ¿Practicas alguna actividad física o deportiva fuera de las horas de clase? (Puede ser en el colegio o fuera de él)
1. Sí, frecuentemente. 2. Sí, todos los fines de semana. 3. Sí, de vez en cuando. 4. Sólo durante las vacaciones.
2.- ¿Realiza tu padre actividad física habitualmente?
1. Sí. 2. No. 3. A veces. 4. No tengo padre.
3.- ¿Realiza tu madre actividad física habitualmente?
1. Sí. 2. No. 3. A veces. 4. No tengo madre.
4.- ¿Te gustaría que tu padre y madre realizasen más actividad física o deportiva?
1. Sí. 2. No. 3. Me da igual.

Además hemos seleccionado sólo al alumnado que respondía en la pregunta 1 las opciones de "sí, frecuentemente" y "sí, todos los fines de semana", como respuestas más saludables (Casimiro, 2002).

2.3. PROCEDIMIENTO.

Tras establecer una primera recopilación de posibles participantes y aceptación desde los centros educativos, se pasaron los cuestionarios, respondiendo el alumnado siguiendo las instrucciones del investigador.

Posteriormente se procedió al registro informatizado de los datos y a su tratamiento estadístico, conjuntamente con la búsqueda de información bibliográfica y la actual elaboración de documentos de difusión de la información obtenida.

2.4. ANÁLISIS ESTADÍSTICO.

Para el presente estudio de datos se ha realizado un estudio cuantitativo. Es por ello que se realiza una estadística descriptiva de las diferentes preguntas y datos recogidos, estratificando por género (masculino o femenino) y alumnado activo (los que respondían la opción 1 o 2 a la pregunta 1 de la Tabla I).

El análisis estadístico de los datos fue efectuado con el programa Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) y Microsoft Office Excel. Y a partir del mismo se han generado tablas y gráficos que acompañan al texto, facilitando la interpretación.

3. RESULTADOS.

A continuación se presentan los resultados obtenidos de forma global y estratificando por género y alumnado activo, y así mismo se muestran en tablas y figuras para facilitar su interpretación.

3.1. ¿Practicas alguna actividad física o deportiva fuera de las horas de clase? (Puede ser en el colegio o fuera de él).

Las respuestas registradas del alumnado se presentan en las siguientes tabla y figura:

TABLA II: Datos descriptivos de la frecuencia con la que realizan actividad física o deportiva fuera del horario lectivo, del total de la muestra y diferenciado por género.

	N = 571	% Total	Niños (N=308)	% Niños	Niñas (N=261)	% Niñas
1. Sí, frecuentemente.	289	50,6	181	58,7	107	40,9
2. Sí, todos los fines de semana.	106	18,6	63	20,4	43	16,4
3. Sí, de vez en cuando.	116	20,3	44	14,2	72	27,5
4. Sólo durante las vacaciones.	25	4,4	11	3,5	14	5,3
5. Rara vez o nunca.	35	6,1	9	2,9	25	9,5

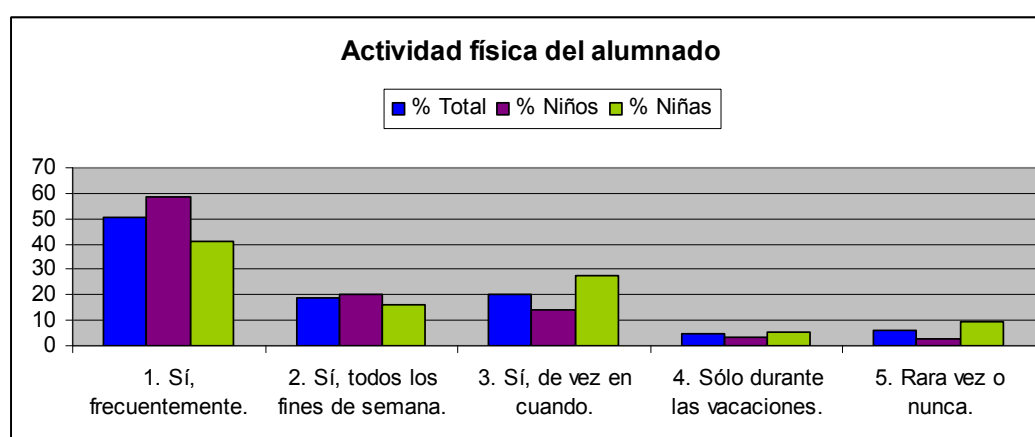


FIGURA 1. Porcentaje de alumnado que practica actividad física fuera del horario lectivo, del total de la muestra y diferenciado por género.

Observamos que la mitad de los escolares encuestados indican practicar deporte “de forma frecuente”, y son los niños quienes lo hacen en mayor porcentaje que las niñas, con cerca de 18 puntos de diferencia. Sin embargo, para la práctica en los “fines de semana” y “durante las vacaciones” los valores son más parecidos para niños y niñas. Así mismo, aparecen diferencias entre niños y niñas para la práctica de actividad física “de vez en cuando”, siendo un 14'2% para los niños y un 27'5% para las niñas. Además, el 9,5% de las niñas señalan realizarlo “rara vez o nunca” frente al 2,9% de los niños.

3.2. ¿Realiza tu padre actividad física habitualmente?

Las respuestas registradas del alumnado se presentan en las siguientes tabla y figura:

TABLA III: Datos descriptivos referentes a la realización de actividad física habitualmente por los padres, del total de la muestra y diferenciado por género.

	N = 574	% Total	Niños (N=311)	% Niños	Niñas (N=261)	% Niñas
1. Si.	175	30,5	101	32,4	73	27,9
2. No.	183	31,9	91	29,2	91	34,8
3. A veces.	206	35,9	101	32,4	95	36,3
4. No tengo padre.	10	1,7	8	2,5	2	0,7

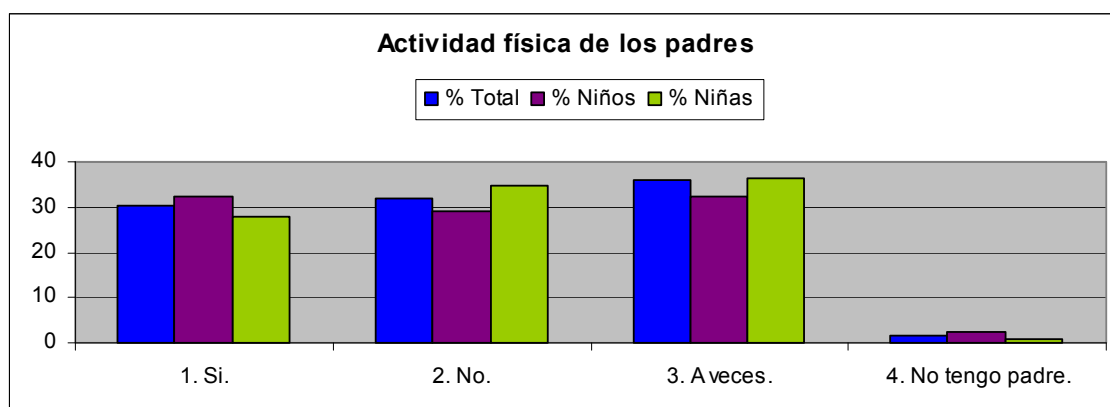


FIGURA 2. Porcentaje de padres del alumnado que realizan actividad física de forma habitual, del total de la muestra y diferenciado por género.

Los porcentajes más elevados aparecen para los que señalan que sus padres practican actividad física “a veces”, siendo del 35,9%, de los cuales el 32,4% eran percepciones de hijos y el 36,3% eran percepciones de hijas. El 31,9% de los escolares señalan que sus padres “no realizan actividad física”, siendo el 29,2% de hijos y el 34,8% de hijas. Los porcentajes se sitúan en el 30,5% para el alumnado que perciben que sus padres “sí realizan actividad física”, siendo del 32,4% para los hijos y del 27,9% para las hijas.

En cuanto a la actividad físico-deportiva de los padres en los hijos más activos, recogimos los siguientes datos en la Tabla IV y Figura 3:

TABLA IV: Datos descriptivos referentes a la realización de actividad física habitualmente por los padres, del alumnado activo y diferenciado por género.

	N = 389	% Total	Niños (N=240)	% Niños	Niñas (N=148)	% Niñas
1. Si.	126	32,4	78	32,5	48	32,4
2. No.	114	29,3	67	27,9	46	31,1
3. A veces.	141	36,2	89	37,1	52	35,1
4. No tengo padre.	8	2,1	6	2,5	2	1,4

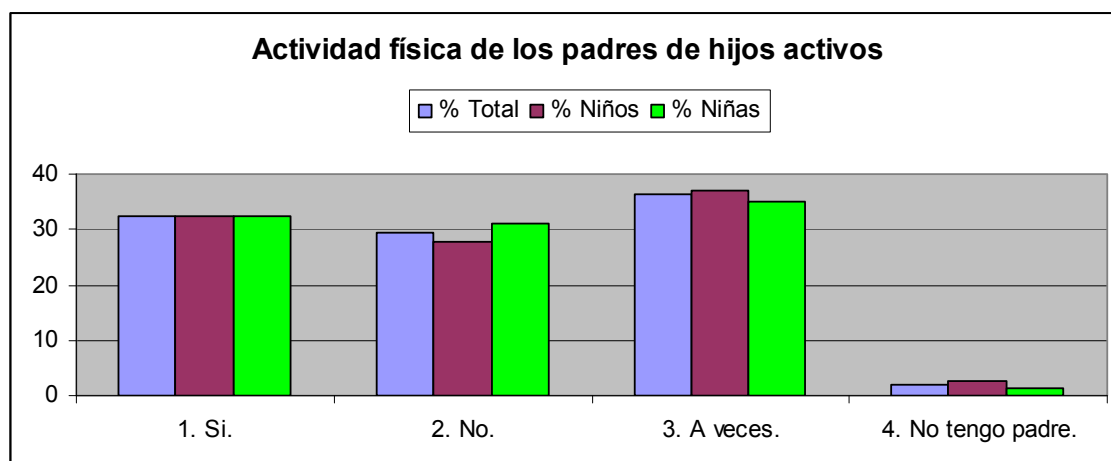


FIGURA 3. Porcentaje de padres del alumnado que realizan actividad física de forma habitual, del alumnado activo y diferenciado por género.

El alumnado considerado motrizmente más activo señala que "sí practican actividad física sus padres" en un porcentaje del 32,4%, con porcentajes similares para hijos y para hijas. Siendo los que señalan "a veces" el 36,2%, con el 37,1% de los hijos y el 35,1% de las hijas. Además de reducirse al 29,3% el alumnado que señala que "no realizan actividad física sus padres", con el 27,9% de los hijos y el 31,1% de las hijas.

3.3. ¿Realiza tu madre actividad física habitualmente?

Las siguientes tabla y figura siguientes muestran los resultados señalados:

TABLA V: Datos descriptivos referentes a la realización de actividad física de manera habitual por las madres, del total de la muestra y diferenciado por género.

	N = 573	% Total	Niños (N=310)	% Niños	Niñas (N=261)	% Niñas
1. Si.	170	29,7	96	30,9	73	27,9
2. No.	229	40	133	42,9	95	36,3
3. A veces.	173	30,2	81	26,1	92	35,2
4. No tengo madre.	1	0,2	0	0	1	0,3

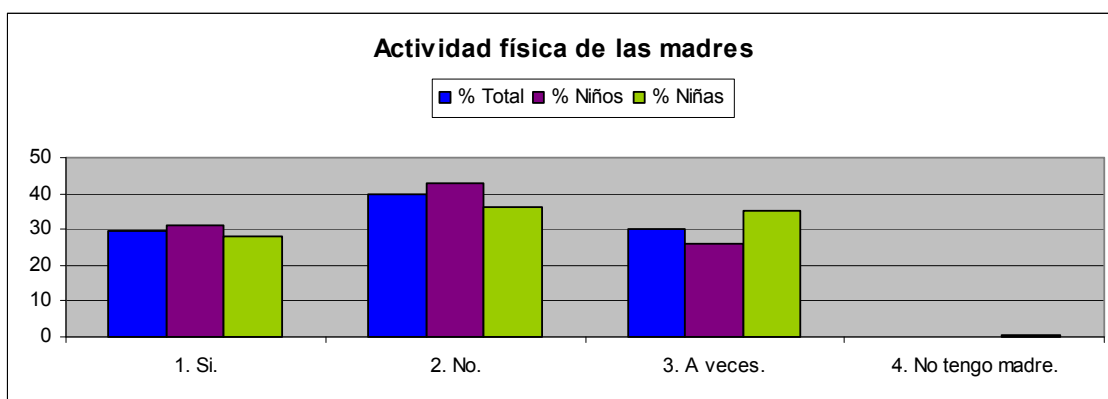


FIGURA 4. Porcentaje de madres del alumnado que realizan actividad física de forma habitual, del total de la muestra y diferenciado por género.

Los porcentajes más elevados aparecen para el alumnado que señala que sus madres “no practican actividad física de forma habitual, siendo del 40%, de los cuales el 42,9% eran percepciones de hijos y el 36,3% eran percepciones de hijas. El 29,7% de los escolares señalan que sus madres “sí realizan actividad física”, siendo el 30,9% de hijos y el 27,9% de hijas. Y porcentajes similares globales con 30,2% para el alumnado que perciben que sus madres “a veces realizan actividad física”, aunque en este caso la respuesta fue del 26,1% para los hijos y del 35,2% para las hijas.

En cuanto a la actividad físico-deportiva de las madres en los hijos más activos, recogimos los siguientes datos:

TABLA VI: Datos descriptivos referentes a la realización de actividad física habitualmente por las madres, del alumnado activo y diferenciado por género.

	N = 388	% Total	Niños (N=239)	% Niños	Niñas (N=148)	% Niñas
1. Si.	123	31,7	77	32,2	46	31,1
2. No.	147	37,9	99	41,4	47	31,8
3. A veces.	118	30,4	63	26,4	55	37,2
4. No tengo madre.	0	0	0	0	0	0

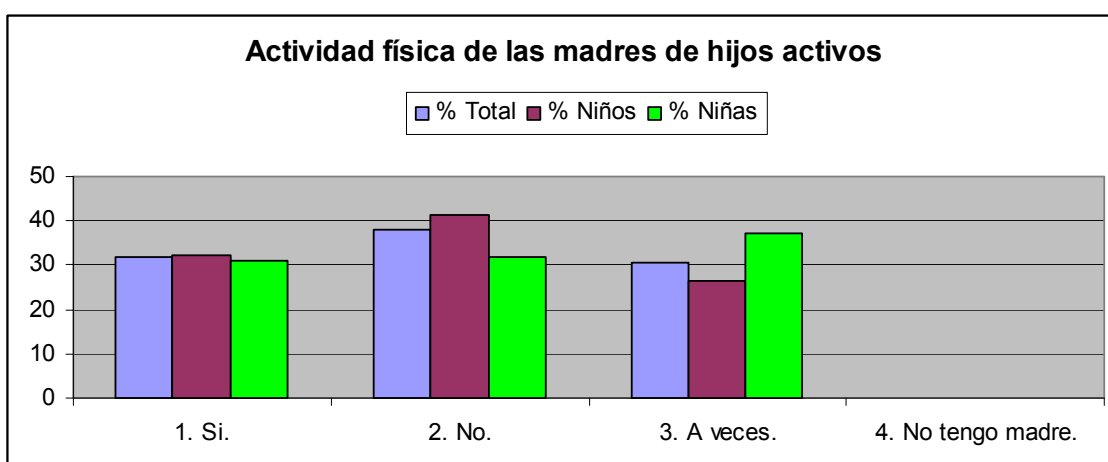


FIGURA 5. Porcentaje de madres del alumnado que realizan actividad física de forma habitual, del alumnado activo y diferenciado por género.

El alumnado considerado motrizmente más activo señala que “sí practican actividad física sus madres” en un 31,7%, con el 32,2% de los hijos y 31,1% de las hijas. Siendo los que señalan “a veces” el 30,4%, con el 26,4% de los hijos y el 37,2% de las hijas. Además de reducirse al 37,9% el alumnado que señala que “no realizan actividad física sus madres”, con un 41,4% de los hijos y 31,8% de las hijas. En cuanto a la actividad físico-deportiva de ambos padres y madres en los hijos e hijas activos, recogimos los siguientes datos presentados en la Tabla VII y Figura 6:

TABLA VII: Datos descriptivos referentes a la realización de actividad física habitualmente de ambos padres y madres, del alumnado activo y diferenciado por género.

	N= 338	% Total	Niños (N=239)	% Niños	Niñas (N=148)	% Niñas
1. Si	72	18,5	44	18,4	28	19,9
2. No.	82	21,1	48	20	34	22,9
3. A veces.	73	18,8	39	16,3	34	22,9

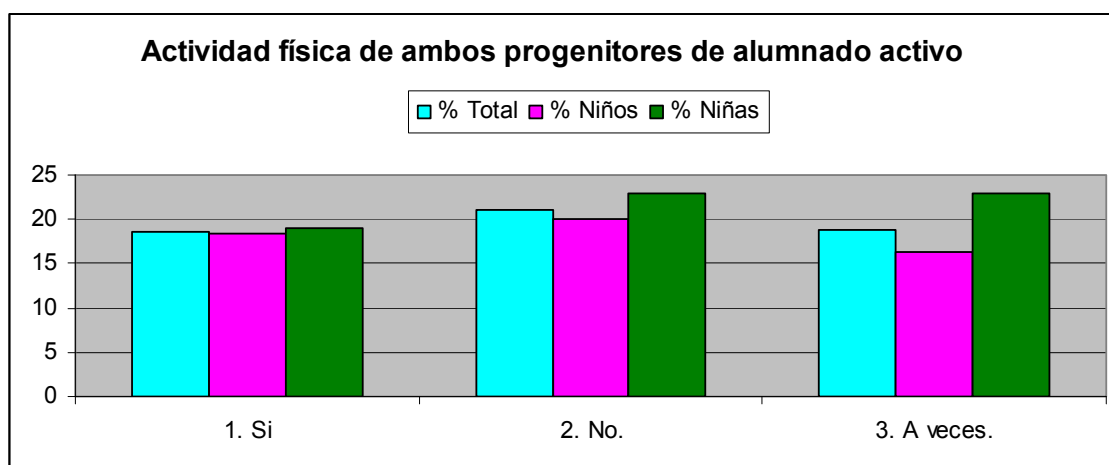


FIGURA 6. Porcentaje alumnado activo en relación con la realización de actividad física de forma habitual de ambos padres y madres y diferenciados por género.

El alumnado considerado motrizmente más activo señala que “sí practican actividad física ambos padres y madres” en un 18,5%, con el 18,4% de los hijos y 19,9% de las hijas. Siendo los que señalan “a veces” el 18,8%, con el 20% de los hijos y el 22,9% de las hijas. Además el 21,1% del alumnado señala que “no realizan actividad física ningún padre ni madre”, con un 16,3% de los hijos y 22,9% de las hijas.

3.4. ¿Te gustaría que tu padre y madre realizaran más actividad física o deportiva?

Las respuestas indicadas del alumnado se presentan en las siguientes tabla y figura:

TABLA VIII: Datos descriptivos referidos al interés de que su padre y madre realicen más actividad física, del total de la muestra y diferenciado por género.

	N = 570	% Total	Niños (N=306)	% Niños	Niñas (N=262)	% Niñas
1. Si.	433	76	247	80,7	184	70,2
2. No.	47	8,2	22	7,1	25	9,5
3. Me da igual.	90	15,8	37	12	53	20,2

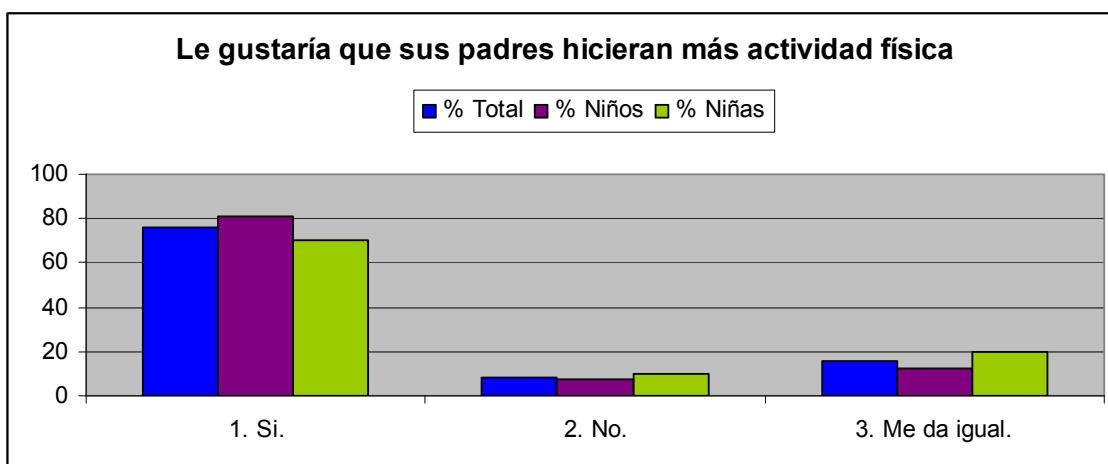


FIGURA 7. Porcentaje de alumnado que le gustaría que su padre y madre realizaran más actividad física o deportiva, del total de la muestra y diferenciado por género.

El 76% del alumnado manifiestan su interés por que sus padres y madres “si realizaran más actividad física” de la que realizan actualmente, siendo este porcentaje del 80,7% para los hijos y del 70,2% para las hijas. “Les da igual que practiquen más actividad física sus padres y madres” el 15,8%, siendo las hijas quienes lo manifiestan en un 20,2%, y en un 12% para los hijos. Los porcentajes más bajos corresponden a los que “no les gustaría que sus padres y madres realizaran más actividad física” con el 8,2%, siendo las hijas en un 9,4% y con un 7,1% para los hijos.

En cuanto al interés de actividad físico-deportiva de los padres y madres en los hijos e hijas más activos, recogimos los siguientes datos:

TABLA IX: Datos descriptivos referidos al interés de que sus padres y madres realicen más actividad física, del alumnado activo y diferenciado por género.

	N = 386	% Total	Niños (N=236)	% Niños	Niñas (N=149)	% Niñas
1. Si.	305	79	198	83,9	106	71,1
2. No.	27	7	14	5,9	13	8,7
3. Me da igual.	54	14	24	10,2	30	20,1

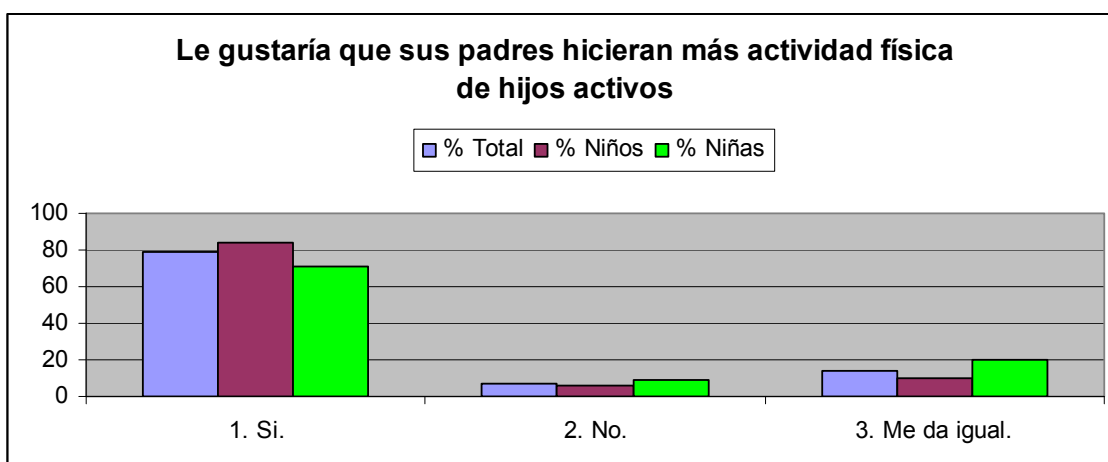


FIGURA 8. Porcentaje de alumnado que le gustaría que sus padres y madres realizaran más actividad física o deportiva, del alumnado activo y diferenciado por género.

Cuando seleccionamos de la muestra sólo al alumnado considerado motrizmente más activo, los resultados señalan que “sí les gustaría que sus padres y madres realizasen más actividad físico-deportiva” en un 79%, con el 83.9% de los hijos y 71,1% de las hijas. Siendo los que señalan “me da igual” el 14%, con el 10,2% de los hijos y el 20,1% de las hijas. Además de reducirse al 7% el alumnado que señala que “no les gustaría que sus padres y madres realizasen más actividad físico-deportiva”, con un 5,9% de los hijos y 8,7% de las hijas.

Además hemos encontrado que el 73,4% del alumnado que realiza actividad físico-deportiva frecuentemente o todos los fines de semana tiene uno o ambos padres y/o madres que realizan actividad física de forma habitual.

4. DISCUSIÓN.

Atendiendo a los porcentajes de alumnado que realizan actividad fuera del horario lectivo y comparándolos con alumnado de cursos superiores, nuestros porcentajes de actividad son superiores a los obtenidos en diversos estudios (García-Cantó, Rodríguez-García y Pérez-Soto, 2013; Macarro-Moreno, Romero-Cerezo y Torres-Guerrero, 2010; Torre, Cárdenas y Girela., 1997), aunque inferiores a los recogidos en otros (Casimiro, 2002; Domínguez, 2016; Hermoso, García y Chinchilla, 2010; Martín, 2007), si bien, las diferencias de género son parecidas, al ser los varones consumidores de actividad física en su tiempo de ocio en porcentajes superiores a las mujeres.

Estos valores de actividad física resultan preocupantes si tenemos en cuenta que conforme aumenta la edad, los niveles de práctica de actividad física extraescolar se reducen (Casimiro, 2002; Hermoso, Garccía y Chinchilla, 2010; Martín, 2007), por lo que se prevé que los niveles de sedentarismo serán cada vez mayor en la población adulta. No obstante, el Centro de Investigaciones Sociológicas (CIS, 2010) recoge un incremento importante de la práctica deportiva de la población española mayor de 14 años en el último lustro.

Por otro lado, en diversos estudios (Casimiro, 2002; Dule, 2006; CIS, 2010; Domínguez, 2016; Martín, 2007; Torre, Cárdenas y Girela, 1997) aparece la práctica de actividad física de los padres en menor porcentaje que en nuestro estudio. De forma análoga, nuestros valores de percepción de realización de actividad física de sus madres son mucho más alentadores que los obtenidos en esos estudios, percibiendo nuestro alumnado a sus madres como más activas motrizmente. Asimismo, en nuestro estudio apreciamos una aproximación de los porcentajes de participación en actividades físicas de las madres a los padres. Además, se podría considerar que ha existido una evolución a favor de la práctica de la actividad física de la población en el tiempo, si lo comparamos con el estudio de Mendoza et al. (1994) donde nos duplicaban los casos de los escolares que opinaban que sus padres y madres nunca habían practicado actividades físico-deportivas.

Obtenemos valores similares al SNS (2010) en cuanto a porcentaje de hijos e hijas de padres y madres activos motrizmente que practican actividad físico-deportiva, lo que hace suponer la existencia de un estímulo de la práctica de actividad físico-deportiva de los padres y madres en sus hijos e hijas.

Cuando hemos considerado al alumnado que realiza actividad físico-deportiva sistemáticamente, los resultados son algo más elevados para los que señalaron que alguno de sus padres o madres sí realizan actividad físico-deportiva de forma habitual. Además se reducen los porcentajes de los que señalan que sus padres y madres no realizan actividad físico-deportiva. Esto podría hacer pensar que para las hijas, la práctica deportiva de sus padres y madres es un estímulo importante (Torre, 2001)

En los porcentajes de alumnado que le gustaría que sus padres y madres realizasen más ejercicio físico obtenemos valores para el alumnado superiores a los obtenidos por Casimiro (2002) para el alumnado de tercer ciclo, y donde disminuyen aún más en Educación Secundaria. Cuando hemos considerado al alumnado que realiza actividad físico-deportiva sistemáticamente, los resultados son algo más elevados para los que les gustaría que sus padres y madres sí realizasen más actividad física.

5. CONCLUSIONES.

En nuestro estudio la mitad del alumnado indica realizar actividad físico-deportiva extraescolar "frecuentemente", aunque suelen señalarlo los varones en porcentaje más alto que las niñas. Mientras que resulta positivo que exista un bajo porcentaje de alumnado que señala realizar actividad físico-deportiva "rara vez o nunca", aunque suelen señalarlo los varones en porcentaje más bajo que las niñas.

Además, el alumnado percibe que sus madres son casi tan activas motrizmente como sus padres a la hora de realizar actividades físico-deportivas. Aproximadamente tres cuartos del alumnado que señala realizar más actividad físico-deportiva frecuente o todos los fines de semana, tiene uno o ambos, padres o/y madres, que realizan actividad física de forma habitual. Asimismo, el alumnado activo prefiere que sus padres y madres hagan más actividad físico-deportiva de la que hacen habitualmente.

Por todo ello, sería interesante que los profesionales implicados en el ocio y las actividades extraescolares seamos capaces de ofertar y ajustar nuestra docencia de manera que atendamos la actual demanda social sin perder de vista el objetivo último de Educación para la Salud y la Vida.

6. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

ABALDE-AMOEDO, N. y PINO-JUSTE, M.R. (2015). Influencia del entorno familiar y escolar en la práctica de actividad física. *Revista de estudios e investigación en psicología y educación, Extr (5)*, A5-113. doi: 10.17979/reipe.2015.0.05.363

AMBROA DE FRUTOS, G (2016). Impacto del sedentarismo sobre la práctica de actividad física y la salud. Análisis de la situación en España. *Revista Española de Educación Física y Deportes, 412*, 33-44

ARUNDELL, L., RIDGERS, N.D., VEITCH, J., SALMON, J., HINKLEY, T. & TIMPERIO, A. (2013). 5-year changes in afterschool physical activity and sedentary behavior. *Am J Prev Med*, 44(6), 605-611. doi: 10.1016/j.amepre.2013.01.029

BAGLEY, S.; SALMON, S. & CRAWFORD, D. (2006). Family structure and children's television viewing and physical activity. *Medicine & Science in Sport & Exercise*, 38, 910-918

BROCKMAN, R., JAGO, R., FOX, K. R., THOMPSON, J. L., CARTWRIGHT, K., & PAGE, A. S. (2009). Get off the sofa and go and play": family and socioeconomic influences on the physical activity of 10-11 year old children. *BMC public health*, 9(253), 1-7. doi: 10.1186/1471-2458-9-253

BRUSTAD, R.J. (1996). Attraction to physical activity in urban schoolchildren. Parental socialization and gender influences. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 67(3), 316-323. doi: 10.1080/02701367.1996.10607959

CANO, N. (2010). Fomento de la integración a través del deporte. Asociación de trabajadores Inmigrantes Marroquíes en España. En *Atime.es*. <http://www.atime.es/pdfs/libro.pdf>. Obtenido el 05/06/2016.

CASIMIRO, A.J. (2002). Comparación, evolución y relación de los hábitos saludables y nivel de condición física-salud en escolares, entre final de educación primaria (12 años) y final de educación secundaria obligatoria (16 años). Tesis doctoral. Universidad de Almería.

CIS – Centro de Investigaciones Sociológicas (2010). *Hábitos deportivos en España, IV. Estudio nº 2833*. En http://www.cis.es/cis/export/sites/default/-Archivos/Marginales/2820_2839/2833/Es2833.pdf. Obtenido el 19/03/2016.

DOMÍNGUEZ, A.M. (2016). *Las actividades físico-deportivas en Extremadura*. Tesis doctoral. Universidad de Extremadura.

DULE, S. (2006). *La práctica de actividad físico deportiva y su relación con componentes fundamentales del estilo de vida en los escolares de la provincia de Ciego de Ávila, Cuba*. Tesis Doctoral. Universidad de Granada.

ECCLES, J.S. & HAROLD, R.D. (1991). Gender differences in sport involvement: Applying the Eccles' Expectancy-Value Model. *Journal of Applied Sport Psychology*, 3, 7-35. doi: 10.1080/10413209108406432

ECCLES, J.S., JACOBS, J.E. & HAROLD, R.D. (1990). Gender role stereotypes, expectancy effects and parents' socialization of gender differences. *Journal of Social Issues*, 46(2), 183-201. doi: 10.1111/j.1540-4560.1990.tb01929

FREDRICKS, J.A. & ECCLES, J.S. (2004). Parental influences on youth involvement in sports. En M. WEISS (Ed.), *Developmental sport and exercise psychology: a lifespan perspective* (pp. 145-164). Morgantown, WV: Fitness Information Technology.

FREDRICKS, J.A. y ECCLES, J.S. (2005). Family socialization, gender, and sport motivation and involvement. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 27, 3-31.

GARCÍA-CANTÓ, E.; RODRÍGUEZ-GARCÍA, P.L. y PÉREZ-SOTO, J.J. (2013). Autopercepción de competencia motriz, práctica físico-deportiva federada y su relación con los niveles de actividad física habitual en escolares. *EmásF*, 20.

GARCÍA-CANTÓ, E. (2010). *Niveles de actividad física habitual en escolares de 10 a 12 años de la Región de Murcia*. Tesis Doctoral. Universidad de Murcia.

GARCÍA-FERRANDO, M. (1986). *Hábitos deportivos de los españoles. Sociología del comportamiento deportivo*. Consejo superior de Deportes. Madrid.

GARCÍA-FERRANDO, M. (1991). *Los españoles y el deporte: un análisis sociológico*. Consejo Superior de Deportes. Madrid.

GARCÍA-MONTES, M.E. (1997). *Actitudes y comportamientos de la mujer granadina ante la práctica física de tiempo libre*. Tesis Doctoral. Universidad de Granada.

GÓMEZ, L.F.; IBARRA, M.L.; LUCUMÍ, D.I.; ARANGO, C.M.; PARRA, A.; CADENA, Y.; ERAZO, V. & PARRA, D.C. (2012). Unhealthy eating, physical inactivity and childhood obesity in Colombia: an urgent call for the state and civil society to undertake effective action. *Global Health Promoción*, 19, 87-92

GÓMEZ-CARDOSO, A.L.; NÚÑEZ-RODRÍGUEZ, O.L.; PARRA-MORALES, J.L.; GALLARDO-MARÍN, B.M. & GÓMEZ-NUÑEZ, E. (2013). Educación Física, pedagogía y familia. Una triada indisoluble. *EFDeportes.com*, 177.

HERMOSO VEGA, Y.; GARCCÍA PRECIADOS, V. y CHINCHILLA MINGUET, J.L. (2010). Estudio de la ocupación del tiempo libre de los escolares. *Retos. Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 18, 9-13

HORN, T.S. & HORN, J. (2007). Family influences on children's sport and physical activity participation, behaviour, and physical responses. En G. TENENBAUM Y R. EKLUND (Eds.), *Handbook of Sport Psychology* (pp. 685-711). Hoboken: Wiley and Sons.

LARSEN, T.; SAMDAL, O. & TJOMSLAND, H. (2012). Physical activity in schools: A qualitative case study of eight Norwegian schools' experiences with the implementation of a national policy. *Health Education*, 113, 52-53. doi: 10.1108/09654281311293637

Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación (LOE). BOE nº 106. En <http://www.boe.es/boe/dias/2006/05/04/pdfs/A17158-17207.pdf>. Obtenido el 05/06/2016.

Ley Orgánica 8/2013, de 9 de diciembre, para la mejora de la calidad educativa. BOE nº 295. En https://www.boe.es/diario_boe/txt.php?id=BOE-A-2013-12886. Obtenido el 05/06/2016.

MACARRO-MORENO, J., ROMERO-CEREZO, C. y TORRES-GUERRERO, J. (2010). Motivos de abandono de la práctica de actividad físico-deportiva en los estudiantes de Bachillerato de la provincia de Granada. *Revista de Educación*, 353, 495-519. doi: 10.4438/1988-592X-0034-8082-RE

MARINA, J.A. (2005). *Aprender a vivir*. Editorial Ariel SA. Barcelona

MARTÍN, M. (2007). Nivel de Actividad Física y de Sedentarismo y su relación con Conductas Alimentarias en Adolescentes Españoles. Tesis doctoral. Universidad de Granada.

MARTÍN-MATILLAS, M.; ORTEGA, F.B.; RUIZ, J.R.; MARTÍNEZ-GÓMEZ, D.; VICENTE-RODRÍGUEZ, G.; MARCOS, A.; BÉGHIN, L.; KAFATOS, A.; GONZÁLEZ-GROSS, M.; ZACCARIA, M.; MOLNÁR, D.; DE HENAUW, S.; SJÖSTRÖM, M.; MORENO, L.A. & CASTILLO, M.J. - Helena Study Group (2012). Active relatives and health-related physical fitness in European adolescents: the HELENA Study. *Journal of sports sciences*, 30(13), 1329-1335. doi: 10.1080/02640414.2012.710758

MCMILLAN, J.H. & SCHUMACHER, S. (2005). *Investigación educativa*. Ed Pearson Addison Wesley. Madrid.

MENDOZA, R., SAGRERA, M.R. & BATISTA-FOGUET, J.M. (1994). Conductas de los escolares españoles relacionadas con la salud (1986-1990). Madrid: CSIC

OMS – Organización Mundial de la Salud (1948). *Constitución de la Organización Mundial de la Salud*. En http://www.who.int/governance/eb/who_constitution_sp.pdf. Obtenido el 19/03/2016.

OMS - Organización Mundial de la Salud (2015). *Inactividad física: un problema de salud pública mundial*. En http://www.who.int/dietphysicalactivity/factsheet_inactivity/es/. Obtenido el 19/03/2016

PARDO-ARQUERO, V.P. (2014). *Hábitos de estilos de vida en el alumnado de Segundo Ciclo de Educación Primaria (8-10 años) en España*. Tesis doctoral. Universidad de Córdoba.

PARDO-ARQUERO, V.P. (2016): Para qué sirve y para que debería servir la educación física según el alumnado de segundo ciclo de educación primaria (8-10 años) en diversos centros públicos. *EmasF*, 39.

PARDO-ARQUERO, V.P. y AVILÉS-FERNÁNDEZ, M.A. (2013). Actividades físico deportivas practicadas por el alumnado de segundo ciclo de educación primaria. *Efdeportes.com*, 179.

PÉREZ, V. y DEVIS, J. (2003). La promoción de la actividad física relacionada con la salud. La perspectiva de proceso y de resultado. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 3(10), 69-74.

SALCEDO, M. (1993). *Influencia femenina en el deporte*. Emakunde/Instituto vasco de la mujer. Vitoria-Gasteiz

SHROPSHIRE, J. & CARROLL, B. (1997). Family variables and children's physical activity: influence of parental exercise and socio-economic status. *Sport, Education and Society*, 2, 95-116.

SNS - Sistema Nacional de Salud (2015). *Informe anual del Sistema Nacional de Salud 2012*. Edición revisada. Junio de 2015. En <http://www.msssi.gob.es/estadEstudios/estadisticas/sisInfSanSNS/tablasEstadisticas/infns2012.pdf>. Obtenido el 19/03/2016

SNYDER, E. & SPREITZER, E. (1973). Family influence and involvement in sports. *Research Quarterly Exercise Sport*, 44, 249-255.

TORRE, E. (2001). La actividad físico-deportiva extraescolar y su interrelación con el área de Educación Física en el alumnado de enseñanzas medias. Universidad de Granada. Granada.

TORRE, E.; CÁRDENAS, D. y GIRELA, M.J. (1997). Los hábitos deportivos extraescolares y su interrelación con el área de Educación Física en el alumnado de Bachillerato. *Revista Motricidad*, 3, 109-129.

VALDEMOROS, M.A. (2010). *Los valores en el ocio físico-deportivo. Análisis y propuestas educativas*. Logroño: Universidad de La Rioja.

WANG, X., LIU, Q. M., REN, Y. J., LV, J., & LI, L. M. (2015). Family influences on physical activity and sedentary behaviours in Chinese junior high school students: a cross-sectional study. *BMC public health*, 15(1), 287. doi: 10.1186/s12889-015-1593-9

Fecha de recepción: 26/7/2016

Fecha de aceptación: 19/8/2016