



*Revista Digital de Educación Física*

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

## **VALORACIÓN DE LOS DOCENTES DE EDUCACIÓN FÍSICA DE LAS ACTIVIDADES DEPORTIVAS EXTRAESCOLARES**

**Dani Plaza Montero<sup>1</sup>,**  
[dpm@gmail.com](mailto:dpm@gmail.com)

**Maria Carmen Jové Deltell<sup>2</sup>,**  
[carme.jove@didesp.udl.cat](mailto:carme.jove@didesp.udl.cat)

**Vicenç Hernández González<sup>2</sup>,**  
[reverter@didesp.udl.cat](mailto:reverter@didesp.udl.cat)

**Joaquín Reverter Masià<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>Grupo de investigación "Movimiento Humano"

<sup>2</sup>Universidad de Lleida

### **RESUMEN**

El objetivo de este trabajo fue analizar el conocimiento de los profesores hacia las actividades deportivas extraescolares. Hemos utilizado un cuestionario. La muestra fue de 30 docentes especialistas en Educación Física de primaria, y tras diversos análisis descriptivos, de varianza y pruebas de independencia entre variables, las principales conclusiones a las que hemos llegado han sido que, los profesores: dan mucha importancia a las actividades deportivas extraescolares; están de acuerdo en que la práctica de actividades extraescolares es básica para conseguir un estado saludable; piensan que la competencia profesional de los monitores es fundamental para la calidad educativa de las actividades y, la mayoría, no participa en la programación y diseño de las actividades extraescolares. Por tanto, es fundamental establecer unas vías de comunicación entre los agentes implicados en las actividades extraescolares con el fin de mejorar la calidad de las mismas.

**PALABRAS CLAVE:** Actividad físico-deportiva, Educación primaria, Docentes, Extraescolares.

## INTRODUCCIÓN.

En la actualidad estamos presenciando cómo, en los estilos de vida modernos, las experiencias de ocio ocupan un lugar de elevada relevancia en la vida diaria. De estas experiencias, las relacionadas con la actividad físico-deportiva adquieren cada vez más importancia (Reverter y cols., 2007). Sin embargo, los jóvenes realizan poca actividad física, Estudios como el de de Ara y cols. (2009), coinciden en afirmar que la práctica regular de actividades físicas y deportivas en el tiempo de ocio puede fomentar hábitos saludables en los adolescentes.

Por otra parte, las instituciones públicas y privadas han incrementado en estos últimos años la oferta físico-deportiva para la población; esta oferta ha de acompañarse de una calidad basada en hacer sentir el deseo y la necesidad personal de dicha práctica, lo que nos debería llevar a ofrecer, desde edades tempranas, una buena formación, en y para el ocio físico-deportivo (Ara y cols., 2009; Molinuevo, 2009; Palma y cols., 2010).

Las vivencias experimentadas en el centro educativo referentes al área de Educación Física, pueden llegar a constituir un importante factor influyente para las experiencias de ocio físico-deportivo de los jóvenes fuera del ámbito escolar, a lo que unimos la consideración de que el profesor de Educación Física es una de las piezas clave en este proceso (Nuviala y cols., 2010; Ara y cols. (2009).

Son muchas las investigaciones españolas y extranjeras que analizan las actividades físico-deportivas y, en concreto, las que se centran en la población juvenil. Se destacan aquellas que analizan los factores que guardan relación con los profesores y la educación y, en particular, con la Educación Física y los docentes implicados en esta área. (Nubiala y cols., 2010),

Autores como de Anderssen (1993), Sánchez-Bañuelos (1996), Torre, Cárdenas y Girela (1997), Pierón, Telama, Almond y Carreiro da Costa (1997) y Gutiérrez y Pilsa (2006), constatan que las actitudes de los adolescentes hacia la Educación Física son positivas y favorables. Sánchez-Bañuelos (1996), realizó una investigación sobre la actividad física relacionada con la salud estudiando a un total de 1540 estudiantes de 15 y 16 años de la Comunidad Autónoma de Madrid. Los resultados reflejaron que los alumnos de 15 y 16 años que practicaban más actividad física tenían una valoración más positiva hacia la Educación Física y el deporte. En este sentido, Torre y cols. (1997) realizaron una investigación con 209 estudiantes de 14 y 15 años, en la que se sugiere una relación significativa de reciprocidad entre la satisfacción de los alumnos en las clases de Educación Física y la práctica de actividad físico-deportiva en el tiempo libre.

Estudios como los de García-Ferrando (1991), Kristjansdottir y Vilhjalmsón (2001), Nelson, Neumark-Stzainer, Hannan, Sirard y Story (2006) y Chen, Haase y Fox (2007), reflejan resultados preocupantes que constatan un elevado porcentaje de población que no practica la actividad física recomendada por los diferentes organismos internacionales.

Como constata García-Ferrando (2010), en España el deporte es un componente del ocio activo y se reconocen los beneficios que aportan este tipo de actividades, si bien se realiza mucho menos de lo que se desea. Según el autor, la

falta de preparación educativa de cultura deportiva de la sociedad y el insuficiente esfuerzo por parte de las Administraciones en el fomento del deporte a nivel popular, son factores que condicionan el nivel de práctica físico-deportiva en la población española.

Torre (1997) y Telama, Yang, Laakso y Viikari (1997), comprobaron la influencia que ejercen los agentes educativos implicados, especialmente los padres, profesores y monitores. Gutiérrez y Escartí (2006), analizaron la influencia del profesorado en la valoración de la Educación Física y sus repercusiones en la práctica físico-deportiva. Estos autores, destacaron la posibilidad que tenían los profesores de orientar a los alumnos hacia nuevas actividades atractivas y excitantes que acercasen al alumnado a experiencias positivas y constatasen el crucial papel que juega el profesor de Educación Física en la creación de actitudes positivas, de motivación y satisfacción de los alumnos hacia la Educación Física y el deporte.

Por lo tanto los objetivos de este artículo fueron: (a) conocer la opinión del profesorado de Educación Física sobre el ocio físico-deportivo de los alumnos; (b) examinar cómo influyen en las prácticas físico-deportivas de tiempo libre de los alumnos de primaria.

## 1. MÉTODO

### 1.1. PARTICIPANTES

La muestra fue de 30 profesores de Educación Física de 13 centros educativos que imparten educación primaria en la ciudad de Torre Vieja.

### 1.2. INSTRUMENTO

El instrumento utilizado en este estudio es un cuestionario (Latorre, 2006). La versión utilizada muestra una adecuada estructura factorial (Latorre, 2006). El cuestionario evalúa la opinión del profesorado relativa a la promoción de la práctica de actividades físicas y deportivas con las siguientes variables: (1) Edad-Género, Situación Laboral, Años de Experiencia, (2) Práctica de forma habitual de actividad físico-deportiva, (3) conocimiento de prácticas físico-deportivas, (4) opinión sobre la actuación de los profesores o monitores de actividades extraescolares físico-deportivas, (5) Opinión sobre la actitud y el comportamiento de los padres, (6) Opinión sobre la práctica físico-deportiva, (7) Opinión sobre la organización y responsabilidades de las actividades extraescolares y (8) relación entre la práctica deportiva de los profesores y la importancia que los profesores de educación física dan a participar en la programación y diseño de las actividades extraescolares.

### 1.3. PROCEDIMIENTO.

Los profesores de educación física cumplimentaron el cuestionario en los meses de junio y julio de 2010 y su información hace referencia al curso escolar 2009-2010.

Teniendo en cuenta que el número total de profesores es de 35 la tasa de respuesta se sitúa en un 85,7%.

La recogida de datos se realizó mediante un cuestionario anónimo que cumplimentaron, de manera voluntaria, los profesores participantes en el estudio. Los profesores rellenaban en sus propios domicilios el cuestionario que se les hizo llegar personalmente con una carta de presentación explicando los objetivos del estudio y solicitando su colaboración. Posteriormente los devolvían dentro de un sobre cerrado, bien personalmente o a través del conserje de los colegios.

Se llevaron a cabo análisis descriptivos de todas las variables del estudio, de manera que fuera posible considerar las respuestas del conjunto de profesores encuestados y, de forma diferenciada, también las correspondientes a los grupos en los que se distribuyeron los participantes en el estudio. En efecto, para valorar las posibles diferencias en cuanto a implicación e interés de los profesores sobre la práctica físico-deportiva de los niños, los encuestados fueron agrupados en función de la edad, el género, la situación laboral y los años de experiencia.

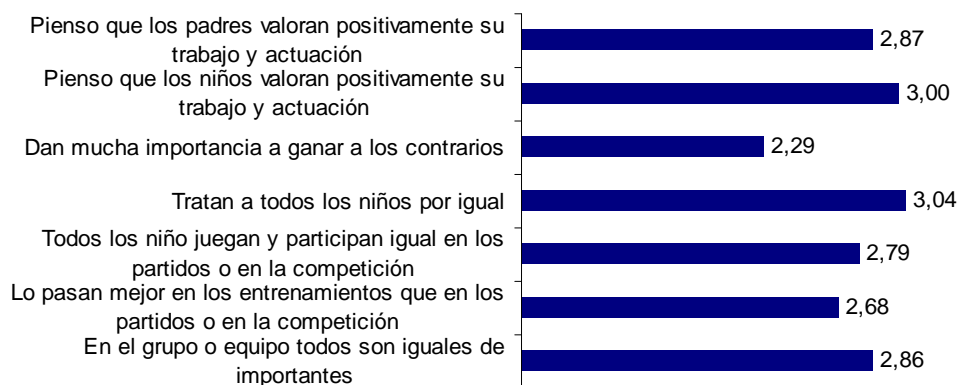
## 2. RESULTADOS

El 50% del profesorado tenía menos de 35 años, el 40% más de 35 años y el 10% restante, no sabe no contesta. El 55,7% eran profesores y el 26,7% profesoras. En cuanto a la situación laboral, el 50% del profesorado tenía plaza definitiva, el resto eran interinos. Un 40% tenía una experiencia laboral superior a los 10 años y, el resto, tenía una experiencia laboral inferior.

En relación a la práctica habitual de actividad física, el 90% de los profesores encuestados practica alguna actividad físico-deportiva no existiendo diferencias significativas en función de la edad, el género, la situación laboral o la experiencia.

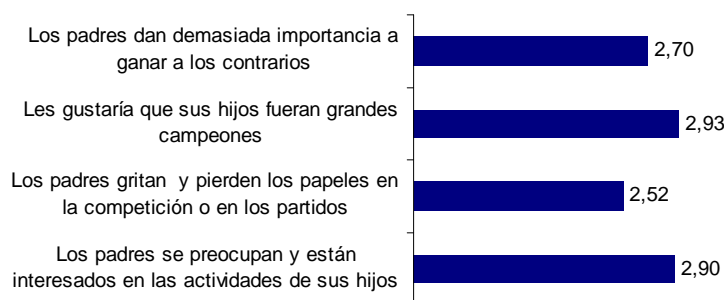
En cuanto al conocimiento de prácticas físico-deportivas que se pueden practicar fuera del colegio en Torrevieja, gran parte de los profesores, el 76,7%, conoce la oferta de las actividades físico-deportivas. No se dan diferencias significativas por razón de edad, género, situación o experiencia laboral.

En relación a la opinión sobre la actuación de los profesores o monitores de actividades extraescolares físico-deportivas (tabla 1), el pronunciamiento de los profesores ha sido medido en escala de 1 a 4 (1 muy en desacuerdo, 4 muy de acuerdo) por lo que las puntuaciones medias inferiores a 2,5 indican un cierto grado de desacuerdo y las superiores un cierto grado de acuerdo. Definida la escala de media, los profesores estarían en desacuerdo sólo con uno de los ítems planteados, el que hace referencia a: "Dan mucha importancia a ganar a los contrarios". El ítem con el que están de acuerdo en mayor medida es: "Tratan a todos los niños por igual".



**Tabla 1. Opinión sobre la actuación de los profesores o monitores de actividades extraescolares físico-deportivas**

**En cuanto a la opinión sobre la actitud y el comportamiento de los padres en las actividades físico-deportivas de sus hijos/as (tabla 2), los profesores encuestados están de acuerdo con las cuatro cuestiones planteadas sobre los padres.**



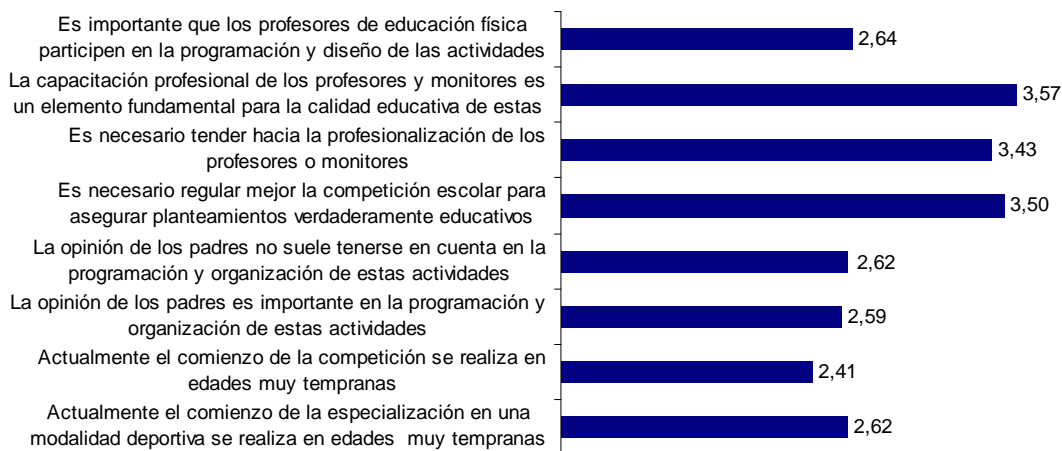
**Tabla 2. Opinión sobre la actitud y el comportamiento de los padres en las actividades físico-deportivas de sus hijos/as.**

**Respecto a la opinión que tienen los profesores sobre la práctica físico-deportiva (tabla 3), se observa que el ítem en que en mayor medida están de acuerdo los profesores de educación física es: “La práctica de actividades es buena para la salud” y, de media le otorgan un 3,93 (en escala de 1 a 4). Por el contrario, el ítem que presenta mayor contraposición por parte de los profesores es: “Son más importantes las actividades físico deportivas extra-escolares que la educación física”, el cual obtiene una puntuación de 1,77, menor puntuación que otros ítems, como por ejemplo: “Se practican actividades porque es importante competir y ganar” o “Practicar deporte te quita horas para el estudio.**



**Tabla 3. Opinión sobre la práctica físico-deportiva**

Los profesores están en gran medida de acuerdo con: “La capacitación profesional de los profesores y monitores es un elemento fundamental para la calidad educativa de estas actividades”, así mismo, también piensan que es necesario regular la competición y tender hacia la profesionalización de profesores y monitores (tabla 4).



**Tabla 4. Opinión sobre la organización y responsabilidades de las actividades extraescolares**

En relación a la participación en la programación y diseño de las actividades extra-escolares, el 76,7% de los profesores, afirma no participar en la programación y diseño de las actividades extra-escolares. En cuanto a la relación entre: “importancia de participar en actividades extraescolares” y la “práctica deportiva actual del profesor”, podemos observar, tal y como se muestra en la tabla 5, que no existe relación estadísticamente significativa entre la práctica deportiva actual y la importancia que los profesores de educación física dan a participar en la programación y diseño de las actividades extraescolares.

Es importante que los profesores de educación física participen en la organización y diseño de las actividades extraescolares

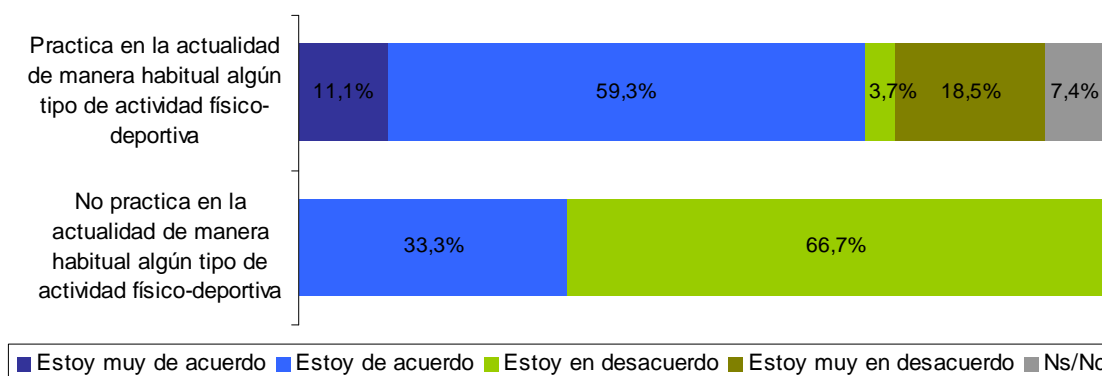


Tabla 5. Relación entre la práctica deportiva de los profesores y la importancia que los profesores de educación física dan a participar en la programación y diseño de las actividades extraescolares

Por último, resaltar que el Grado de satisfacción que tienen los profesores sobre las actividades extra-escolares es de 7,11 puntos en una escala de 0 a 10.

### 3. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

En esta investigación hemos analizado la opinión de los profesores en relación a la actividad física escolar. Los resultados confirman la importancia que le dan los profesores al ejercicio físico extra-escolar para la formación integral de los niños. Los profesores deberían facilitar y animar a los escolares hacia la práctica de actividad física durante el tiempo de ocio, lo que permitiría completar las tareas que realizan durante las clases de Educación Física (Chillón y cols., 2010). Recientemente, la Academia Americana de Pediatría atribuía un efecto protector más amplio aseverando que los niños y niñas que dedican tiempo a las actividades físicas son menos susceptibles a las adicciones, consumo de alcohol y tabaco, depresión y tendencia al suicidio, enfermedades cardiovasculares y obesidad (Committee on Sports Medicine and Fitness and Committee on School Health American Academy of Pediatrics, 2000). En este sentido, sería necesario que todos los profesores conocieran todas las ofertas disponibles en la población en la que trabajan.

La mayoría de profesores de educación física son físicamente activos, lo que sin duda conlleva a que valoren la actividad física (Marsh y cols., 2002; Molinuevo, 2008). Las recomendaciones internacionales establecen una serie de estrategias en base al deporte en la escuela entre las que destaca el desarrollo de programas de educación para la salud (Hayne y cols., 2004). Estos programas se deben aplicar desde las primeras edades hasta el final de la educación obligatoria y deben orientarse hacia la adopción de estilos de vida activos y a potenciar los modelos de comportamiento saludable en el profesorado. La escuela debe potenciar que el profesorado sea activo físicamente y lleve a cabo conductas saludables, ya que se ha demostrado que los profesores que se interesan por su propia salud tienden a mostrar interés por la salud de los estudiantes y a ser modelos de comportamiento saludable.

Una amplia mayoría de profesores están de acuerdo en que se debería hacer hincapié en la orientación a la tarea (dar menor importancia a ganar) y en la profesionalización de los profesores o técnicos que realicen las actividades extra-escolares. Varios trabajos recientes han demostrado que tanto en el contexto del deporte de competición como en el del ámbito de la educación física, los niños, los adolescentes, padres, entrenadores y profesores influyen de modo directo e indirecto sobre los objetivos que se planteen (Cecchini, González, Carmona y Contreras, 2004; Duda, 2001; Gutiérrez y García-Ferriol, 2001). A este respecto, Escartí, Roberts, Cervelló y Guzmán (1999), en una investigación realizada con adolescentes deportistas de competición, hallaron relaciones altamente significativas entre la percepción de los adolescentes sobre los criterios de éxito que utilizaban su padres y entrenadores y los criterios de éxito de los propios adolescentes. De este modo, los adolescentes que percibían en sus padres y entrenadores criterios de éxito relacionados con la tarea, adoptaban esta orientación y los que percibían criterios de éxito orientados al ego asumían esta última orientación.

Los profesores tendrían que intervenir mucho más de lo que lo hacen en la programación y planificación de las actividades en estas edades deben ir encaminado a la adquisición de hábitos de práctica de actividad física fuera del horario escolar y que estos perduren en la edad adulta mientras no se aumente la carga lectiva de la asignatura. Multitud de estudios científicos han mostrado que los hábitos de actividad física adquiridos durante la infancia y adolescencia tienden a mantenerse durante la edad adulta (Mendoza y cols., 1994), pero la forma en la que se experimente el ejercicio y el deporte durante la infancia y la adolescencia, tiene un impacto sobre la posterior participación en la edad adulta (National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion, 1997). Para el Colegio Americano de Medicina del Deporte (ACSM, 2006), los programas escolares de Educación Física para niños y jóvenes, ante la baja carga lectiva, deben desarrollarse con la meta principal de promover la adopción de una conducta de ejercitarse a lo largo de la vida con el propósito de mantener y desarrollar una buena condición física asociada a la salud.

Para ello es fundamental establecer una vía de comunicación entre el profesor de educación física y el técnico deportivo, el primero, emitiendo un diagnóstico y recomendando la no realización de determinados tipos de ejercicios, y el segundo, adaptando las actividades para que puedan ser realizadas por el alumno dentro de sus posibilidades.

#### **4. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.**

Anderssen, N. (1993). Perception of physical education classes among young adolescents: Do physical education classes provide equal opportunities to all students? *Health Education Research*, 8 (2), 167-179.

Ara, I., Vicente, G., Moreno, L.A., Gutin, B. y Casajus, J.A. (2009). La obesidad infantil se puede reducir mejor mediante actividad física vigorosa que mediante restricción calórica. *Apunts: Medicina de l'esport*, 44(163), 111-118.



Cecchini, J. A., González, C., Carmona, A. M. y Contreras, O. (2004). Relaciones entre clima motivacional, la orientación de meta, la motivación intrínseca, la autoconfianza, la ansiedad y el estado de ánimo en jóvenes deportistas. *Psicothema*, 16, 104-109.

Committee on Sports Medicine and Fitness and Committee on School Health American Academy of Pediatrics. (2000). Physical fitness and activity in schools. *Pediatrics*. 105(5), 1056-1057.

Duda, J. L. (2001). Achievement goal reserach in sport: Pushing the boundaries and clarifysome misunderstandings. En G. C. Roberts (Ed.), *Advances in motivation in sport and exercise* (129–182). Champaign, IL.: Human Kinetics.

Escartí, A., Roberts, G.C., Cervelló, E. y Guzmán, J. (1999). Adolescent Goal Orientation and the perception of criteria of suces used by significant others. *International Journal of Sport Psychology*, 30, 309-324

García-Ferrando, M. (2010). *Encuesta de hábitos deportivos 2010 - Consejo Superior de Deportes* [www.csd.gob.es/csd/estaticos/.../encuesta-habitos-deportivos2010.pdf](http://www.csd.gob.es/csd/estaticos/.../encuesta-habitos-deportivos2010.pdf)

Gutiérrez, M. y García-Ferriol, A. (2001). *El entorno escolar-familiar y la práctica deportiva en la adolescencia: una aproximación empírica*. En J. Dosil (Ed.), *Psicología y deporte de iniciación*. Ourense: Gersam.

Gutiérrez, M. y Escartí, A. (2006). Influencia de padres y profesores sobre las orientaciones de meta de los adolescentes y su motivación intrínseca en Educación Física. *Revista de Psicología del Deporte*, 15, (1), 23-35.

Gutiérrez, M. y Pilsa, C. (2006). Actitudes de los alumnos hacia la Educación Física y sus profesores. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, vol. 6 (24), 212-229.

Hayne, C.L., Moran, P.A. y Ford, M.M. (2004). Regulating environments to reduce obesity. *Journal of Public and Health Policy*, 25(3-4):391.

Latorre, J. (2006). *El deporte en edad escolar en los colegios públicos de educación primaria de la ciudad de Zaragoza*. Tesis doctoral Universidad de Zaragoza. Tesis inédita.

Marsh, H. y Kleitman, S. (2002). Extracurricular school activities: The good, the bad, and the Nonlinear. *Harvard Educational Review*, 72, 464-514.

Mendoza, R., Sagrera, M.R. y Batista, J.M. (1994). *Conductas de los escolares españoles relacionadas con la salud*. Madrid: C.S.I.C.

Molinuevo, B. (2008). *Actividades Extraescolares y salud mental: estudio de su relación en población escolar de Primaria*. Tesis Doctoral. Universitat Autònoma de Barcelona. Tesis inédita.

Molinuevo, B. (2009). *El temps fora de l'horari lectiu: els recursos a la llar, les activitats i els agents educatius*, en R. Torrubia y E. Doval (coord.). *Família i Educació a Catalunya*, 122-195. Fundació Jaume Bofill.

National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion, Centers for Disease Control and prevention. (1997). Guidelines for school and community programs to promote lifelong physical activity among young people. *Journal of School Health*. 67(6), 202- 219.

Nuviala, A., Salinero, J., García, M., Gallardo, L. y Burillo, P. (2010). Satisfacción con los técnicos deportivos en la edad escolar. *Revista de Psicodidáctica*, 15, (1), 121-135.

Palma, G., Martín, M., Tercedor, P. y Delgado, M. (2010). *Patrones de actividad física en niños y adolescentes* en Redondo, C., González, M., Moreno, L. y García, M. (2010). *Actividad física, deporte, ejercicio y salud en niños y adolescentes*, 145-154. Asociación Española de Pediatría.

Pieron, M., Telama, R., Almond, L. y Carreiro da Costa, F. (1997). Estilo de vida de jóvenes europeos: un estudio comparativo. *Revista de Educación Física*, 76, 5-13.

Reverter-Masià, J. y Barbany, J.R. (2007). Del gimnasio al ocio-salud. Centros de fitness, Fitness Center, Fitness& Wellness, Spa, Balnearios, Centros de Talasoterapia, Curhotel. *Apunts: Educación física y deportes*, 90, 59-68.

Sánchez-Bañuelos, F. (1996). *La actividad física orientada hacia la salud*. Madrid. Biblioteca Nueva.

Telama, R., Yang, X., Laakso, L. y Viikari, J. (1997). Physical activity in childhood and adolescence as predictor of physical activity in young adulthood. *American Journal of Preventive Medicine*, 13 (4), 317-323.

Torre, E. (1997). *La actividad físico-deportiva extraescolar y su interrelación con el área de Educación Física en el alumnado de Enseñanzas Medias*. Granada: Universidad de Granada. Tesis inédita.

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 Bachillerato. *Revista Motricidad*, 3, 109-129.

**Fecha de recepción: 25/2/2013**

**Fecha de aceptación: 2/4/2013**