

Garrido Guzmán, M.E., Castillo Cerda, M.A., Elzel Castro, L.M. y Durán Astorga, T.C. (2011). Las actividades deportivas en estudiantes de primer año medio en Osorno (Chile). Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte vol. 10 (41) pp. 145-163. [Http://cdeporte.rediris.es/revista/revista41/artactividades196.htm](http://cdeporte.rediris.es/revista/revista41/artactividades196.htm)

ORIGINAL

LAS ACTIVIDADES DEPORTIVAS EN ESTUDIANTES DE PRIMER AÑO MEDIO EN OSORNO (CHILE)

SPORTS ACTIVITIES IN FIRST YEAR HIGH SCHOOL STUDENTS IN OSORNO (CHILE)

Garrido Guzmán, M.E.¹, Castillo Cerda, M.A.², Elzel Castro, L.M.³ y Durán Astorga, T.C.⁴

¹ Doctora en Educación Física por la Universidad de Sevilla (España). Profesora Ayudante Doctora de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad de Sevilla (España). Miembro del Grupo de Investigación HUM-507: "Educación Física, Salud y Deporte", mariagarrido@us.es

² Doctora en Educación Física por la Universidad de Jaén (España). Profesora Asociada C del Departamento de Ciencias de la Actividad Física de la Universidad de Los Lagos, Campus Osorno (Chile), acastill@ulagos.cl

³ Doctora en Educación Física por la Universidad de Jaén (España). Profesora Asociada B del Departamento de Ciencias de la Actividad Física de la Universidad de Los Lagos, Campus Osorno (Chile), lelzel@ulagos.cl

⁴ Magíster en Pedagogía y Gestión Universitaria. Profesora de la Universidad Arturo Prat centro Osorno y Puerto Montt (Chile), tattyduran@gmail.com

Clasificación UNESCO 5899 Educación Física y Deporte

Clasificación del Consejo de Europa: 16. Sociología del deporte

Recibido: 2 de septiembre de 2009

Aceptado: 3 de noviembre de 2010

RESUMEN

El objetivo del presente estudio fue conocer y analizar la práctica de actividades físico-deportivas extraescolares de los estudiantes de primer año de Enseñanza Media en la comuna de Osorno (Chile), empleándose un cuestionario como herramienta para la obtención de datos. La investigación reveló cuáles eran los deportes más practicados, los motivos por los cuales algunas personas no los practicaban, así como información no relacionada con la práctica de actividad física, pero que indirectamente podría influir sobre ésta, como por ejemplo: hábito de fumar, beber, tiempo dedicado a ver televisión,

etc. Los resultados principales son comparados con los de otras investigaciones a nivel nacional e internacional.

PALABRAS CLAVE: Deporte, actividades extraescolares, escuela, hábitos deportivos, adolescencia.

ABSTRACT

The paper tries to know and analyze the practices of physical and sport activities at the extracurricular times at the first year high school students (Osorno city, Chile). A questionnaire was employed to data collection. The research reveals whose are the most practiced sport and activities, and the reasons because some people don't practice theses activities. Also, the investigation show us also information not related with the practice of physical and sport activity, but not directly related like: smoke habit, drinking, spent time watching television, etc. The most relevant results of this research had been had compared with de results of other national and international research.

KEY WORDS: sport, extracurricular activities, school, sports habits, adolescence.

INTRODUCCIÓN

Una de las finalidades últimas de la enseñanza de la Educación Física es la de crear hábitos duraderos de actividad física en el alumnado una vez terminado su periodo de escolarización. Para su consolidación, no sólo se les debe ofrecer un gran repertorio de actividades físicas y deportivas que les permitan escoger en un futuro las más adecuadas a sus capacidades e intereses, sino también vincular esa práctica con el conocimiento acerca de las mismas en un marco de actitudes, valores y normas.

Además de estas clases de Educación Física, existen actividades extraescolares deportivas las cuales se han convertido en un complemento de la jornada escolar. Éstas, se realizan fuera del horario escolar y pueden realizarse tanto en los propios centros educativos como en clubes deportivos, aunque en general, las actividades suelen ser las mismas. Según diversos autores, estas actividades extraescolares son consideradas dentro del término de deporte en edad escolar. Concretamente, según Romero (2004), el deporte en edad escolar responde al conjunto de actividades físico-deportivas que se desarrolla en horario no lectivo, dirigidas a la población en edad escolar, y de participación voluntaria. Así pues, y siguiendo con este autor, el deporte en edad escolar ostenta una importancia indiscutible, puesto que constituye un instrumento para el desarrollo de las capacidades físicas, psicológicas, cognitivas y sociales del individuo en esa etapa de la vida. Además, es importante la práctica de estas actividades extraescolares ya que existen diferentes razones por las que los niños suelen practicar actividades extraescolares: por ocio, salud, diversión, competición... Sería ideal entonces,

que las actividades extraescolares deportivas formaran parte de la vida de los estudiantes como una manera más de su formación educativa.

Por todo ello, consideramos elemental motivar e incentivar la práctica del ejercicio físico desde edades tempranas, siendo interesante conocer si realmente los estudiantes hacen uso de la actividad física como parte de su vida cotidiana, o por el contrario la única práctica que tienen se basa en las clases de Educación Física que reciben en el colegio.

Nos pareció necesario entonces efectuar una investigación relacionada con los estudiantes y sus actividades extraescolares deportivas, con el fin de conocer y plasmar la práctica deportiva de los adolescentes según el tipo de colegio al que pertenezcan. Dicha investigación fue realizada en la comuna de Osorno (Chile), en donde existen actividades extraescolares en todo el sistema educativo. Concretamente, nuestro estudio se realizó en 3 colegios, cada uno de ellos pertenecientes a los 3 tipos de establecimientos educacionales que existen: municipalizados, subvencionados y particulares/privados.

El establecimiento municipal seleccionado fue el “Liceo Municipal Rahue”, y corresponde a un establecimiento público de propiedad y financiamiento estatal que constituyen el mayor porcentaje de Chile. Por otro lado, se investigó el “Colegio Santa Marta” el cual es subvencionado. Según Castillo (2009), los subvencionados son establecimientos privados cuya propiedad y administración es privada, pero que reciben financiamiento estatal mediante subvención por alumno matriculado y efectivamente asistiendo a clases.

Finalmente, el tercer colegio encuestado correspondió al colegio particular “Liceo Osorno College” que son aquellos establecimientos privados cuya propiedad, administración y financiamiento corresponde a particulares y a las familias de los alumnos.

OBJETIVOS

- Para el presente estudio, se tuvieron en cuenta los siguientes objetivos:
- Describir la realidad de la educación extraescolar en el primer año medio de la comuna de Osorno.
 - Definir cuáles son los motivos por los cuales los estudiantes practican o no practican actividad física y deportiva extraescolar.
 - Determinar qué deportes son los más practicados por el alumnado y la frecuencia con la que practican dichas actividades extraescolares.
 - Describir el tiempo de ocio de los estudiantes en relación a las horas dedicadas a ver la TV y el consumo de cigarrillos.
 - Identificar las diferencias de hábitos de práctica deportiva de los escolares según el género y el tipo de establecimientos educacional al que pertenezcan.

MATERIAL Y MÉTODOS

Sujetos y material

Se encuestaron durante el mes de Julio de 2009, un total de 244 estudiantes ($n_1=95$ alumnos; $n_2=149$ alumnas) del curso de primer año medio cuyas edades fluctúan entre los 13 y los 16 años. Dichos alumnos encuestados pertenecen al Colegio Santa Marta (79 estudiantes), Liceo Municipal de Rahue (99 estudiantes) y Liceo Osorno College (66 estudiantes).

El material utilizado para responder al objeto de la investigación es un cuestionario de 26 ítems el cual recoge actitudes y opiniones de carácter general, así como distintos datos en relación al deporte. Para la elaboración del cuestionario se tomó como base un instrumento utilizado en una tesis doctoral (Edo, 2001) y posteriormente fue validado para la población de nuestro estudio en cuanto a contenidos por parte de expertos y en cuanto a fiabilidad estadística.

Concretamente se determinó la fiabilidad de la elección de las preguntas a través del índice Alfa de Cronbach que refleja la homogeneidad de los mismos, el cual nos dio como resultado $\alpha = ,726$ valor que sugiere una adecuada relación entre los ítems y un alto poder discriminante.

Análisis estadístico

Los datos fueron analizados con el software SPSS 15.0 para Windows, realizándose un análisis descriptivo, de conglomerados o clusters y análisis de correlación de Pearson, con el fin de determinar el grado de relación entre las variables estudiadas.

RESULTADOS

En primer lugar, hay que mencionar que de los estudiantes encuestados el 12,3% admite que nunca ha practicado deporte durante el curso escolar, y casi el 28% reconoce hacerlo ocasionalmente. Esto nos demuestra que el 40,3% del alumnado encuestado casi no hace deporte durante el curso escolar (tabla 1).

3. Además de la clase de educación física, has practicado deporte de manera regular durante este curso				
	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
6 o 7 días a la semana	10	4,1%	4,1	4,1
4 o 5 días a la semana	21	8,6%	8,6	12,7
2 o 3 días a la semana	63	25,8%	25,8	38,5
1 día a la semana	28	11,5%	11,5	50,0
Sólo 1 día o 2 durante los fines de semana	24	9,8%	9,8	59,8
Ocasionalmente	68	27,9%	27,9	87,7
Nunca	30	12,3%	12,3	100,0
Total	244	100%	100,0	

Tabla 1

Respecto a los estudiantes que sí realizan deporte durante el curso escolar, hemos apreciado una vez analizados los resultados que el motivo principal por el que los estudiantes practican deporte es por diversión, seguido de por adquirir una buena forma física y por razones de salud. Si los diferenciamos por género se distingue que el motivo principal en las mujeres es por adquirir una buena forma física y en los varones es por diversión. Cabe destacar que los varones doblan el porcentaje respecto a las mujeres en la opción de practicar deporte por competir.

En cuanto al motivo por el cual los estudiantes no practican deporte, principalmente señalan que es “porque les quita tiempo de estudio” seguido de “porque no se me dan bien los deportes” y en tercer lugar “porque me da pereza”. Todo ello puede observarse en el gráfico nº 1 y la tabla 2.

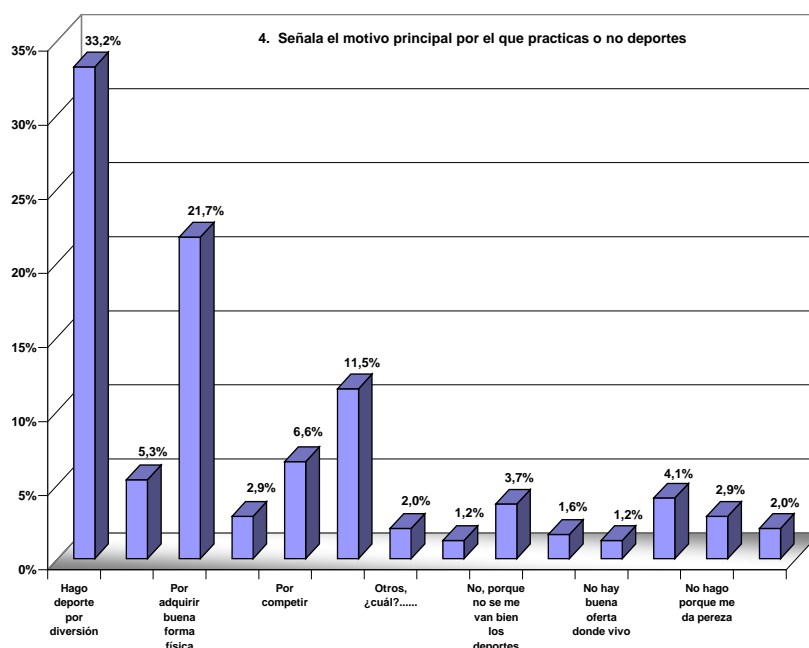


Gráfico 1

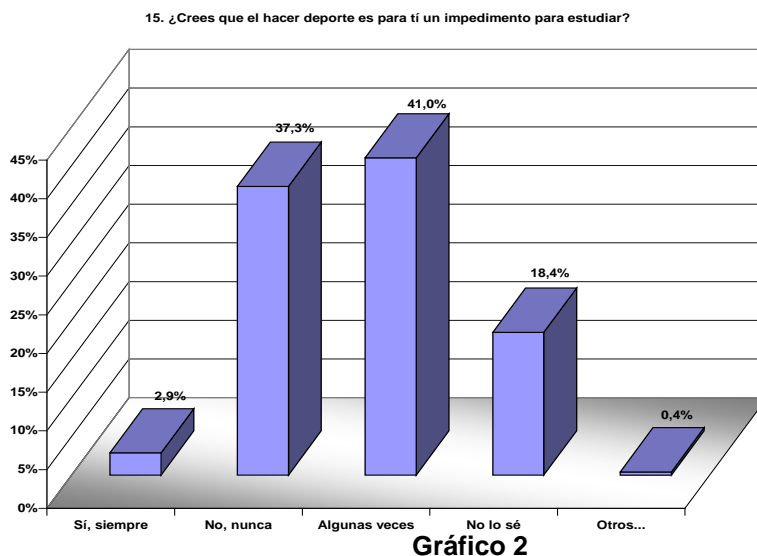
4. Señala el motivo principal por el que practicas o no deportes			
	1. Sexo		Total
	Varón	Mujer	
Hago deporte por diversión	18,4%	14,8%	33,2%
Hago deporte por estar con amigos	2,0%	3,3%	5,3%
Por adquirir buena forma física	5,7%	16,0%	21,7%
Por estética	0,4%	2,5%	2,9%
Por competir	4,5%	2,0%	6,6%
Hago deporte por salud	2,5%	9,0%	11,5%
Otros, ¿cuál?.....	1,6%	0,4%	2,0%
No práctico porque no me gusta	0,4%	0,8%	1,2%
No, porque no se me van bien los deportes		3,7%	3,7%
No hago por problemas de salud	0,4%	1,2%	1,6%
No hay buena oferta donde vivo		1,2%	1,2%
No, porque me quita tiempo de estudio	1,2%	2,9%	4,1%
No hago porque me da pereza	1,6%	1,2%	2,9%
No practico por otros motivos....		2,0%	2,0%
Total	38,9%	61,1%	100,0%

Tabla 2

En cuanto a los deportes más practicados las mujeres realizan en primer lugar voleibol, fútbol, básquetbol y atletismo en un mismo porcentaje, siguiéndole el baile, la danza y el ciclismo. Por otro lado, en los hombres el fútbol ocupa el primer lugar, seguido del básquetbol y por último el atletismo.

Hay que mencionar que el fútbol es el deporte que más se practica en los liceos municipales con un porcentaje superior en relación a los otros tipos de establecimiento educacional.

Respecto a la pregunta ¿Crees que el hacer deporte es para ti un impedimento para estudiar? vemos que el 41,0% de los estudiantes admite que algunas veces sí es un impedimento (gráfico n° 2). Sin embargo en los liceos municipales se destaca el porcentaje de alumnos que reconoce que nunca el deporte es un impedimento para estudiar frente a los que señalan algunas veces.



A continuación, se observa en el gráfico n° 3 que los porcentajes mayores de aquellos que realizan actividad física durante el curso escolar se sitúan en las opciones de ocasionalmente y dos a tres días a la semana.

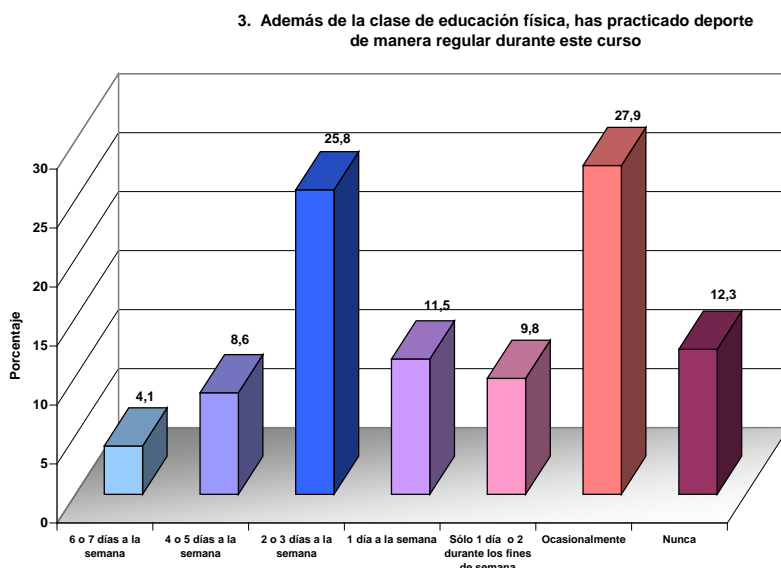


Gráfico 3

Analizando esta pregunta por el tipo de establecimiento educacional vemos que donde los estudiantes realizan menos deporte es en el particular subvencionado pues la mayoría realiza deporte ocasionalmente. Sin embargo en los colegios municipales y particulares-privados la mayoría de los estudiantes que reconocen hacer deporte, lo hacen de dos a tres días a la semana (gráfico n° 4).

3. Además de la clase de educación física, has practicado deporte de manera regular durante este curso

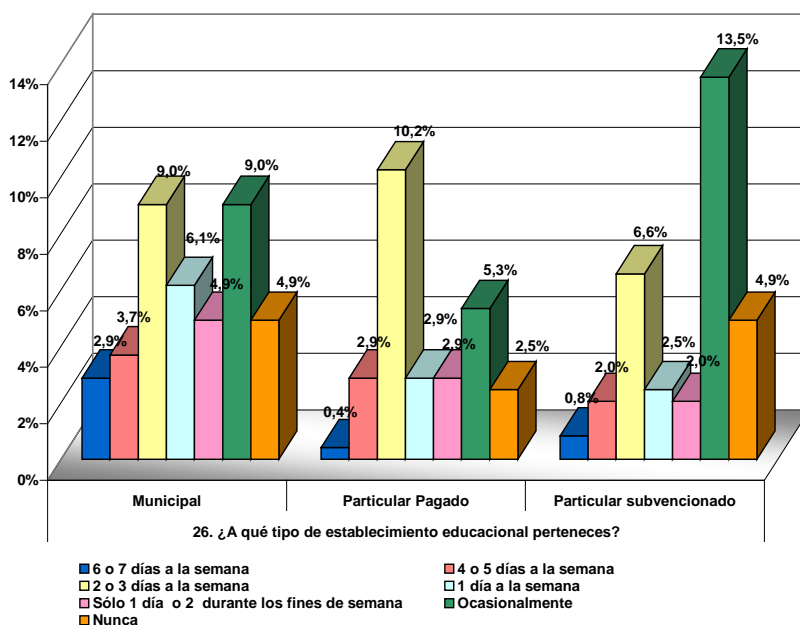


Gráfico 4

Esta misma pregunta con respecto a hombres y mujeres, vemos que el porcentaje más alto en las mujeres se encuentra en la opción ocasionalmente. En el caso de los hombres el porcentaje mayor esta en la practica deportiva de dos o tres días a la semana.

En el gráfico nº 5, se observa la pregunta nº 14 ¿con quién haces deportes habitualmente?. Podemos apreciar que los estudiantes practican deporte principalmente con sus amigos. Le sigue el practicar deporte de manera individual seguido de la opción con los compañeros del colegio.

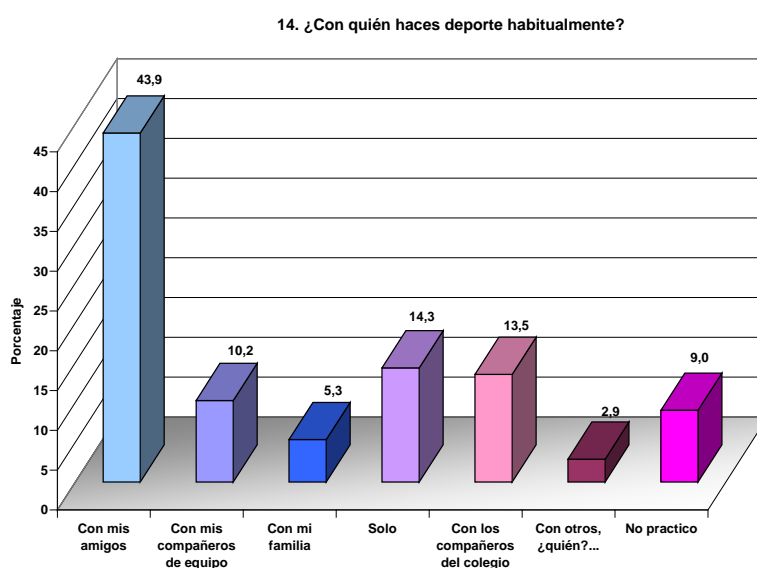


Gráfico 5

Respecto a la pregunta ¿ves la TV o videos? el 41% de los estudiantes reconoce ver la TV de dos a tres horas al día seguido de casi un 37% que la ve 1 horas o menos al día. Además, un 20,5% admite ver la TV 4 horas o más al día. Pensamos que estos porcentajes son alarmantes ya que un 61,5% de los estudiantes ven la TV de dos a cuatro horas o más al día.

En el gráfico nº 6 se observa esta pregunta según el tipo de establecimiento educacional. Hay que destacar que el 13,1% del alumnado que estudia en los municipales está frente a la TV 4 horas o más al día, porcentaje muy superior en comparación con los otros dos tipos de colegios.

20. ¿Ves la TV y videos?

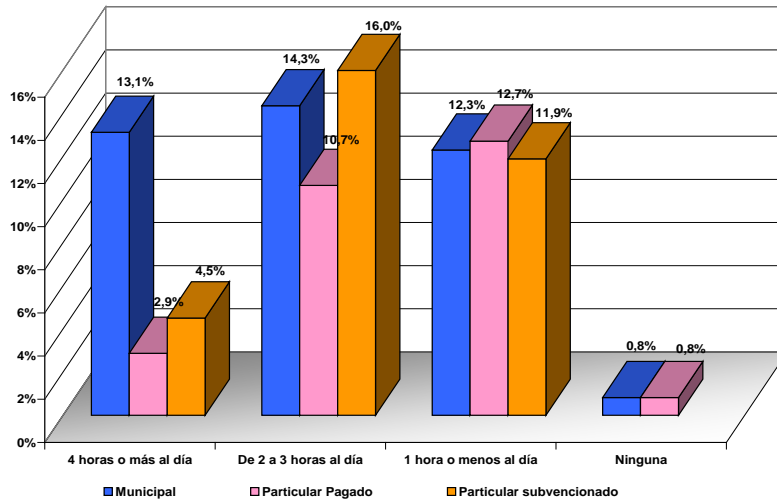


Gráfico 6

A los estudiantes encuestados se les preguntó si fumaban, y un 56,6% admitió que nunca. Sin embargo es significativo que el 52% de las mujeres admite fumar ocasionalmente, frente al 20% de los hombres que dice hacerlo, tal como revela el gráfico n° 7.

21. ¿Fumas?

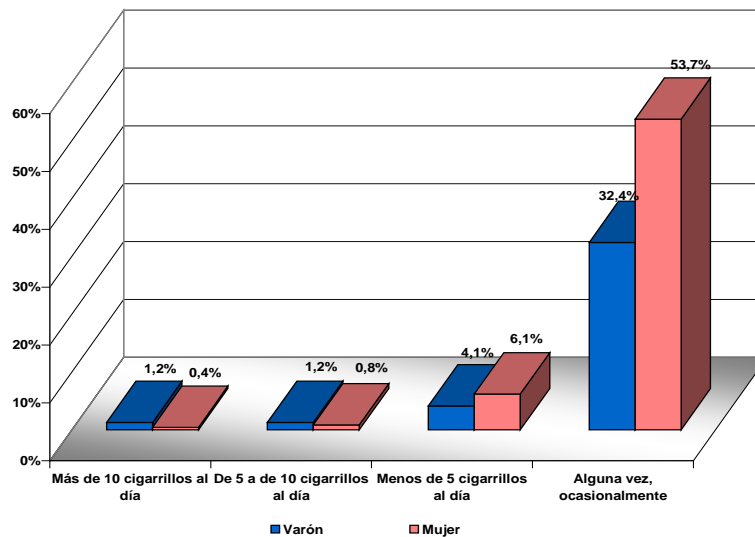


Gráfico 7

En cuanto al tipo de establecimiento educacional, se revela que en los liceos municipales existen más estudiantes que fuman ocasionalmente en comparación con los establecimientos particulares-privados y subvencionados.

A continuación mostramos los análisis correlacionales llevados a cabo, los cuales nos permiten medir el grado de dependencia existente entre dos o más variables mediante la cuantificación por los denominados coeficientes de correlación lineal de Pearson. Los valores del coeficiente de correlación varían entre -1 a 1, lo que significa que los valores mayores indican que la relación es más estrecha y un valor de 0 indica que no existe una relación lineal.

En el gráfico nº 8, podemos observar las diferentes correlaciones entre las variables. Vemos que las que presentan mayor relación son la nº 3 (“¿Además de la clase de educación física, has practicado deporte de manera regular durante este curso?”) con la variable nº 8 (“¿Cuántas horas practicas el día que haces deporte?”) y la variable nº 22 (“¿Fumas?”) con la variable nº 23 (“¿Bebes alcohol?”).

En ambos casos la correlación de Pearson es de 0,507 y 0,550 respectivamente. Estas relaciones aunque no llegan a ser perfectas, son consideradas como relaciones moderadas que tienden a ser altas.

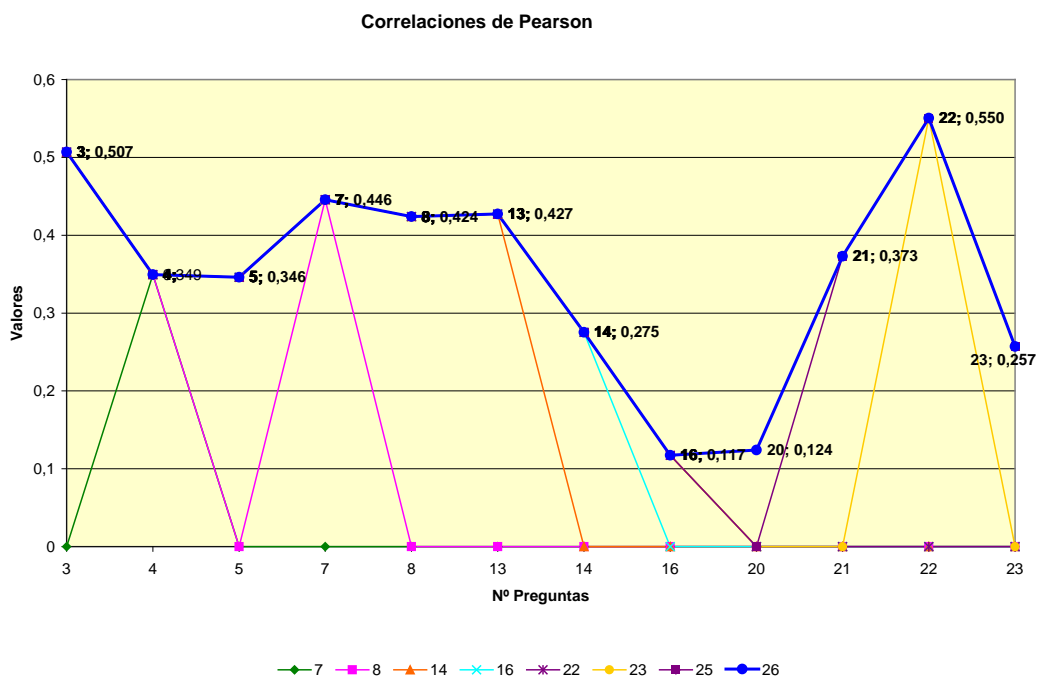


Gráfico 8

DISCUSIÓN

En cuanto a los deportes más practicados por los varones, coincidimos con un estudio de Mollá (2007) realizado con alumnos de 4º curso de Enseñanza Secundaria Obligatoria en Madrid, donde el deporte más practicado correspondió al fútbol. Sin embargo, estos alumnos en segunda instancia se inclinaban más por la natación, el ciclismo y los deportes de raqueta, mientras que en nuestro caso se inclinaron por el básquetbol y el atletismo.

Respecto a las mujeres en el estudio de Mollá (2007) ellas se inclinaban por la danza, el atletismo, la natación y la bici, mientras que en nuestro estudio las mujeres realizan en primer lugar voleibol, fútbol, básquetbol y atletismo.

Según un estudio de Salinas y Vio del Río (2002) relacionado con la promoción de la salud en Santiago (Chile), en una población mayor de 15 años,

el 60% de los hombres y el 80% de las mujeres realizan menos de 15 minutos de actividad física continua dos veces por semana. Comparado con el estudio que hemos realizado, aquí también se aprecia una escasa realización de actividad física ya que los resultados de las encuestas arrojan que el 40,3% del alumnado encuestado casi no hace deporte durante el curso escolar, lo que demuestra que al igual que las personas mayores de 15 años los adolescentes también realizan escasa actividad física.

En dos encuestas de calidad de vida y salud realizadas por el Ministerio de Salud en el año 2000 en Chile con representatividad a nivel regional y urbano-rural, se preguntó cuántas veces se practicaba deporte o alguna actividad física. Los resultados mostraron que el porcentaje de población que no hacía ninguna actividad física era de un 71% y un 73% en ambas encuestas y los que hacían más de 30 minutos tres veces por semana era del 9,4% respectivamente.

En ambas encuestas el sedentarismo es mayor en las mujeres y en los niveles socioeconómicos bajos. Esto último coincide con nuestros resultados, ya que el porcentaje más alto respecto a la pregunta de si los estudiantes hacen actividad física durante el curso, en las mujeres los resultados se encuentran en la opción ocasionalmente.

Por otro lado, existen trabajos como los de Edo (2001), García-Ferrando (2001) o Piéron (2002) en el que se concluyó que más del 50% de las personas que hace deporte se sitúan en una frecuencia que oscila entre los 2 y los 7 días semanales de práctica de actividad recreativa y/o deportiva. En nuestro caso el porcentaje de estudiantes que practica con esa frecuencia es menor ya que se sitúa en un 38,5%.

De diferentes estudios (Casimiro, 1999; Castillo y Balaguer, 2001; Chillón, 2005; De Hoyo y Sañudo, 2007; Edo, 2001; García-Ferrando, 2001; Mollá, 2007; Palou et al., 2005; Piéron, 2002; Rodríguez-Allen, 2000; Torre, 1997) podemos extraer las siguientes consideraciones acerca de los motivos de participación de los jóvenes: en general, las principales causas de motivación se relacionan con la salud, la diversión, el gusto por la actividad y la forma física; en menor medida se suelen señalar argumentos como el hacer amigos, la aprobación social, mantener la línea, demostrar competencia, el gusto por la competición y liberar tensiones.

Más recientemente, Alvariñas et al. (2009), realizaron un estudio en el que se observó que los motivos de participación deportiva se relacionan con la salud, la diversión y el estar en forma, principalmente (más del 95% de las personas consideran estas razones importantes o muy importantes). Apreciamos que los estudios descritos anteriormente concuerdan con nuestros resultados obtenidos en la investigación.

Si observamos el motivo de practica deportiva entre mujeres y hombres, vemos que en el estudio de Hoyo y Sañudo (2007) el principal motivo en las

niñas por el que realizan actividad física es en primer lugar “porque me gusta y me divierto”, en segundo lugar “porque es mejor para la salud y me siento bien” y en tercer lugar “por mantener la línea”. Comparándolo con nuestro estudio, los resultados obtenidos son inversos, ya que el principal motivo en las mujeres resultó ser por adquirir buena forma física y en segundo lugar por diversión.

En algunos trabajos (De Hoyo y Sañudo, 2007; Edo, 2001; Hernán et al., 2004; Mollá, 2007; Rodríguez-Allen, 2000) se especifica claramente que el principal argumento por el que los jóvenes no practican deporte es la falta de tiempo debido a los estudios.

Esto nos debería hacer reflexionar acerca de si los estudiantes tienen mucha carga académica y muchas responsabilidades, lo cual conllevaría a ocupar su tiempo libre en cumplir con estas tareas asignadas, quedando poco tiempo para la práctica de su deporte favorito.

Si tenemos en cuenta además, que se ha señalado como motivo principal para la práctica deportiva la diversión, esto nos revela que si realmente los alumnos contaran con más tiempo o pudieran optar por una práctica deportiva divertida y más atractiva, serían más activos.

Además, los autores Rodríguez-Allen (2000) y García-Ferrando (2001) manifiestan en sus estudios que otras de las principales razones por las cuales los alumnos no practican o abandonan la práctica deportiva suelen ser la pereza, el cansancio y la escasez de instalaciones. Nuestro estudio corrobora dichos motivos ya que en nuestro caso las causas por las cuales los estudiantes no practican deporte son porque les quita tiempo de estudio, porque no se les dan bien los deportes y porque les da pereza.

Esto podría considerarse negativo ya que la actividad física proporciona unas actitudes y hábitos que favorecen un estilo de vida saludable a lo largo de toda la vida de una persona. Pensamos que los niños y jóvenes deben vivir experiencias deportivas que les influyan positivamente para toda la vida, ya que a través de la práctica deportiva adquieren una serie de conductas, comportamientos, conocimientos, habilidades y destrezas motrices.

En cuanto a diferencias entre los tipos de establecimientos educacionales, en un estudio de Torre et al. (2001) se observó que el alumnado que en mayor medida no practicaba nunca actividades físico-deportivas fuera de su centro, era aquél que asistía a centros públicos. En nuestro caso, esto no fue así ya que en el colegio particular subvencionado los estudiantes realizan menos deporte que si estuvieran en un colegio municipal o particular-privado.

Loaiza y Atalah (2006) en una investigación que trataba aspectos relacionados con las horas de educación física programadas en el colegio,

actividad física extraescolar y demás cuestiones relacionadas con hábitos, en escolares de primer año básico de Punta Arenas, se evidenció que estos escolares destinan un número importante de horas diarias a ver televisión (3,0 +- 1,7 horas) y por el contrario un número reducido de horas semanales destinadas a realizar actividad física extraprogramáticas (0,7+-1,4 horas).

Por otro lado, Biddle et al. (2003) en un estudio de 12 a 16 años observaron que los adolescentes veían la TV 1,8 h. diarias durante la semana y 2,7 h. los días del fin de semana. Un 30% de los que más veían la TV eran chicos frente al 25,27% de las chicas.

Currie et al. (2004) en un estudio con sujetos de 11 a 15 años vieron que más de una cuarta parte de los jóvenes declaraba altos niveles de consumo de televisión (4 o más horas al día). En nuestra investigación, se observó que un 61,5% de los estudiantes ven la TV de dos a cuatro horas o más al día, lo que indica que el alumnado dedica muchas horas a ver la TV coincidiendo con los estudios mencionados.

Consideramos entonces, que las actividades extraescolares deberían cumplir un papel importante para evitar el sedentarismo en los jóvenes, a través de una metodología diferente, experiencias formativo-recreativas y en definitiva satisfaciendo las necesidades e interés de los estudiantes, ya que la educación extraescolar es presentada como un complemento a los planes y programas actuales.

CONCLUSIONES

Una vez analizados los resultados obtenidos de nuestro estudio, podemos describir la realidad de la educación extraescolar en el primer año medio de la comuna de Osorno, admitiendo en primer lugar que un gran número de estudiantes encuestados no practica de manera regular actividad física durante el curso escolar.

En relación a los motivos de práctica o no práctica, los alumnos manifiestan que el motivo principal por el que practican deporte es por diversión. Por el contrario, el motivo substancial por el que no realizan actividad física es por falta de tiempo.

Respecto a los deportes más practicados y la frecuencia de práctica deportiva, se ha podido comprobar que el deporte por excelencia más practicado es el fútbol. En cuanto a la frecuencia de práctica de actividad física durante el curso escolar, los porcentajes mayores se encuentran en las opciones de ocasionalmente y dos a tres días a la semana.

En relación al tiempo de ocio, acerca del tiempo dedicado a ver la TV y consumir cigarrillos, se concluyó que más de la mitad de los estudiantes ve la

TV de dos a cuatro horas o más al día y poco más de la mitad admite que nunca ha fumado.

En cuanto a la identificación de las diferencias de hábitos de práctica deportiva de los escolares según el género y el tipo de establecimiento educacional al que pertenezcan, se observa que siguen existiendo diferencias respecto a la práctica deportiva entre hombres y mujeres, como hemos podido ver en cuanto a los motivos e intereses de práctica deportiva e incluso en la preferencia y la elección de deportes.

Así, los hombres prefieren el fútbol, seguido del básquetbol y el atletismo, practicándolo de dos o tres días a la semana, mientras que las mujeres optan por el voleibol, fútbol, básquetbol y atletismo de manera ocasional.

Respecto al alumnado perteneciente a un tipo de establecimiento educacional u otro, también hemos observado diferencias. En primer lugar, en relación a la práctica deportiva, en el colegio particular subvencionado los estudiantes realizan menos deporte que si estuvieran en un colegio municipal o particular-privado.

Además, en el liceo municipal los estudiantes ocupan su tiempo de ocio en ver la TV más horas y además fuman en más ocasiones en comparación con el establecimiento particular-privado y subvencionado.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alvariñas, M., Fernández, M.A. y López, C. (2009). Actividad física y percepciones sobre deporte y género. *Revista de Investigación en Educación*, 6, 113-122.
- Biddle, S., Marshall, S.J., Gorely, P.J., Cameron, N. y Murdey, I.D. (2003). Sedentary behaviors, body fatness and physical activity in youth: A meta-analysis. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 35 (5Supplement 1), 178.
- Casimiro, A. (1999). *Comparación, evolución y relación de 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 Granada.
- Castillo, M.A. (2009). *Análisis de la opinión del profesorado de educación física de la región de los Lagos, sobre el desarrollo de las clases en torno a una modalidad mixta de enseñanza*. Tesis Doctoral. Universidad de Jaén.
- Castillo, I. y Balaguer, I. (2001). Dimensiones de los motivos de práctica deportiva de los adolescentes valencianos escolarizados. *Apunts d' Educació Física i Esports*, 63, 22-29.
- Chillón, P. (2005). *Efectos de un programa de intervención de Educación Física para la salud en adolescentes de 3º de ESO*. Tesis Doctoral. Universidad de Granada.

- Currie, C., Roberts, C., Morgan, A., Smith, R., Settertobulte, W., Samdal, O., et al. (2004). Young People's Health in Context, Health Behaviour in School-aged Children study: International Report from the 2001/2002 Survey. *Health Policy for Children and Adolescents No.4*, WHO Regional Office for Europe, Copenhagen, Denmark.
- De Hoyo, M. y Sañudo, B. (2007). Motivos y hábitos de práctica de actividad física en escolares de 12 a 16 años en una población rural de Sevilla. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 7 (26), 87-98.
- Edo, J.A. (2001). *Adolescencia y deporte en el Principado de Andorra*. Tesis Doctoral. Universidad de Zaragoza.
- García-Ferrando, M. (2001). *Los españoles y el deporte: prácticas y comportamientos en la última década del siglo XX*. Madrid: Ministerio de Educación, Cultura y Deporte. Consejo Superior de Deportes.
- Hernán, M., Ramos, M. y Fernández, A. (2004). La salud en los jóvenes. *Gaceta Sanitaria: Órgano Oficial de la Sociedad Española de Salud Pública y Administración Sanitaria*, 18(1), 47-55.
- Loaiza, S. y Atalah, E. (2006). Factores de riesgo de obesidad en escolares de primer año básico de Punta Arenas. *Revista Chilena de pediatría*, 77(1).
- Ministerio de Salud. Departamento de Epidemiología. Departamento de Promoción de Salud. Encuesta de calidad de vida y salud. Chile, 2000.
- Mollá, M. (2007). La influencia de las actividades Extraescolares en los Hábitos deportivos de los Escolares. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 7(27), 241-225
- Palou, P.; Ponseti, X.; Gili, M.; Borrás, P.A.; Vidal, J. (2005). Motivos para el inicio, mantenimiento y abandono de la práctica deportiva de los preadolescentes de la isla de Mallorca. *Apunts*, 81, 5-11.
- Piéron, M. (2002). *Estudi sobre els hàbits esportius dels escolars d'Andorra*. Andorra: Ministeri d'Educació, Joventut i Esports.
- Rodríguez-Allen, A. (2000). *Adolescencia y deporte*. Oviedo: Nobel.
- Romero, S. (2004). El deporte en Andalucía. En Fraile, A. y otros. *El deporte escolar en el siglo XXI: análisis y debate desde una perspectiva europea* (pp. 117-131). Barcelona. Editorial Graó.
- Salinas, J. y Vio del Río, F. (2002). Promoción de la salud en Chile. *Revista Chilena de nutrición*, 29 suplemento nº1.
- Torre, E. (1997). *La actividad física deportiva extraescolar y su interrelación con el área de educación física del alumnado de enseñanzas medias*. Tesis Doctoral. Universidad de Granada.
- Torre, E., Cárdenas, D. y García, E. (2001). Las percepciones que se derivan de las experiencias recibidas en las clases de Educación Física y su repercusión en el alumnado de Bachillerato. *Revista Motricidad*, 7, 95-112.

CUESTIONARIO PARA ALUMNOS
(Cuestionario adaptado de "Edo, J.A., 2001")

1. Sexo:
 1. Varón
 2. Mujer
2. Año de nacimiento: _____
3. ¿Además de en la clase de educación física, has practicado deporte de manera regular durante este curso?
 1. - 6 ó 7 días a la semana
 2. - 4 ó 5 días a la semana
 3. - 2 ó 3 días a la semana
 4. - 1 día a la semana
 5. - Sólo 1 día o 2 durante los fines de semana
 6. - Ocasionalmente
 7. - *Nunca*
4. Señala el motivo principal por el que practicas o no deporte (Elegir sólo una respuesta)

<ol style="list-style-type: none">1. <input type="checkbox"/> - Hago deporte por diversión2. <input type="checkbox"/> - Hago deporte por estar con amigos3. <input type="checkbox"/> - Por adquirir buena forma física4. <input type="checkbox"/> - Por estética5. <input type="checkbox"/> - Por competir6. <input type="checkbox"/> - Hago deporte por salud7. <input type="checkbox"/> - Otro, ¿cuál?.....	<ol style="list-style-type: none">1. <input type="checkbox"/> <i>No practico porque no me gusta</i>2. <input type="checkbox"/> <i>No, porque no se me dan bien los deportes</i>3. <input type="checkbox"/> <i>No hago por problemas de salud</i>4. <input type="checkbox"/> <i>No hay buena oferta donde vivo</i>5. <input type="checkbox"/> <i>No, porque me quita tiempo de estudio</i>6. <input type="checkbox"/> <i>No hago porque me da pereza</i>7. <input type="checkbox"/> <i>Otros, ¿cuál?.....</i>
---	--
5. ¿Qué deporte o deportes practicas más habitualmente? Numéralos por orden de importancia para ti del 1 al 3.

<ol style="list-style-type: none">1. <input type="checkbox"/> - Aeróbica2. <input type="checkbox"/> - Ajedrez3. <input type="checkbox"/> - Atletismo4. <input type="checkbox"/> - Artes Marciales5. <input type="checkbox"/> - Bádminton6. <input type="checkbox"/> - Basquetball7. <input type="checkbox"/> - Handball8. <input type="checkbox"/> - Baile y danza9. <input type="checkbox"/> - Ciclismo10. <input type="checkbox"/> - Deportes de aventura11. <input type="checkbox"/> - Esquí12. <input type="checkbox"/> - Escalada	<ol style="list-style-type: none">13. <input type="checkbox"/> - Fútbol14. <input type="checkbox"/> - Gimnasia Artística15. <input type="checkbox"/> - Gimnasia de mantenimiento16. <input type="checkbox"/> - Gimnasia Rítmica17. <input type="checkbox"/> - Hockey18. <input type="checkbox"/> - Montaña19. <input type="checkbox"/> - Natación20. <input type="checkbox"/> - Rugby21. <input type="checkbox"/> - Tenis22. <input type="checkbox"/> - Voleibol23. <input type="checkbox"/> - Otro, ¿cuál?...
---	--

24. - *No hago deporte y no creo que me gustara*
25. - *No practico pero me gustaría hacerlo, ¿cuál?.....*
6. ¿Qué otro deporte te gustaría practicar? Observa la lista de deportes anterior y señala aquí, si es el caso, el número que le corresponde.
 1. - Me gustaría practicar el número.....
 2. - Me gustaría practicar otro, ¿cuál?...
 3. - No me gustaría practicar ninguno más.
 4. - No lo sé
 5. - *No practico, pero me gustaría el número.....*
 6. - *No practico y no creo que me guste practicar.*
7. ¿Cuál ha sido la causa que te ha hecho cambiar de deporte, dejar de practicar temporalmente o dejarlo de manera definitiva?
 1. - No lo he dejado, siempre he practicado el mismo deporte

2. – Lo he dejado porque me he aficionado a otro deporte
 3. – Lo he dejado temporalmente por los estudios
 4. – Lo he dejado temporalmente por otros motivos, ¿cuáles?.....
 5. – He dejado el deporte definitivamente por los estudios.
 6. – He dejado el deporte definitivamente por otros motivos, ¿cuáles?.....
 7. - *No he practicado nunca.*
8. ¿Cuántas horas practicas el día que haces deporte?
1. – Más de 2 horas por día
 2. - De 1 a 2 horas
 3. - Menos de 1 hora
 4. - *No practico*
9. ¿En qué época del año haces más deporte?
1. - En verano
 2. - En invierno
 3. - Durante el curso escolar
 4. - Todo el año por igual
 5. - Otros, ¿cuál?.....
 6. - *No practico*
10. ¿En qué instalaciones deportivas o lugar haces el deporte? Señala la que utilizas con más frecuencia (Señala sólo una respuesta)
1. - Instalaciones pública, ¿cuál?.....
 2. - Instalaciones privadas, ¿cuál?.....
 3. - En el centro escolar
 4. - Al aire libre
 5. - Otras, ¿cuál?.....
 6. - *No practico*
11. ¿Quién organiza la actividad deportiva que practicas con mayor frecuencia? (Señala sólo una respuesta)
1. - Chile Deporte
 2. - Liceo, colegio o escuela
 3. - Federación
 4. - Club deportivo
 5. - Yo y mis amigos
 6. - Mi familia
 7. - Otros, ¿quién?.....
 8. - *No practico*
12. ¿Qué tipo de competiciones haces principalmente? (Señala sólo una respuesta)
1. - Participo en competiciones nacionales o internacionales
 2. - Participo en competiciones escolares
 3. - Participo en competiciones regionales
 4. - Participo en competiciones locales
 5. - Practico deporte pero no compito
 6. - Otra ¿cuál?....
 7. - *No practico*
13. ¿Quién te ha influido o animado principalmente para hacer deporte? (Señala sólo una respuesta)

1. - Mi familia
2. - Mis amigos
3. - Liceo, colegio o escuela
4. - Yo mismo
5. - El médico
6. - La federación
7. - Chile Deporte
8. - Otros, ¿quién?.....
9. - No lo sé
10. - *No practico*

14. ¿Con quién haces deporte habitualmente? (Señala sólo una respuesta)

1. - Con mis amigos
2. - Con los compañeros de equipo
3. - Con mi familia
4. - Sólo
5. - Con los compañeros del colegio
6. - Con otros, ¿quién?....
7. - No lo sé
8. - *No practico*

15. ¿Tus padres hacen deporte?

Padre Madre

- | | | |
|-----------------------------|-----------------------------|-------------------------------|
| 1. <input type="checkbox"/> | 1. <input type="checkbox"/> | - Sí, habitualmente |
| 2. <input type="checkbox"/> | 2. <input type="checkbox"/> | - Algunas veces |
| 3. <input type="checkbox"/> | 3. <input type="checkbox"/> | - Ahora no, antes sí lo hacía |
| 4. <input type="checkbox"/> | 4. <input type="checkbox"/> | - No, nunca |
| 5. <input type="checkbox"/> | 5. <input type="checkbox"/> | - No lo sé |

16. ¿Crees que el hacer deporte es para ti un impedimento para estudiar?

1. - Si, siempre
2. - No, nunca
3. - Algunas veces
4. - No lo sé
5. - Otros.....
6. - *No, porque no practico*

17. ¿Cómo influye según tu opinión, la práctica de deporte extraescolar en las notas?

1. - No influye
2. - Se sacan mejores notas
3. - Se sacan peores notas
4. - No lo sé
5. - Influye de otra manera ¿cuál?.....

18. ¿Cuántas horas dedicas al estudio habitualmente al día, sin contar épocas de exámenes?

1. - Más de 2 horas
2. - De 1 a 2 horas
3. - Menos de 1 hora
4. - Nada

19. ¿Cuántos libros lees al mes?

1. - 2 o más
2. - 1 o menos
3. - Ninguno

20. ¿Ves la Tv y videos?

1. - 4 horas o más al día
2. - de 2 a 3 horas al día
3. - 1 hora o menos al día
4. - Ninguna

21. ¿Vas a algún bar, sala de juegos, discoteca?

1. - Más de 4 veces a la semana
2. - De 2 a 3 veces a la semana
3. - Sólo durante el fin de semana
4. - Alguna vez, ocasionalmente
5. - Nunca

22. ¿Fumas?

1. - Más de 10 cigarrillos al día
2. - De 5 a 10 cigarrillos al día
3. - Menos de 5 cigarrillos al día
4. - Alguna vez, ocasionalmente
5. - Nunca

23. ¿Bebes alcohol?

1. - Varios días a la semana
2. - Sólo durante el fin de semana
3. - Sólo de vez en cuando
4. - Nunca

24. ¿Trabajas?

1. - Durante los fines de semana
2. - Durante los fines de semana y vacaciones
3. - En vacaciones
4. - Alguna vez, ocasionalmente
5. - No, nunca

25. ¿Cuántos días a la semana sales a la calle con amigos a charlar, pasear, jugar, etc?

1. - Casi todos los días
2. - De 3 a 5 días por semana
3. - Durante los fines de semana
4. - Sólo de vez en cuando
5. - Nunca