



universidad  
de león



TRABAJO DE FIN DE GRADO EN CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEL DEPORTE  
Curso Académico 2016/2017

MOTIVACIONES E INTERESES HACIA LAS ACTIVIDADES FÍSICO-  
DEPORTIVAS DE LOS ALUMNOS DE F.C.A.F.D EN LEÓN  
MOTIVATIONS AND INTERESTS TOWARDS PHYSICAL-SPORTS  
ACTIVITIES OF STUDENTS OF F.C.A.F.D IN LEÓN

Autor/a: Saray del Horno Rosillo

Tutor/a: Marta Zubiaur González

Fecha:

VºBº TUTOR/A

VºBº AUTOR/A



## INDICE GENERAL

|   |    |
|---|----|
| 1. Resumen/abstract.....  | 4  |
| 2. Introducción.....  | 5  |
| 3. Objetivos y competencias.....  | 8  |
| 4. Método.....  | 10 |
| 4.1.1. Participantes.....   | 10 |
| 4.1.2. Instrumento.....   | 10 |
| 5. Resultados.....  | 13 |
| 5.1.1. La práctica deportiva de los alumnos de la FCAFD.....                                | 13 |
| 5.1.2. Motivos por los que los participantes practican actividad física-deporte.....        | 14 |
| 5.1.3. Motivos por los que los participantes no practican actividad física-deporte.....     | 17 |
| 5.1.4. El cómo, dónde y cuándo de la práctica y por quien está dirigida.....                | 18 |
| 5.1.5. Deporte predominante.....  | 20 |
| 5.1.6. Percepción de sí mismos sobre la práctica.....                                       | 22 |
| 5.1.7. Instalaciones que utilizan los participantes.....                                    | 23 |
| 5.1.8. Instalaciones, promoción y programa deportivo que ofrece la Universidad de León..... | 23 |
| 6. Conclusiones.....  | 26 |
| 7. Valoración personal.....   | 28 |
| 8. Bibliografía.....  | 29 |



## INDICE DE TABLAS Y FIGURAS

|                   |    |
|-------------------|----|
| 1. Tabla 1.....   | 10 |
| 2. Tabla 2.....   | 21 |
| 3. Figura 1.....  | 12 |
| 4. Figura 2.....  | 14 |
| 5. Figura 3.....  | 17 |
| 6. Figura 4.....  | 19 |
| 7. Figura 5.....  | 22 |
| 8. Figura 6.....  | 23 |
| 9. Figura 7.....  | 24 |
| 10. Figura 8..... | 25 |

## RESUMEN

El objetivo de esta investigación consistió en conocer la práctica de actividades físico deportivas de los estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Actividad Física de la Universidad de León y analizar sus motivaciones e intereses hacia dicha práctica. Para ello se utilizó el cuestionario de Motivaciones e Intereses hacia las Actividades Físico-Deportivas (M.I.A.F.D.) (Pavón, 2004), y se aplicó a una muestra de 122 participantes dentro del alumnado de CAFD. Analizando los datos obtenidos con dicha encuesta nos encontramos con numerosas diferencias respecto a la población universitaria en general, así como diferencias y similitudes en cuanto al género e incluso dentro del propio alumnado de CAFD diferencias y similitudes en cuanto al paso del tiempo. Estas diferencias y semejanzas las vamos a comparar y a interpretar en base a la participación de la práctica deportiva, así como los motivos de las mismas, la forma de realizarlas (instalaciones, dónde, cuándo y por quien está dirigida), el deporte predominante, así como la percepción de sí mismos ante la práctica deportiva.

*Palabras Clave:* motivación, deporte, población universitaria.

## ABSTRACT

The aim of this research was to know the practice of sports physical activities of the students of the Faculty of Physical Activity Sciences of the University of León and analyze their motivations and interests towards this practice. For this purpose, the questionnaire on Motivations and Interests for Physical and Sports Activities (M.I.A.F.D.) (Pavón, 2004) was used and was applied to a sample of 122 participants within the CAFD students. Analyzing the data obtained with this survey we find several differences of the student's population in general, as well as differences and similarities in the gender and even between the FCAFD pupils along the years. These similarities and differences we will compare and interpret according to the sport participation, also the reasons, the way they are made (places, where, when and who trains), the prevailing sport and besides themselves perception in the sport practice.

*Keywords:* motivation, sport, University population.



## INTRODUCCIÓN

Actualmente se puede contemplar cómo ha ido incrementando la actividad física y el deporte en la sociedad occidental. Este incremento se debe a múltiples factores entre los que se encuentran, la difusión que se hace de él en los diferentes medios de comunicación y la revalorización de la educación física y el deporte como un método de formar al individuo de forma integral a través de manifestaciones motrices. Otro factor a tener en cuenta es el creciente interés hacia el conocimiento y comprensión de los aspectos que determinan la adquisición del individuo de estilos de vida saludables, activos y persistentes en el tiempo. (Pavón, Moreno, Gutiérrez, Sicilia, 2003).

Así mismo, la actividad física es considerada para la Organización Mundial de la Salud (O.M.S) como un factor influyente y determinante en la salud de la población, y la define como “la estrategia principal en la prevención de la obesidad como cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos y que produce un gasto energético por encima de la tasa de metabolismo basal. Incluye actividades de rutina diaria, como las tareas del hogar y del trabajo”. (Vidarte, Vélez, Sandoval, Alfonso, 2011, p.205).

Además de ser una medida preventiva, la actividad física, ayuda a la cura y forma parte de la terapia de numerosas enfermedades. Por estas razones, Práxedes, Sevil, Moreno, Del Villar y García González (2015) recomiendan que la intervención temprana en esa franja de edad pudiera ser muy útil para prevenir un gran número de enfermedades crónicas (McCracken, Jiles, y Blanck, 2007); es más, consideran que, debido a las diferencias entre hombres y mujeres, las estrategias de promoción de la actividad física deberían prestar un especial énfasis en el género femenino, tratando de ofertar programas que coincidan más con los intereses y preferencias de las mujeres.

Conociendo los beneficios que genera en la salud, buscamos saber los motivos hacia su práctica ya que así podremos ofrecer a la población de manera más eficaz lo que demanda y en la manera que lo demanda. Por todo ello, en algunos estudios se ha investigado la práctica deportiva en base a diferentes edades, como el llevado a cabo por Bellmunt, Canós, Comas y Escolá (1994), donde estipulan que la práctica de la actividad física disminuye con la edad, siendo la etapa dónde comienza este declive en la franja de 18 a 25 años. Esta franja coincide con la etapa universitaria. Al parecer, como demuestran muchos estudios, la entrada en la universidad suele ir acompañada de un descenso de la actividad deportiva debido al tiempo que tienen que dedicar los alumnos al estudio de las materias académicas



(García Ferrando, Llopis, 2011; Pérez, Requena y Zubiaur, 2005; Cambronero, Blasco, Chiner, Lucas-Cuevas, 2015).

Cabe resaltar un estudio llevado a cabo en diferentes países europeos donde se mostró que un elevado porcentaje de estudiantes universitarios (23% - 44%), no practicaban ningún tipo de actividad física en su tiempo libre. (Práxedes et al., 2015).

En estudios llevados a cabo con estudiantes universitarios españoles podemos contemplar cómo solo un 50% de media de la población universitaria lleva una vida activa. En lo referente a la distinción de la práctica con respecto al sexo en los estudiantes universitarios destaca la práctica por parte de la población masculina frente a la femenina, ya que las mujeres permanecen más inactivas (Cambronero et al., 2015). Así mismo otra diferencia en cuanto el género son los aspectos motivacionales, ya que los hombres dan más importancia a aquellos aspectos relacionados con la competición, las relaciones sociales y la superación de sus capacidades físicas, mientras que las mujeres prefieren practicar actividades físicas relacionadas con la mejora de la forma física, salud e imagen corporal (Pavón et al., 2003). Aunque estas diferencias de sexo son mínimas ya que de forma global los estudiantes presentan un interés común hacia la práctica físico-deportiva por motivos ligados a la salud y al bienestar. (Cambronero et al., 2015).

Por otro lado, vemos reflejada la influencia de los estereotipos en la enseñanza de la educación física en una serie de diferencias en base al género de los alumnos. Mientras las mujeres dan prioridad a las actividades de carácter más cooperativo y más colectivo, los hombres se centran más en actividades de carácter más activo y competitivo. Así mismo las chicas perciben menor accesibilidad en las instalaciones deportivas (siendo éstas más adecuadas para el sector masculino). Además, la práctica deportiva de la población femenina es del 60% frente al 90% de los varones. (Pavón y Moreno, 2008)

Los estudiantes de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte (CAFD) muestran un mayor interés, al menos aparentemente; por el deporte, y, por ello, se supone, que su práctica deportiva debería ser mayor que en el resto de las titulaciones. Sin embargo, pese a este mayor interés, el alumnado de CAFD se queja de que una vez que inician la carrera su práctica es menor, así como su forma física. (Pérez, Requena, Zubiaur, 2005). Sería, pues, interesante, comprobar si ocurre o no, lo mismo que en el resto de los universitarios.

El estudio de las características de la práctica deportiva y de las motivaciones, tanto relacionadas con dicha práctica como con otros aspectos de la carrera y de sus salidas profesionales, en los alumnos de la facultad de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte de la ULE, se ha llevado a cabo en diversas ocasiones: en primer lugar, en el año 1990, las



universidad  
de León



profesoras Sara Márquez y Marta Zubiaur, elaboraron un cuestionario sobre hábitos deportivos y actitudes hacia la carrera y el campo profesional que fue distribuido entre los alumnos de primero del, entonces, INEF de Castilla y León (Márquez y Zubiaur, 1990). Posteriormente, Madera y González Boto (2003), licenciados por la Universidad de León, recogieron información de 110 alumnos, también de primero de CAFD, a través de un cuestionario sobre sus opiniones y conocimientos sobre la carrera y sobre sus hábitos de práctica deportiva, de alimentación y salud. Finalmente, una alumna de 5º, Dorleta Pérez, junto con las profesoras Marta Zubiaur y Carmen Requena, obtuvieron información de alumnos de todos los cursos de la carrera sobre su práctica deportiva, sus hábitos de consumo de tabaco y alcohol y su motivación hacia los estudios (Pérez et al., 2005)

Han pasado 12 años y consideramos que sería interesante volver a recabar información de los estudiantes, para conocer si con la importancia que el deporte y la actividad física va adquiriendo en la sociedad y con los nuevos aires educativos que corren en la universidad, los hábitos y motivaciones e intereses de los alumnos en CAFD de la Universidad de León para la práctica de AFD han evolucionado. Esto unido a la búsqueda de las posibles diferencias de género que pudieran darse respecto a la práctica físico-deportiva.



## OBJETIVOS Y COMPETENCIAS

### Objetivos generales:

- Conocer la práctica de actividades físico deportivas de los estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Actividad Física de la Universidad de León.
- Analizar las motivaciones e intereses hacia la práctica de las actividades físico-deportivas de los estudiantes.

### Objetivos específicos:

- Comprobar las diferencias y similitudes en cuanto al género dentro del alumnado de CAFD.
- Conocer el cómo, dónde, cuándo de la práctica y por quien es dirigida dentro del alumnado de CAFD.
- Establecer cuáles son las actividades físico-deportivas más demandadas por el alumnado de CAFD.
- Analizar la percepción del alumnado de CAFD sobre sí mismos en base a la práctica físico-deportiva.
- Conocer la percepción del alumnado de CAFD sobre las instalaciones y el programa de promoción de actividades físico-deportivas de la universidad de León.
- Conocer la influencia de la práctica en la percepción que el alumnado de CAFD tiene de las actividades físico-deportivas propuestas en su universidad.
- Averiguar cuáles son los motivos de abandono de la práctica físico-deportiva de los universitarios.
- Averiguar el deporte predominante del alumnado para así analizarlo en base al género y poder compararlo con otros estudios.

### Competencias:

- Adquirir la formación científica básica para comprender, promover y evaluar la formación de hábitos de práctica de la actividad física y del deporte, orientados al mantenimiento y mejora de la condición física y la salud.





- Reunir e interpretar datos relevantes para emitir juicios que incluyan una reflexión sobre temas relevantes de índole social.
- Interpretar resultados y variables utilizando diferentes métodos.
- Aplicar diferentes principios comportamentales y sociales al campo de la actividad física y deporte.
- Comprender la literatura científica en el ámbito de la educación físico-deportiva.



## MÉTODO

### Participantes

La muestra está compuesta por 122 alumnos de los diferentes cursos de CAFD de la Universidad de León, siendo 35 alumnos del 1er curso, 29 del 2º curso, 29 del 3er curso y 29 del 4º curso. Todos los alumnos participan de forma voluntaria en este estudio.

Los alumnos se encuentran en la franja entre 18 y 26 años predominando los alumnos de 19 años seguidos de los de 21 y en tercer lugar los de 18 años. Así mismo 86 alumnos son varones representando el 70,5% frente a 36 mujeres representando el 29,5%.

Tabla 1: *Distribución por curso y sexo de la muestra de alumnos de la FCAFD que han contestado el cuestionario.*

|           | 1ºcurso | 2ºcurso | 3ºcurso | 4ºcurso | Total |
|-----------|---------|---------|---------|---------|-------|
| Femenino  | 7       | 12      | 9       | 8       | 36    |
| Masculino | 24      | 19      | 21      | 22      | 86    |
| Total     | 31      | 31      | 30      | 30      | 122   |

La única condición para la inclusión de los participantes en la presente investigación era estar matriculado durante el curso 2016-2017 en estudios de grado en CAFD en la Universidad de León. Los motivos de exclusión fueron estar cursando grados que no fueran CAFD, y pertenecer a estudios de máster o doctorado ya que si no habría demasiada dispersión en la edad de los participantes.

### Instrumento

Para conocer los motivos de participación en actividades físico-deportivas de los universitarios de CAFD de León se administró el cuestionario “Motivaciones e Intereses hacia las Actividades Físico-Deportivas” (MIAFD) elaborado por Pavón (2004) con estudiantes de la Universidad de Murcia, y utilizado, posteriormente, en varias investigaciones por diversos autores (Pavón y Moreno, 2006; Pavón y Moreno, 2008;



Cambroner et al., 2015). Hemos elegido este cuestionario por analizar no solo los hábitos deportivos sino también las motivaciones de los estudiantes hacia la actividad física.

Se administró tanto en papel como por correo electrónico, donde los alumnos recibieron una invitación a través del Google drive.

Consta de dos partes claramente diferenciadas.

- La primera contiene 27 preguntas tanto abiertas como cerradas, donde se pretende recoger información sobre el alumno, el tipo de práctica deportiva que realiza, su concepción del deporte y sobre su opinión acerca de las instalaciones y el programa deportivo que oferta la universidad de León.
- La segunda parte trata de conocer las motivaciones que mueven a los universitarios de CAFD hacia las actividades físico-deportivas, subdividiéndolo en tres grupos, los practicantes, los no practicantes y aquellos que practicaban, pero han abandonado su práctica en la actualidad. (Pavón, 2004).

En la Figura 1 se especifican más detalladamente las áreas que componen el cuestionario.

Los datos se recogieron entre los meses de diciembre, enero, febrero y marzo del curso 2016-2017 en la facultad de CAFD de la Universidad de León.

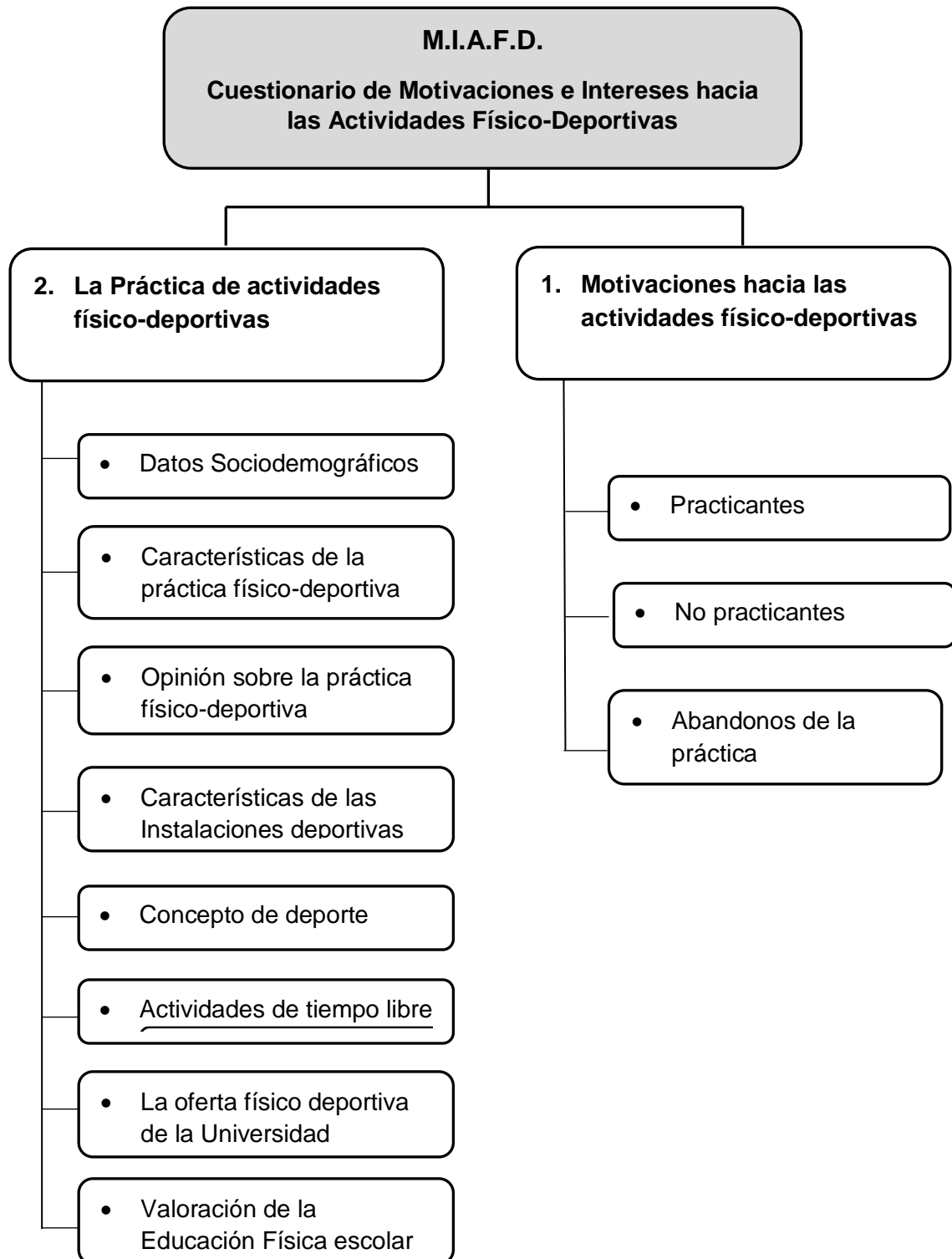


Figura 1: Áreas que componen el cuestionario. (fuente: Pavón, 2004)



## RESULTADOS Y DISCUSIÓN

El análisis de los datos se llevó a cabo utilizando el programa informático Ibm SPSS 21, de dónde se obtuvieron estadísticos descriptivos, como mostramos a continuación:

### La práctica deportiva de los alumnos de la FCAFD

Con respecto al ítem 4 “¿le gusta el deporte?”, se observa que al 100% de los participantes les gusta el deporte, esto parece lógico tratándose de la carrera de Cc de la AF y D., cuyo alumnado elige esta carrera porque le gusta, fundamentalmente, como así lo demuestran los informes de la Oficina de Calidad de la Universidad de León. Sin embargo, lo practican el 89,3% de los integrantes, mientras el porcentaje restante (10,7%) no practica actualmente pero afirma haber practicado. Si lo comparamos con otros estudios como el realizado con el mismo cuestionario con los estudiantes de diferentes facultades de la universidad de Alicante (Cambroneró et al., 2015), el 58.7 % de los alumnos practican alguna actividad físico-deportiva frente al 41.3% que no realiza ninguna, por lo que vemos claramente como la práctica es mucho más elevada en los alumnos de CAFD.

En cuanto al género, dentro de los alumnos de CAFD, no se aprecian diferencias significativas en su práctica, siendo ligeramente superior en las mujeres (91%) frente a los hombres (90,5%). Si lo comparamos con otros estudios, como en el realizado en la universidad de Alicante (Cambroneró et al., 2015) el 75.3% de los hombres practican frente a un 43.2% de las mujeres, podemos observar una gran diferencia ya que en otras facultades destaca la práctica masculina frente a la femenina.

Por lo tanto, nos encontramos ante dos de los subgrupos ya nombrados anteriormente en la segunda parte del cuestionario, los practicantes y aquellos que han practicado, pero ya no practican, descartando al tercer grupo los cuales nunca han practicado.

En lo referente a la práctica deportiva existen más similitudes en cuanto al género entre el alumnado de CAFD que entre participantes de otras facultades, lo que posiblemente esté relacionado con un mayor interés hacia el deporte por parte de las mujeres de nuestra muestra, equiparándose con el de los hombres, en contraposición con lo que ocurre en alumnos de otras facultades dónde el sexo masculino manifiesta un claro mayor interés en el deporte.



### Motivos por los que los participantes practican actividad física-deporte

Entre los diferentes motivos hacia la práctica deportiva (ítem 9) destaca el placer por el hecho de *practicar en sí mismo* con el 65,1% de los participantes, seguido de *jugar mejor que en las prácticas anteriores*, que cuenta con el 58,7% de los participantes, y en tercer lugar, cabe resaltar, *por trabajar duro en la práctica*, con un 48,6% de los participantes (Figura 2)

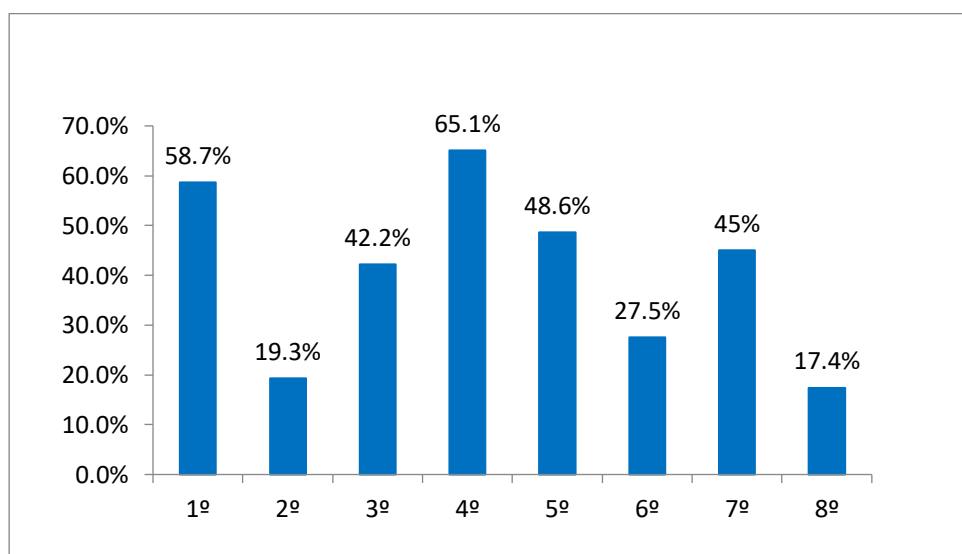


Figura 2. Motivaciones de los participantes. 1º, Jugar mejor que en las prácticas anteriores, 2º, mostrar que soy mejor que otros de mi edad o de mi equipo, 3º, por motivos de salud, 4º, placer por el hecho de practicar en sí mismo, 5º, por trabajar duro en la práctica, 6º, por la tensión de la competición, 7º, por el sentimiento de equipo y por estar con mis amigos y, 8º, por el apoyo y estímulo de mis padres.

Podemos observar, en comparación con otros estudios como el realizado en la universidad de Alicante (Cambrero et al., 2015) , cómo las motivaciones del alumnado de otras facultades son diferentes a las de CAFD en León, ya que en los participantes de dicho estudio destaca como principal motivo de practica: *porque me gusta estar en forma* (85,9%), seguido de *para liberar la energía y las tensiones acumuladas durante el resto del día*



(80,8%) y, ocupando el tercer lugar, *por los beneficios que obtengo para la salud*. Tanto el alumnado de CAFD como el de la universidad de Alicante (Cambronero et al., 2015) dan poca importancia a *la influencia externa de entrenadores, profesores o padres* aunque no con el mismo porcentaje, ya que en el alumnado de CAFD se ve un porcentaje muy superior.

Si comparamos con otros estudios sobre la práctica deportiva con universitarios, vemos que el alumnado de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad de Sevilla prefiere actividades deportivas de carácter recreativo y orientado al mantenimiento o mejora tanto de la forma física como de la salud; y, sin embargo, son similares las principales razones del alumnado para realizar actividades físico-deportivas, siendo la más destacada *mantenerse en forma* seguida de *por motivos de salud* y en un tercer lugar *por la satisfacción personal* también destacan otros motivos relacionados con el ocio (Romero, Ríes, Castañeda, 2012; Castañeda, Campos, 2012)

Por lo que podemos concluir que los alumnos de CAFD muestran mayor interés hacia la práctica en sí y el placer que esta les produce, además de la superación personal y el sacrificio; mientras que a los alumnos de otras facultades les mueven más las razones estéticas y la salud.

Todo ello está directamente relacionado con su práctica, ya que para aquellos que el deporte solo es un medio para estar en forma y no se divierten con su práctica, no lo practicarán ni de la misma forma, ni con la misma frecuencia y muchos casos culminarán con el abandono, por lo que en nuestra labor está la promoción del deporte y la motivación con propuestas adaptadas a todos estos intereses para que no se llegue al abandono. Los motivos de abandono de la población universitaria tanto en los alumnos del CAFD como en otras facultades son la falta de tiempo, motivo evidente si lo asociamos al salto del instituto a la universidad, sin embargo, en alumnos de otras facultades también encontramos motivos como la desgana o la pereza los cuales no se aprecian entre nuestros participantes debido al elevado interés de éstos hacia la práctica deportiva. Así mismo los alumnos de CAFD disponen de un mayor número de licencias federativas y en mayor número practican deporte de forma dirigida por clubes, con lo que se aprecia claramente el interés competitivo hacia la práctica en contraposición de un interés más recreacional por parte de los alumnos de otras facultades.

En cuanto a las similitudes y diferencias motivacionales en función del género destacamos que en ambos influye de forma similar el interés de *jugar mejor que en mis practicas anteriores*, siendo 18 las mujeres que lo señalan (50%) y 46 los hombres (53%), así como el

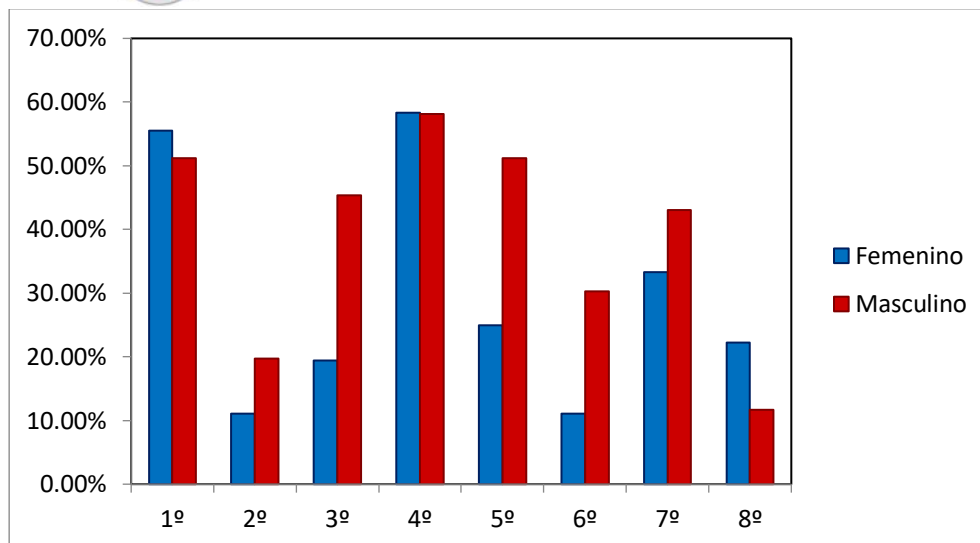


*placer por el hecho de practicar en sí mismo*, siendo 20 mujeres (55,5%) frente a 51 hombres (59%) (Figura 3). Comparándolo con otros estudios como en el alumnado de la Universidad de Alicante (Cambronero, et al., 2015), podemos observar que en ambos géneros destaca *porque me gusta estar en forma*, siendo el 89% de los hombres y 80,9% de las mujeres, seguido de *para liberar la tensión acumulada*, con el 74,8% de los hombres y 84,3% las mujeres y *por diversión y por pasar el tiempo*, siendo 74,6% los hombres y 70,8% las mujeres; lo que implica que aunque sean intereses diferentes en cuanto al alumnado de CAFD frente al de la Universidad de Alicante se aprecian similitudes en cuanto a las motivaciones principales en base al género.

Por otro lado, existen ciertas diferencias motivacionales destacadas en *el interés hacia la salud*, donde el 13,8% de las mujeres marcaron esta casilla frente al 45,3% de los hombres. Así mismo, también se perciben diferencias notorias en *trabajar duro en la práctica*, donde muestran más interés los hombres (51,1%) frente a las mujeres (25%), al igual que ocurre en el *sentimiento de equipo y estar con mis amigos*, siendo 12 mujeres (33,3%) frente a 37 hombres (43%). El resto de las motivaciones se encuentran muy equiparadas en ambos sexos, siendo 4 participantes mujeres (11%) las que marcaron el interés de *mostrar que soy mejor que otros de mi edad* frente a 17 participantes hombres (19,7%), 4 mujeres (11%) las que afirmaron *moverse por la tensión de la competición* frente a 15 hombres (17,4%), y, por último, 7 mujeres (19,4%) las que afirmaron motivación por *el apoyo y estímulo de mis padres* frente a 14 hombres (16,2%) (Figura 3).

Sin embargo, en los universitarios alicantinos podemos destacar que el 58,9% de los participantes masculinos practican deporte atraídos por la competición ante el 15,7% de las participantes femeninas (Cambronero, et al., 2015). Esto es una clara diferencia respecto al alumnado en CAFD puesto que la motivación hacia la competición está más equiparada en cuanto al género.





*Figura 3.* Motivaciones de los participantes en función del sexo. 1º, Jugar mejor que en las prácticas anteriores, 2º, mostrar que soy mejor que otros de mi edad o de mi equipo, 3º, por motivos de salud, 4º, placer por el hecho de practicar en sí mismo, 5º, por trabajar duro en la práctica, 6º, por la tensión de la competición, 7º, por el sentimiento de equipo y por estar con mis amigos y, 8º, por el apoyo y estímulo de mis padres.

Por otro parte, las actividades que los participantes afirmaron que más les gusta realizar en su tiempo libre (ítem 20) fueron las actividades deportivas (80,3%), motivo por el cual se explica el índice tan alto de los participantes que realizan actividad físico-deportiva entre otros. A esta actividad le siguen las aficiones personales (23,8%), actividades sociales (19,7%) y por último actividades culturales (9%).

### **Motivos por los que los participantes no practican actividad física-deporte**

En contraposición del apartado anterior vamos a analizar los motivos por los cuales los participantes no practican actividad física-deporte (ítem 29). De los participantes que no practican (13 participantes) destacamos la razón principal debido a *porque quita tiempo para el estudio* (23%), seguido de *es difícil acceder al deporte* (15,3%) y de *otros motivos* (15,3%). Si esto lo comparamos con otros estudios, como el realizado en la Universidad de Oviedo por universitarios de diferentes facultades, vemos que las principales razones son la *falta de tiempo*, la *pereza* y la *falta de instalaciones*, podemos comprobar como dos de las tres razones principales son similares en la población universitaria tanto de C.A.F.D como en otras facultades (Cecchini, 2008). Esto tiene mucho sentido en la población universitaria, ya



que la disposición de tiempo libre que se tiene en edades escolares es mucho mayor, y el cambio conlleva en algunos de los casos al abandono de la actividad física.

### **El cómo, dónde y cuándo de la práctica y por quien está dirigida**

En relación al ítem 17, “Estás federado o asociado a través de alguna organización deportiva”, el 59,3% de los participantes realizan actividad físico deportiva de forma federada frente al 40,7% que no están federados. De este segundo grupo, 37 de los participantes han estado federados alguna vez aunque ahora no lo estén (77,1%), y solo 11 afirman no haber estado nunca federados (22,9%). Si lo comparamos con otros estudios como el de la universidad de Sevilla (Romero, et al., 2012), donde el 26% de los participantes afirma tener licencias federativas frente al 74% que no, podemos observar cómo los estudiantes de CAFD presentan un mayor número de licencias, lo que implica que no solo realizan más deporte, como ha quedado constatado anteriormente, sino que en mayor número compiten.

A sí mismo, más de la mitad de los participantes realiza actividad físico deportiva como una *actividad dirigida en un club federado* (56,9%), seguido de realizarlo *por su cuenta en compañía de sus amigos* (45,9%). En tercer lugar, los participantes afirman que realizan *actividad física por su cuenta* (42,2%), seguido de como *actividad dirigida en la universidad* (20,2 %) y por último, como *actividad dirigida en un gimnasio* (10,1%) (Figura 4)

Comparándolo con otros estudios, como en el de la Universidad de Sevilla (Romero, et al., 2012), donde los participantes prefieren realizar actividad físico-deportiva *con amigos* (63,3%) seguido de *por su cuenta* (53%). Por otro lado podemos observar cómo los estudiantes de la Universidad de Galicia prefieren realizar actividad físico-deportiva solos (34%) o en grupo (32%) (Alonso, García, 2010). Podemos observar similitudes en cuanto a las preferencias de realizar actividad física con amigos tanto en el alumnado en CAFD como en el alumnado de educación de Sevilla destacando como diferencia que el alumnado en CAFD se decanta más por actividades dirigidas en clubes de forma federada.

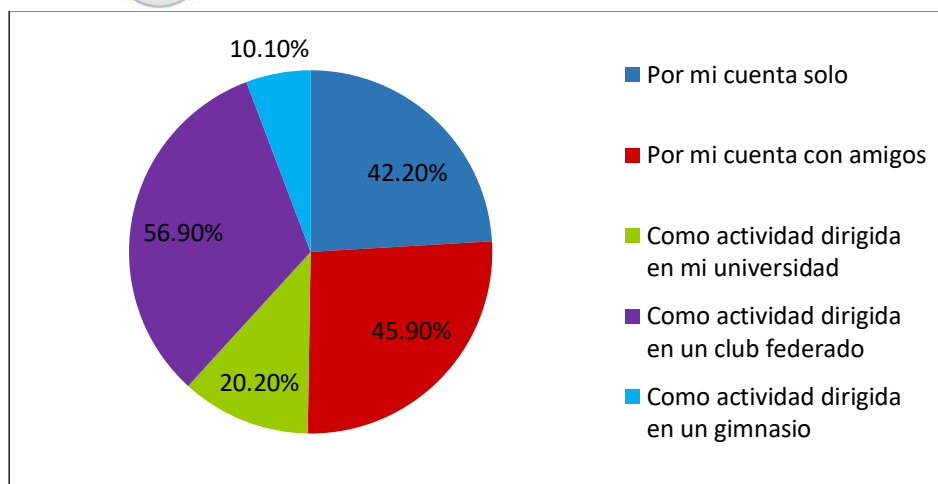


Figura 4. Respuesta de los alumnos al ítem 10 “¿Cómo practica?”

En cuanto a la franja horaria (ítem 14), es muy diversa entre los participantes de ambos sexos siendo predominante su práctica por la tarde, destacando los lunes (73,1%) y miércoles (73,1%), seguido de los jueves (64,8%) y viernes (64,8%), ocupando un tercer lugar el sábado (58,3%) seguido de los martes (56,5%) y por último el domingo (38%). Comparándolo con otros estudios como en el de la universidad de Sevilla (Romero, et. al., 2012), se aprecia que la franja horaria es muy similar destacando la práctica a partir de las 20:00 y entre semana. Podemos comprobar como los estudiantes de CAFD realizan no solo más actividad física sino con más frecuencia contando con una media 4 días semanales igual o por encima de 1 hora y media. Contrastándolo con los universitarios de diferentes facultades de Extremadura donde el 51.38% de los participantes no cumple las recomendaciones internacionales de AF saludable, vemos un claro desnivel. (Práxedes, et. al., 2015).

Por otro lado resaltamos que la práctica deportiva de los participantes se encuentra dirigida en su mayoría (ítem 16) por un entrenador deportivo (47,7%), seguida de sin nadie que les dirija (24,8%) y de licenciados en CAFD (20,2%). A la cola nos encontramos con monitor deportivo (7,3%), técnico de grado superior T.A.F.D (7,3%) y maestro especialista en E.F (5,5%). Comparándolo con otros estudios como en el propuesto por la universidad de Murcia (Pavón, Moreno, 2006) observamos como destaca *no me dirige nadie* (52,6%) seguido de ser dirigidos por un monitor deportivo (18,8%), con lo que apreciamos que las practicas físico-deportivas del alumnado de CAFD se encuentran más dirigidas y supervisadas que por el alumnado universitario de otras facultades.



### Deporte predominante

En relación al ítem 7 sobre la actividad deportiva que practican, en ambos sexos vemos una gran variedad de deportes y prácticas deportivas destacando el fútbol. En cuanto a las diferencias, podemos observar que en el género masculino destaca más la práctica deportiva en gimnasios (fitness), fútbol sala y artes marciales siendo ligeramente menor en mujeres. Así mismo, podemos observar cómo los chicos prefieren deportes colectivos que individuales, siendo lo opuesto en las chicas: 23 de las participantes femeninas practican deportes individuales frente a 9 que practican deportes colectivos y 4 no practica ningún deporte. En el caso de los hombres, 41 de los participantes practican deportes colectivos frente a 39 individuales y 9 que no practican.

Los deportes más practicados por nuestros estudiantes (ítem 7) se encuentran descritos en la Tabla 2 y dividido por sexos, destacando de manera clara el fútbol en los chicos, y siendo también el más practicado en las chicas. Cabe destacar la amplia variedad de deportes que se practican en la Facultad viendo el alto porcentaje de respuestas que aparecen en la categoría *otros*.

Si esto lo comparamos con otros estudios (Pavón, Moreno, 2008) podemos apreciar cómo las preferencias de las mujeres son también los deportes individuales y los hombres se decantan por los colectivos, aunque, no en la misma proporción, ya que según un estudio realizado por la universidad de Murcia (Pavón, Moreno, 2008) el 54,9% de los hombres prefería los deportes colectivos frente al 14,1% de las mujeres. En dicho estudio el fútbol estaba en primer lugar en cuanto a las preferencias de los varones (41,6%) en cambio las mujeres preferían el fitness (42,9%) en primer lugar, aquí apreciamos una diferencia relevante en cuanto a las preferencias del alumnado en CAFD, ocupando el fútbol la primera posición tanto hombres como en mujeres. Así mismo, los participantes masculinos dentro del alumnado de CAFD se decantan más que las féminas por actividades fitness y gimnasio, siendo a la inversa en otras facultades. (Pavón, Moreno, 2008).



Tabla 2. Deportes más practicados por sexo.

|                  | Fútbol   | Baloncesto | Fútbol sala     | Atletismo | Triatlón | Fitness |
|------------------|----------|------------|-----------------|-----------|----------|---------|
| <b>Femenino</b>  | 18,75%   | 6,25%      | 3,10%           | 9,37%     | 12,50%   | 6,25%   |
| <b>Masculino</b> | 36,84%   | 6,58%      | 7,89%           | 2,63%     | 1,31%    | 7,89%   |
|                  | Natación | Running    | Artes Marciales | Balonmano | Ciclismo | Otros   |
| <b>Femenino</b>  | 6,25%    | 6,25%      | 6,25%           | 0,00%     | 3,10%    | 21,87%  |
| <b>Masculino</b> | 1,31%    | 5,26%      | 7,89%           | 3,96%     | 5,26%    | 13,16%  |

Sin embargo, en un estudio realizado en la facultad de C.F.D en León en el año 1990 por Sara Márquez y Marta Zubiaur, el deporte dominante de los alumnos tanto hombres como mujeres fue el atletismo, siendo un 57% en varones y 38% en mujeres. Después del atletismo por parte de los chicos destacan el fútbol y el baloncesto y por parte de las chicas la gimnasia rítmica y la natación. Esto corrobora, lo que bien hemos dicho antes que coincide tanto en el estudio actual como en estudios en diferentes facultades, que los hombres se decantan más por los deportes colectivos y las mujeres por los individuales. Por otro lado, vemos una clara diferencia respecto a las preferencias deportivas de los alumnos de C.A.F.D actuales si lo comparamos con las de hace años, ya que actualmente las diferencias de género se ven ligeramente mermadas. Aunque en ambos estudios, destaque la misma preferencia deportiva en base al género, los siguientes deportes más practicados son completamente diferentes en el estudio anterior, y más similares en el presente trabajo. Esto puede ser debido a que actualmente en los países occidentales se está promoviendo el deporte femenino en modalidades que anteriormente la sociedad veía con roles masculinos, aunque los sigue habiendo ligeramente. Además actualmente se destinan más fondos para el deporte femenino y la calidad del entrenamiento ha evolucionado de forma positiva. Por otro lado, el cambio mencionado del atletismo al fútbol en las preferencias deportivas de los alumnos de nuestra titulación dicha preferencia, tanto de hombres como de mujeres, puede ser debido a múltiples factores: un cambio en las tendencias deportivas, un cambio en las preferencias de los alumnos de C.A.F.D, a la influencia de los medios de comunicación, no se sabe a ciencia cierta. No obstante, en los trabajos posteriores de



Madera y González Boto en 2003, así como el de Pérez, Requena y Zubiaur, en 2005, con alumnos de esta titulación de la Universidad de León, el fútbol ya aparece como el deporte más practicado, pasando el atletismo al segundo puesto.

Analizando el deporte predominante en cuanto al género, se puede concluir que la desigualdad existente, bien sea por las oportunidades brindadas o por las diferencias culturales, se ve minimizada en las sociedades occidentales actuales siendo cada vez menores las diferencias en la elección de la práctica deportiva.

### Percepción de sí mismos sobre la práctica

Si observamos la figura 5, sobre la respuesta de los alumnos a su nivel de práctica deportiva (ítem 15), vemos que el nivel es muy similar en chicos y chicas, y que la mayor parte de los participantes (71,87% de las chicas y 71,43% de los chicos) consideran que su nivel de práctica es avanzada frente a una minoría expertos (18,75% chicas y 15,58% chicos) y principiantes (9,40% chicas y 12,99% chicos).

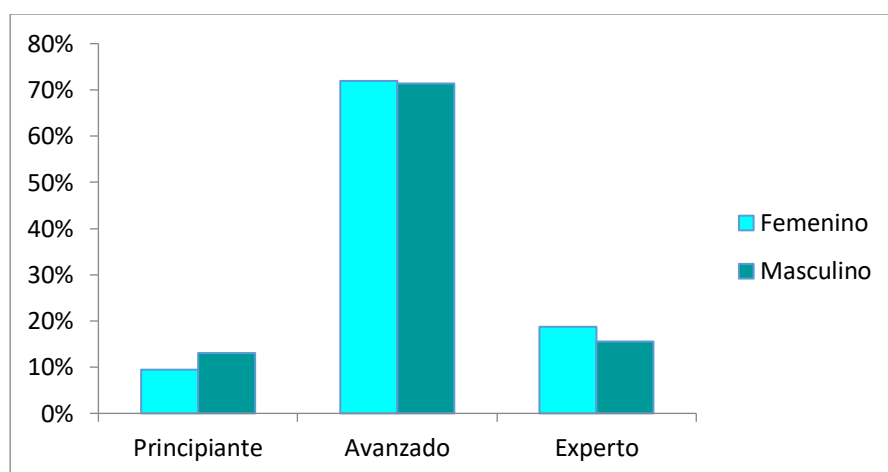


Figura 5. Respuesta de los alumnos al ítem 15 sobre su nivel de práctica deportiva en función del sexo.

En cuanto a la percepción individual de los participantes hacia la práctica (ítem 29), podemos observar cómo más de la mitad (67,2%) se siente *competente para la actividad física o deporte*, seguido de la opinión de *dominar con eficacia la práctica físico-deportiva* (41%), en tercer lugar, *piensan que los demás les ven coordinados* (17,2%) y, en la última posición, *piensan que no se las da bien la práctica físico-deportiva* (1,6%).

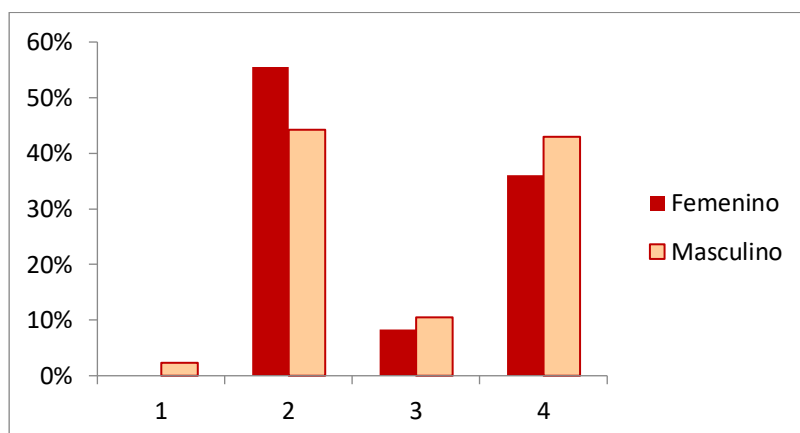


Figura 6. Respuesta de alumnos y alumnas al ítem 29, siendo 1, *No se me da bien la práctica deportiva*; 2, *Me siento competente para la práctica de la actividad física o deporte*, 3, *Los demás piensan que soy coordinado cuando práctico actividad física o deporte*; 4, *Domino con eficacia la práctica de actividad física o deporte*.

### Instalaciones que utilizan los participantes.

En relación al ítem 11 sobre “qué instalación/es utiliza”, predominan los participantes que utilizan instalaciones en un club o gimnasio privado (50,5%), los lugares públicos son instalaciones muy cotizadas ya que ocupan el segundo lugar (43,1%), seguido de instalaciones de la universidad (36,7%) y del ayuntamiento (35,8%). Por último las instalaciones menos utilizadas por nuestros participantes son en su propia casa (21,1%) e instalaciones de colegio o instituto (2,8%).

Por otro lado, hemos clasificado las instalaciones en dos grandes grupos: instalaciones cubiertas e instalaciones al aire libre. Podemos observar cómo no existen apenas diferencias a la hora de utilizar una instalación u otra, destacando que en más de la mitad de los casos utilizan las dos. El 64,2% de los participantes (70) afirman utilizar instalaciones cubiertas, 66 de los participantes las utiliza al aire libre (60,6%).

### Instalaciones, promoción y programa deportivo que ofrece la Universidad de León

En relación al ítem 21, 80 de los participantes afirma que la universidad le ha motivado para realizar alguna actividad físico-deportiva (65,6%) frente a 42 que afirma que no (34,4%), a pesar de ello 49 de los participantes que afirman que la universidad le ha motivado a la



realización de actividad físico-deportiva, no ha experimentado ningún cambio en cuanto a su actividad, tan solo 31 de ellos ha afirmado haber experimentado un cambio.

Centrándonos en los motivos de estos 31 participantes destacamos *mi percepción sobre la práctica ha cambiado* (51,6%), seguido de *ofertas más amplias* (35,5%) y, por último, *programas motivantes* (12,9%).

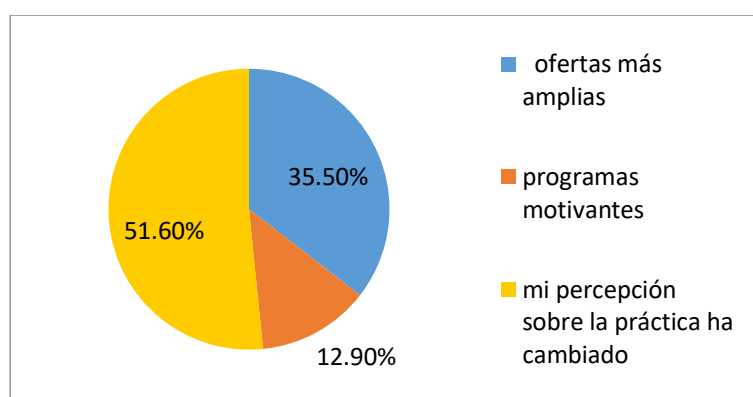


Figura 7. Motivos por los cuales ha cambiado la práctica de los alumnos a través de la universidad.

La mayor parte de los participantes considera que la oferta deportiva de la Universidad de León satisface su práctica (68%). Sin embargo también afirman que no son suficientes las instalaciones (64,8%). Entre los participantes que opinan no ser suficientes las instalaciones anotan que deberían de mejorarse las instalaciones cubiertas en primer lugar (46,9%), seguido de todas (37%), piscinas cubiertas (24,7%) e instalaciones al aire libre (16%).

Así mismo, 62 de los participantes opinan que las instalaciones de la universidad no son de calidad frente a 60 que opinan que sí lo son. Las razones por las cuales los participantes opinan que no son de calidad se deben a la antigüedad de las instalaciones y materiales; y a la falta de los mismos.



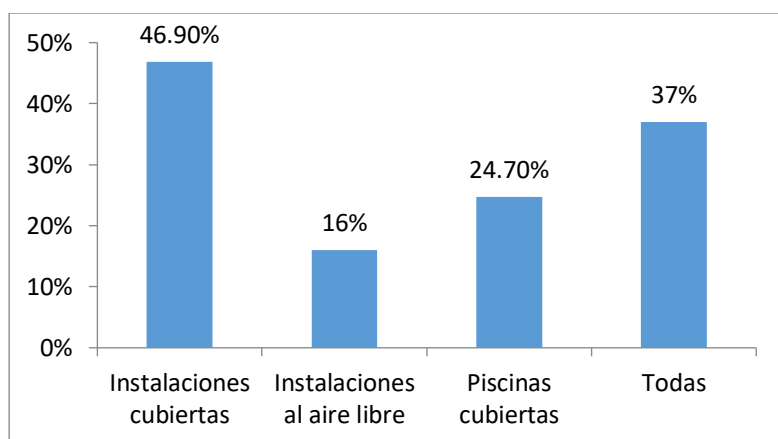


Figura 8. Instalaciones a mejorar.

Por otro parte, 118 de los participantes consideran interesante que la universidad ofrezca créditos relacionados con la educación física y deporte (96,7%), frente a una minoría a la que no (3,3%). Las razones por las cuales los participantes están de acuerdo con este tipo de oferta es, principalmente, *por el hecho de hacer deporte*, seguido de *por conseguir créditos*, entre otras.

## CONCLUSIONES

En este estudio pretendíamos conocer la práctica de actividades físico deportivas de los estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Actividad Física de la Universidad de León, así como analizar las motivaciones e intereses hacia la práctica de las actividades físico-deportivas de los estudiantes; y, según los resultados obtenidos podemos llegar a las siguientes conclusiones:

1. Como era de esperar la práctica físico-deportiva de los alumnos de CAFD de la universidad de León es muy superior a la práctica de la población universitaria, ya que muestran un mayor interés.
2. Así mismo los motivos por los cuales nuestros participantes realizan deporte son muy diferentes respecto a la población universitaria en general, pudiendo concluir que nuestros participantes se mueven más por motivos de placer hacia la práctica en sí o por el afán de superarse contrapuestos a los de la población universitaria de otras facultades que se mueven más por los beneficios que el deporte trae, como estar en forma principalmente.
3. la percepción que tienen nuestros participantes de sí mismos hacia la práctica es muy positiva, ya que se ven competentes para ello, por lo que podemos deducir que en sus experiencias previas con el deporte, sus habilidades frente a otras poblaciones han sido superiores o satisfactorias.
4. Actualmente la percepción mayoritaria de nuestros participantes sobre el programa de promoción de actividades físico-deportivas de la Universidad de León es positivo, aunque echan en falta mayor número instalaciones y de mejor calidad
5. Los alumnos afirman que la Universidad les motiva a la realización de actividad física pero, paradójicamente, no han modificado su práctica ni han permitido que la Universidad influya en ella.
6. En cuanto al género, las similitudes son muy superiores a las diferencias Sin embargo, cabe resaltar el mayor interés que muestran los hombres por el sacrificio y el trabajo duro, el sentimiento de grupo/equipo y la salud; frente a las mujeres que muestran menos estos intereses.
7. Las actividades físico-deportivas más demandadas por el alumnado de CAFD son muy diversas y similares en cuanto al género, destacando los deportes de equipo en ambos sexos,



universidad  
de león



8. En cuanto al deporte predominante podemos observar cómo ha cambiado en los alumnos de CAFD de este curso (fútbol) frente a los de hace 27 años (atletismo) pudiendo ser debido a cambios en las modas sociales.



## VALORACIÓN PERSONAL

El presente trabajo proporciona información sobre aspectos motivacionales hacia la actividad física y el deporte en un ámbito concreto, alumnos de CAFD en León, que no ha sido muy estudiado anteriormente, debido a ello aporta un conocimiento útil dentro el campo psicológico-sociodemográfico. Hay pocos estudios que abarquen y analicen con exactitud los motivos por los cuales los estudiantes de CAFD se mueven a la hora de realizar ejercicio físico por lo que deberían realizarse más y de forma diversa en diferentes ciudades y países, con el mayor número de muestras posibles, para que puedan ser comparados y sacar más aspectos en claro.

Es necesario conocer la demanda de intereses deportivos de todo tipo de poblaciones para poder así ofertarla y, en concreto, este trabajo, se basa en la población deportista más concretamente en el alumnado de CAFD de León, que como se da por hecho que ya hay una mayor motivación no se ha indagado mucho en el tema.

Personalmente este trabajo me ha llevado a cuestionarme aspectos motivacionales en los que no hubiera reparado, así como aportarme conocimientos al respecto. Así mismo gracias a la realización de este trabajo he aprendido a llevar a cabo un estudio sociodemográfico en mi ámbito, la actividad físico-deportiva.

En última instancia, quería agradecer a los alumnos de la Facultad que han respondido al cuestionario y a mi tutora Marta Zubiaur, la que me ha ayudado en todo el proceso.



## BIBLIOGRAFIA

- Alonso, D., y García, J.L., (2010). Motivación hacia la práctica físico-deportiva de universitarios gallegos. *Revista de Investigación en Educación*, 8, 128-138.
- Cambronero, M., Blasco, J.E., Chiner, E., y Lucas-Cuevas, A.G., (2015). Motivos de participación de los estudiantes universitarios en actividades físico-deportivas. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 2(10), 179-186
- Castañeda, C., y Campos, M.C, (2012). Motivación de los estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación (Universidad de Sevilla) hacia la práctica de actividad físico-deportiva. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 22, 57-61.
- Cecchini, J.A., y González, C., (2008). Motivos por los que los estudiantes universitarios no practican deporte. *La investigación e Innovación*, 8, 199-208.
- García Ferrando, M., y Llopis, R. (2010). *Ideal democrático y bienestar personal. Encuesta sobre los hábitos deportivos en España 2010*. Madrid: CIS
- Madera, E., y González Boto, R. (2003). Del INEF a la Facultad: motivaciones, conocimientos, consideraciones y hábitos de los alumnos de primer curso de la licenciatura en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte de la Universidad de León. En: Márquez, S., *La Psicología de la Actividad Física y el Deporte: Perspectiva Latina*, 425-432. Universidad de León.
- Márquez, S., y Zubiaur, M. (1990). Actitudes, intereses y opiniones de los estudiantes del INEF de Castilla y León. *Perspectivas de la Actividad Física y el Deporte*, 4, 27-31.
- McCracken, M., Jiles, R. y Blanck, H.M. (2007). Health Behaviors of the Young Adult U.S. Population: Behavioral Risk Factor Surveillance System, 2003. *Preventing Chronic Disease*, 4(2), 25-40.
- Pavón, A. (2004). *Motivaciones e intereses de los universitarios murcianos hacia la práctica físico-deportiva*. Tesis doctoral no publicada. Universidad de Murcia, Murcia. <http://hdl.handle.net/10803/10790>
- Pavón, A., y Moreno, J.A, (2008). Actitud de los universitarios ante la práctica físico-deportiva: diferencias por géneros. *Revista de Psicología del Deporte*, 1(17), 7-23



- Pavón, A., y Moreno, J.A, (2008). Diferencias por edad en el análisis de la práctica físico-deportiva de los universitarios *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 6(1), 53-67
- Pavón, A., Moreno, J.A., Gutiérrez, M., y Sicilia, A., (2003). La práctica físico-deportiva en la universidad. *Revista de Psicología del Deporte*, 1(12), núm. 39-54.
- Pérez, D.; Requena, C., y Zubiaur, M. (2005). Evolución de motivaciones, actitudes y hábitos de los estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte de la Universidad de León. *European Journal of Human Movement*, 14, 65-79.
- Práxedes, A., Sevil, J., Moreno, A., del Villar, F., y García González, L., (2015). Niveles de actividad física en estudiantes universitarios: diferencias en función del género, la edad y los estados de cambio. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 1(11), 123-132.
- Romero, S., Ríes, F., y Castañeda, C. (2012). Características de la práctica de actividad físico-deportiva de los estudiantes de la facultad de ciencias de la educación (universidad de Sevilla). *Revista de Ciencias del Deporte*.1(8), 35-49.
- Vidarte Claros, J.A., Vélez Álvarez, C., Sandoval Cuellar, C., y Alfonso Mora, M.L., (2011). Actividad física: estrategia de promoción de la salud. *Hacia la Promoción de la Salud*, 1(16), 202-218.



## ANEXOS

### MIAFD CUESTIONARIO

|   |  |
|---|--|
| <p>1. Edad:.....años</p> <p>2. Género:<br/>Masculino <input type="checkbox"/><br/>Femenino <input type="checkbox"/></p> <p>3. Estudiante de .....<br/>Curso.....</p> <p>4. ¿Le gusta el deporte?:<br/>Si <input type="checkbox"/><br/>No <input type="checkbox"/></p> <p>5. ¿Tiene alguna titulación deportiva?:<br/>Si <input type="checkbox"/><br/>No <input type="checkbox"/></p> <p>6. ¿Practica alguna actividad física o deporte/s?.<br/>(Si practica más de una, indique la que realiza con mayor frecuencia):<br/>Si <input type="checkbox"/> ¿Cuál?:.....<br/>No <input type="checkbox"/> ¿Ha practicado, aunque ahora no lo haga, algún tipo de actividad físico-deportiva?:<br/>Si <input type="checkbox"/><br/>No <input type="checkbox"/><br/>→ Si elige esta opción salte a la nº 17</p> <p><b>PARA CONTESTAR A LAS SIGUIENTES PREGUNTAS TIENE QUE TENER COMO REFERENCIA LA ACTIVIDAD FÍSICO-DEPORTIVA SEÑALADA ANTERIORMENTE.</b></p> <p>7. Mientras practica actividades físico-deportivas, el momento de mayor satisfacción viene dado por...(Multirrespuesta):<br/>Jugar mejor que en prácticas anteriores <input type="checkbox"/><br/>Mostrar que soy mejor que otros de mi edad <input type="checkbox"/></p> | <p>9. ¿Qué instalación/es utiliza? (Multi-<br/>respuesta):<br/>De la Universidad <input type="checkbox"/><br/>De un club o gimnasio privado <input type="checkbox"/><br/>Del colegio o Instituto <input type="checkbox"/><br/>Del Ayuntamiento o C.C.A.A. <input type="checkbox"/><br/>Lugar público (parque, calle, etc.) <input type="checkbox"/><br/>En mi propia casa <input type="checkbox"/></p> <p>10. Tipo de instalación:<br/>Instalación cubierta <input type="checkbox"/><br/>Instalación al aire libre <input type="checkbox"/></p> <p>11. ¿Qué día/s de la semana practica?<br/>(Multirrespuesta):<br/>Lunes <input type="checkbox"/> Viernes <input type="checkbox"/><br/>Martes <input type="checkbox"/> Sábado <input type="checkbox"/><br/>Miércoles <input type="checkbox"/> Domingo <input type="checkbox"/><br/>Jueves <input type="checkbox"/></p> <p>12. Hora del día:.....</p> <p>13. ¿Su nivel de práctica es?:<br/>Principiante <input type="checkbox"/><br/>Avanzado <input type="checkbox"/><br/>Experto <input type="checkbox"/></p> <p>14. ¿Cuál es la titulación de la persona que le dirige la práctica físico-deportiva?:<br/>No me dirige nadie <input type="checkbox"/><br/>Ninguna <input type="checkbox"/><br/>Monitor deportivo <input type="checkbox"/><br/>Entrenador deportivo <input type="checkbox"/><br/>TAFAD (Animador deportivo) <input type="checkbox"/><br/>Maestro Especialista en E.F. <input type="checkbox"/><br/>Licenciado en E.F. <input type="checkbox"/><br/>NS/NC <input type="checkbox"/></p> |
|---|--|



o equipo

- Por motivos de salud
- Placer por el hecho de practicar en sí mismo
- Por trabajar duro en la práctica
- Por la tensión de la competición
- Por el sentimiento de equipo y de estar con mis amigos
- Por el apoyo y el estímulo de mis padres

**8. ¿Cómo practica? (Multirrespuesta):**

- Por mi cuenta solo
- Por mi cuenta con amigos
- Como actividad dirigida en la Universidad
- Como actividad dirigida en un club federado
- Como actividad dirigida en un gimnasio

**15. ¿Está federado o asociado a través de alguna organización deportiva?:**

- Si
  - No
- ¿Ha estado federado alguna vez?:**
- Si
  - No

**16. ¿Ha comenzado a practicar alguna actividad físico-deportiva en este curso?:**

- Si
- No





|  |  |
|--|--|
| <p><b>17. ¿Cuál es la actividad que más le gusta realizar cuando dispone de tiempo libre?:</b></p> <p>Actividades culturales <input type="checkbox"/></p> <p>Actividades sociales <input type="checkbox"/></p> <p>Actividades deportivas <input type="checkbox"/></p> <p>Aficiones personales <input type="checkbox"/></p>   | <p><b>23. ¿Considera interesante que se le oferten créditos relacionados con la Educación Física y el deporte?:</b></p> <p>Si <input type="checkbox"/> <b>¿Por qué motivos?:</b></p> <p>Para conseguir créditos <input type="checkbox"/></p> <p>Para mi formación personal <input type="checkbox"/></p> <p>Porque se aprueban fácil <input type="checkbox"/></p> <p>Por hacer deporte <input type="checkbox"/></p> <p>No <input type="checkbox"/> <b>¿Por qué motivos?:</b></p> <p>No me gusta el deporte <input type="checkbox"/></p> <p>Son difíciles de aprobar <input type="checkbox"/></p> <p>No valen para mi carrera <input type="checkbox"/></p> <p>Es perder el tiempo <input type="checkbox"/></p> |
| <p><b>18. ¿La Universidad le ha motivado a practicar alguna actividad físico-deportiva?:</b></p> <p>Si <input type="checkbox"/> <b>¿Esto ha provocado algún cambio de deporte o actividad física?:</b></p> <p>Si <input type="checkbox"/> <b>¿Por qué motivo/s?:</b></p> <p>Programas motivantes <input type="checkbox"/></p> <p>Oferta más amplia <input type="checkbox"/></p> <p>Mi percepción sobre la práctica ha cambiado <input type="checkbox"/></p> <p>No <input type="checkbox"/></p> | <p><b>24. Respecto a las clases de E.F. que recibió en su etapa escolar (Multi-respuesta):</b></p> <p>Le resultaron fáciles <input type="checkbox"/></p> <p>Eran motivantes <input type="checkbox"/></p> <p>Las consideraba útiles <input type="checkbox"/></p> <p>El profesor le animaba a practicar en horario extraescolar <input type="checkbox"/></p> <p>La E.F. era más importante que el resto de asignaturas <input type="checkbox"/></p> <p>Eran suficientes <input type="checkbox"/></p>   |
| <p><b>19. ¿Considera suficientes las instalaciones deportivas de su Universidad?:</b></p> <p>Si <input type="checkbox"/></p> <p>No <input type="checkbox"/> <b>¿Cuál/es cree que habría que construir y mejorar?:</b></p> <p>Instalaciones al aire libre <input type="checkbox"/></p> <p>Instalaciones cubiertas <input type="checkbox"/></p> <p>Piscinas cubiertas <input type="checkbox"/></p> <p>Todas <input type="checkbox"/></p>   | <p><b>25. ¿Cuáles de las siguientes opiniones se acercan más a su propia idea de lo que es el deporte? (Multirrespuesta):</b></p> <p>El deporte es salud <input type="checkbox"/></p> <p>El deporte es una válvula de escape <input type="checkbox"/></p> <p>Permite relacionarse con los demás <input type="checkbox"/></p> <p>Permite mantenerse en forma <input type="checkbox"/></p> <p>Es una parte importante de nuestra educación <input type="checkbox"/></p>  |
| <p><b>20. Las instalaciones deportivas de su Universidad, ¿son de calidad?:</b></p> <p>Si <input type="checkbox"/></p> <p>No <input type="checkbox"/> <b>¿Por qué motivo/s?:</b>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>  |  |



21. ¿Considera que la oferta deportiva de su Universidad satisface sus intereses de práctica?:

- Si   
No

22. ¿Cuál es la opinión que tiene Ud. de sí mismo respecto a la práctica deportiva? (*Multi-respuesta*):

- No se me da bien la práctica deportiva   
Me siento competente para la práctica de la actividad física y el deporte   
Los demás piensan que soy coordinado cuando practico actividad física o deporte   
Domino con eficacia la práctica de actividades físicas o deportes

- El deporte me permite poner a prueba mis capacidades físicas   
El deporte no aporta nada positivo

26. ¿Qué tipo de deporte debería promocionar su Universidad?:

- Deporte de rendimiento (competición)   
Deporte para todos (deporte salud)   
Ambos tipos de deporte

27. ¿Considera que el deporte y la Educación Física deben ocupar un lugar importante en el conjunto de aspectos que definen la vida del país?:

- Si   
No



**RESPUESTA MÚLTIPLE**

**SÓLO A QUIENES PRACTICAN ALGUNA ACTIVIDAD FÍSICO-DEPORTIVA EN SU TIEMPO LIBRE**

**¿Podría decirme cuáles son los motivos por los que Ud. practica algún tipo de actividad físico-deportiva?**

|  |                          |
|--|--------------------------|
| Porque me gusta competir.....  | <input type="checkbox"/> |
| Porque me gusta superarme.....   | <input type="checkbox"/> |
| Para relacionarme y conocer gente.....                                   | <input type="checkbox"/> |
| Por diversión y pasar el tiempo.....                                     | <input type="checkbox"/> |
| Porque está de moda.....   | <input type="checkbox"/> |
| Por complacer a mi familia.....  | <input type="checkbox"/> |
| Porque lo hacen mis amigos.....  | <input type="checkbox"/> |
| Por influencia de mis profesores y entrenadores.....                     | <input type="checkbox"/> |
| Para mejorar mi imagen y mi aspecto físico.....                          | <input type="checkbox"/> |
| Porque me gusta estar en forma.....                                      | <input type="checkbox"/> |
| Para liberar la energía y las tensiones acumuladas el resto del día..... | <input type="checkbox"/> |
| Por los beneficios que obtengo para la salud.....                        | <input type="checkbox"/> |
| Otros motivos.....   | <input type="checkbox"/> |

**SÓLO A QUIENES NO PRACTICAN NINGUNA ACTIVIDAD FÍSICO-DEPORTIVA DURANTE SU TIEMPO LIBRE**

**¿Podría decirme cuáles son los motivos por los que Ud. no practica ningún tipo de actividad físico-deportiva?**

|   |                          |
|---|--------------------------|
| Por falta de medios económicos.....                       | <input type="checkbox"/> |
| Por falta de apoyo y tradición familiar.....              | <input type="checkbox"/> |
| Es difícil acceder al deporte.....                        | <input type="checkbox"/> |
| Las instalaciones están muy lejos del domicilio.....      | <input type="checkbox"/> |
| Falta de instalaciones y horarios adecuados.....          | <input type="checkbox"/> |
| Porque quita tiempo para el estudio.....                  | <input type="checkbox"/> |
| Por considerarse demasiado mayor (en edad) para ello..... | <input type="checkbox"/> |
| Porque el deporte nunca se me dio bien.....               | <input type="checkbox"/> |
| Por salir cansado del trabajo y/o clase.....              | <input type="checkbox"/> |
| Porque los amigos no practican deporte.....               | <input type="checkbox"/> |
| Por motivos de salud.....                                 | <input type="checkbox"/> |
| Por falta de interés.....                                 | <input type="checkbox"/> |
| Otros motivos.....  | <input type="checkbox"/> |

**SÓLO A QUIENES HAN PRACTICADO ALGUNA ACTIVIDAD FÍSICO-DEPORTIVA DURANTE SU TIEMPO LIBRE PERO AHORA NO LO HACEN**

**¿Podría decirme cuáles son los motivos que influyeron en su decisión de dejar la práctica de actividades físico-deportivas?**

|   |                          |
|---|--------------------------|
| Por problemas económicos.....   | <input type="checkbox"/> |
| Por la edad.....  | <input type="checkbox"/> |
| Porque no existe un apoyo y estímulo familiar.....                            | <input type="checkbox"/> |
| Falta de instalaciones deportivas adecuadas o cercanas al domicilio.....      | <input type="checkbox"/> |
| Porque los estudios le exigen demasiado.....                                  | <input type="checkbox"/> |
| Por falta de tiempo libre.....  | <input type="checkbox"/> |
| Por falta de información.....   | <input type="checkbox"/> |
| Por problemas de salud.....   | <input type="checkbox"/> |
| Por la falta de asociaciones para realizar deporte a nivel de ocio.....       | <input type="checkbox"/> |
| Porque los horarios que se ofertan son incompatibles con mis ocupaciones..... | <input type="checkbox"/> |
| Por malas experiencias en prácticas anteriores.....                           | <input type="checkbox"/> |
| Porque mis amigos dejaron de practicar.....                                   | <input type="checkbox"/> |
| Porque dejó de interesarme.....   | <input type="checkbox"/> |
| Otros motivos.....  | <input type="checkbox"/> |