

ENCUENTRO NACIONAL DE OBSERVATORIOS DEL DEPORTE

"Hábitos de actividad físico-deportiva de los estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad de Sevilla"

Carolina Castañeda Vázquez.

Departamento Educación Física y Deporte.

Grupo de investigación HUM-507.

Universidad de Sevilla.

Introducción

La asociación entre la actividad físico-deportiva (AFD) y la salud es indiscutible, tal y como lo avalan las innumerables investigaciones y estudios científicos existentes (Corbin, Pangrazi y Frank, 2000; Ruiz, 2008, entre otros), de manera que si realizamos una práctica moderada, frecuente y constante, nos ayudará a lograr y mantener un estilo de vida saludable, siendo así un factor determinante para la calidad de vida y por lo que será necesario incorporarla como hábito (Romero, Chacón y Campos, 2006) . La conexión entre AFD y educación, se hace visible principalmente en la Educación Obligatoria, donde la materia de Educación Física supone una constante obligada a lo largo de todo el proceso educativo. Sin embargo, cuando nos adentramos en la Enseñanza Universitaria, donde la práctica de AFD se convierte en una opción más dentro de las actividades de tiempo libre disponibles para el alumnado, es cuando debe hacerse más patente el deber de dichas instituciones de promocionar y favorecer la práctica deportiva universitaria, tal como queda patente en el artículo 90 de la *Ley Orgánica 6/2001, de 21 de diciembre, de Universidades*, en el que se detalla lo siguiente:

1. *“La práctica deportiva en la universidad es parte de la formación del alumnado y se considera de interés general para todos los miembros de la comunidad universitaria. Corresponde a las universidades en virtud de su autonomía la ordenación y organización de actividades y competiciones deportivas en su ámbito respectivo”.*
2. *“Las universidades establecerán las medidas oportunas para favorecer la práctica deportiva de los miembros de la comunidad universitaria y, en su caso,*

proporcionarán instrumentos para la compatibilidad efectiva de esa práctica con la formación académica de los estudiantes”.

Teniendo en cuenta todo esto, se hace necesaria una revisión de la situación del deporte universitario actual, indagando sobre la práctica deportiva de los estudiantes universitarios y el grado de ajuste entre la oferta de los servicios deportivos de las universidades y la demanda de los estudiantes.

Por todo ello pretendemos estudiar la práctica de actividad físico-deportiva de los estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad de Sevilla. Y de manera más concreta nos gustaría conocer el porcentaje de estudiantes que practica actualmente actividad físico-deportiva, el de aquellos que nunca la han realizado o que la han abandonado, así como establecer cuántos de los mismos tienen intención de retomar la práctica y las actividades que les gustaría realizar. Detectar cuáles son las actividades más practicadas por los estudiantes tanto dentro como fuera de la Universidad y realizar una comparativa entre las mismas, analizando la participación en las diferentes actividades ofertadas por el Servicio de Deportes de la Universidad. Así como constatar las razones por las que los estudiantes que practican AFD no realizan la práctica a través de la Universidad, para intentar dilucidar posibles soluciones con las que acercar la práctica deportiva universitaria al estudiantado.

Material y método

Material

La presente investigación se encuadra dentro de un estudio más amplio a través del que se pretende conocer los hábitos de práctica de AFD de los estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación. Para dicha investigación se ha realizado un estudio transversal basado en métodos cuantitativos, a través de un cuestionario. Dicho cuestionario fue validado por varios expertos en la materia y su fiabilidad ha sido medida a través de métodos estadísticos basados en análisis factoriales y determinación del coeficiente de fiabilidad Alpha de Cronbach, con el paquete estadístico SPSS versión 15.0. El cuestionario original se estructura en torno a cinco bloques diferenciados de preguntas que pueden observarse en la siguiente tabla (tabla 1) junto a los ítems seleccionados para el presente estudio.

BLOQUE I. Información general	
I.A. Hábitos saludables	
I.B. Servicio de Actividades Deportivas de la Universidad de Sevilla	<i>P07. ¿Conoces el Servicio de Actividades Deportivas de la Universidad de Sevilla?</i> <i>P07b. ¿Posees la tarjeta deportiva universitaria?</i>
I.C. Práctica de AFD	<i>P11. ¿Realizas actualmente AFD?</i> <i>P12. ¿La has realizado anteriormente?</i> <i>P.13 ¿Te gustaría volver a practicar AFD? En caso afirmativo, indica qué actividad te gustaría realizar.</i>
BLOQUE II. AFD que realiza actualmente	
BLOQUE III. AFD no realizada en la Universidad	
<i>P24. ¿Qué actividad físico-deportiva realizas?</i> <i>P25a. ¿Por qué dejaste de utilizar los servicios/instalaciones deportivas de la Universidad?</i> <i>P25b. ¿Por qué no has utilizado nunca los servicios/instalaciones deportivas de la Universidad?</i>	
BLOQUE IV. AFD realizada en la Universidad	
A. Competiciones deportivas	<i>P.30. Señala las actividades que realizas a través del Servicio de Deportes de la Universidad de Sevilla.</i>
B. Actividades deportivas	
BLOQUE V. Datos personales	

Tabla 1: Bloques del cuestionario original e ítems seleccionados para la investigación.

Procedimiento

Dicho cuestionario fue administrado durante el último cuatrimestre del curso 2009/2010 en los grupos seleccionados aleatoriamente durante el horario de clases, existiendo siempre un encuestador presente para resolver las posibles dudas de los encuestados, quienes fueron informados del anonimato de los datos que aportasen.

Sujetos participantes

La muestra está formada por 410 estudiantes, 184 hombres (44,87%) y 226 mujeres (55,12%), de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad de Sevilla, correspondiendo dicho porcentaje a un nivel de confianza del 95% y un error máximo del 3%. Se encuentran representadas todas las titulaciones de la facultad de manera proporcional al número de alumnos matriculados para no sesgar dicha muestra, ya que en esta facultad se imparten las titulaciones de Educación Física (ver tabla 2).

Titulación	Frecuencia	Porcentaje
Grado CCAFD	17	4,14%
Grado Pedagogía	15	3,65%

Licenciatura CCAFD	73	17,80%
Licenciatura en Pedagogía	45	10,97%
Licenciatura en Psicopedagogía	15	3,65%
Magisterio Educación Especial	36	8,78%
Magisterio Educación Física	98	23,90%
Magisterio Educación Infantil	13	3,17%
Magisterio Educación Musical	49	11,95%
Magisterio Educación Primaria	28	6,82%
Magisterio Lengua Extranjera	20	4,87%
Total	410	100%

Tabla 2: Alumnos encuestados por titulación

La media de edad de los encuestados es de 21,62 años con una desviación típica de +/- 4,26, encontrándose los mayores porcentajes en el intervalo de hasta 20 años (49%).

Resultados

Comportamientos de práctica de actividad físico-deportiva

Actualmente alrededor del 62% de la población afirma practicar de manera regular AFD, mientras que del 37,8% de los sujetos sedentarios algo más del 70% señala haber abandonado la práctica y un 27,56% no haberla realizado nunca (figura 1).

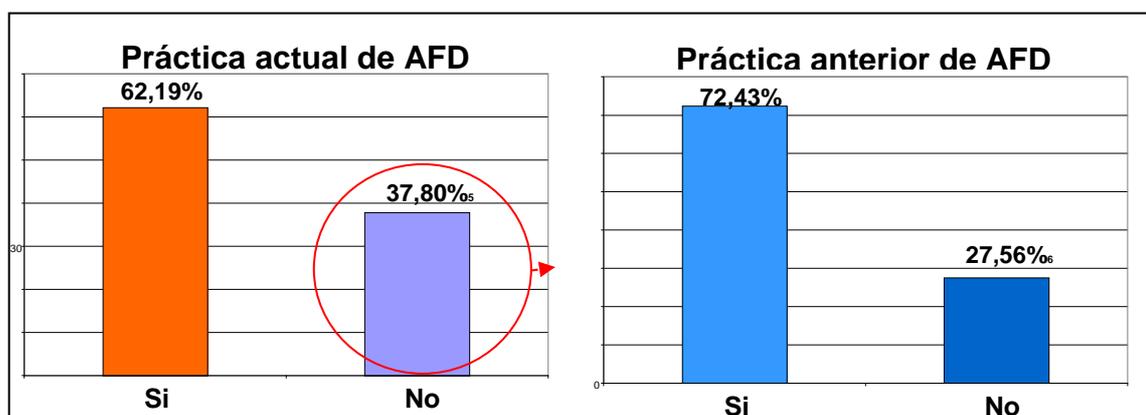


Figura 1: Práctica actual y anterior de AFD

Aproximadamente el 80% de los sujetos que abandonaron la AFD afirman que les gustaría retomarla en un futuro próximo (figura 2), señalando como las principales actividades que les gustaría realizar la natación, seguida del voleibol, el fútbol, el baloncesto, el tenis y el atletismo entre otras.

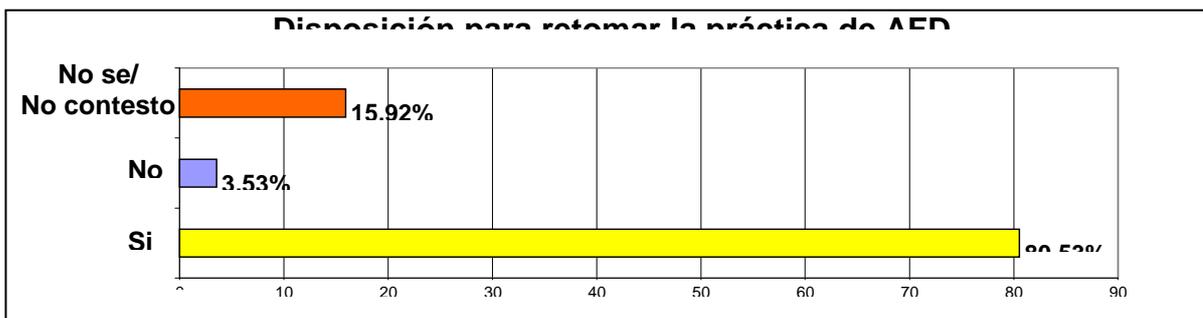


Figura 2: Disposición para retomar la práctica de AFD

Servicio de Actividades Deportivas de la Universidad de Sevilla.

Algo más del 68% de los encuestados afirma conocer el Servicio de Actividades Deportivas de la Universidad (SADUS), pero tan sólo el 40,63% afirma estar en posesión de la tarjeta deportiva universitaria que da acceso a dichos servicios y sólo un 11,7% señala que realiza AFD de manera frecuente utilizando el SADUS (figura 3).

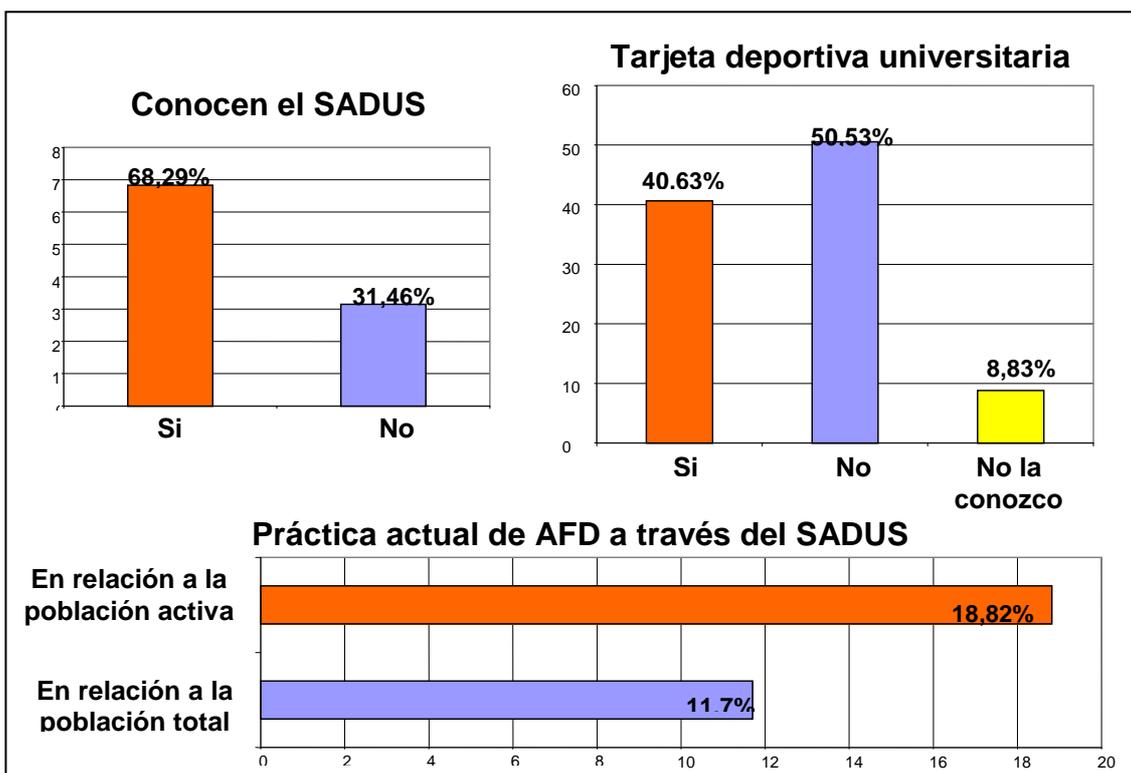


Figura 3: SADUS, tarjeta deportiva universitaria y práctica a través del servicio de deportes

Actividades más practicadas fuera de la Universidad

Las principales actividades realizadas por los estudiantes en su tiempo libre son, en primer lugar el paseo o caminar (70,1%), seguida de montar en bicicleta (52,9%), la carrera o jogging (45,2%), el fútbol (35,3%) y fútbol sala (31,1%), musculación

(24,1%), natación (17,8%), pádel (16,2%), gimnasia de mantenimiento (12,9%) y danza o baile (10,8%), entre otras (ver figura 4).

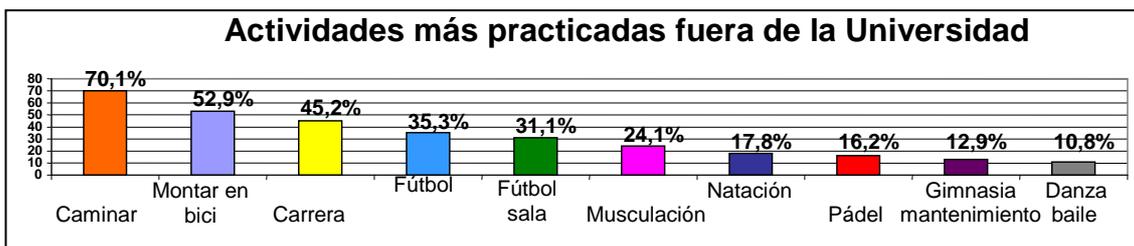


Figura 4: Principales actividades practicadas fuera de la Universidad

Participación en las actividades deportivas de la Universidad

a) Competiciones Universitarias

Si nos centramos en las actividades competitivas ofertadas por el SADUS, podemos observar que en los Campeonatos Universitarios, la mayor participación se encuentra en las modalidades de fútbol (18,75%) y fútbol sala (16,6%), seguido del voleibol (12,5%) y el baloncesto (10,41%). En el campeonato de Liga Interna de Fútbol Sala, celebrado en el centro, la participación asciende considerablemente hasta el 31,25%, para volver a descender en los torneos puntuales que se celebran de pádel y tenis (ambos con una participación del 8,33%), de campo a través (4,16%), así como de tenis y unihockey (ambos con un 2,08% de participación).

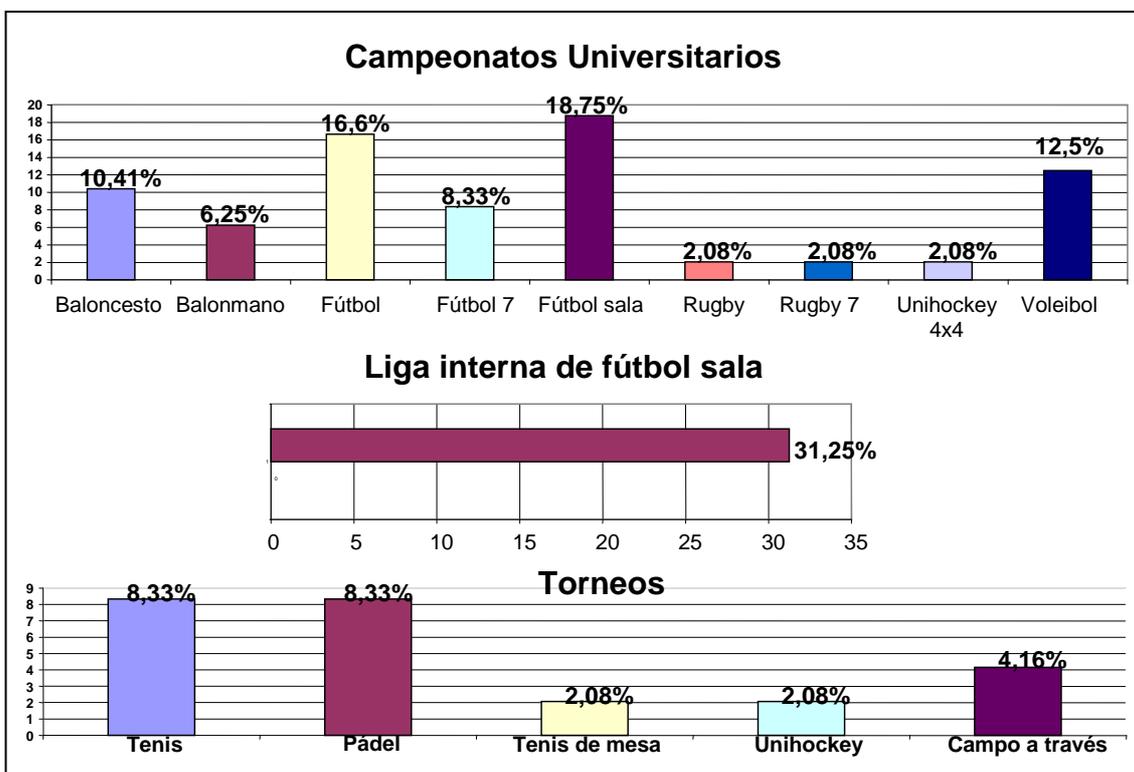


Figura 5: Participación en competiciones universitarias

b) Actividades no competitivas

Atendiendo a las actividades que se organizan de carácter recreativo y no competitivo, podemos señalar como actividad más practicada de agua el nado libre, con un 25% de porcentaje de participación.

En cuanto a las actividades practicadas en sala destacan, por su porcentaje de participación, la musculación (25%) y el ejercicio cardiovascular (22,91%), realizados ambos en la sala de fitness, seguidos de actividades aeróbicas grupales como el aeróbic (14,58%), el aeróbic latino (8,3%), la batuka o el ciclo-indoor (ambas también con un 8,3%) y actividades de tonificación grupales como el GAP (8,3%), entre otras.

De las actividades recreativas realizadas al aire libre el pádel y el fútbol son las más practicadas, ambas con un 22,91% de participación, seguidas del tenis (14,58%), el hockey (8,33%) y el remo (2,08%) en menor medida.

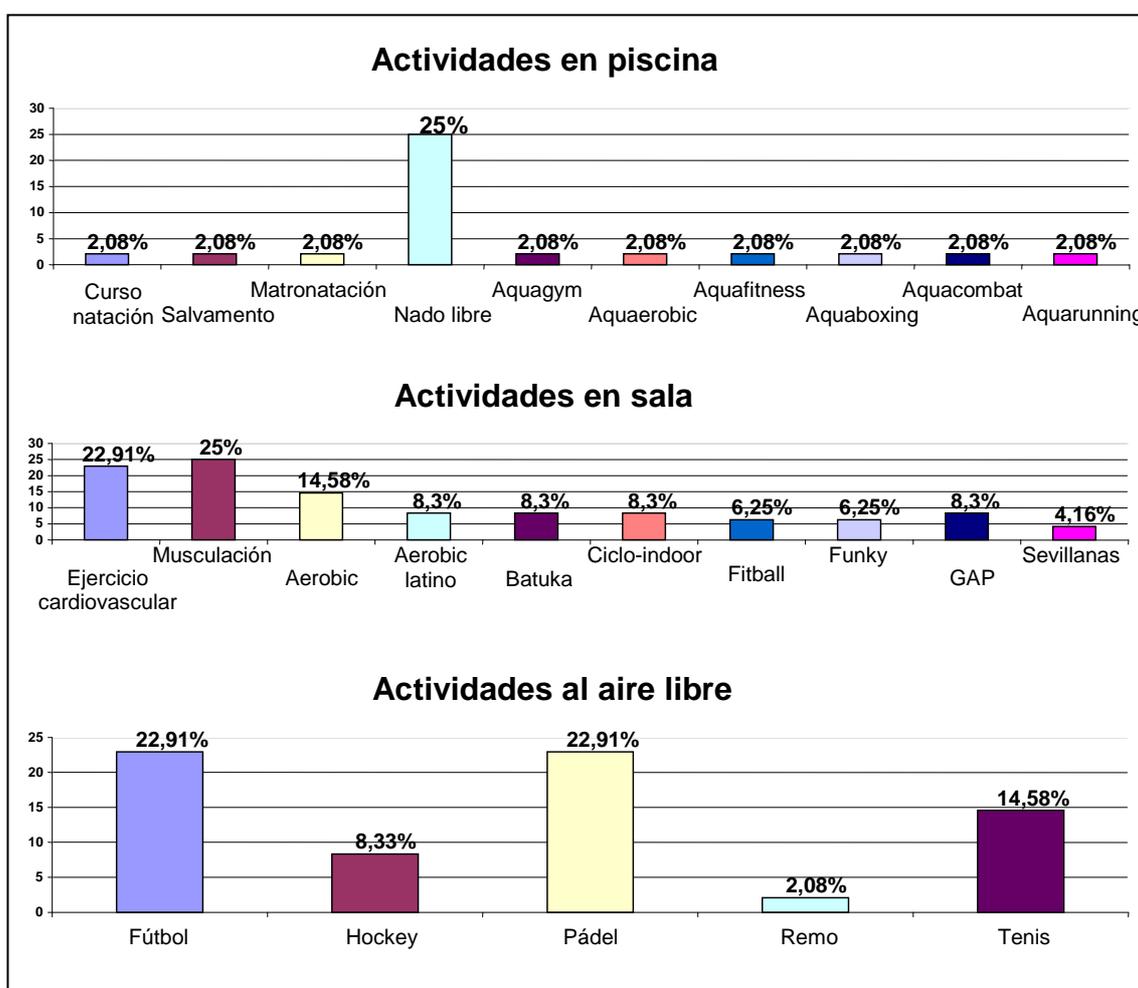


Figura 6: Participación en actividades no competitivas universitarias

Motivos para no haber practicado nunca AFD a través del Servicio de Actividades Deportivas de la Universidad.

Si atendemos a los motivos por los que los estudiantes activos afirman no haber realizado nunca práctica de AFD a través de la Universidad encontramos que el desconocimiento de la oferta del Servicio de Deportes de la Universidad y la lejanía de las instalaciones son los más aducidos, seguidos de la incompatibilidad de horario de actividades o la escasa accesibilidad al complejo deportivo, entre otros.

Motivos por los que no han practicado nunca a través de la Universidad	Porcentaje
Desconocimiento de la oferta	63,63
Lejanía de las instalaciones	48,05
Horario de actividades no les iba bien	21,42
Poca accesibilidad a las instalaciones	14,28
Precio elevado de las actividades	11,68
Precio elevado de alquiler de instalaciones	6,49
Actividades ofertadas poco interesantes	5,19
Riesgo del cambio	5,19
Mala organización de servicios y actividades	3,24
Escasa calidad de las instalaciones	2,59
Personal inadecuado	1,94

Tabla 3: Motivos por los que no han practicado nunca a través de la Universidad

Motivos para dejar de practicar AFD a través del Servicio de Actividades Deportivas de la Universidad.

Los principales motivos que aducen los estudiantes activos que dejaron de practicar AFD a través del Servicio de Deportes de la Universidad son la lejanía de las instalaciones, de nuevo en primer lugar, seguido de la incompatibilidad de horarios. Aparecen ahora motivos relacionados también con los precios elevados de las actividades o el alquiler de instalaciones y se repite la accesibilidad al complejo deportivo con un porcentaje similar al anterior.

Motivos por los que dejaron de practicar a través de la Universidad	Porcentaje
Lejanía de las instalaciones	78,94
Horario de actividades no les iba bien	29,82

Precio elevado de las actividades	24,56
Precio elevado de alquiler de instalaciones	24,56
Poca accesibilidad a las instalaciones	15,78
Actividades ofertadas poco interesantes	8,77
Escasa calidad de las instalaciones	8,77
Mala organización de servicios y actividades	8,77
Personal inadecuado	7,01

Tabla 4: Motivos los que dejaron de practicar a través de la Universidad

Discusión y conclusiones

La tasa de práctica de AFD de los estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad de Sevilla es similar a la obtenida en otras universidades como la de Baleares (62%) (Palou, Ponseti y Borrás, 2001), e incluso superior a otras como las de Murcia (Pavón y Moreno, 2006), Huelva (Castillo y Sáenz-López, 2008) o La Rioja (Sanz, 2005). Sin embargo, continúa siendo alto el porcentaje de estudiantes que no realiza práctica alguna de AFD (37,80%) y bajo el del alumnado que no practica AFD a través del Servicio de Actividades Deportivas de la Universidad (18,82%) o que incluso no conoce estos servicios (31,46%).

En cuanto a las actividades más practicadas encontramos, fuera de la Universidad: caminar, montar en bicicleta, carrera, fútbol y fútbol sala, musculación, natación, pádel, gimnasia de mantenimiento y danza o baile. Entre las realizadas a través del SADUS encontramos fútbol y fútbol sala, natación, ejercicio cardiovascular y musculación, aeróbic y pádel entre otras. Encontramos grandes coincidencias entre las actividades practicadas por nuestros estudiantes universitarios y los estudiantes de otras universidades, así como entre las actividades practicadas fuera y dentro de la Universidad de Sevilla. También se repiten aquellas actividades que les gustaría realizar a quienes tienen una disposición positiva para retomar la práctica de AFD. Atendiendo precisamente a esto último, a que el porcentaje de participantes en actividades deportivas universitarias aumenta cuando la actividad se realiza en el propio centro (Liga Interna de fútbol sala) y a que los principales motivos aducidos por los estudiantes para no practicar o haber dejado de hacerlo a través del SADUS responden principalmente al desconocimiento de la oferta, la lejanía de las instalaciones o la difícil accesibilidad a las mismas y la incompatibilidad de horarios, tendemos a pensar que se deberían buscar soluciones para fomentar la práctica a través de los servicios deportivos universitarios que se basaran, no tanto en la oferta de nuevas actividades, sino en

acercar las actividades deportivas a los campus universitarios y hacer llegar a los estudiantes de forma más directa la oferta de actividades de la Universidad.

Referencias bibliográficas.

- Castillo, E. y Sáenz-López, P. (2008). *Práctica de actividad física y estilo de vida del alumnado de la Universidad de Huelva*. Huelva: Servicio de Publicaciones de la Universidad de Huelva.
- Corbin, C., Pangrazi, R. y Frank, D. (2000). Definitions: Health, Fitness, and Physical Activity. *President's Council on Physical Fitness and Sport Research Digest*, 3.
- *Ley Orgánica 6/2001, de 21 de diciembre, de Universidades*.
- Palou, P; Ponseti, X; Borrás, P.A. (2001). Hábitos deportivos de los estudiantes de la universidad de las Islas Baleares. *Educació y Cultura*, 14, 163-180.
- Pavón, A. y Moreno, J.A. (2006). Opinión de los universitarios sobre la EF y el deporte. *Revista de Ciencias de la Actividad Física UCM*, VIII (8), 25-34.
- Romero, S., Chacón, F. y Campos, M.C. (2006). *Estudio de hábitos de práctica de actividad físico-deportiva de la población adulta de Sevilla. Indicadores de salud*. Universidad de Sevilla. Proyecto financiado por Convocatoria M.E.C. I+D.
- Ruiz, J. (2008). La condición física como determinante de salud en personas jóvenes. *Apunts. Educación Física y Deporte*. 92, pp.95
- Sanz, E. (2005). *La práctica físico-deportiva de tiempo libre en universitarios. Análisis y propuestas de mejora*. Logroño: Servicio de Publicaciones de la Universidad de La Rioja.