

## **Efecto de las actitudes hacia la Educación Física sobre los motivos de práctica deportiva fuera del horario escolar**

### **Effect of attitudes toward Physical Education on motives to sport practice outside school hours**

Melchor Gutiérrez

Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte. Universidad de Valencia. España.

Contacto: melchor.gutierrez@uv.es

**Cronograma editorial:** Artículo recibido: 01/07/2016 Aceptado: 04/12/2016 Publicado: 01/01/2017

DOI: <http://dx.doi.org/10.17979/sportis.2017.3.1.1747>



#### **Resumen**

La literatura especializada destaca la relación entre la participación de los adolescentes en actividades físicas y diversos beneficios físicos y psicosociales. Sin embargo, la actividad física de los adolescentes está por debajo de lo necesario para disfrutar de una buena salud física y psicológica. Existe consenso en que la Educación Física puede ayudar a los adolescentes a implicarse en actividades físicas y promover estilos de vida saludables. Por ello, el objetivo de este trabajo ha sido analizar la relación entre las actitudes hacia la Educación Física y los motivos para la práctica deportiva fuera del horario escolar. Han participado 428 alumnos de Educación Secundaria y 1º de Bachillerato (233 chicos y 195 chicas), con edades comprendidas entre 12 y 17 años ( $M = 14.56$ ,  $DT = 1.47$ ), que practicaban alguna actividad deportiva. Para la recogida de datos se utilizó una escala de Actitudes hacia la Educación Física y una escala de Motivación Deportiva. Se ha utilizado un modelo de ecuaciones estructurales con factores latentes para predecir los motivos para la práctica deportiva a partir de las actitudes de los alumnos hacia la Educación Física. Los resultados mostraron una relación positiva entre las actitudes hacia la Educación Física y las razones intrínsecas para practicar deporte. Sin embargo, no se encontraron relaciones entre las actitudes hacia la Educación Física y las razones extrínsecas para la práctica físico-deportiva en horario extraescolar. Se discuten los resultados en el marco de propuestas pedagógicas para promover estilos de vida activos y saludables de los adolescentes.

#### **Palabras clave**

Motivación; Educación Secundaria; Bachillerato; actividad física; actitudes.

Para citar este artículo utilice la siguiente referencia: Gutiérrez, M. (2017). Efecto de las actitudes hacia la Educación Física sobre los motivos de práctica deportiva fuera del horario escolar. *Sportis Sci J*, 3 (1), 123-140. DOI:<http://dx.doi.org/10.17979/sportis.2017.3.1.1747>

<http://revistas.udc.es/>

## Abstract

The literature highlights the positive relationship between adolescent participation in physical activities and a variety of physical and psychosocial benefits. However, levels of physical activity of adolescents are below what is necessary to enjoy good physical and psychological health. There is consensus that Physical Education can help adolescents to engage in physical activity and promote healthy lifestyles. Therefore, the objective of this study was to analyze the relationship between students' attitudes toward Physical Education and their motives to practice sport activities outside school hours. Participants were 428 students from secondary school and 1<sup>st</sup> year at high school (233 boys and 195 girls), aged between 12 and 17 years ( $M = 14.56$ ,  $SD = 1.47$ ), that participated in any sporting activity. For data collection, the Attitudes toward PE Scale and the Sport Motivation Scale were used. Data were analyzed using a structural equation model with latent factors to predicting the motives for students to practice sport activities from their attitudes toward Physical Education. The results showed a positive and significant relationship between attitudes toward Physical Education and intrinsic reasons to practice sports. However, no relationship between attitudes toward Physical Education and extrinsic reasons for practice sport in extracurricular time was found. Results are discussed in the framework of educational proposals to promote adolescents' active and healthy lifestyles.

## Keywords

Motivation; secondary school; high school; physical activity; attitudes.

## Introducción

Diversos estudios han mostrado una relación positiva entre la participación de los adolescentes en actividades físico-deportivas y gran variedad de beneficios físicos y psicosociales, tales como una mejor calidad de vida y un mayor bienestar emocional. También hacen referencia estos estudios a la existencia de un acuerdo bastante generalizado en que la Educación Física (EF) puede ayudar a los adolescentes a implicarse en actividades físicas diarias y promover estilos de vida saludables, y que si los alumnos están motivados y disfrutan en EF, es más probable que busquen oportunidades de ser físicamente activos más allá del horario escolar (Chatterjee, 2013; Graham, Sirard y Neumark-Stainer, 2011; Jaakkola, Washington y Yli-Piipari, 2013; Gutiérrez, 2014; Lanuza, Ponce de León, Sanz y Valdemoros, 2012; Navarro, Rodríguez y Eirin, 2016; Pethkar, Naik y Sonawane, 2012; Portoles y González, 2016). Esto es importante porque los investigadores han resaltado que los niveles de actividad física de los adolescentes en los países industrializados están por debajo de lo considerado necesario para disfrutar de una buena salud física y psicológica (Centers for Disease Control and Prevention, 2011; Yeung, Yuan, Hui y Ferreru, 2016).

Para citar este artículo utilice la siguiente referencia: Gutiérrez, M. (2017). Efecto de las actitudes hacia la Educación Física sobre los motivos de práctica deportiva fuera del horario escolar. *Sportis Sci J*, 3 (1), 123-140. DOI:<http://dx.doi.org/10.17979/sportis.2017.3.1.1747>

La actitud es la predisposición de una persona a favor o en contra de un objeto social (Triandis, 1971). Las actitudes implican tres componentes: (a) cognitivo, (b) afectivo, y (c) conductual. Desde un punto de vista conductual, las actitudes de los alumnos se consideran un elemento clave que influye en su comportamiento (Kaj et al., 2015; Subramaniam y Silverman, 2000; 2007). Las actitudes de los alumnos hacia la EF suponen un centro de interés desde hace varias décadas (Abellán, 2015). Koca y Demirhan (2004) justifican que el progresivo incremento en la investigación sobre las actitudes de los alumnos hacia la EF puede atribuirse, entre otras razones, a la influencia de éstas sobre la posterior participación en actividades físicas fuera del colegio, el logro de los alumnos en EF (Subramaniam y Silverman, 2000), y el desarrollo del contenido del currículum (Cothran y Ennis, 1998). En relación con esto, Silverman y Subramaniam (1999) argumentan que, si las actitudes influyen sobre la participación en la mayoría de las actividades, comprender mejor cómo afectan sobre las percepciones y los sentimientos hacia la EF podría proporcionar una valiosa información a los profesores y los entrenadores. Por esta razón, en este trabajo hemos analizado el papel que juegan las actitudes de los alumnos hacia la EF en relación con las razones para la práctica de actividades físicas y deportivas en su tiempo libre, por su posible influencia sobre la instauración de estilos de vida activos y saludables a largo plazo.

Sin pretender una revisión exhaustiva, señalamos algunas de las investigaciones que guardan relación con el objeto de estudio que aquí planteamos, ya sea por la elaboración de instrumentos destinados a medir las actitudes hacia la EF o por los resultados encontrados. Entre los trabajos destacados en este sentido encontramos, por ejemplo, el de Edgington (1968) que creó un cuestionario de 66 ítems, con 32 manifestaciones positivas y 34 negativas, agrupadas en cinco bloques: desarrollo de la condición física, habilidad, cognición, afectividad y sociabilidad. Figley (1985) investigó sobre los determinantes positivos y negativos de las actitudes hacia la EF, y encontró que los principales eran el contenido de la asignatura, el comportamiento del profesor y la atmósfera de aprendizaje. Pritchard (1988) analizó las actitudes hacia la EF en Inglaterra, y su principal resultado fue que la mayoría de la muestra estudiada atribuía valores a la EF de mejora para la salud, mejora de la condición física, y desarrollo de una buena conducta deportiva.

Luke y Cope (1994) emplearon dos preguntas para identificar los potenciales determinantes de las actitudes de los alumnos hacia la EF: ¿Qué factores de las experiencias

de los alumnos contribuyen a desarrollar las actitudes hacia la EF?, ¿Son estos factores diferentes para los alumnos que para las alumnas? Mediante análisis de contenido de las respuestas, encontraron cinco determinantes de las actitudes: contenido del currículum, comportamiento del profesor, atmósfera de la clase, autopercepciones de los alumnos, y facilidades. En general, alumnos y alumnas identificaron los mismos determinantes y en el mismo orden de prioridad. En asociación con esta información Luke y Cope (1994) elaboraron una escala para medir las actitudes de los alumnos hacia los profesores y el contenido de la EF. Consta de 32 ítems que conceptualmente se agrupan en dos factores: Actitudes de los alumnos hacia el contenido de la EF, y actitudes hacia el profesor/a de EF. Con muestras españolas, Gutiérrez y Ruiz (2009) desarrollaron un análisis factorial confirmatorio de esta escala, y ratificaron la existencia de estos dos factores claramente diferenciados.

Ryan, Fleming y Maina (2003) construyeron un cuestionario para medir las actitudes de los alumnos hacia los profesores de EF y sus clases. Este instrumento está formado por 16 ítems que preguntan a los estudiantes sobre lo que les gusta/disgusta de las clases de EF, y 22 ítems sobre lo que les gusta/disgusta de sus profesores de EF. Encontraron que los alumnos disfrutaban realizando actividades variadas y entretenidas, y que sus profesores fuesen físicamente habilidosos y amistosos, mientras que les disgustaba que no se relacionasen con ellos o que fuesen parciales en la valoración de sus habilidades. Stelzer, Ernest, Fenster y Langford (2004) midieron las actitudes hacia la EF en cuatro países: Austria, República Checa, Inglaterra y USA. Encontraron que en todos los países los alumnos mostraron actitudes positivas hacia la EF, aunque con algunas diferencias entre ellos cuando se consideró también el género. Subramaniam y Silverman (2007) utilizaron una escala para medir las actitudes hacia la EF elaborada por ellos mismos en el año 2000, que consta de 20 ítems y mide dos factores: diversión y utilidad de la EF. Encontraron que las actitudes de los alumnos hacia la EF eran en general positivas, aunque decaían a medida que ascendía el curso académico (y por tanto la edad).

Recientemente, Li, Chen y Baker (2014) han elaborado una escala de actitudes hacia la EF compuesta por 26 ítems que se encuentran agrupados en cinco factores: Condición física, desarrollo social, currículum de la EF, profesor de EF, y enseñanza del profesor de EF. Woodson-Smith, Dorwart y Linder (2015), empleando un cuestionario de 19 ítems construido

por Bibik, Goodwin y Omega-Smith (2007), analizan las actitudes hacia la EF de una muestra de estudiantes femeninas, y encuentran los siguientes factores: actitudes hacia la EF, las calificaciones, la importancia de la EF en sus vidas, y la preferencia por clases de EF de un solo género frente a clases mixtas.

Como ya señalamos en otro momento, no está claro si las actitudes hacia la EF influyen sobre la práctica físico-deportiva de los alumnos fuera del horario escolar, o si la práctica deportiva extraescolar influye sobre las actitudes de los alumnos hacia la EF. Lo más probable es que las influencias sean recíprocas (Eraslam, 2015; Kaya, Isidori y Sarol, 2015). A continuación referimos algunas investigaciones que han indagado sobre esta cuestión. Así, por ejemplo, Chung y Phillips (2002) analizaron las relaciones entre las actitudes hacia la EF y la práctica de ejercicio en el tiempo libre y encontraron una relación positiva entre ambas variables. Wallhead y Buckworth (2004) comprobaron que percibirse competente en EF, disfrutar, recibir ayuda directa y apoyo de los padres y de otras personas significativas, y tener oportunidades para ser activos, se asociaron de forma consistente con la práctica física de los jóvenes fuera de las obligaciones escolares. En su trabajo de investigación, Rikard y Banville (2006) concluyeron que los alumnos tenían preferencia por las actividades deportivas variadas y mostraron un incremento en el nivel de desafío de sus clases de EF, y un incremento en la motivación a participar en actividades físicas fuera del colegio.

En el trabajo de Zeng, Hipscher y Leung (2011), los alumnos con actitudes más positivas hacia la EF informaron de una mayor probabilidad de participar en actividad física fuera del colegio y mostraron un incremento en la práctica física mayor que quienes tenían actitudes hacia la EF menos positivas. Según Rodríguez, García, Sánchez y López-Miñarro (2013), la percepción de utilidad de las clases de EF fue una variable que se relacionó de forma significativa, tanto en varones como en mujeres, con un aumento en los niveles globales de actividad física de los escolares en su vida diaria. Kaj et al. (2015) crearon una escala para medir las actitudes hacia la EF y relacionarlas con la capacidad aeróbica de los alumnos, un indicador indirecto de la participación de los jóvenes en actividades físicas. Encontraron cinco componentes de las actitudes hacia la EF: orientación del currículum hacia la salud; evitación del fracaso; orientación hacia el éxito; actitud hacia la actividad física; y cooperación y experiencia social en EF. De sus análisis concluyeron que las actitudes hacia la EF estaban significativamente asociadas con los valores de la capacidad aeróbica. Por último,

Para citar este artículo utilice la siguiente referencia: Gutiérrez, M. (2017). Efecto de las actitudes hacia la Educación Física sobre los motivos de práctica deportiva fuera del horario escolar. *Sportis Sci J*, 3 (1), 123-140. DOI:<http://dx.doi.org/10.17979/sportis.2017.3.1.1747>

también Ashutosh, Nrusingha y Anshuman (2016) y Zeng, Wang y Wang (2016) han encontrado que las actitudes positivas de los alumnos hacia la EF están asociadas con la práctica deportiva.

**Objetivos e hipótesis**

El principal objetivo ha sido analizar las relaciones entre las actitudes de los alumnos hacia la EF y sus motivaciones para practicar actividades físicas y deportivas fuera del horario escolar.

Como hipótesis de partida se plantearon las siguientes: (1) Que existiría una relación positiva entre las actitudes más positivas hacia la EF y la motivación intrínseca de los alumnos a practicar actividades físico-deportivas en su tiempo libre; (2) Que existiría una relación inversa entre las actitudes hacia la EF y los motivos extrínsecos y la falta de motivación para practicar deporte. Presentamos estos supuestos en el modelo teórico de la Fig. 1.

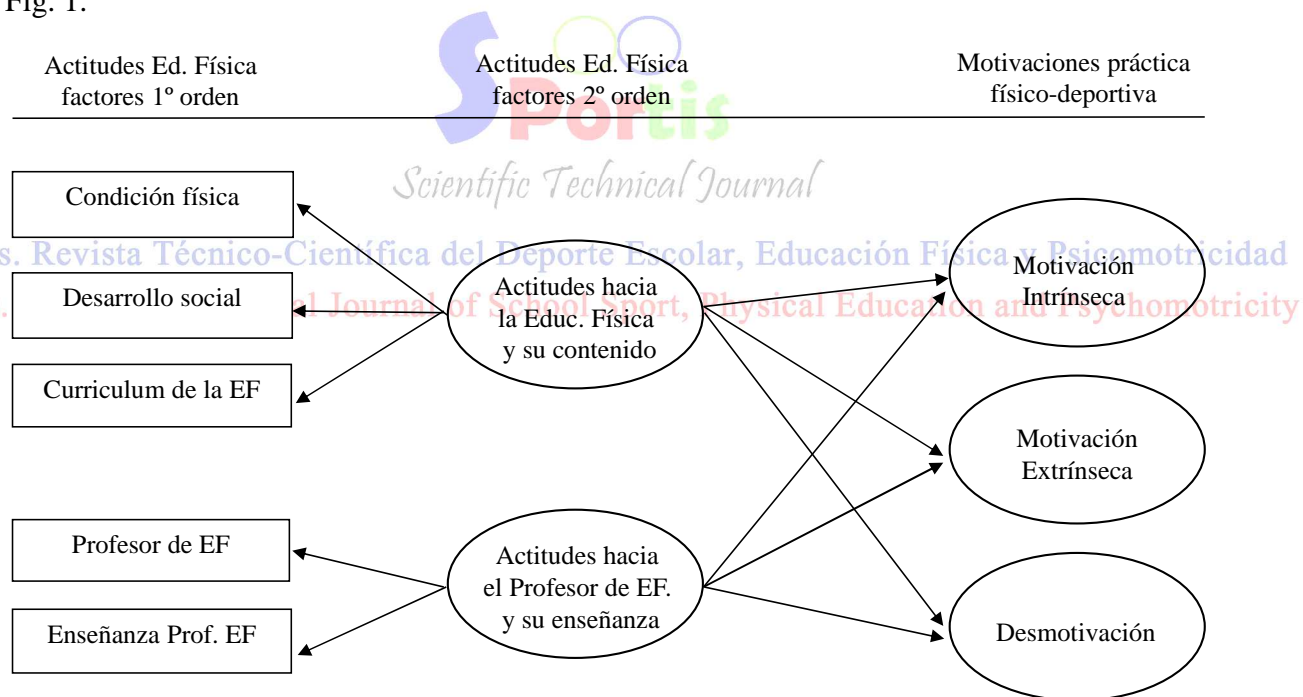


Fig. 1. Modelo hipotético de las relaciones entre los factores de las actitudes de los alumnos hacia la EF y sus motivos para practicar actividades físico-deportivas.

Para citar este artículo utilice la siguiente referencia: Gutiérrez, M. (2017). Efecto de las actitudes hacia la Educación Física sobre los motivos de práctica deportiva fuera del horario escolar. *Sportis Sci J*, 3 (1), 123-140 . DOI:http://dx.doi.org/10.17979/sportis.2017.3.1.1747

## Material y método

### Participantes

Los participantes fueron 428 alumnos de Educación Secundaria y 1º de Bachillerato (233 chicos y 195 chicas), con edades comprendidas entre los 12 y los 17 años ( $M = 14.56$ ,  $DT = 1.47$ ), todos ellos practicantes de actividades físicas o deportes extraescolares. La selección de los participantes fue incidental o por conveniencia y se desarrolló por el método de colaboradores, procurando que fuesen representativos de la población adolescente española.

### Instrumentos

*Escala de Actitudes hacia la Educación Física.* Se utilizó la escala *Student Attitudes Toward Physical Education (SATPE)*, de Li, Chen y Baker (2014), adaptada al español específicamente para este trabajo. Según sus autores, esta escala se compone de 26 ítems agrupados en cinco factores: Condición física, Auto-actualización y desarrollo social, Currículum de la EF, Profesor de EF, y Enseñanza del profesor de EF. La escala fue traducida al español utilizando el sistema de doble traducción. A los participantes se les preguntó su grado de acuerdo con las expresiones que describían actitudes hacia la EF (su contenido y sus profesores), en una escala de cinco anclajes desde (1) *Totalmente desacuerdo*; hasta (5) *Totalmente de acuerdo*. Ejemplos de ítems de cada factor, respectivamente, son los siguientes: Mis clases de EF son útiles para mejorar mis niveles de salud y condición física; Mis clases de EF son útiles para promover mi crecimiento personal; Lo que he aprendido en las clases de EF nos conciencia para participar en actividades físicas fuera del horario escolar; Mi profesor/a de EF sabe exactamente lo que debe enseñar; Mi profesor/a de EF crea un ambiente de apoyo y desafío. A su vez, estos cinco factores se agrupan en dos factores de segundo orden: Actitudes hacia la EF y su contenido; Actitudes hacia el profesor/a y su enseñanza. Los coeficientes de consistencia interna (alfas) obtenidos en los cinco factores para la presente muestra han sido, respectivamente: .70, .85, .78, .84, .83. En cuanto a los factores de segundo orden su fiabilidad ha sido: Actitudes hacia la EF  $\alpha = .91$  y Actitudes hacia el profesor/a  $\alpha = .91$ .

*Escala de motivos para la práctica deportiva.* Para medir las razones para practicar actividades físicas y deportivas fuera del horario escolar se empleó la *Sport Motivation Scale-*

SMS, creada por Pelletier et al. (1995), fundamentados en que la conducta puede estar motivada intrínsecamente, extrínsecamente o no estar motivada. En esta investigación se utilizó una versión y traducción propia a partir de la revisión de la escala realizada por Pelletier, Rocchi y Sarrazin (2011). Esta nueva versión contiene 18 ítems y mide seis dimensiones de la motivación: Intrínseca, Integrada, Identificada, Introyectada, Extrínseca, y Desmotivación. Para el cumplimiento de nuestros objetivos, tomamos únicamente tres factores: Intrínseco, Extrínseco y Desmotivación. La escala está encabezada por la pregunta “¿Por qué practicas tu deporte?”, y los participantes pueden indicar su grado de acuerdo con cada ítem en una escala Likert con valores desde (1) *Totalmente en desacuerdo*, hasta (5) *Totalmente de acuerdo*. Ejemplos de ítems de cada factor: Porque disfruto descubriendo nuevas estrategias para mejorar mi rendimiento; Porque las personas que me rodean me recompensan cuando practico deporte; Ya no lo tengo claro, no creo que mi sitio esté en practicar este deporte. La fiabilidad obtenida con esta muestra fue: Motivación intrínseca ( $\alpha = .71$ ), Motivación extrínseca ( $\alpha = .72$ ), y Desmotivación ( $\alpha = .70$ ).

### **Procedimiento**

Tras obtener la aprobación del personal directivo de los centros educativos y deportivos, se enviaron cartas a los padres de los alumnos solicitándoles permiso para la participación de sus hijos, por ser éstos menores de edad. Sólo los alumnos que informaron de la autorización expresa de sus tutores legales tomaron parte en el estudio. Todos los alumnos que participaron lo hicieron voluntariamente. Los instrumentos fueron aplicados en diversas instalaciones deportivas y en diferentes centros españoles de Educación Secundaria y Bachillerato. El tiempo invertido por los alumnos-deportistas para responder las escalas no superó los 15 minutos. Las dos escalas fueron traducidas al español por el método de la doble traducción y posteriormente se aplicaron a un pequeño grupo piloto de alumnos semejantes a los componentes de la muestra, para comprobar la comprensión de los ítems y adaptar el lenguaje en caso necesario.

### **Análisis estadísticos**

Además de los coeficientes de consistencia interna, se calcularon las correlaciones entre todas las variables estudiadas. Seguidamente, se aplicó un Modelo de Ecuaciones Estructurales con factores latentes (Fig. 1), para predecir las razones de los alumnos para la práctica físico-deportiva, a partir de sus actitudes hacia la EF.

Para citar este artículo utilice la siguiente referencia: Gutiérrez, M. (2017). Efecto de las actitudes hacia la Educación Física sobre los motivos de práctica deportiva fuera del horario escolar. *Sportis Sci J*, 3 (1), 123-140. DOI:<http://dx.doi.org/10.17979/sportis.2017.3.1.1747>



El modelo confirmatorio se estimó con el paquete estadístico EQS 5.7. (Bentler, 2006), mediante máxima verosimilitud con correcciones robustas ante la falta de normalidad. Para el caso de este tipo de estimación, se emplean conjuntamente dos índices de ajuste, el CFI y el RMSEA. En el caso del primero, se valora como ajuste aceptable un valor por encima de .90 y si alcanza .95 el ajuste es excelente. En el caso del RMSEA, un valor por debajo de .05 es un buen ajuste, aunque también es aceptable hasta .08 (Hu y Bentler, 1999).

## Resultados

### Resultados descriptivos

Según los resultados mostrados en la Tabla 1, las puntuaciones más altas otorgadas por los alumnos correspondieron a los motivos intrínsecos para practicar deporte ( $M = 4.03$ ,  $DT = 0.77$ ), y las menos puntuadas fueron las razones extrínsecas para la práctica físico-deportiva ( $M = 2.41$ ,  $DT = 1.02$ ) y la falta de motivación para practicar deporte ( $M = 2.38$ ,  $DT = 1.01$ ). También puede verse que la dispersión (desviación típica) en las puntuaciones de estos dos últimos factores (motivación extrínseca, desmotivación) fue superior que la mostrada en el resto de variables. En cuanto a la fiabilidad de los instrumentos utilizados, todos ellos mostraron una consistencia interna aceptable, puesto que obtuvieron valores de alfa entre .70 y .91, a pesar de estar compuestos algunos factores por un reducido número de ítems.

Tabla 1. Medias, desviaciones típicas, alfas y correlaciones entre las variables estudiadas

Variables	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1. Condición física	1	.66*	.62*	.44*	.50*	.85*	.50*	.28*	-.04	-.02
2. Desarrollo social		1	.63*	.48*	.58*	.89*	.56*	.34*	-.01	-.01
3. Currículum EF			1	.48*	.57*	.86*	.55*	.30*	.04	.01
4. Profesor de EF				1	.80*	.54*	.95*	.25*	-.04	.01
5. Enseñanz Profesor					1	.63*	.95*	.24*	.02	.02
6. Actitud. hacia EF						1	.62*	.35*	-.01	-.01
7. Actitit. hacia Prof							1	.26*	-.01	.02
8. Motivac. intrínseca								1	-.16*	-.32*
9. Motivac extrínseca									1	.57*
10. Desmotivación										1
<i>M</i>	3.74	3.63	3.61	3,65	3,60	3.57	3,62	4,03	2.41	2.38
<i>DT</i>	0.74	0.80	0.73	0.79	0.81	0.66	0.76	0.77	1.02	1,01
<i>Alfa</i>	.70	.85	.78	.84	.83	.91	.91	.71	.72	.70

Nota: \* $p < .01$

En la matriz de correlaciones, destacan los altos valores obtenidos entre los cinco factores que componen las actitudes hacia la EF ( $r$  entre .44 y .66,  $p < .01$ ). Por otro lado, los cinco factores de las actitudes hacia la EF correlacionan positiva y significativamente con la

motivación intrínseca para la práctica físico-deportiva ( $r$  entre  $.24$  y  $.34$ ,  $p < .01$ ). Al correlacionar estos cinco factores de las actitudes hacia la EF con la motivación extrínseca y con la desmotivación, los resultados no son estadísticamente significativos. Finalmente, merecen también atención las correlaciones significativas y negativas de la motivación intrínseca con la motivación extrínseca y la desmotivación ( $r = -.24$  y  $r = -.32$ ,  $p < .01$ ), y la alta correlación positiva entre la motivación extrínseca y la desmotivación para la práctica físico-deportiva ( $r = .57$ ,  $p < .01$ ).

### **Predicción de los motivos para la práctica físico-deportiva de los alumnos de EF**

El modelo hipotético inicial planteaba que las actitudes de los alumnos hacia la EF tendrían capacidad predictiva sobre los motivos para la práctica físico-deportiva fuera del horario escolar. Este modelo general *a priori* se puso a prueba mediante ecuaciones estructurales, obteniendo los siguientes índices de ajuste:  $\chi^2_{67} = 171.51$ ,  $p < .001$ , CFI =  $.948$ , RMSEA =  $.060$  [IC 90%  $.049 - .072$ ], resultado que puede considerarse satisfactorio.

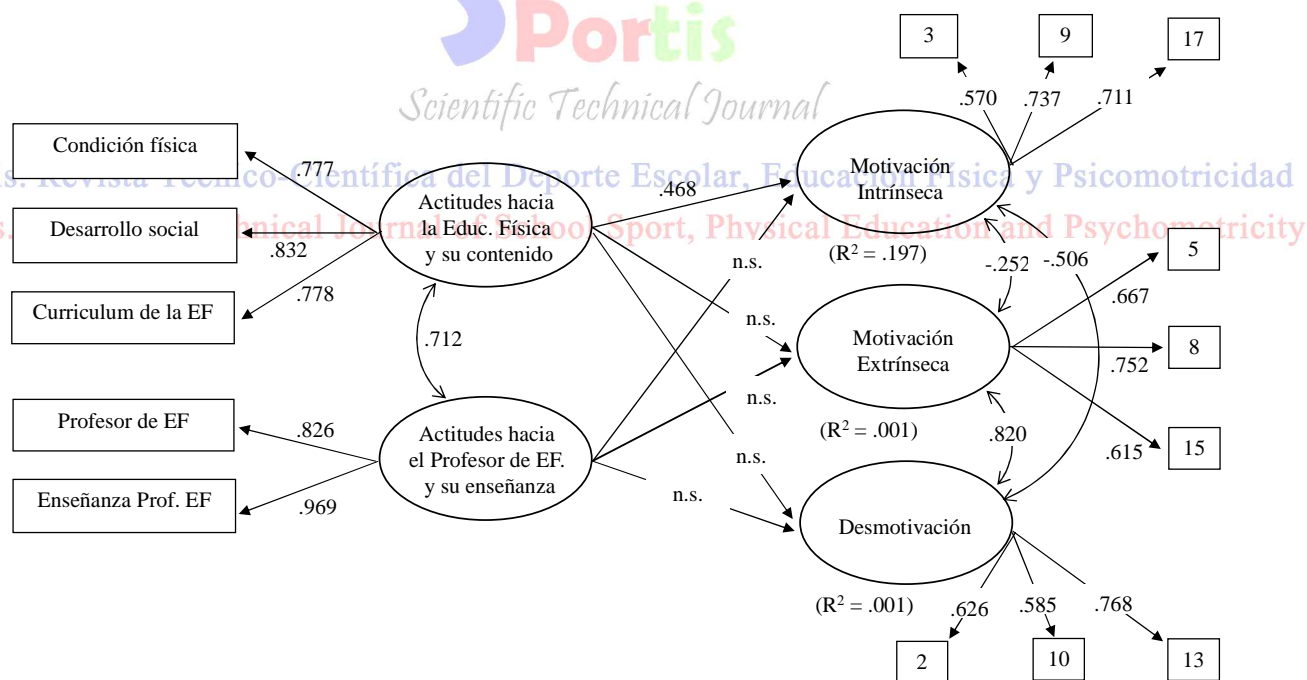


Fig. 2. Solución estandarizada del modelo puesto a prueba para predecir los motivos de los alumnos para practicar actividades físico-deportivas, a partir de sus actitudes hacia la EF. Nota:  $*p < .01$

En el resultado de este modelo se comprueba que todas las saturaciones de los indicadores de los factores latentes son satisfactorias, con valores entre  $.585$  y  $.969$ . Además,

Para citar este artículo utilice la siguiente referencia: Gutiérrez, M. (2017). Efecto de las actitudes hacia la Educación Física sobre los motivos de práctica deportiva fuera del horario escolar. *Sportis Sci J*, 3 (1), 123-140. DOI: <http://dx.doi.org/10.17979/sportis.2017.3.1.1747>

las actitudes hacia la EF y su contenido se encuentran positiva y significativamente relacionadas con las razones intrínsecas para practicar actividades físicas o deportivas fuera del horario escolar ( $\beta = .468$ ) a la vez que no presentan relaciones significativas con las razones extrínsecas y la desmotivación en relación con la práctica físico-deportiva fuera del colegio. La capacidad predictiva de las actitudes hacia la EF y su contenido sobre las motivaciones intrínsecas para la práctica deportiva resulta ser de un 19.7% de la varianza. En cuanto a las actitudes hacia el profesor de EF y su enseñanza, éstas no muestran capacidad predictiva sobre las razones de los alumnos para participar en actividades físicas y deportivas extraescolares. Otros resultados que deben ser mencionados son las covarianzas entre las variables exógenas. En este sentido, la relación entre las actitudes hacia la EF y las actitudes hacia el profesor presentan un valor de .712, la motivación intrínseca con la motivación extrínseca -.252, la motivación extrínseca con la desmotivación .820, y la motivación intrínseca con la desmotivación -.506, valores ya intuidos al comentar la matriz de correlaciones, pero que ahora se confirman en el modelo conjunto de relaciones entre todas las variables.

### Discusión y conclusiones

El objetivo principal de este trabajo ha consistido en la aplicación de un modelo de ecuaciones estructurales para predecir los motivos de los adolescentes para practicar actividades físicas o deportivas fuera del horario escolar, a partir de sus actitudes hacia la EF, su contenido y sus profesores/as. Se partió de dos hipótesis: (a) Que existiría una relación directa entre las actitudes hacia la EF y la motivación intrínseca de los alumnos a practicar actividades físico-deportivas en su tiempo libre; y (b) que existiría una relación inversa entre las actitudes hacia la EF y los motivos extrínsecos y la falta de motivación para practicar deporte en su tiempo de ocio.

A la vista de los resultados obtenidos hay que destacar, en primer lugar, que la fiabilidad de los instrumentos empleados ha resultado satisfactoria para su empleo con esta muestra de alumnos/deportistas. Con respecto al cumplimiento de las hipótesis planteadas, no se han cumplido en la medida que cabía esperar.

En cuanto a la primera hipótesis, que suponía el efecto directo de las actitudes hacia la EF sobre las razones intrínsecas o motivación intrínseca de los alumnos para practicar

deporte, ésta se ha visto cumplida en parte, teniendo en cuenta que las actitudes hacia la EF se encuentran formadas por dos factores, (1) las actitudes hacia la EF y su currículum, y (2) las actitudes hacia el profesor/a de EF y su enseñanza. En este sentido, las actitudes hacia la EF sí predicen directa y significativamente la motivación intrínseca de los alumnos, mientras que las actitudes hacia el profesor/a no muestran potencial predictivo sobre las motivaciones intrínsecas de los alumnos para practicar actividades físico-deportivas fuera del horario escolar.

Con respecto a la segunda hipótesis, que suponía una relación inversa entre las actitudes hacia la EF y la motivación extrínseca y desmotivación para la práctica deportiva de los alumnos, ni las actitudes hacia la EF ni las actitudes hacia el profesor/a han mostrado capacidad predictiva, ni positiva ni negativa; los valores obtenidos no han resultado estadísticamente significativos.

De los resultados obtenidos se deduce que las actitudes hacia la EF, y en especial las actitudes hacia el contenido de la EF, son determinantes para que los alumnos practiquen actividades físicas fuera del horario escolar, movidos por razones intrínsecas, pero no parece que ejerzan influencia sobre las motivaciones extrínsecas ni la falta de motivación. Resulta sorprendente, no obstante, la falta de relación encontrada a partir de las actitudes hacia el profesor/a de EF. Ahora bien, teniendo en cuenta la alta correlación entre las actitudes hacia la EF y las actitudes hacia el profesor/a, es razonable pensar que tanto la personalidad del profesor como su forma de enseñanza estarán incidiendo de manera importante sobre las actitudes hacia los contenidos de la EF y su utilidad para el desarrollo personal y social, y por tanto podrían tener un efecto indirecto sobre las motivaciones para practicar actividad física.

Una conclusión destacable es que cuando los alumnos tienen unas actitudes positivas hacia la EF, es decir, valoran sus contenidos y los consideran útiles para su desarrollo personal y social, esto les lleva a sentirse motivados en sentido intrínseco para acometer la práctica de actividades físicas y deportivas en horario extraescolar. En relación con esto, Zen et al. (2011) informan que promover actitudes positivas de los alumnos hacia la EF podría conducir a la promoción de la práctica física tanto en la actualidad como a lo largo de la vida. Por otro lado, Subramaniam y Silverman (2007) señalan que si los componentes cognitivos y afectivos de la actitud impactan negativamente en el ambiente de aprendizaje, los alumnos pueden manifestar aversión o no estar dispuestos a participar en la práctica física. Por tanto,

Para citar este artículo utilice la siguiente referencia: Gutiérrez, M. (2017). Efecto de las actitudes hacia la Educación Física sobre los motivos de práctica deportiva fuera del horario escolar. *Sportis Sci J*, 3 (1), 123-140 . DOI:<http://dx.doi.org/10.17979/sportis.2017.3.1.1747>

es a través del compromiso con la EF como se puede preparar a los adolescentes para su participación en actividades físicas para toda la vida.

Desde una perspectiva aplicada, estos resultados nos llevan a proponer a los profesores de EF que inviertan cuantos esfuerzos sean posibles para enfatizar la importancia de la EF, para hacerla significativa y útil de cara al desarrollo integral del alumno, coincidiendo con los planteamientos de Niederkofler, Hermann y Gerlach (2015). Durante mucho tiempo, diversos educadores físicos han defendido que la EF debía centrarse en la diversión de los alumnos. Si bien estamos de acuerdo con ello, hay que destacar, no obstante, que además de divertirse, los alumnos deben aprender en EF, deben adquirir unas capacidades físicas y psicosociales, es decir, deben llegar a la conclusión de que la EF es útil para sus vidas, además de promover su salud y calidad de vida, para complementar su desarrollo personal en todas las áreas que lo integran. Recordemos que Rodríguez et al. (2013) encontraron una relación significativa entre la percepción de utilidad de las clases de EF y el nivel de actividad físico-deportiva realizado fuera del entorno escolar.

En consonancia con estas ideas, Woodson-Smith et al. (2015) aseguran que incorporando los puntos de vista de los alumnos en el currículum de la EF, los profesores podrían seguir ayudando a los estudiantes a adoptar estilos de vida activos y saludables. Esto es así porque la construcción de una visión positiva de la actividad física a través del currículum de la EF, puede proporcionar a los alumnos una mayor tendencia a ser activos en la vida adulta. Los alumnos deben ser educados con respecto a los beneficios de la actividad física y el logro de una vida adulta activa y sana. Según Kaj et al. (2015), desde el punto de vista del comportamiento, las actitudes de los alumnos constituyen la clave para la participación en actividades físicas, idea también sustentada por Subramaniam y Silverman (2007). La EF desempeña un papel importante en la formación de actitudes hacia la actividad física, y por lo tanto, uno de sus principales objetivos debería ser promover actitudes positivas y animar a ser activos en el curso de la vida (Jaakkola et al., 2013; National Association for Sport and Physical Education, 2008; Niederkofler et al., 2015). Además, éste puede ser un camino adecuado para elevar el estatus de la EF al nivel significativo de otras asignaturas del currículum escolar.

Como todo trabajo, éste presenta algunas limitaciones. Así, aunque el tamaño de la muestra es suficiente para el requerimiento de los análisis abordados, los datos han sido

obtenidos a través de colaboradores o muestreo por conveniencia, y recogidos mediante autoinformes de los alumnos/deportistas, lo cual ha podido incorporar cierto efecto de deseabilidad social. Además, los datos utilizados en este estudio son transversales, por lo que no se pueden establecer conclusiones fundamentadas en relaciones causa-efecto. En este sentido, un diseño longitudinal en el que se tomaran datos preferiblemente en tres momentos temporales proporcionaría mayor garantía a las conclusiones. Por otro lado, el modelo aquí sometido a comprobación mediante ecuaciones estructurales es sólo uno de los posibles, pudiendo existir otros modelos capaces de contribuir con nuevas explicaciones a la interpretación de las relaciones entre las variables estudiadas. Esto puede ser así porque también nos ofrece la literatura especializada la idea de que la práctica deportiva puede incidir sobre las actitudes hacia la EF, es decir, en sentido inverso a lo aquí planteado. Éste es el caso, por ejemplo, de Koca y Demirhan (2004) quienes concluyeron de su estudio que, en general, los participantes en actividades físicas manifestaron actitudes hacia la EF más favorables que los no participantes. No obstante, la tesis que defendemos en este momento es que si todos los alumnos asisten a las clases de EF, y sus profesores son capaces de proporcionarles argumentos para llegar a valorar la EF y sus contenidos, estarán en mejores condiciones de abordar la práctica deportiva de manera intrínsecamente motivada, lo cual ya ha quedado demostrado que facilita la persistencia en la práctica y un desarrollo del alumno/deportista integral y positivo.

## Referencias bibliográficas

1. Abellán, J. (2015). Actitudes hacia la discapacidad mostradas por los futuros maestros de Educación Física. *Sportis Sci J*, 1(3), 207-219.
2. Ashutosh, A., Nrusingha, P. y Anshuman, M. (2016). Students' sports activity preference and their attitudes toward physical education. *International Journal of Modern Trends in Engineering and Research*, 3(3), 328-332.
3. Bentler, P.M. (2006). *EQS 6 program manual*. Encino, CA: Multivariate Software, Inc.
4. Bibik, J., Goodwin, S. y Omega-Smith, E. (2007). High school students' attitudes toward physical education in Delaware. *The Physical Educator*, 64(4), 192-204.

Para citar este artículo utilice la siguiente referencia: Gutiérrez, M. (2017). Efecto de las actitudes hacia la Educación Física sobre los motivos de práctica deportiva fuera del horario escolar. *Sportis Sci J*, 3 (1), 123-140 . DOI:<http://dx.doi.org/10.17979/sportis.2017.3.1.1747>

Artículo Original. Efecto de las actitudes hacia la Educación Física sobre los motivos de práctica deportiva fuera del horario escolar  
Vol. III, nº. 1; p. 123-140, Enero 2017. A Coruña. España ISSN 2386-8333

5. Centers for Disease Control and Prevention. (2011). *School health guidelines to promote healthy eating and physical activity. Morbidity and Mortality Weekly Report. Recommendations and Reports*. U.S. Department of Health and Human Services.
6. Chatterjee, S. (2013). Attitudes toward physical education of school going adolescents in West Bengal. *International Journal of Innovative Research in Science, Engineering and Technology*, 2(11), 6068-6073.
7. Chung, M.H. y Phillips, D.A. (2002). The relationship between attitude toward physical education and leisure-time exercise in high school students. *Physical Educator*, 59(3), 126-138.
8. Cothran, D.J. y Ennis, C.D. (1998). Curricula of mutual worth: comparisons of students' and teachers' curricular goals. *Journal of Teaching in Physical Education*, 17, 307-326.
9. Edgington, C.W. (1968). Development of an attitude scale to measure attitudes of high school freshman boys toward physical education. *Research Quarterly*, 39, 505-512.
10. Eraslam, M. (2015). An analysis of secondary school students' attitudes towards physical education course according to some variables. *Anthropologist*, 19(1), 23-29.
11. Figley, G.E. (1985). Determinants of attitudes toward physical education. *Journal of Teaching in Physical Education*, 4, 229-240.
12. Graham, D.J., Sirard, J.R. y Neumark-Stainer, D. (2011). Adolescents' attitudes toward sports, exercise, and fitness predict physical activity 5 and 10 years later. *Preventive Medicine*, 52, 130-132.
13. Gutiérrez, M. (2014). Relaciones entre el clima motivacional, las experiencias en Educación Física y la motivación intrínseca de los alumnos. *Retos*, 26, 9-14.
14. Gutiérrez, M. y Ruiz, L.M. (2009). Perceived motivational climate, sportsmanship, and students' attitudes toward physical education classes and teachers. *Perceptual and Motor Skills*, 108, 308-326.
15. Hu, L. y Bentler, P.M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling*, 6, 1-55.
16. Jaakkola, T., Washington, T. y Yli-Piipari, S. (2013). The association between motivation in school physical education and self-reported physical activity during

Para citar este artículo utilice la siguiente referencia: Gutiérrez, M. (2017). Efecto de las actitudes hacia la Educación Física sobre los motivos de práctica deportiva fuera del horario escolar. *Sportis Sci J*, 3 (1), 123-140 . DOI:<http://dx.doi.org/10.17979/sportis.2017.3.1.1747>

Artículo Original. Efecto de las actitudes hacia la Educación Física sobre los motivos de práctica deportiva fuera del horario escolar  
Vol. III, nº. 1; p. 123-140, Enero 2017. A Coruña. España ISSN 2386-8333

Finnish junior high school: A self-determination theory approach. *European Physical Education Review*, 19(1), 127-141.

17. Kaj, M., Saint-Maurice, P.F., Karsai, I., Vabb, Z., Csányi, T., Boronyai, Z. y Révész, L. (2015). Associations between attitudes toward physical education and aerobic capacity in Hungarian high school students. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 86, S74-S81.
18. Kaya, S., Isidori, E. y Sarol, H. (2015). An examination of adolescents' attitudes towards leisure activities. *International Journal of Human Sciences*, 12(2), 485-501.
19. Koca, C. y Demirhan, G. (2004). An examination of high school students' attitudes toward physical education with regard to sex and sport participation. *Perceptual and Motor Skills*, 98, 754-758.
20. Lanuza, R., Ponce de León, A., Sanz, E. y Valdemoros, M.A. (2012). La clase de Educación Física escolar como generadora de un ocio físico-deportivo. *Retos*, 22, 13-15.
21. Li, F., Chen, J. y Baker, M. (2014). University students' attitudes toward physical education teaching. *Journal of Teaching in Physical Education*, 33, 186-212.
22. Luke, M. y Cope, L. (1994). Student attitudes toward teacher behaviour and program content in school physical education. *Physical Educator*, 51, 2, 57-66.
23. National Association for Sport and Physical Education (2008). *Comprehensive school physical activity programs*. Reston, VA: Author.
24. Navarro, R., Rodríguez, J.E. y Eirin, R. (2016). Análisis de la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas, motivación y disfrute en Educación Física en Primaria. *Sportis Sci J*, 3(2), 439-455.
25. Niederkofler, B., Hermann, S.S. y Gerlach, E. (2015). What influences motivation in physical education? A multilevel approach for identifying climate determinants of achievement motivation. *Psychological Test and Assessment Modeling*, 57(1), 70-93.
26. Pelletier, L., Fortier, M., Vallerand, R., Tuson, K., Briere, N. y Blais, M. (1995). Toward a new measure of intrinsic motivation, extrinsic motivation, and amotivation in sport: The Sport Motivation Scale (SMS). *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 17(1), 35-53.

Para citar este artículo utilice la siguiente referencia: Gutiérrez, M. (2017). Efecto de las actitudes hacia la Educación Física sobre los motivos de práctica deportiva fuera del horario escolar. *Sportis Sci J*, 3 (1), 123-140 . DOI:<http://dx.doi.org/10.17979/sportis.2017.3.1.1747>



Artículo Original. Efecto de las actitudes hacia la Educación Física sobre los motivos de práctica deportiva fuera del horario escolar  
Vol. III, nº. 1; p. 123-140, Enero 2017. A Coruña. España ISSN 2386-8333

27. Pelletier, L., Rocchi, M. y Sarrazin, P. (2011). Validation of the Revised Sport Motivation Scale and sport-related integration, Madeira, Portugal. European Conference on Sport Psychology.
28. Pethkar, V., Naik, S. y Sonawane, S. (2012). Relationship between students' and teachers' attitude towards physical activity and physical fitness. *Journal of Physical Education and Sport*, 12(3), 385-390.
29. Portoles, A. y González, J. (2016). Perfiles adolescentes según orientación de metas: relación con conductas sedentarias. *Sportis Sci J*, 2(2), 222-238.
30. Pritchard, O. (1988). Attitudes towards physical education in England. An investigation among parents, pupils and teachers. *Physical Educator*, 45, 3, 154-156.
31. Rikard, G.L. y Banville, D. (2006). High school student attitudes about physical education. *Sport, Education and Society*, 11(4), 385-400.
32. Rodríguez, P.L., García, E., Sánchez, C. y López-Miñarro, P.A. (2013). Percepción de la utilidad de las clases de Educación Física y su relación con la práctica físico-deportiva en escolares. *Cultura y Educación*, 25(1), 65-76.
33. Ryan, S., Fleming, D. y Maina, M. (2003). Attitudes of middle school students toward their physical education teachers and classes. *Physical Educator*, 60, 2, 28-42.
34. Silverman, S. y Subramaniam, P.R. (1999). Student attitude toward physical education and physical activity: a review of measurement issues and outcomes. *Journal of Teaching in Physical Education*, 19, 97-125.
35. Stelzer, J., Ernest, J.M., Fenster, M.J. y Langford, G. (2004). Attitudes toward physical education: A study of high school students from four countries –Austria, Czech Republic, England, and USA. *College Student Journal*, 38(2), 171-178.
36. Stewart, M.J., Green, S.R. y Huelskamp, J. (1991). Secondary student attitudes toward physical education. *Physical Educator*, 48, 2, 72-79.
37. Subramaniam, P.R. y Silverman, S. (2000). Validation of scores from an instrument assessing student attitude toward physical education. *Measurement in Physical Education and Exercise Science*, 4, 29-43.
38. Subramaniam, P.R. y Silverman, S. (2007). Middle school students' attitudes toward physical education. *Teaching and Teacher Education*, 23, 602-611.
39. Triandis, H.C. (1971). *Attitude and attitude change*. New York: Wiley.

Para citar este artículo utilice la siguiente referencia: Gutiérrez, M. (2017). Efecto de las actitudes hacia la Educación Física sobre los motivos de práctica deportiva fuera del horario escolar. *Sportis Sci J*, 3 (1), 123-140 . DOI:<http://dx.doi.org/10.17979/sportis.2017.3.1.1747>

Artículo Original. Efecto de las actitudes hacia la Educación Física sobre los motivos de práctica deportiva fuera del horario escolar

Vol. III, nº. 1; p. 123-140, Enero 2017. A Coruña. España ISSN 2386-8333

40. Wallhead, T.L. y Buckworth, J. (2004). The Role of physical education in the promotion of youth physical activity. *Quest*, 56, 285-301.
41. Woodson-Smith, A., Dorwart, C.E. y Linder, A. (2015). Attitudes toward physical education of female high school students. *The Physical Educator*, 72, 460-479.
42. Yeung, D.C., Yuan, X., Hui, S.S., y Ferresu, S.A. (2016). Determinants of moderate to vigorous physical activity and obesity in children: a structural equation modeling analysis. *World J Pediatr*, 12(2), 170-176.
43. Zeng, H., Hipscher, M. y Leung, R.W. (2011). Attitudes of high school students toward physical education and their sport activity preferences. *Journal of Social Sciences*, 7(4), 529-537.
44. Zeng, H., Wang, Y. y Wang, X. (2016). A study of Chinese collegiate attitudes toward physical education. *International Research in Higher Education*, 1(2), 1-11.