



CARACTERÍSTICAS DE LA PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICO-DEPORTIVA DE LOS ESTUDIANTES DE LA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN (UNIVERSIDAD DE SEVILLA)

Physical activity practice's characteristics of students of Faculty of Education (University of Seville)

Carolina Castañeda Vázquez

Universidad de Sevilla. Grupo de investigación HUM-507. Mail:: carolinacv@us.es

Recibido: 26/05/2011

Aceptado: 21/10/2011

Santiago Romero Granados

Universidad de Sevilla. Grupo de investigación HUM-507. Mail:: sanrome@us.es

Francis Ríes

Universidad de Sevilla. Grupo de investigación HUM-507. Mail:: fries@us.es

Correspondencia:

Carolina Castañeda Vázquez

Universidad de Sevilla. Facultad de Ciencias de la Educación.

C/Pirotecnia, s/n. C.P: 41013, Sevilla)

Correo electrónico: carolinacv@us.es

Resumen

Con esta investigación se pretende conocer la práctica de actividad físico-deportiva de los estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad de Sevilla, así como las principales características de la misma. La muestra (N=409) está compuesta por estudiantes de grado, primer y segundo ciclo de esta Facultad ($\pm 4.8\%$; 95%CI). Para la obtención de datos se aplicó un cuestionario estructurado en 5 bloques, del cual se han seleccionado algunos ítems para esta investigación. Dicho instrumento fue validado por varios expertos en la materia y se han realizado diversas pruebas estadísticas con el paquete SPSS V.15, calculándose la fiabilidad del instrumento a través del coeficiente Alfa de Cronbach (.78). Los datos obtenidos revelan una tasa de práctica del 62,19%. El alumnado prefiere actividades deportivas de carácter recreativo y orientadas al mantenimiento de la forma física y la mejora de la salud. Existe bastante similitud entre las actividades que el alumnado realiza a través de la Universidad y fuera de la misma. Además, suelen realizar AFD todo el año, durante toda la semana o de lunes a viernes, especialmente en horario de tarde. Combinan la práctica en solitario con la compañía de amigos y compañeros y se decantan por la práctica en espacios públicos y por las instalaciones públicas y privadas.

Palabras Clave: Estudiantes universitarios, práctica de actividad físico-deportiva, tiempo libre.

Abstract

The aim of this research is to know about students' physical activity from Faculty of Education of University of Seville, and its characteristics.

The sample (N=409) is constituted for students from the different degrees of this Faculty ($\pm 4.8\%$; 95%CI). A specific questionnaire, built to that effect, was used to obtain dates. This instrument was validated by different experts on this area of studies, and statistic tests was done to check its reliability (Alpha Cronbach: .78) using SPSS V.15. The main results showed that 62.19% of students do physical activity regularly. Students prefer recreational activities or exercise aimed at being fit or watching health instead competitive games. Activities done by students inside University are very similar to activities done out of this. They also do exercise during all academic year, preferably along the all week or from Monday to Friday, and especially in the afternoon. This group usually practice with friends, classmates or workmates, but lonely too, and they prefer public areas and public or private sport facilities for their sport practice.

Key Words: University students, physical activity practice, leisure time.

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 & Frank, 2000; Craig & Cameron, 2004; Ries, 2008; Ruiz, 2008); 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 aconsejable incorporarla como hábito (Romero, Chacón & Campos, 2006). Numerosos estudios han señalado que la práctica de AFD disminuye con la edad (Welk, 1999; Trost, Kerr, Ward & Rate, 2001; Pavón, Moreno, Gutiérrez & Sicilia, 2004; Wagner, Klein-Platat, Arweiler, Haan, Schiengler & Simon, 2004; García, 2006; Serra, 2006; Van der Host, Paw, Twisk & Van Mecheln, 2007; Ruiz, García & Pieron, 2009), siendo precisamente el periodo escolar cuando se encuentran los mayores índices de participación en actividades físicas y deportivas. Además, 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. A partir de ahí la participación en actividades físico-deportivas va disminuyendo y se va produciendo un abandono al llegar a la etapa universitaria, coincidiendo con la franja de edad de 18 a 25 años debido, entre otros factores, al cambio de residencia o el estilo de vida universitario, donde el estudiante dispone de menos tiempo libre durante el curso escolar, son necesarias más horas de estudio y menos tiempo para dedicarse a la actividad física (López & González, 2001; Ruiz & Gómez, 2005; García, 2006; Pavón & Moreno, 2006). Así, numerosos estudios realizados en poblaciones universitarias señalan que el porcentaje de estudiantes que realizan AFD en esta etapa, suele oscilar entre el 40% y el 60% en los mejores casos (Palau, Ponseti & Borrás, 2001; Sanz, 2005; Pavón & Moreno, 2006; Castillo & Sáenz-López, 2008), aunque el estudio sobre el Modelo del Deporte Universitario Español (CSD, 2006), señala que el 64% de los universitarios españoles realiza alguna AFD.

Es necesario considerar que en la etapa universitaria, la práctica de AFD se convierte en una opción más dentro de las actividades de tiempo libre disponibles para el alumnado y, por tanto, aunque existan

estudios que muestran la disponibilidad real del alumnado para dedicar tiempo a la práctica de AFD, muchos de ellos prefieren otras opciones para ocupar ese tiempo como ver la televisión o estar con la familia y amigos (García, 2001, 2006; Castillo, Giménez & Sáenz-López, 2009). Debido a este aumento de responsabilidades en esta etapa, como a la necesidad de dedicar más horas a los estudios, a las numerosas opciones de ocupación del tiempo libre, así como a que la AFD queda desligada del sistema educativo, es precisamente en dicha etapa cuando debe hacerse más patente el deber de las 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”.*

Sin embargo, para promover la práctica de AFD entre el alumnado universitario, es indispensable conocer las principales características de la misma. Por todo ello, se hace necesaria una revisión de la situación del deporte universitario actual, indagando sobre la práctica deportiva de los estudiantes universitarios. De este modo, se pretende como objetivo general de esta investigación, 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, conocer la tasa de práctica de AFD y determinar aspectos como las actividades más practicadas, la época del año en la que realizan más práctica de AFD, los días y los horarios en los que prefieren practicar, los lugares y/o instalaciones más utilizadas para la práctica, la posesión de licencias federativas y si practican solos o en compañía de otras personas.

Método

La presente investigación se encuadra dentro de un estudio más amplio a través del que se pretenden conocer los hábitos de práctica de AFD de los estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad de Sevilla.

Muestra

La muestra está formada por 409 estudiantes, 184 hombres (44.8%) y 226 mujeres (55.1%), de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad de Sevilla ($\pm 4.8\%$; 95%CI). Se encuentran representadas todas las titulaciones de la Facultad, como se observa en la Tabla 1, de manera proporcional al número de alumnos matriculados en cada una de ellas, para no sesgar dicha muestra, ya que en este centro se imparten diferentes titulaciones de Educación Física.

Tabla 1. Muestra de la investigación

Titulación	Frecuencia	Porcentaje
Grado CCAFD	17	4.1%
Grado Pedagogía	15	3.6%
Licenciatura CCAFD	73	17.8%
Licenciatura en Pedagogía	45	10.9%
Licenciatura en Psicopedagogía	15	3.6%
Magisterio Educación Especial	36	8.7%
Magisterio Educación Física	98	23.9%
Magisterio Educación Infantil	13	3.1%
Magisterio Educación Musical	49	11.9%
Magisterio Educación Primaria	28	6.8%
Magisterio Lengua Extranjera	20	4.8%
Total	409	100%

La media de edad de los encuestados es de 21.6 años (± 4.26), encontrándose los mayores porcentajes en el intervalo de hasta 20 años (49%).

Instrumento y Procedimiento

Para obtener los datos se utilizó un cuestionario estructurado en cinco bloques diferenciados de preguntas del que se han seleccionado los siguientes ítems para la presente investigación:

- P. 11. ¿Realizas actualmente actividad físico-deportiva?
- P. 17. ¿En qué periodos sueles realizar más actividad físico-deportiva?
- P.18. ¿Cuándo sueles realizar la práctica de actividad físico-deportiva?
- P. 19. ¿En qué momento del día sueles realizar la práctica de actividad físico-deportiva?
- P. 20. ¿Tienes licencia federativa? En caso de que la tengas, ¿en qué modalidad deportiva?
- P.21. ¿Con quién sueles practicar actividad físico-deportiva?
- P. 22. ¿Dónde sueles realizar la práctica de actividad físico-deportiva?
- P. 23. ¿Qué actividad físico-deportiva realizas?

Dicho cuestionario fue validado en primer lugar por varios expertos en la materia y se calculó el coeficiente de fiabilidad Alpha de Cronbach para determinar la consistencia interna del instrumento, obteniéndose una puntuación media de .78 puntos, que según McMillan (2008) y Lowenthal (2001) puede considerarse aceptable.

El cuestionario fue administrado durante el último cuatrimestre del curso 2009/2010 en los grupos seleccionados aleatoriamente durante el horario de clases. Todos los sujetos encuestados accedieron voluntariamente a participar tras recibir las instrucciones de los investigadores. Durante la recogida de datos siempre hubo un investigador presente.

Análisis estadístico

Se ha realizado un análisis descriptivo de los datos a través del programa estadístico SPSS versión 15.0

Resultados

Práctica de AFD

A través de la Figura 1 se observa que más de la mitad del alumnado encuestado (62.1%) afirma realizar actualmente AFD, mientras que un 38% declara no realizar ningún tipo de práctica deportiva. De estos estudiantes que no practican actualmente AFD, el 27.5% ha abandonado la práctica deportiva y un 10.4% dice no haberla realizado nunca.

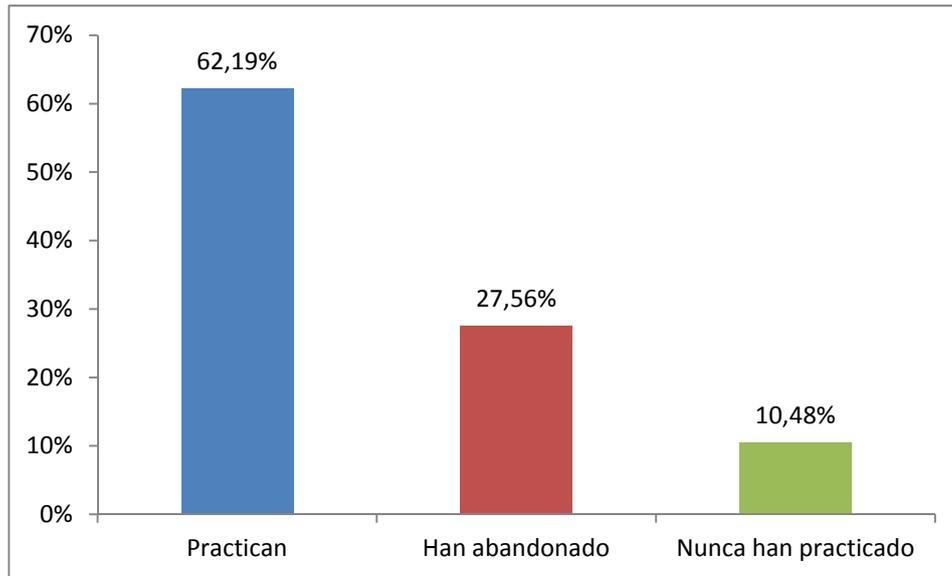


Figura 1. Práctica actual de AFD

Época del año en la que realizan más práctica de AFD

Atendiendo a la época del año en la que practican más AFD, en la Tabla 2 se muestra que el 60.6% de los estudiantes declara realizar la práctica por igual durante todo el año, mientras que un 26.7% considera que realiza más AFD durante el curso escolar y el 12.5% durante los periodos vacacionales.

Tabla 2. Época del año y práctica de AFD

Época del año	%
Durante el curso escolar	26.7
En periodos vacacionales	12.5
Durante todo el año	60.6

Días de la semana en los que realizan más práctica de AFD

Como se observa en la Tabla 3, el 48% de los alumnos que practican AFD distribuye la práctica a lo largo de toda la semana, mientras que un porcentaje algo menor (43.7%) afirma realizar AFD principalmente de lunes a viernes, y un porcentaje mínimo (8.26%) afirma practicar sobre todo durante el fin de semana.

Tabla 3. Días de la semana y práctica de AFD

Días de la semana	%
De lunes a viernes principalmente	43.7
Preferentemente durante el fin de semana	8.2
Indistintamente a lo largo de toda la semana	48

Momento del día en los que suelen realizar la práctica de AFD

En la Tabla 4 se muestra que el alumnado que realiza AFD, suele practicar principalmente de lunes a viernes a partir de las 8 de la tarde (45.2%) o entre las 2 y las 8 de la tarde (28.3%), mientras que apenas algo menos del 15% practica entre semana en horario de mañana. Los fines de semana encontramos porcentajes muy similares entre aquellos que realizan la práctica a cualquier hora (17.7%) y los que la realizan en horario de tarde, de 14.00 a 20.00 horas (16.5%).

Tabla 4. Horario y práctica de AFD

Horario	De lunes a viernes%	Fines de semana%
Antes de las 9.00 h.	2.3	2.7
De 9.00 a 14.00 h.	12.2	15.7
De 14.00 a 20.00 h.	28.3	16.5
A partir de las 20.00 h.	45.2	11.8
Durante todo el día	13.7	17.7

Personas con las que suelen realizar la práctica de AFD

En la Tabla 5 se observa que la mayoría de los encuestados que realizan AFD afirman practicar en compañía, principalmente de amigos (63.3%), compañeros de estudio o trabajo (29.5%) u otros participantes inscritos en la actividad (27.9%). Con menor frecuencia suelen practicar con familiares (16.5%) o con su pareja (12.2%). Sin embargo, también suelen practicar a menudo en solitario (53%). De esta forma, observamos que aunque los estudiantes prefieren practicar AFD con amigos, por orden de preferencia también les gusta practicar solos, con compañeros de estudio o trabajo y con otros inscritos en la actividad realizada.

Tabla 5. Compañía y práctica de AFD

Compañía	%
Solo	53
Con su pareja	12.2
Con amigos	63.3
Con familiares	16.5
Con compañeros de estudio o trabajo	29.5
Con el resto de participantes inscritos en la actividad	27.9

Lugares e instalaciones en las que suelen practicar AFD

En cuanto a los lugares y/o instalaciones en los que suelen practicar AFD, se puede observar en la Tabla 6 que, por orden de preferencia, se decantan por los lugares públicos (51.1%), las instalaciones públicas y privadas, que aparecen con el mismo porcentaje (48.4%), las instalaciones de la universidad (23.2%) y por último la propia vivienda (20.4%).

Tabla 6. Lugar de práctica de AFD.

Lugar de práctica de AFD	%
En casa	20.4
En lugares públicos (calle, parques, etc.)	51.1
En instalaciones públicas	48.4
En instalaciones privadas	48.4
En instalaciones de la Universidad de Sevilla	23.2

Posesión de licencias federativas

De aquellos estudiantes que practican AFD actualmente, observamos en la Tabla 7 que el 26% está en posesión de alguna licencia federativa, mientras que el 73.9% realiza AFD sin participar en competiciones federadas. Las modalidades deportivas en las que encontramos mayor número de licencias por parte de los estudiantes son fútbol (6.8%), atletismo (0.9%), baloncesto, fútbol sala y triatlón (estos últimos con un 0.7%).

Tabla 7. Encuestados en posesión de licencia federativa

Licencia federativa	%
SI	26
NO	73.9

Actividades más practicadas

Se ha distinguido, en las actividades practicadas por las estudiantes, aquellas que realizan utilizando los servicios e instalaciones deportivas de la Universidad y las que realizan al margen de estos servicios.

Así, como se puede observar en la Figura 2, las actividades más practicadas fuera de la Universidad son, en primer lugar, caminar (70.1%), montar en bicicleta (52.9%), carrera (4.2%), fútbol y fútbol sala (35.3% y 31.1% respectivamente), ejercicios de musculación en sala (24.1%), natación (17.8%), pádel (16.2%), gimnasia de mantenimiento (12.9%) y danza o bailes (10.8%), entre otras.

Por tanto, el alumnado prefiere actividades individuales que pueda realizar en un horario flexible frente a deportes colectivos o actividades grupales y dirigidas.

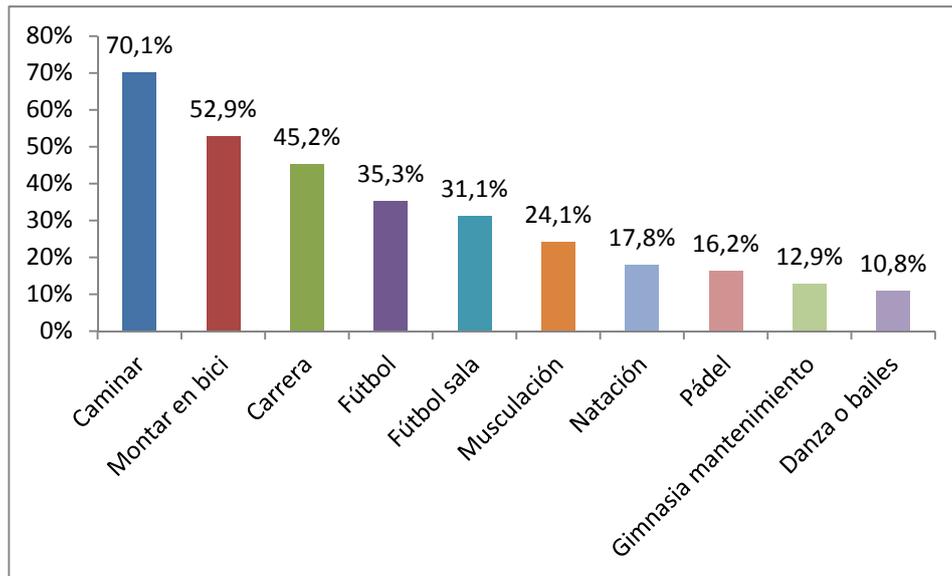


Figura 2. Actividades más practicadas fuera de la Universidad

Entre las actividades que el alumnado realiza a través de la Universidad, se ha diferenciado las que son de carácter competitivo frente a otras ofertadas de carácter recreativo.

De esta forma, si nos centramos en las actividades competitivas ofertadas por el Servicio de Actividades Deportivas de la Universidad de Sevilla (SADUS), podemos observar en la Figura 3 que en los Campeonatos Universitarios, la mayor participación se encuentra en las modalidades de fútbol (18.7%) y fútbol sala (16.6%), seguido del voleibol (12.5%) y el baloncesto (10.4%). En el campeonato de Liga Interna de Fútbol Sala, celebrado en el centro, la participación asciende considerablemente hasta el 31.2%, para volver a descender en los torneos puntuales que se celebran de pádel y tenis (ambos con una participación del 8.3%), de campo a través (4.1%), así como de tenis y unihockey (ambos con un 2% de participación).

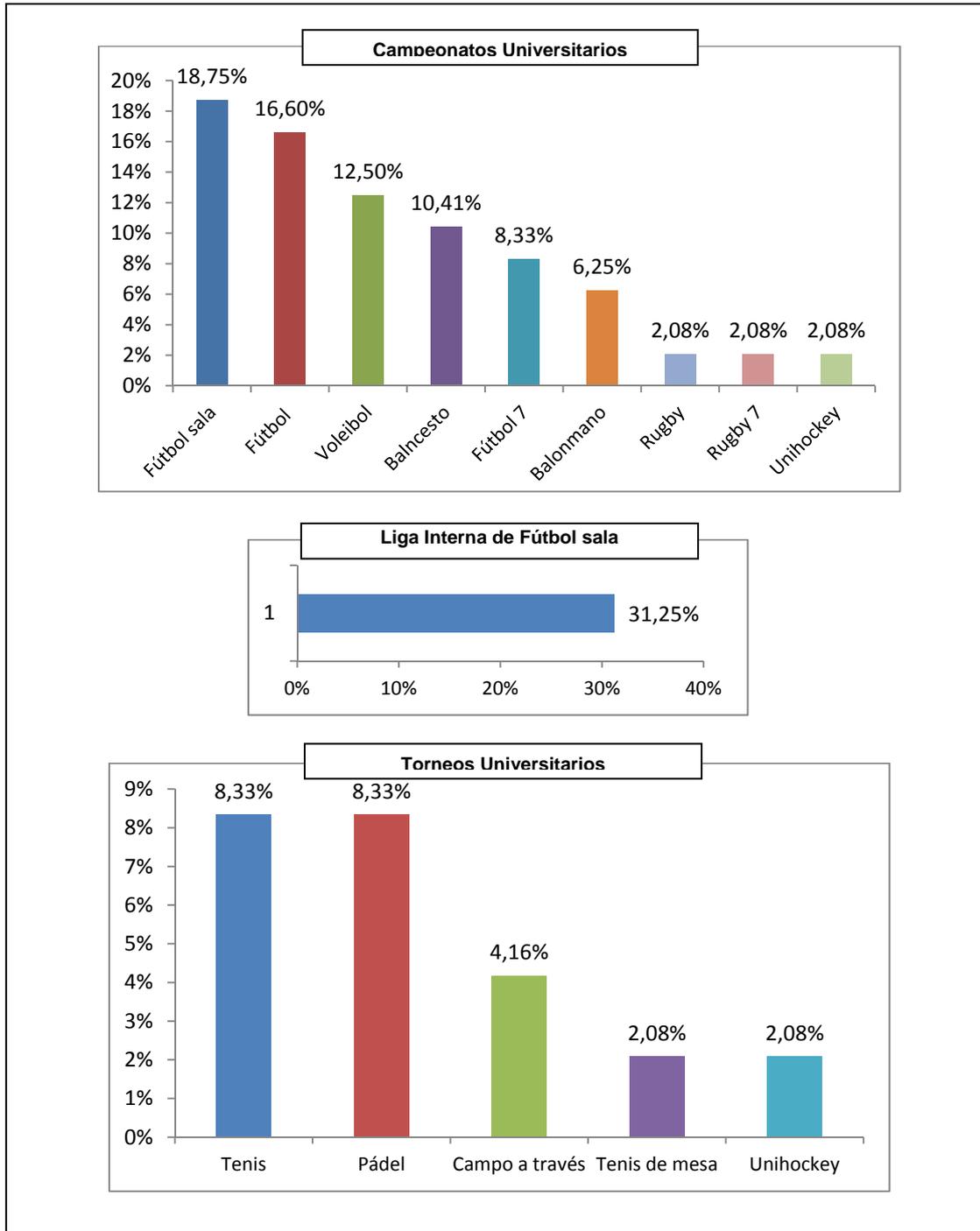


Figura 3. Participación en competiciones universitarias

Atendiendo a las actividades que se organizan de carácter recreativo y no competitivo, los resultados que se observan en la Figura 4, muestran que el nado libre es la actividad más practicada en piscina (25%). En cuanto a las actividades practicadas en sala destacan, por su porcentaje de participación, la musculación (25%) y el ejercicio cardiovascular (22.9%), realizados ambos en la sala de fitness, seguidos de actividades aeróbicas grupales como el aeróbic (14.5%), 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 22.9% de participación, seguidas del tenis (14.5%), el hockey (8.3%) y el remo (2%) en menor medida.

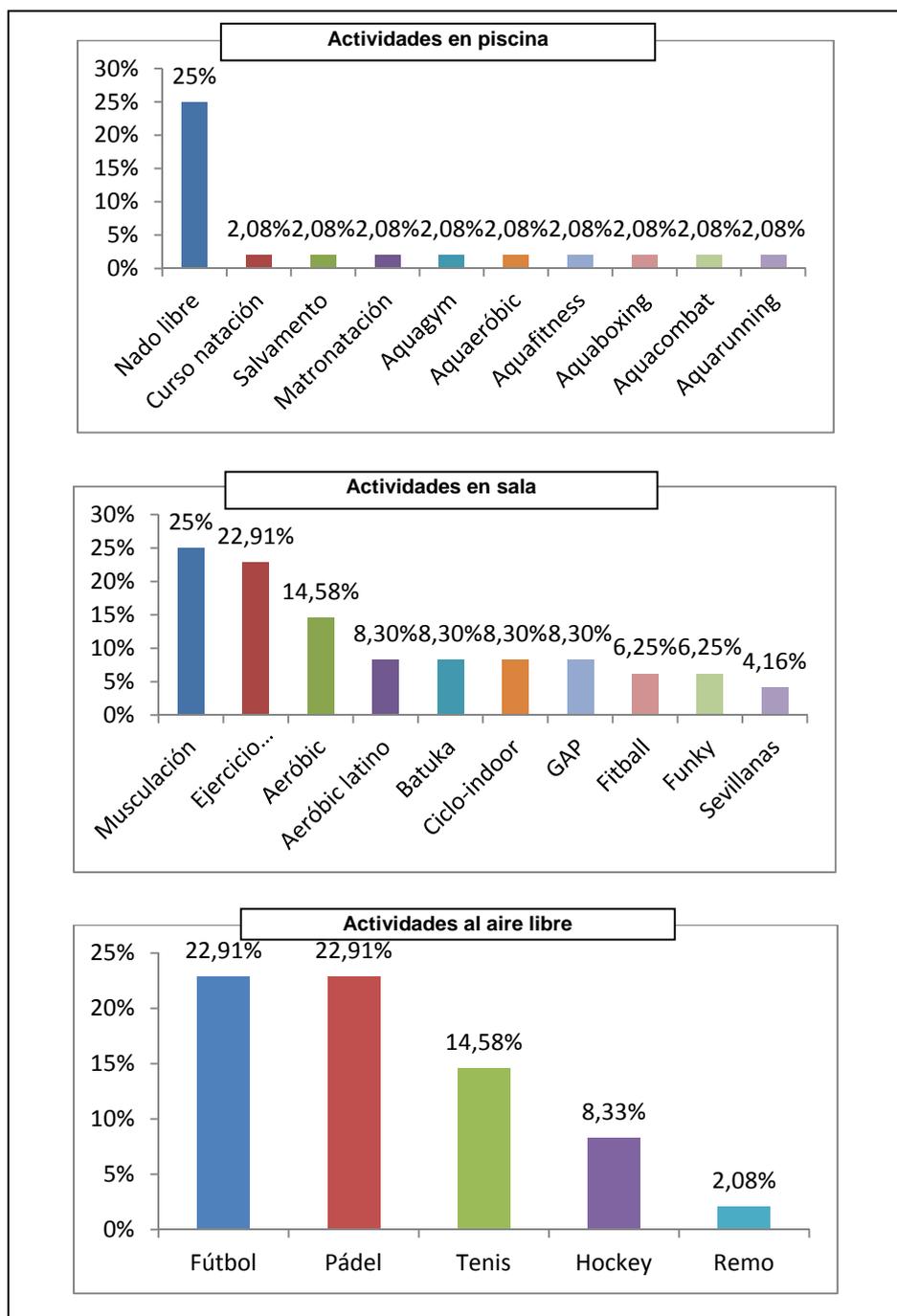


Figura 4. Participación en actividades no competitivas universitarias

Discusión

De manera general y partiendo de los resultados obtenidos, podemos calificar como buena la tendencia en la práctica de AFD en la Facultad de Ciencias de la Educación, puesto que la tasa de práctica (62.1%) es similar a la señalada (64%) en el estudio sobre el Modelo del Deporte Universitario Español (CSD, 2006), e incluso superior, en algunos casos, a la observada en otras investigaciones de otras universidades españolas, como es el caso de la Universidad de Galicia (37%), (Alonso & García, 2010), Huelva (41.9%), (Castillo & Sáenz-López, 2008), Murcia (52.7%), (Pavón & Moreno, 2006) o La Rioja (42%), (Sanz, 2005). Los datos de aquellos estudiantes que abandonaron la práctica (27.5%) son inferiores a los obtenidos en algunas de estas universidades, como las de Huelva (42.7%) (Castillo & Sáenz-López, 2008), Murcia (34.6%), (Pavón & Moreno, 2006) o La Rioja (32.2%) (Sanz, 2005), al igual que la tasa de aquellos que nunca habían practicado AFD (10.4%), comparadas con las de las universidades de Huelva (15.3%), (Castillo & Sáenz-López, 2008), Murcia (12.9%), (Pavón & Moreno, 2006) y La Rioja (26.3%), (Sanz, 2005). Sin embargo, es necesario considerar que en la presente investigación sólo se ha contado con los datos obtenidos en la Facultad de Ciencias de la Educación, en la cual se imparten varias titulaciones relacionadas con la actividad física y el deporte y, aunque se ha calculado la muestra de manera proporcional al número de matriculados en cada titulación, es lógico que la tasa de alumnos activos sea superior a las de otros centros. De este modo, será interesante, cuando dispongamos de más datos al ampliar la investigación, comparar los datos de esta Facultad con los del resto de centros y facultades y obtener datos generales del conjunto de centros de la Universidad de Sevilla.

En relación a la práctica de deporte federado, se observa que es bajo el porcentaje (26%) del alumnado de la Facultad de Ciencias de la Educación que practica a través de federaciones, coincidiendo con los datos de Castillo y Sáenz-López (2008) en la Universidad de Huelva, donde sólo el 7.8% del alumnado universitario estaba en posesión de licencia federativa. Esta tendencia se ha observado también en la población general española. Así, García (2006) señalaba una disminución en el deporte a través de federaciones (20% de los hombres practicantes y 5% de las mujeres) y una preferencia de la población hacia la práctica de AFD que no se orienta a la competición, la cual sigue acrecentándose actualmente, pues el 74% de los españoles activos realiza deporte sin preocuparse por competir, y en los últimos 5 años ha aumentado el porcentaje de practicantes que realizan dicha práctica por su cuenta, pasando de un 68% en 2005 a un 75% en 2010 (CSD, 2010). Así mismo, Ruiz y Gómez (2005), en una revisión sobre numerosas investigaciones acerca de la práctica deportiva de los universitarios españoles, también observaron que este alumnado prefiere realizar AFD de manera informal y auto-organizada, independientemente del tipo de modalidad o la frecuencia con la que se practique, decantándose principalmente hacia actividades no competitivas.

Esta tendencia general coincide con la preferencia del alumnado de la Facultad de Ciencias de la Educación hacia actividades de libre organización y de carácter recreativo, relacionadas con la forma física y el mantenimiento de la salud. Las actividades más practicadas por los estudiantes eran caminar y montar en bicicleta (muchas veces realizadas también como forma de desplazamiento), pero al margen de las mismas, observamos una gran similitud entre las actividades que se realizaban a través de la Universidad y al margen de su oferta, siendo éstas: el fútbol, en distintas modalidades, la musculación, la natación, el pádel y diversas actividades grupales (aeróbic, gimnasia de mantenimiento). Quizá se podría

señalar una cierta similitud en la práctica de AFD del alumnado universitario en general, o una tendencia de esta población hacia la práctica de determinadas actividades, pues se ha observado una coincidencia entre las actividades con mayor participación en investigaciones de diferentes universidades españolas. Así, en el conjunto de centros de la Universidad de Sevilla, Rodríguez y Sánchez (2010), observaron que los deportes más practicados eran el fútbol, la carrera o jogging, la natación y las actividades colectivas dirigidas como el aeróbic, step, etc. Así mismo, en la Universidad de Huelva (Castillo & Sáenz-López, 2008) las actividades más practicadas eran fútbol sala, natación y carrera, musculación, fútbol, ciclismo y aeróbic; y en La Rioja (Sanz, 2005), se practicaba con mayor frecuencia fútbol 11, baloncesto, natación, aeróbic, tenis, atletismo, ciclismo, fútbol sala y voleibol, entre otras. En la Universidad de Almería, (Hernández, García & Oña, 2002), las actividades con mayor participación eran la natación, el aeróbic, el tenis, la gimnasia de mantenimiento y la musculación. Así mismo, se observó también una preferencia en el alumnado hacia actividades lúdicas y de mantenimiento de la salud, y una tendencia similar a la del alumnado de la Facultad de Ciencias de la Educación, a participar principalmente en actividades recreativas frente a las competiciones y torneos organizados por la universidad.

En cuanto a las características de la práctica, y centrándonos en época del año en la que realizan más AFD, en la Facultad de Ciencias de la Educación, la mayoría del alumnado (60.6%) señalaba realizar la misma práctica durante todo el año, encontrándose los menores índices de práctica (12.5%) durante el periodo vacacional. Esta tendencia de practicar menos en vacaciones, precisamente cuando disponen de mayor tiempo libre, coincide con los datos obtenidos por Rodríguez y Sánchez (2010) en el conjunto de centros de la Universidad de Sevilla, donde el 15% del alumnado activo practicaba deporte exclusivamente en periodos vacacionales, así como con los de Sanz (2005) en La Rioja y Palou, Ponseti y Borrás (2001) en Las Islas Baleares, donde la tasa de práctica en periodos vacacionales (20.1% y 27.5% del alumnado respectivamente), seguía siendo más baja que la de práctica durante el resto del año. En la Universidad de Huelva, sin embargo, era mayor el porcentaje de alumnos que practicaba más AFD en verano (37.4%) que el que realizaba la misma cantidad de práctica durante todo el año (35.4%) o que practicaba más AFD durante el curso escolar (26.4%) (Castillo & Sáenz-López, 2008).

En relación a la práctica semanal, vuelve a resultar llamativo que el alumnado de la Facultad de Ciencias de la Educación realice más AFD en aquellos días y periodos en los que tienen otras actividades, es decir, de lunes a viernes (43.7%), y menos AFD cuando gozan de mayor tiempo libre, durante el fin de semana (8.26%). Así mismo, casi la mitad (45.2%) de los estudiantes que practican AFD la realizan a partir de las 8 de la tarde, de lunes a viernes, lo que concuerda con los datos obtenidos en La Rioja, (Sanz, 2005), donde la mayor tasa de práctica de AFD se registraba entre las 17 y las 22 horas (58.4%). Los fines de semana, se observan porcentajes muy similares entre los que practican a cualquier hora (17.7%) y quienes practican en horario de tarde, de 14.00 a 20.00 horas (16.5%). De este modo, observamos que el horario menos elegido para la práctica de AFD por parte de los estudiantes universitarios es la franja de la mañana.

La mayoría de estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación prefiere practicar en compañía, de amigos (63.3%) y compañeros de estudio o de trabajo (29.5%). Igualmente ocurría en la Universidad de Huelva (Castillo & Sáenz-López, 2008), donde el 74.2% afirmó realizar la práctica siempre y a menudo en compañía de otras personas, y en La Rioja (Sanz, 2005), donde más de la mitad de los practicantes (60.5%) realizaba AFD con los amigos. En la Universidad de Islas Baleares (Palou, Ponseti & Borrás, 2001) también se encontró una preferencia por la práctica en compañía (71.6%), ya fuese de amigos

(39.4%) o miembros de algún club o asociación (32.2%). Sin embargo, observamos que entre los encuestados en la presente investigación, existe un porcentaje considerablemente alto (53%), en comparación con los obtenidos por Castillo y Sáenz-López (2008) y Sanz (2005), del 26.5% y el 16.5% respectivamente, en relación al alumnado que afirma combinar a menudo la práctica en compañía y en solitario.

En relación a los espacios más utilizados por los estudiantes para la práctica de AFD, los alumnos de la Facultad de Ciencias de la Educación prefieren, en primer lugar, los lugares públicos, seguidos de las instalaciones públicas y privadas, las instalaciones de la universidad y por último la propia vivienda, lo que coincide con los resultados de Rodríguez y Sánchez (2010), apareciendo además el uso de las instalaciones universitarias con un porcentaje muy similar en ambos estudios (23.2% para los estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación y 21.6% para el conjunto de estudiantes de la Universidad de Sevilla). En la Universidad de Murcia (Pavón & Moreno, 2006), el alumnado también utilizaba, en primer lugar los lugares públicos (37.6%) para su práctica, seguidos de clubes y gimnasios privados (36.1%), instalaciones públicas (31.5%), instalaciones universitarias (21.8%) y la propia vivienda (14.3%). En la Universidad de Islas Baleares sin embargo (Palou, Ponseti & Borrás, 2001), el alumnado prefería utilizar instalaciones públicas y privadas (44.2% y 37.1% respectivamente), frente a lugares públicos (18.8%) para la práctica.

Conclusiones

En función de los datos obtenidos y la discusión y comparación de éstos con los de otras investigaciones, se puede concluir que la práctica de AFD de los estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación es similar e incluso superior, en algunos casos, a la de otras universidades y centros.

En cuanto a las actividades más practicadas, el alumnado prefiere actividades deportivas de carácter recreativo o competitivas recreativas y orientadas también al mantenimiento de la forma física y mejora de la salud, frente a las actividades puramente competitivas, existiendo además bastante similitud entre las actividades que el alumnado realiza a través de la oferta deportiva de la Universidad y fuera de la misma. De esta forma, las actividades más practicadas por los estudiantes fuera de la Universidad son caminar, montar en bicicleta, carrera, fútbol y fútbol sala, musculación, natación, pádel, gimnasia de mantenimiento y danza o bailes. Entre las actividades que oferta el Servicio de Deporte de la Universidad, podemos destacar, por contar con una mayor participación del alumnado, la Liga Interna de Fútbol Sala, el nado libre, algunas actividades realizadas en sala de fitness como la musculación, el ejercicio cardiovascular y el aeróbic, otras actividades al aire libre como el fútbol o el pádel realizados con una orientación recreativa y la participación en los Campeonatos Universitarios (especialmente en las modalidades de fútbol, fútbol-sala y voleibol) y en los Torneos (principalmente en las modalidades de pádel y tenis).

Entre las principales características de la práctica de AFD podemos señalar que la mayoría no posee licencia federativa y orienta su práctica hacia el ocio y la salud. Además, suelen realizar la misma cantidad de práctica durante todo el año, preferiblemente durante toda la semana o de lunes a viernes, y especialmente en horario de tarde. Suelen combinar la práctica en solitario con la compañía de amigos, compañeros de estudio y/o trabajo y la de otros participantes inscritos en las actividades. En cuanto a los lugares de práctica se decantan por los espacios públicos y por las instalaciones públicas y privadas.

Referencias

- Alonso, D. & García, J.L. (2010). Motivación hacia la práctica físico-deportiva de universitarios gallegos. *Revista de Investigación en Educación*, 8, 128-138.
- Castillo, E. & Sáenz-López, P. (2008). *Práctica de actividad física y estilo de*
- Castillo, E., Giménez, F.J. & Sáenz-López, P. (2009). Ocupación del tiempo libre del alumnado en la Universidad de Huelva. *E-balonmano.com: Revista de Ciencias del Deporte*, 5(2), 91-103.
- Corbin, C., Pangrazi, R. & Frank, D. (2000). Definitions: Health, Fitness, and Physical Activity. *President's Council on Physical Fitness and Sport Research Digest*, 3.
- Craig, C. & Cameron, C. (2004). *Increasing physical activity: assessing trends from 1998-2003*. Ottawa ON: Canadian Fitness and Lifestyle Research Institute.
- CSD (2006). *El modelo del Deporte Universitario Español*. Córdoba: Universidad de Córdoba.
- CSD (2010). *Encuesta sobre los hábitos deportivos en España. Avance de resultados*. Madrid: Ministerio de Educación y Cultura.
- García, M. (1993). *Tiempo libre y actividades deportivas de la juventud en España*. Madrid: Ministerio de Asuntos Sociales.
- García, M. (2001). *Los españoles y el deporte. Prácticas y comportamientos de la última década del siglo XX. Encuesta sobre los hábitos deportivos de los españoles, 2000*. Madrid: Ministerio de Educación y Cultura. Consejo Superior de Deportes.
- García, M. (2006). *Postmodernidad y Deporte: Entre la individualización y la masificación. Encuesta sobre los hábitos deportivos de los españoles 2005*. Madrid: CSD/CIS.
- Hernández, A.I., García, M.E. & Oña, A. (2002). Demanda y práctica de actividades físico-deportivas de tiempo libre entre la comunidad universitaria almeriense. *Revista Motricidad*, 8, 111-139.
- Ley Orgánica 6/2001, de 21 de diciembre, de Universidades. Disponible en: <http://www.boe.es/boe/dias/2001/12/24/pdfs/A49400-49425.pdf>. [Consulta: 2011, 15 de mayo].
- López, A. & González, V. (2001). Niveles de satisfacción por la clase de Educación Física. *Lecturas: Educación Física y Deporte, Revista Digital*, 32. Disponible en: <http://www.efdeportes.com/efd32/satisf.htm> [Consulta: 2011, 5 de septiembre].
- Lowenthal, K.M. (2001). *An introduction to psychological tests and scales*. Hove and New York: Psychology Press.
- McMillan, J.H. (2008). *Assessment Essentials for Standards-Based Education*. New York: Corwin Press.
- Palou, P., Ponseti, X. & Borrás, P.A. (2001). Hábitos deportivos de los estudiantes de la universidad de las Islas Baleares. *Educación y Cultura*, 14, 163-180.
- Pavón, A. & Moreno, J.A. (2006). Opinión De los universitarios sobre la EF y el deporte. *Revista de Ciencias de la Actividad Física, UCM*, 8(8), 25-34.
- Pavón, A., Moreno, J.A., Gutiérrez, M. & Sicilia, A. (2004). Motivos de práctica físico-deportiva según la edad y el género en una muestra de universitarios. *Apunts. Educación física y deportes*, 76, 13-21.
- Ries, F. (2008). Estudios sobre la condición física saludable: una revisión bibliográfica hasta el año 2005. *Revista Fuentes*, 8, 299-313.
- Rodríguez, A. & Sánchez, E. (2010). *Los universitarios y el deporte*. Sevilla: Wanceulen.

- Romero, S., Chacón, F. & Campos, M.C. (2006). *Estudio de hábitos de práctica de actividad físico-deportiva de la población adulta de Sevilla. Indicadores de salud*. Manuscrito no publicado. Universidad de Sevilla. Proyecto financiado por Convocatoria M.E.C. I+D.
- Ruiz, F. & Gómez, M. (2005). Práctica deportiva en los universitarios. En Zagalaz, M. L., Martínez, E. J. y Latorre, P. A., *Respuestas a la demanda social de actividad física*, (pp. 143-166). Madrid: Gymnos.
- Ruiz, F., García, M.E. & Pieron, M. (2009). *Actividad física y estilos de vida saludables. Análisis de los determinantes de la práctica en adultos*. Sevilla: Wanceulen.
- Ruiz, J. (2008). La condición física como determinante de salud en personas jóvenes. *Apunts. Educación Física y Deporte*, 92, 95.
- Sánchez-Barrera, M.; Pérez, M. & Godoy, J. (1995). Patrones de actividad física de una muestra española. *Revista de Psicología del Deporte*, 7-8, 51-71.
- Sanz, E. (2005). *La práctica físico-deportiva de tiempo libre en universitarios. Análisis y propuesta de mejora*. Logroño: Servicio de Publicaciones de la Universidad de La Rioja.
- Serra, J.R. (2006). Estudio epidemiológico de los niveles de actividad física en los estudiantes de Educación Secundaria Obligatoria. *Apunts. Educación Física y Deporte*, 83, 25-34.
- Trost, S.G., Kerr, L.M., Ward, D.S. & Pate, R.R. (2001). Physical activity and determinants of physical activity in obese and non-obese children. *International Journal of Obesity*, 25, 812-829.
- Van der Host, k., Paw, M.S., Twisk, J.W. & Van Mechelen, W. (2007). A Brief Review on Correlates of Physical Activity and Sedentariness in Youth. *Medicine and Science in Sports Exercise*, 39(8), 1241-1250.
- Wagner, A., Kein-PLatát, C., Arweiler, D., Haan, M.C., Schiengler, J.L. & Simon, C. (2004). Parent-child physical activity relationships in 12 year old French students do not depend on family socioeconomic status. *Diabetes and Metabolism*, 30, 359-366.
- Welk, G.J. (1999). The Youth Physical Activity Promotion Model: A conceptual bridge between theory and practice. *Quest*, 51, 5-23.

Referencia del artículo:



Romero, S., Ríes, F., 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). *E-balonmano.com: Revista de Ciencias del Deporte* 8(1), 35-49. <http://www.e-balonmano.com/ojs/index.php/revista/index>