



AUTOCONCEPTO FÍSICO EN UNA MUESTRA DE ESTUDIANTES DE PRIMARIA Y SU RELACIÓN CON EL GÉNERO Y LA PRÁCTICA DEPORTIVA EXTRAESCOLAR

Physical self-concept in a sample of primary students and its relationship with gender and out of school sport practice

Bernardino J. Sánchez-Alcaraz Martínez

Universidad de Murcia.
Mail: bjavier.sanchez@um.es

Recibido: 26/11/2013

Aceptado: 23/09/2014

Alberto Gómez Mármol

Universidad de Murcia
Mail: alberto.gomez1@um.es

Correspondencia:

Bernadino J. Sánchez-Alcaraz
Campus de San Javier - C / Argentina s/n
Despacho 3.4 – Santiago de la Ribera
30720 - San Javier - Murcia
Email: bjavier.sanchez@um.es

Resumen

Resumen: Los propósitos del presente trabajo son evaluar el autoconcepto físico en la adolescencia, conocer los resultados obtenidos en las distintas dimensiones consideradas en el autoconcepto físico y comprobar la influencia de las variables género y nivel de práctica deportiva de los encuestados. La muestra participante estuvo compuesta por un total de 125 estudiantes de Educación Primaria, con edades comprendidas entre los 11 y los 13 años, que contestaron a la Escala de Autoconcepto Físico para Jóvenes. Los resultados en relación al género indicaron que los chicos presentan niveles más altos de competencia percibida ($p=.003$), atractivo físico ($p=.000$) y autoconfianza ($p=.029$). Con respecto a la práctica deportiva, aquellos participantes que practican deporte regularmente obtienen valores superiores en las categorías de competencia percibida ($p=.000$), atractivo físico ($p=.000$), fuerza física ($p=.001$) y autoconfianza ($p=.000$). Por tanto, en función de los resultados alcanzados, se puede concluir que tanto el género como la práctica deportiva influyen en el desarrollo de un autoconcepto físico positivo entre los participantes del estudio.

Palabras Clave: Competencia percibida, atractivo físico, fuerza física, escolares.

Abstract

Abstract: The aims of this article are to evaluate the physical self-concept in adolescence and to get to know the outcomes in the different dimensions in the physical self-concept and to check the influence of the variables gender and level of physical activity. 125 students in Primary Education took part, aged between 11 and 13 years, and answered the Children Physical Self Questionnaire. Results in relation to gender indicated that boys had higher levels of self-perceived competence ($p=.003$), physical appearance ($p=.000$) and self-confidence ($p=.029$). With regard to sport practice, those participants who practice sports habitually obtain higher values at self-perceived competence ($p=.000$), physical appearance ($p=.000$), physical strength ($p=.001$) and self-confidence ($p=.000$). Therefore, according to the reached results, it can be concluded that, among the participants of this study, gender as well as sport practice have influence on the development of a positive physical self-concept.

Key Words: Perceived competence, physical appearance, strength, students.

Introducción

El estudio sobre el constructo psicológico del autoconcepto ha ido incrementándose paulatinamente en las últimas décadas (Soriano, Navas & Holgado, 2011). Este interés se debe a que el autoconcepto es una variable que adquiere especial relevancia durante la adolescencia y que se asocia positivamente con la calidad de vida (Huebner et al., 2004; Reiter & Goldman, 1999) y con otras variables como el rendimiento académico (Gómez-Vela, Verdugo & González-Gil, 2007; Pons, 1998). Del mismo modo, se ha estudiado el efecto beneficioso de la práctica de actividad deportiva de forma regular en el incremento del autoconcepto en población adolescente (Fox, 2000; Moreno, Cervelló, Vera & Ruiz, 2007; Moreno, Cervelló & Moreno, 2008).

Basado en el modelo del autoconcepto multidimensional de Shavelson, Hubner y Stanton (1976), la mayoría de investigaciones realizadas en el ámbito de la práctica física se han desarrollado dividiendo el autoconcepto físico en cuatro dimensiones: competencia percibida, fuerza física, condicionamiento físico y atractivo, apariencia o imagen corporal (Fox & Corbin, 1989), a los que Moreno et al. (2007) añaden una quinta dimensión, la autoestima.

Atendiendo a la relación entre el autoconcepto físico y la práctica deportiva en adolescentes, diferentes investigaciones han constatado que la práctica de actividad deportiva habitual se relaciona positivamente con diferentes dimensiones del autoconcepto, tales como la habilidad deportiva y la condición física (Esnaola, 2005; Goñi, Ruiz de Azúa & Rodríguez, 2005; Molero, Ortega, Caliente & Zagalaz, 2010). Del mismo modo, Moreno y Cervelló (2005) comprobaron que los adolescentes que practicaban deporte más de tres veces a la semana obtenían puntuaciones más altas en las dimensiones de competencia percibida, condición física, fuerza y atractivo físico que el resto. Por otro lado, Goñi, Ruiz de Azúa y Rodríguez (2004), en un estudio con adolescentes, constataron que aquellos jóvenes que realizaban deporte tenían puntuaciones más altas en todas las dimensiones del autoconcepto físico, especialmente destacadas en las de habilidad deportiva y condición física, y que estas puntuaciones fueron más altas a medida que los adolescentes practicaban más deporte. Asimismo, aunque algunos estudios afirman que la dimensión de atractivo físico se vincula positivamente con la práctica deportiva, especialmente en deportistas de alta competición (González & Alvariñas, 2004; Pieron, 2002), muchas son las investigaciones que coinciden en señalar que el atractivo es la dimensión menos relacionada con la práctica deportiva (Esnaola, 2005; Goñi et al., 2004; Marsh, 1997).

Con respecto al género, numerosos estudios demuestran que las mujeres tienen una mayor preocupación por su cuerpo y su imagen (Ingledew & Sullivan, 2002), mostrando que éstas son más críticas con sus cuerpos y están más involucradas en la apariencia física que los hombres (Gómez-Mármol & De la Cruz, 2013; Gómez-Mármol, Sánchez-Alcaraz & Mahedero-Navarrete, 2013; Loland, 1998). Hayes, Crocker y Kowalki (1995) encontraron que únicamente la dimensión de condición física mantenía relación con la práctica de actividad deportiva en las mujeres, mientras que en los hombres esta correlación se apreciaba en todas las subescalas. En este sentido, Fox y Corbin (1989) y Hayes et al. (1995) encontraron otras diferencias en el género constatando menores puntuaciones en todas las dimensiones del autoconcepto físico comparando las mujeres con los hombres.

Atendiendo a los estudios realizados sobre autoconcepto físico en estudiantes, se espera que los chicos presenten un autoconcepto significativamente mayor que las chicas, así como mayores niveles de autoconcepto en aquellos estudiantes que practican actividades deportivas extraescolares con regularidad. Por lo tanto, el objetivo de este estudio fue analizar la influencia del género y la práctica deportiva sobre el autoconcepto físico.

Método

Participantes

La muestra estuvo compuesta por un total 153 estudiantes (82 chicos y 71 chicas) con edades comprendidas entre los 11 y los 13 años ($M = 11.94$; $DT = 0.75$), correspondientes a los cursos de 5º y 6º de Educación Primaria, de un total de 3 Centros Escolares de la Región de Murcia. En cuanto a su práctica deportiva, se clasificaron como deportistas a un total de 47 chicos y 39 chicas.

Instrumentos

Autoconcepto físico. Para medir el autoconcepto físico de los estudiantes se utilizó la *Escala de Autoconcepto Físico para Jóvenes* de Moreno et al. (2007). Este cuestionario se compone de 28 ítems estructurados en cuatro subescalas, y pide a los participantes que respondan a la siguiente afirmación: “Cuando realizo actividad física...”, para evaluar las dimensiones de competencia percibida (e.g. “Soy muy bueno en casi todos los deportes”), atractivo físico (e.g. “Comparado con la mayoría, mi cuerpo no es tan bonito”), fuerza física (e.g. “Siempre estoy satisfecho de cómo soy físicamente”) y autoconfianza (e.g. “No me siento seguro/a sobre el aspecto de mi cuerpo”). Los participantes deben responder en una escala Likert con 11 alternativas, desde (0) *Totalmente en desacuerdo*, a (10) *Totalmente de acuerdo*. La consistencia interna obtenida fue la siguiente: competencia percibida ($\alpha = .87$), atractivo físico ($\alpha = .76$), fuerza física ($\alpha = .67$) y autoconfianza ($\alpha = .77$).

Nivel de actividad física. Para medir el nivel de actividad física realizada se utilizó el cuestionario PACE (Proschaska, Sallis & Long, 2001), cuyo análisis de la fiabilidad es de $\alpha = 0.88$, también comprende dos preguntas sobre la frecuencia de práctica de actividad física durante al menos 60 minutos en la última semana y en una semana normal y consta de la siguiente información introductoria: “Actividad física es cualquier actividad que incrementa tu ritmo cardiaco y hace que se acelere tu respiración. Actividad física se puede realizar haciendo deporte, jugando con amigos o caminando al colegio. Algunos ejemplos de actividad física son correr, caminar de forma vigorosa, montar en patines o monopatín, bailar, nadar, fútbol, baloncesto, voleibol, balonmano. No incluyas el tiempo en las clases de educación física escolar”. Para clasificar a un sujeto como activo se considera que la media de estas dos respuestas debe ser 5 días (Martínez-Gómez et al., 2009). La utilización de este cuestionario se basa en que, aunque inicialmente fue diseñado para adultos, posteriormente fue validado para jóvenes obteniendo una aceptable correlación con la medición de la cantidad de actividad física realizada mediante acelerómetros (Proschaska et al. 2001) lo cual supone una contrastación de su validez.

Procedimiento

El diseño de este estudio corresponde a una investigación empírica con metodología cuantitativa, concretamente un estudio descriptivo de poblaciones mediante encuestas, de tipo transversal (García-Celay & León, 2007). La selección de los centros escolares se realizó por criterios de proximidad y accesibilidad. Tras la obtención del consentimiento de las familias y de los centros, los estudiantes cumplimentaron el cuestionario de autoconcepto físico de forma voluntaria y anónima, durante el horario escolar. Durante la administración del instrumento, al menos un investigador estaba presente en el aula, sin que ninguno de los estudiantes de la muestra informara de problemas a la hora de contestar el cuestionario.

Análisis de datos

En primer lugar, se calcularon los estadísticos descriptivos de todas las variables objeto de estudio (medias y desviaciones típicas), se analizó la consistencia interna de cada factor mediante el coeficiente de Alfa de Cronbach y las correlaciones bivariadas. Posteriormente se llevaron a cabo pruebas estadísticas para la búsqueda de la diferencia de medias entre las variables.

Resultados

En la tabla 1 se aprecian los estadísticos descriptivos obtenidos en cada una de las dimensiones del instrumento en función del género de los estudiantes. De manera global, para toda la muestra, la dimensión que obtuvo mayor valoración fue la autoconfianza ($M=6.50$), coincidiendo tanto en el género masculino ($M=7.04$) como en el femenino ($M=5.97$). Sin embargo, la segunda dimensión más valorada en el género masculino fue el atractivo físico ($M=6.65$), mientras que en género femenino fue la fuerza física ($M=5.96$). La dimensión menos valorada para el total de la muestra fue la competencia percibida ($M=5.22$), coincidiendo tanto en el género masculino ($M=5.57$) como en el femenino ($M=4.87$). Las puntuaciones en la Escala de Autoconcepto Físico fueron más elevadas en los hombres en las cuatro dimensiones, siendo significativas estas diferencias en las subescalas de competencia percibida ($p=.003$), atractivo físico ($p=.000$) y autoconfianza ($p=.029$), según los resultados obtenidos a partir de la prueba estadística U de Mann Whitney.

Tabla 1. *Diferencias de puntuación en las dimensiones de autoconcepto físico en función del género*

	Masculino (M ± DT)	Femenino (M ± DT)	Z	Sig.
Competencia percibida	5.57 ± 1.09	4.87 ± .85	-2.93	.003
Atractivo físico	6.65 ± 1.05	5.24 ± 1.38	-3.62	.000
Fuerza física	6.42 ± 1.74	5.96 ± 1.53	-.93	.352
Autoconfianza	7.04 ± 1.68	5.97 ± 1.75	-2.18	.029

La tabla 2 muestra las diferencias en las dimensiones de autoconcepto físico entre deportistas y no deportistas, calculadas mediante la prueba U de Mann Whitney. Los estudiantes que practican deporte han obtenido valores significativamente más altos frente a los no practicantes en las dimensiones de competencia percibida ($p=.000$), atractivo físico ($p=.000$), fuerza física ($p=.001$), y autoconfianza ($p=.000$).

Tabla 2. *Diferencias de puntuación en las dimensiones de autoconcepto físico entre deportistas y no deportistas*

	Deportista (M ± DT)	No deportista (M ± DT)	Z	Sig.
Competencia percibida	5.76 ± 1.04	4.71 ± .79	-3.69	.000
Atractivo físico	6.70 ± 1.12	4.95 ± 1.08	-4.36	.000
Fuerza física	6.83 ± 1.44	5.21 ± 1.51	-3.93	.001
Autoconfianza	6.30 ± 1.97	4.21 ± 1.02	-3.85	.000

Discusión

El objetivo de este estudio fue analizar si el género y la práctica de actividad deportiva introducen diferencias en el autoconcepto físico. En este sentido, los valores encontrados en este estudio coinciden con otras investigaciones similares que muestran que los estudiantes presentan las puntuaciones más altas de autoconcepto en la dimensión de autoconfianza y las más bajas en la dimensión de competencia percibida (Goñi et al., 2004; Soriano et al., 2011), si bien los participantes de estos estudios incluyen sujetos de edades superiores a éste. La comparación entre los dos géneros ha mostrado diferencias significativas a favor de los chicos en las subescalas de competencia percibida, atractivo físico y autoconfianza, coincidiendo con otros estudios similares realizados en estudiantes adolescentes, tanto a nivel nacional (Goñi, Ruiz de Azúa & Rodríguez, 2006; Moreno, Moreno & Cervelló, 2013) como internacional (Klomsten, Marsh & Skaalvik, 2005; Lemoyne, Valois y Guay, En prensa). Esta evidencia de un mejor autoconcepto por parte de los chicos respecto a las chicas puede explicarse porque los factores de la imagen corporal influyen más en el autoestima de las chicas (Webb, Benjamin, Gammon, McKee & Biddle, 2013) o que la relación entre las dimensiones del autoconcepto físico y el sexo se ven moduladas por la variable de la práctica deportiva (Moreno et al., 2008), encontrando una mayor adherencia deportiva en los chicos frente a las chicas (Gómez-Mármol & De la Cruz, 2013; Martínez-Gómez et al., 2009) y que, a su vez, estos mayores niveles de práctica se correlacionan positivamente con un mejor autoconcepto físico (Contreras, Fernández, García, Palou & Ponseti, 2010), especialmente en la dimensión de fuerza percibida (Carrano, Scarpa & Ventura, 2010).

En las valoraciones manifestadas por los adolescentes que no realizan práctica deportiva de manera habitual y aquellos otros que sí la realizan, se han encontrado diferencias significativas en las cuatro subescalas del autoconcepto físico, en consonancia con los resultados encontrados por Dieppa, Machargo, Luján y Guillén (2009). Estos datos confirman que los adolescentes deportistas tienen una mejor autopercepción tanto de sus aspectos relacionados con el atractivo físico o la autoconfianza, como por los relacionados directamente con la práctica deportiva como la fuerza física y la competencia percibida. Estas evidencias guardan relación con diferentes estudios previos como los de Leith (1994) y Moreno et al. (2008), en los que se trata la relación entre la práctica deportiva y autoconcepto físico; y a su vez hay similitud con otros aspectos que analizan estas temáticas en muestras de adolescentes (Gómez-Vela et al., 2007; Goñi et al., 2005; Molero et al., 2010).

Conclusiones

De acuerdo con lo anteriormente explicitado, se puede concluir que los niveles de autoconcepto físico son superiores en los chicos frente a las chicas así como que la práctica deportiva tiene efectos beneficiosos en el desarrollo del autoconcepto físico, entre los participantes del estudio. De este modo, en respuesta al objetivo planteado, se observa que tanto el género como la práctica regular de deporte son factores que influyen en el desarrollo de un autoconcepto físico positivo. No obstante, se debe que recordar que las relaciones entre práctica deportiva y autoconcepto físico son bidireccionales (Balaguer & García-Merita, 1994; Goñi et al., 2004), por lo que hay que ser cautos a la hora de establecer relaciones causa-efecto en los resultados obtenidos entre las distintas variables estudiadas y las fluctuaciones en el autoconcepto físico. En este sentido, Van den Berghe, Vanstenkiste, Cardon, Kirk y Haerens (2014) advierten que es

necesario seguir investigando en la misma línea ya que, al poder concretar las relaciones entre el autoconcepto físico y la práctica deportiva se pueden establecer las convenientes intervenciones educativas. No obstante, como limitación final de este estudio, hubiera sido necesario utilizar una muestra más amplia, que asuma una mayor representatividad sobre la población de estudio, así como diferenciar en función del tipo de práctica deportiva realizada, puesto que existen estudios que relacionan el tipo de deporte realizado con los niveles de autoconcepto (Batista & Cubo, 2013; Esnaola, 2005; González, 2011).

Referencias

- Balaguer, I. y García-Merita, M. L. (1994). Exercisi físic i benestar psicològic. *Anuari de Psicologia*, 1, 3-26.
- Batista, M.A., y Cubo, S. (2013). A prática de judo em relação com o autoconceito, a auto-estima e o rendimento escolar de alunos do primeiro ciclo do ensino básico. *E-balonmano: Revista de Ciências del Deporte*, 9 (3), 193-210.
- Carrano, A., Scarppa, S. y Ventura, L. (2010). Relationships between physical self-concept and physical fitness in Italian adolescents. *Perceptual and Motor Skills*, 110 (2), 522-530.
- Contreras, O.R., Fernández, J.G., García, L.M., Palou, P. & Ponseti, J. (2010). El autoconcepto físico y su relación con la práctica deportiva en estudiantes adolescentes. *Revista de Psicología del Deporte*, 19 (1), 22-39.
- Dieppa, M., Machargo, J., Luján, I., & Guillén, F. (2009). Autoconcepto general y físico en jóvenes españoles y brasileños que practican actividad física versus no practicantes. *Revista de Psicología del Deporte*, 17 (2), 221-239.
- Esnaola, I. (2005). Autoconcepto físico y satisfacción corporal en mujeres adolescentes según el tipo de deporte practicado. *Apunts: Educación Física y Deportes*, 80, 5-12.
- Fox, K.R. (2000). Self-esteem, self-perceptions and exercise. *International Journal of Sport Psychology*, 31, 288-240.
- Fox, K.R. y Corbin, C.B. (1989). The physical self-perception profile: Development and preliminary validation. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 11, 408-430.
- García-Celay, I.M. y León, O.G. (2007). A guide for naming research studies in Psychology. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 7 (3), 847-862.
- Gómez-Mármol, A., y De la Cruz, E. (2013). Diferencias de género y de nivel académico en la utilidad percibida de la educación física escolar. *Journal of Sport and Health Research*, 5 (2), 193-202.
- Gómez-Mármol, A., Sánchez-Alcaraz, B.J. y Mahedero-Navarrete, M.P. (2013). Insatisfacción y distorsión de la imagen corporal en adolescentes de doce a diecisiete años de edad. *Ágora para la educación física y el deporte*, 15 (1), 54-63.
- Gómez-Vela, M., Verdugo, M A. y González-Gil, F. (2007). Calidad de vida y autoconcepto en adolescentes con necesidades educativas especiales y sin ellas. *Infancia y Aprendizaje*, 30 (4), 499-522.

- González, J. (2011). Percepción de bienestar psicológico y competencia emocional en niveles intermedios de la formación deportiva en deportes de combate. *E-balonmano: Revista de Ciencias del Deporte*, 7 (Suppl.), 75-80.
- González, M. y Alvariñas, M. (2004). Relación entre la práctica físico-deportiva extraescolar y el autoconcepto físico en la adolescencia. *Revista de Educación Física: Renovar la Teoría y la Práctica*, 94, 5-8.
- Goñi, A., Ruiz de Azúa, S., y Rodríguez, A. (2004). Deporte y autoconcepto físico en la preadolescencia. *Apunts: Educación Física y Deportes*, 77, 18-24.
- Goñi, A., Ruiz de Azúa, S., y Rodríguez, A. (2005). La importancia concedida a diversos aspectos del yo físico: un instrumento para su medida. *Anales de Psicología*, 21 (1), 92-101.
- Goñi, A., Ruiz de Azúa, S., y Rodríguez, A. (2006). *Cuestionario del Autoconcepto Físico*. Manual. Madrid: EOS.
- Hayes, S.D., Crocker, P.R., y Kowalski, K.C. (1995). Gender differences in physical self-perceptions, global self-esteem and physical activity: evaluation of the Physical Self-Perception Profile Model. *Journal of Sport Behavior*, 22(1), 1-14.
- Huebner, E.S., Valois, R., Suldo, S., Smith, I., McNight, C., Seligson, J., y Zullig, K. (2004). Perceived quality of life: A neglected component of adolescent health assessment and intervention. *Journal of Adolescent Health*, 34, 270-278.
- Ingledeu, K., y Sullivan, G. (2002). Effects of body mass and body image on exercise motives in adolescents. *Psychology of Sport and Exercise*, 3, 323-338.
- Klomsten, A. T., Marsh, H. W., y Skaalvik, E. M. (2005). Adolescents' perceptions of masculine and feminine values in sport and physical education: A study of gender differences. *Sex Roles*, 52 (9- 10), 625-636.
- Leith, L.M. (1994). *Foundations of Exercise and Mental Health*. Morgantown, WV: Fitness Information Technology.
- Lemoine, J., Valois, P. y Guay F. (En prensa). Physical self-concept and participation in physical activity in college students. *Medicine and Science in Sports and Exercise*.
- Loland, N.W. (1998). Body image and physical activity. A survey among Norwegian men and women. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 29, 339-365.
- Marsh, H. W. (1997). The measurement of Physical Self-Concept: A construct validation approach. En K. R. Fox (Ed.), *The physical self. From motivation to well-being* (pp. 27-58). Champaign: Human Kinetics.
- Molero, D., Ortega, F., Caliente, I., y Zagalaz, M.L. (2010). Estudio comparativo del autoconcepto físico en adolescentes en función del género y del nivel de actividad físico-deportiva. *Retos, Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 17, 38-41.
- Moreno, J.A., y Cervelló, E. (2005). Physical self-perception in Spanish adolescents: effects of gender and involent in physical activity. *Journal of Human Movement Studies*, 48, 291-311.

- Moreno, J. A., Cervelló, E., y Moreno, R. (2008). Importancia de la práctica físico-deportiva y del género en el autoconcepto físico de los 9 a los 23 años. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 8 (1), 171-183.
- Moreno, J.A., Cervelló, E., Vera, J.A., y Ruiz, L.M. (2007). Physical Self-Concept of Spanish Schoolchildren: Differences by Gender, Sport Practice and Levels of Sport Involvement. *Journal of Education and Human Development*, 1 (2), 1-12.
- Moreno, J.A., Moreno, R. y Cervelló, E. (2013). El autoconcepto físico como predictor de la intención de ser físicamente activo. *Psicología y Salud*, 17 (2), 261-267.
- Pieron, M. (2002). *Estudi sobre els hàbits esportius del escolars d'Andorra*. Andorra: Ministeri d'Educació, Joventut i Esports.
- Pons, J. (1998). El modelado familiar y el papel educativo de los padres en la etiología del consumo de alcohol en los adolescentes. *Revista Española de Salud Pública*, 72 (3), 251-266.
- Martínez-Gómez, D., Welk, G. J., Calle, M. E., Marcos, A. & Veiga, O. L. (2009). Preliminary evidence of physical activity levels measured by accelerometer in Spanish adolescents: The AFINOS Study. *Nutrición Hospitalaria*, 24 (2), 226-232.
- Proschaska, J. J., Sallis, J. F. & Long, B. (2001). A physical activity screening measure for use with adolescents in primary care. *Archives of Paediatric and Adolescent Medicine*, 155, 554-559.
- Reiter, S., y Goldman, T. (1999). A programme for the enhancement of autonomy in young adults with physical disabilities: the development of a realistic self concept, individual perception of quality of life and the development of independent living skills. *International Journal of Rehabilitation Research*, 22, 71-74.
- Shavelson, R.J., Hubner, J.J. y Stanton, G.C. (1976). Self-concept: Validation of construct interpretations. *Review of educational research*, 46 (3), 407-441.
- Soriano, J.A., Navas, L., y Holgado, F.P. (2011). El autoconcepto físico y su relación con el género y la edad en estudiantes de educación física. *Apunts: Educación Física y Deportes*, 106, 36-41.
- Van den Berghe, L., Vanstenkiste, M., Cardon, G., Kirk, D. & Haerens, L. (2014). Research on self-determination in physical education: key findings and proposal for future research. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 19 (1), 97-121.
- Webb, O.J., Benjamin, C.C., Gammon, C., McKee, H.C. & Biddle, S.J. (2013). Physical activity, sedentary behaviour and physical self-concept in adolescent girls: A mediation analysis. *Mental Health and Physical Activity*, 6 (1), 24-29.

Referencia del artículo:



Sánchez-Alcaraz, B.J., Gómez, A. (2014). Autoconcepto físico en una muestra de estudiantes de primaria y su relación con el género y la práctica deportiva extraescolar. *E-balonmano.com: Revista de Ciencias del Deporte* 10(2), 113-120
<http://www.e-balonmano.com/ojs/index.php/revista/index>