

# LOS VALORES PERSONALES EN EL OCIO FÍSICO-DEPORTIVO. UN ESTUDIO CON JÓVENES, PADRES Y PROFESORES<sup>1</sup>

*Personal values in physical-sport. A study of young people, parents and teachers*

ANA PONCE DE LEÓN ELIZONDO, EVA SANZ ARAZURI,  
M<sup>a</sup> ÁNGELES VALDEMOROS SAN EMETERIO Y RAFAEL RAMOS ECHAZARRETA  
*Universidad de La Rioja*

---

Este estudio trata de justificar la capacidad que tienen las experiencias de ocio físico-deportivo juvenil en el fomento de valores que optimicen la dimensión psicológica de la salud del adolescente<sup>2</sup>, así como ofrecer propuestas educativas que orienten los programas de intervención. Se ha analizado el valor de la salud profundizando en la percepción que padres, profesores y jóvenes tienen sobre la dimensión psicológica de la misma. Se ha utilizado una metodología cualitativa basada en el análisis de contenido de grupos de discusión y otra cuantitativa a través de la técnica de cuestionario. Los resultados confirman: 1) la elevada importancia que conceden los jóvenes, los padres y los profesores a la dimensión psicológica de la salud; 2) el beneficio psicológico es el cuarto motivo más citado por el colectivo de alumnos para su práctica físico-deportiva, y 3) por último, los estudiantes y profesores, no así los padres, ven la necesidad de que los agentes educativos implicados en el diseño de programas de ocio físico-deportivo tengan en cuenta la dimensión psicológica en su intervención educativa.

**Palabras clave:** *Actividad física, Deporte, Ocio, Salud, Autoestima, Autoconcepto.*

---

## Conceptualización y objeto de estudio

Se considera que toda acción pedagógica debe ostentar una base ética; la educación, en su concepto más amplio, no tiene sentido sin un referente axiológico. De ahí que hablar de educación implica necesariamente discutir del ámbito de los valores, pues el destino pedagógico soporta la intención de que algo valioso queremos que se ocasione en los discentes. De

acuerdo con autores como Ortega, Mínguez y Gil (1998: 9), se considera que «la fuerza del uso nos ha hecho ver como correctas expresiones tales como educar en valores, los valores en la educación, etc., sin percatarnos de que tales expresiones son redundantes».

Además, se estima que la práctica físico-deportiva se constituye en un contexto axiológico neutro que puede desarrollar tanto valores positivos como contravalores, dependiendo del

enfoque educativo que se lleve a cabo, siendo tanto más beneficiosos cuanto los agentes educativos implicados en la misma ofrezcan los modelos adecuados. Dicha percepción coincide con la de numerosos autores estudiosos del ámbito que nos concierne, tales como Brede-mieer y Shields (1987), Borrás (2004), Cruz, Boixadós, Torregosa y Mimbrero (1996), García Ferrando (1990), Giebink y McKencie (1985), Lee y Cook (1990), Menéndez (1991) y Tinning (1992).

Gutiérrez Sanmartín (2004: 122), reconocido investigador de los valores en el deporte, enfatiza el hecho de que «para que el deporte favorezca la educación integral de la persona (...) ha de practicarse en un clima apropiado en el que resulta especialmente importante la orientación de valores de técnicos, entrenadores, profesores y demás agentes socializadores».

Dado que el ámbito axiológico transita por todas las dimensiones del ser humano, rozaría en lo utópico pretender profundizar en cada una de ellas. Es por ello que para esta investigación se ha considerado oportuno profundizar en el valor de la salud, dado que éste integra la dimensión física, la psicológica y la social del individuo (OMS, 1948; Perea, Quintana, Murga, Limón y Corbella, 1997), por lo que posibilita indagar en una ingente cuantía de valores que integran el atlas axiológico de la práctica físico-deportiva juvenil.

Se considera, de acuerdo con Torres (2004), que el cuidado de la dimensión psicológica de la salud reduce el incremento de jóvenes psicológicamente vulnerables con propensión a desarrollar conductas inadecuadas y problemas emocionales.

En esta dimensión se ubican valores tales como la autoestima y el autoconcepto. Es por ello que, a continuación y siguiendo a diferentes autores que analizan el tema que nos ocupa, se proceda a desarrollar una aproximación conceptual de los valores objeto de estudio.

Harter (1999) considera el autoconcepto como una construcción cognitiva y social que se desarrolla a lo largo de toda la vida, que está cimentada en las representaciones que uno hace de sí mismo en referencia a una visión global de los dominios cognitivos, afectivos, sociales y físicos de la persona. A su vez, Rivas (2003) estima que el autoconcepto es producto de factores personales y sociales, así como de la comparación de las acciones propias con las de los demás y de las propias atribuciones e inferencias sobre las acciones de uno mismo, entre otras cuestiones.

Es a partir de lo concebido por estos autores desde donde, para el estudio que nos ocupa, se considera el valor del autoconcepto como el conjunto de creencias que un individuo tiene acerca de lo que conoce o piensa que conoce sobre sí mismo a nivel físico, psicológico, afectivo y social, estando condicionado por la interiorización de la opinión que los demás tienen de uno mismo.

Asimismo, el concepto de autoestima se relaciona con el hecho de ser conscientes de nuestras potencialidades y necesidades (Harter, 1999) implicando, para constituirse en saludable, una evaluación realista de las propias capacidades y quedando enraizada en el respeto merecido de los demás (Skaalvik y Hagtvét, 1990). En definitiva, la autoestima sería producto de la valoración personal que uno mismo realiza de su autoconcepto.

Bajo este prisma, en nuestra investigación se señala el valor de la autoestima como un sentimiento determinado por el autoconcepto que hace referencia a la valoración que tenemos de nosotros mismos en referencia a todas nuestras dimensiones, constituyéndose en factor condicionante de nuestra competencia y valía personal.

En el presente estudio, a partir del análisis del valor de la salud en la práctica físico-deportiva, se progresará en el grado de consideración que otorgan los padres, los profesores, así como los

propios jóvenes, a la dimensión psicológica de dicho valor. Esta pretensión persigue también verificar el potencial con el que cuentan las experiencias de ocio físico-deportivo como espacio competente para el progreso de valores personales, tales como el autoconcepto y la autoestima.

Finalmente, este estudio tiene el propósito de elevar propuestas de intervención educativa orientadas al impulso de los valores objeto de estudio y, por ende, a la optimización del desarrollo integral del adolescente a través de dicha práctica.

## **Estado de la cuestión**

La presente investigación parte del convencimiento de que la práctica físico-deportiva se constituye, a priori, en un contexto axiológico neutro; sin embargo, se estima que dichas experiencias poseen un enorme potencial para el fomento de valores que optimizan el desarrollo del individuo. Entre ellos, se destacan los concernientes a la esfera personal, caso de la autoestima y el autoconcepto.

En sintonía con numerosos autores se considera que las experiencias de ocio físico-deportivo fielmente proyectadas favorecen el fomento de estos valores (Esnaola, 2004; Etxábarri, 2001; Raga, 2002; Weinberg y Gould, 1996 y Zulaika, 2000 y 2002).

En la misma línea, autores como Esnaola (2005), Raich, Torras y Figueras (1996) y Ruiz de Azúa, Rodríguez y Goñi (2005) verifican que quienes participan regularmente de la actividad físico-deportiva se sienten más seguros de sí mismos y de su aspecto y aumentan en mayor medida su sentimiento de autoestima, autoconcepto y autoconfianza frente a quienes no lo hacen.

Otros autores, caso de Sacker y Cable (2006), constatan la relación constante entre el bienestar psicológico del adulto y la práctica física de

tiempo libre que llevó a cabo en su época adolescente.

A su vez, Esnaola (2004) y Nelson y Gordon-Larsen (2006) certifican que el hecho de participar en las actividades físicas se asocia no sólo a un aumento de la autoestima, sino, también, a una menor adquisición de comportamientos de riesgo y hábitos de vida insalubres.

Por contra, Ussher, Owen, Cook y Whincup (2007) revelan fuertes asociaciones entre el bajo estado de bienestar psicológico del adolescente y los niveles de actividad física reducidos.

Por lo apuntado hasta el momento se estima que la práctica físico-deportiva puede llegar a ser un espacio increíblemente favorecedor de la autoestima y el autoconcepto; no obstante, se intuye que, del mismo modo, podría llegar a constituirse en un medio capaz de minar la ilusión, la confianza y el deseo de continuar en esta experiencia cuando se concede mayor atención y reconocimiento a quienes destacan por sus resultados fomentándose, de este modo, sentimientos de aislamiento, marginación y desestima en quienes no se distinguen por sus aptitudes físico-deportivas.

En esta línea, Zulaika y Goñi (2000) certifican un mayor desarrollo del autoconcepto en aquellos deportistas titulares en detrimento de los suplentes y los no participantes.

Esta posible realidad eleva la importancia de aunar esfuerzos en el diseño de programas de intervención que prevengan este tipo de situaciones.

En otro orden de cosas, se considera que la mejora de autoestima y autoconcepto a través de la práctica físico-deportiva llega a repercutir efectivamente en otros espacios del adolescente, tales como la motivación académica y el rendimiento escolar. Algo ratificado por Brasil (2003), quien relaciona el autoconcepto, el deporte y el rendimiento escolar, enfatizando

el papel del deporte en la motivación académica, en la autorregulación del aprendizaje y en el rendimiento escolar de los alumnos.

En este sentido, Ponce de León (1998) destaca entre las implicaciones de su investigación que las experiencias físico-deportivas deben constituirse en una herramienta educativa capaz de afianzar los conocimientos, las destrezas y los valores aprendidos en las aulas.

### **Metodología y rigor de la investigación**

Se ha llevado a cabo una triangulación metodológica manejando técnicas cuantitativas, como el análisis descriptivo de variables, recurriendo como instrumento a un cuestionario de 41 ítems, y cualitativas, como el análisis de contenido de cuatro grupos de discusión.

Nuestro universo de trabajo estuvo integrado por todos los adolescentes que cursaban alguno de los cuatro niveles de Educación Secundaria Obligatoria en los centros educativos de la Comunidad Autónoma de La Rioja; éste ascendía a un total de 11.259 sujetos, cifra recogida del Informe de Estadística Escolar de la Comunidad Autónoma de La Rioja del curso escolar 2005-2006.

La muestra estuvo integrada por 2.046 sujetos, valor obtenido para un nivel de confianza del 95%, equivalente a una desviación estándar con respecto a la media de 2 unidades Z, un error de muestreo de +2 sigmas y una proporción de la población del 50%, si bien, tras una mortandad del 3,32%, quedó definitivamente establecida en 1.978 sujetos.

En la validación del instrumento se empleó la validez de contenido y la de constructo. En la primera de ellas se utilizaron dos procedimientos distintos, un juicio crítico de expertos y un test preliminar con un grupo piloto. La segunda se efectuó mediante el método de depuración de la información obtenida y a través de un

análisis de contenido de las preguntas abiertas del cuestionario.

Para la obtención de la fiabilidad del instrumento empleado se optó por calcular el coeficiente Alfa de Cronbach. Todos los valores obtenidos del Alfa de Cronbach superaron el valor óptimo de 0,7, por lo que se pudo afirmar la fiabilidad de las variables ante lo que pretendía medir.

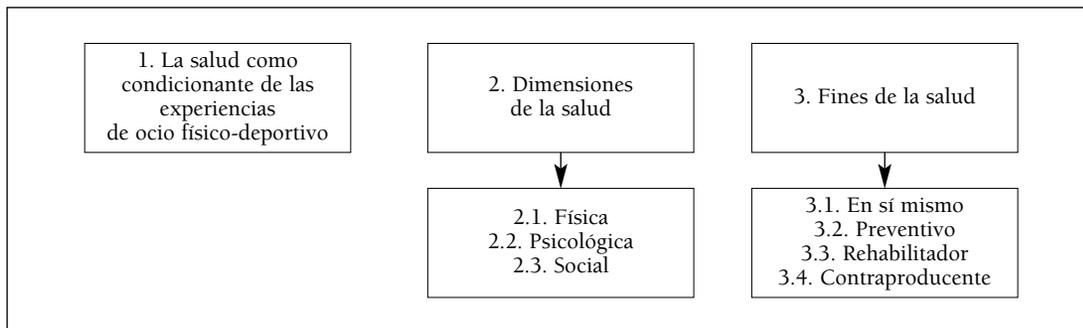
Este cuestionario formaba parte de una investigación que analizó la práctica físico-deportiva de los jóvenes riojanos. Para el artículo que nos ocupa se han extraído los resultados de uno de sus ítems, el referente a los beneficios obtenidos de dicha práctica y, en concreto, a aquellos que hacen alusión a la mejora psicológica emanada de las experiencias físico-deportivas.

Respecto a la fase cualitativa, la selección de los participantes fue estructural, eligiendo la formación de los distintos colectivos según criterios de pertenencia. Se tuvieron en cuenta unos mínimos de homogeneidad (pertenencia a cada colectivo) y heterogeneidad, respetándose un reparto equitativo en función del sexo, ubicación geográfica y tipo de centro (González, 1997; Suárez, 2005). De este modo, los cuatro grupos de discusión estuvieron configurados por diez profesores de Educación Física, ocho profesores del resto de áreas, ocho padres y madres de alumnos de secundaria, bachillerato y ciclos formativos y quince estudiantes.

Los relatos surgidos en estos grupos de discusión fueron grabados y transcritos en formato RTF. Posteriormente, fueron analizados con el apoyo del paquete informático NUD\*IST. Cada unidad textual hace alusión a una frase con sentido y significado que puede ser identificada en una de las categorías o subcategorías de análisis.

Estas categorías quedaron configuradas en dos bloques: las categorías de identificación (colectivo y sexo) y las categorías teóricas o conceptuales. Éstas, a su vez, quedaron integradas por las subcategorías que se reflejan en la figura 1.

FIGURA 1. Categorías teóricas o conceptuales



A partir del estudio conceptual, del estado de la cuestión y de la primera lectura del contenido de los grupos de discusión llevados a cabo, se definieron las categorías y subcategorías de análisis; aquí se profundiza en la subcategoría «Dimensión psicológica de la salud», por ser la referente al objeto de estudio de la presente investigación.

La categoría «La salud como condicionante de las experiencias de ocio físico-deportivo» considera el valor de la salud como motivo determinante de la práctica físico-deportiva juvenil, en todas sus dimensiones y para cualquiera de sus fines.

La categoría «Dimensiones de la salud» integra la dimensión física, psicológica o social de la salud en las experiencias físico-deportivas.

La subcategoría «Dimensión física» considera la vertiente física de la salud como motivo impulsor de dichas experiencias.

La subcategoría «Dimensión social» estima la esfera social de la salud como condicionante de la práctica físico-deportiva.

Por último, la subcategoría «Dimensión psicológica de la salud» determina el factor emocional del valor de la salud como motivo condicionante de la práctica físico-deportiva. Se acopian testimonios alusivos a la propia psicología del adolescente, así como a su estado emocional en la

práctica físico-deportiva, al potencial de ésta para el fomento de valores concernientes a la salud psicológica, tales como la autoestima y el autoconcepto, así como aquellos factores que pudieran constituirse en detonante para algunos problemas psicológicos, caso del fomento de baja autoestima, el sentimiento de rechazo y la marginación.

A modo de ejemplo, se muestran disertaciones de algunos de los colectivos analizados:

«Los chavales, lo primero que tienen que meterse en la cabeza es que hacer deporte, hacer ejercicio físico, es bueno para su salud y para su calidad de vida, para pasar por este mundo desde que nacen hasta que mueren lo mejor posible (...) con su mente, por supuesto» (colectivo profesores Educación Física).

«A mí me ha pasado que estás jugando un partido y por el mero hecho de ser como soy, de estar un poco más gordo que los demás, empezar a insultarte como si fueras cualquier cosa. Entonces al final dices ¡me voy!, para que me insulten y tal... lo dejo» (colectivo de alumnos).

«Yo pienso que un educador (...) debe tener un poco de psicología, de saber cómo son los chavales, qué está pasando. No sólo están creciendo físicamente, sino que también intelectualmente, y uno puede tener un complejo, una determinada cosa que tiene que

saber llevarlo en grupo y poder ayudarle (...) Si le puede ayudar a quitar un determinado miedo o un complejo o a sentirse más seguro consigo mismo, yo pienso que a la larga para él va a ser mucho más importante que en un momento dado, en un año, juegue bien al fútbol o cualquier tontería de esas» (colectivo de alumnos).

En la categoría «Fines de la salud» se valoran las diferentes perspectivas de búsqueda de la salud en las experiencias físico-deportivas.

La subcategoría «La salud con un fin en sí misma» pretende la salud en la práctica físico-deportiva para el fomento de la misma, sin otro objetivo añadido.

La subcategoría «Fin preventivo» considera la salud en las experiencias físico-deportivas como factor protector de estilos de vida inadecuados.

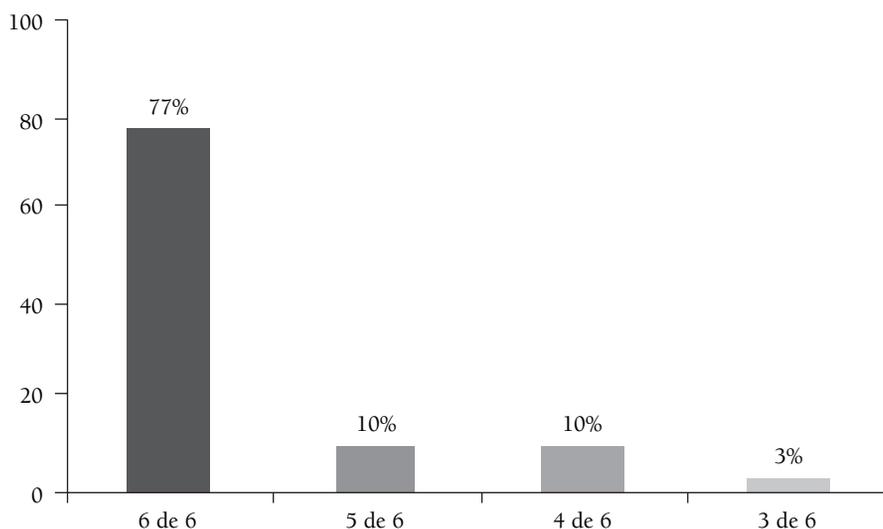
La subcategoría «Fin rehabilitador» aspira a la salud en la práctica físico-deportiva como medio de recuperación de capacidades perdidas o disminuidas.

Y, por último, en la subcategoría «Fin contra-productivo» se detectan aquellos efectos opuestos a los perseguidos tras la búsqueda de salud en la práctica físico-deportiva.

Estas categorías se validaron a través del *juicio de expertos*, los cuales identificaron las unidades textuales de uno de los grupos de discusión (profesores de Educación Física), registrándolas en las categorías y subcategorías consideradas. Los datos obtenidos se transcriben al SPSS 14.0 y se aplica la fórmula Kappa de Cohen (Cohen, 1960 y 1968) para medir la fiabilidad entre evaluadores, obteniéndose unas medidas de acuerdo positivas, de lo que resulta un proceso de validación satisfactorio. La figura 2 es reflejo de los resultados obtenidos en referencia a la subcategoría analizada.

Así pues, al menos cinco de los seis expertos coinciden al categorizar un 87% de las unidades textuales y sólo en un 3% de las mismas coinciden tres de cada seis, no habiéndose hallado un nivel de concordancia inferior a este 50% en ningún momento.

FIGURA 2. Grado de acuerdo «Dimensión psicológica de la salud»



Los coeficientes Kappa obtenidos entre el investigador principal y cada uno de los expertos, así como el grado de acuerdo estimado en función del índice Kappa, según los márgenes propuestos por Landis y Koch (1977) son los que se reflejan en la tabla 1.

Las medidas de acuerdo Kappa obtenidas son positivas, dado que el nivel de concordancia es muy bueno con uno de los expertos (0,832), bueno con dos de ellos (0,727 y 0,674) y moderado con otros dos de los especialistas (0,568 y 0,548).

Respecto al grado de concordancia entre el resto de expertos, las puntuaciones en ningún momento han sido inferiores a 0,5. Son índices que reflejan un grado de acuerdo entre moderado, bueno y muy bueno.

A la luz de los resultados obtenidos puede darse por satisfactorio el proceso de validación de categorías de la presente investigación.

Finalmente, se procede a una nueva exploración del contenido de los grupos de discusión, volviéndose a registrar aquéllos correspondientes a la dimensión que nos ocupa, con el fin de optimizar dicho análisis, así como los resultados y su interpretación. Una vez identificadas estas unidades textuales se desciende a la lectura pormenorizada de las mismas, así como al análisis en profundidad de cada uno de los mensajes obtenidos.

## Resultados

Se obtienen 225 unidades textuales concernientes al valor de la salud en la práctica físico-deportiva, de las que 180 se refieren a las dimensiones de la salud y, concretamente, 56 a la dimensión psicológica. De ahí que, como se comprueba en la figura 3, a la subcategoría general «Dimensión psicológica de la salud» le corresponde un 31% del total de las unidades textuales recogidas en la categoría general «Dimensiones de la salud».

TABLA 1. Coeficientes Kappa

Investigador principal	Experto 1	Experto 2	Experto 3	Experto 4	Experto 5
Medida de acuerdo Kappa	0,568	0,727	0,548	0,832	0,674
Grado de acuerdo según Landis y Koch	Moderado [0,4-0,6]	Bueno [0,6-0,8]	Moderado [0,4-0,6]	Muy bueno [0,8-1]	Bueno [0,6-0,8]

FIGURA 3. Categoría general dimensiones de la salud

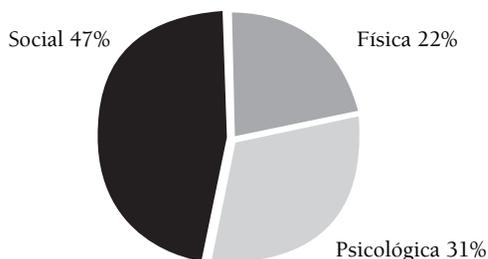
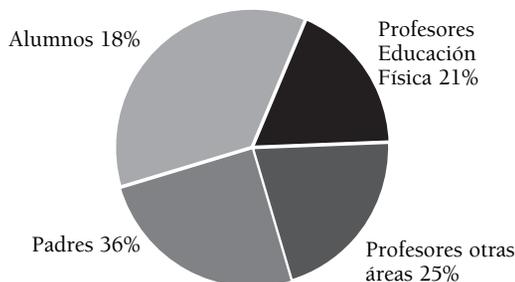


FIGURA 4. Dimensión psicológica de la salud según colectivos



Asimismo, como refleja la figura 4, un 36% de las unidades textuales registradas alusivas a la dimensión psicológica de la salud corresponden al colectivo de padres; por detrás quedan el de profesores de Educación Física, así como los de otras áreas, con porcentajes del 21% y el 25%, respectivamente. El grupo de menor porcentaje, aún sin existir diferencias muy significativas, es el de los alumnos, al que compete un 18%.

Por último, los resultados obtenidos del cuestionario sitúan en cuarto lugar el beneficio en el estado psicológico obtenido en la práctica físico-deportiva según la percepción de los alumnos, con un 15,6% de los casos. En dicho aspecto psicológico se hallan cuestiones como el bienestar personal, la evasión, la distensión y la liberación de tensiones, entre otras. En la figura 5 se reflejan los porcentajes de los beneficios físico-deportivos más señalados por los adolescentes riojanos.

## Discusión/conclusiones

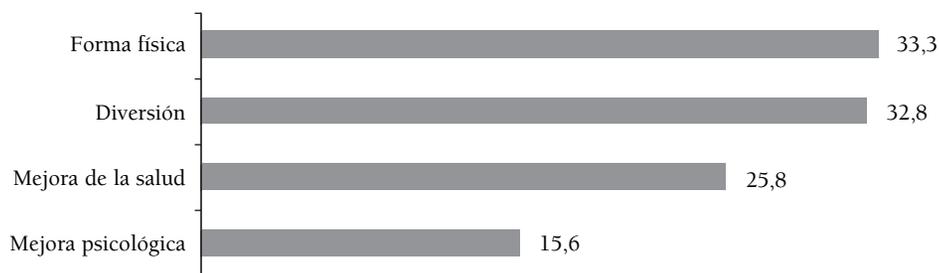
Reflejo de los resultados obtenidos en el presente estudio puede constatar que:

- Se destaca el potencial de la práctica físico-deportiva para el fomento de valores pertenecientes a la dimensión psicológica de la salud del adolescente, tales como el bienestar, la distensión, la responsabilidad,

el compromiso y la satisfacción personal, entre otros. Se considera que al tratarse de valores que optimizan la salud psicológica del joven, revertirán positivamente en una mejora de la autoestima y el autoconcepto del mismo. Esta cuestión es destacada, en especial, por el colectivo de profesores de otras áreas. Son datos que se sitúan en sintonía con los extraídos por otros autores, tales como Esnaola (2004), Etxábarri (2001), Raga (2002), Weinberg y Gould (1996) y Zulaika (2000 y 2002).

- El beneficio psicológico emanado de la práctica físico-deportiva es destacado por los adolescentes y jóvenes objeto de nuestro estudio, hallándose variables como el bienestar y la satisfacción personal, la evasión, el relax y la liberación de tensiones, entre otras. Variables que, igualmente, favorecen la mejora de la autoestima y autoconcepto del joven.
- El colectivo de adolescentes razona que su salud psicológica se instituye en un agente determinante para el abandono o la ausencia de práctica físico-deportiva. Destacan como factores condicionantes el riesgo de ser humillados, insultados, rechazados y marginados, entre otros, por el hecho de carecer de aptitudes físico-deportivas, cuestión que mina el autoconcepto y la autoestima y genera frustraciones difícilmente superables. Se estima que son circunstancias desfavorables para

FIGURA 5. Beneficios físico-deportivos más destacados



el progreso de estos valores que podrían constituirse en impulso para el abandono o la ausencia de práctica. Esta conclusión se sitúa en la línea de las extraídas por Zulaika y Goñi (2000), quienes certifican un mayor desarrollo del autoconcepto en aquellos deportistas titulares en detrimento de los suplentes y los no participantes.

- Todos los colectivos enfatizan la necesidad de que el profesor de Educación Física, monitor deportivo o entrenador posea una formación sobre la psicología del adolescente para optimizar el desarrollo de la práctica físico-deportiva y contribuir a la creación de unos hábitos estables y duraderos que revertan en el bienestar integral del adolescente. Para lo cual, coincidiendo con Gutiérrez Sanmartín (2004), resulta especialmente importante la orientación de valores de todos los agentes educativos implicados. De este modo, nos acercáramos al objetivo planteado por Ponce de León (1998) de convertir las experiencias físico-deportivas en una herramienta educativa capaz de afianzar los valores.
- Las conclusiones extraídas, unidas a las de otros autores, caso de Esnaola (2005), Raga (2002), Raich, Torras y Figueras (1996), Ruiz de Azúa, Rodríguez y Goñi (2005) y Weinberg y Gould (1996), quienes confirman que los participantes regulares en actividades físico-deportivas aumentan en mayor medida su autoestima, autoconcepto y autoconfianza que quienes no lo hacen, o las extraídas por Brasil (2003), quien certifica que la mejora del autoconcepto a través de la práctica físico-deportiva se correlaciona positivamente con el rendimiento escolar, y las de Esnaola (2004), quien ratifica que el autoconcepto físico correlaciona de forma significativa con los hábitos de vida saludable, llevan a plantearse la necesidad de establecer una filosofía pedagógica que sienta una sólida base para aquellas propuestas de intervención educativa en el ámbito que nos ocupa.
- De este modo, a la luz de los resultados obtenidos y considerándose las aportaciones científicas de los diferentes autores citados, se presenta como plataforma pedagógica para futuras propuestas de intervención educativa en el ámbito de las experiencias de ocio físico-deportivo juvenil las siguientes consideraciones referentes a la dimensión psicológica de la salud:
  - Establecer unos mínimos consensuados por todos los agentes educativos implicados, profundizando en el modo de entender cada uno de ellos la práctica físico-deportiva juvenil, con el fin de caminar en una misma dirección y de aunar esfuerzos en beneficio del adolescente.
  - Entre los objetivos de los programas de intervención deberán priorizarse aquellos relacionados con la esfera psicológica del adolescente, con el propósito de formar individuos con una adecuada autoestima y autoconcepto que reverta en su desarrollo integral.
  - Debe otorgarse mayor esfuerzo y atención al área psicológica de la práctica físico-deportiva, impulsando el disfrute de la misma a través de un trabajo más centrado en las actitudes hacia el proceso, mediante el fomento de dimensiones como la gratificación, el espíritu de esfuerzo, la satisfacción en la continuidad, la adecuación a intereses y capacidades individuales, así como la autonomía y la seguridad, entre otras, frente a aquellas que favorecen la actitud hacia el resultado, tales como la apariencia, la victoria, la necesidad de triunfo, el rendimiento y la obsesión, dado que queda demostrado que estas últimas poseen mayor potencial para dañar la autoestima y el autoconcepto de los individuos.
  - Incluir entre los objetivos de los programas de intervención el conocimiento

en profundidad de la etapa de la adolescencia, sus características psicológicas, sus necesidades, sus intereses, sus miedos y temores, así como su ámbito

axiológico, evitándose el anclaje en aquellos tópicos establecidos sobre esta etapa dado que, en muchas ocasiones, quedan muy lejos de la realidad.

---

## Notas

<sup>1</sup> Investigación financiada dentro del marco de Proyectos «Fomenta» del Plan Riojano de I+D+i de la Consejería de Educación, Cultura y Deporte del Gobierno de La Rioja del año 2007 (Ref. 2007/02).

<sup>2</sup> A lo largo de todo el texto utilizaremos el genérico masculino para referirnos a ambos sexos con la única intención de hacer la lectura más ágil, ajenos a cualquier propósito que contribuya a un lenguaje sexista.

## Agradecimientos

---

Agradecemos a la Consejería de Educación, Cultura y Deporte del Gobierno de La Rioja el soporte financiero concedido al estudio dentro de los Proyectos «Fomenta» del Plan Riojano de I+D+i en el año 2007 (Ref. 2007/02).

## Referencias bibliográficas

---

- BORRÁS, P. A. (2004). *Intervención para la promoción de la deportividad en el fútbol cadete en Mallorca*. Islas Baleares: Universidad de las Islas Baleares [tesis doctoral].
- BRASIL, V. (2003). *Autoconcepto, deporte y rendimiento escolar*. Zaragoza: Universidad de Zaragoza [tesis doctoral].
- BREDEMEIER, B. J. y SHIELDS, D. L. (1987). Sport and moral growth: a structural developmental perspective, *Advances in Pediatric Sport Sciences*, 2, 143-165.
- COHEN, J. A. (1968). Weighted kappa: Nominal scale agreement with provision for scaled disagreement of partial credit, *Psychological Bulletin*, 70, 213-220.
- COHEN, J. A. (1960). Coefficient of agreement for nominal scales, *Educational and Psychological Measurement*, 20, 37-46.
- CRUZ, J.; BOIXADÓS, M.; TORREGOSA, M. y MIMBRERO, J. (1996). ¿Existe un deporte educativo?: papel de las competiciones deportivas en el proceso de socialización del niño, *Revista de Psicología del Deporte*, 9/10, 111-132.
- ESNAOLA, I. (2005). Autoconcepto físico y satisfacción corporal en mujeres adolescentes según el tipo de deporte practicado, *Revista de Educación Física y Deportes*, 80, 5-12.
- ESNAOLA, I. (2004). *Elaboración y validación del cuestionario Autokontzeptu Fisikoaren Itaunketa (AFI) de autoconcepto físico*. País Vasco: Universidad del País Vasco [tesis doctoral].
- ETXÁBARRI, B. (2001). La influencia de un programa de educación física en la autoestima y autoimagen de la tercera edad, *Apunts: Educación física y deportes*, 66, 92.
- GARCÍA FERRANDO, M. (1990). *Aspectos sociales del deporte*. Madrid. Alianza Deporte.
- GIEBINK, M. P. y MCKENCIE, T. L. (1985). Teaching sportsmanship in physical education and recreation: an analysis of interventions and generalization effects, *Journal of Teaching in Physical Education*, 4, 167-177.
- GONZÁLEZ RÍOS, M. J. (1997). *Metodología de la investigación social. Técnicas de recolección de datos*. Alicante: Aguacilar.
- GUTIÉRREZ SANMARTÍN, M. (2004). El valor del deporte en la educación integral del ser humano, *Revista de Educación*, 335, 105-126.

- HARTER, S. (1999). *The construction of the self. A Developmental Perspective*. London: The Guilford Press.
- LANDIS, J. R. y KOCH, G. (1977). The measurement of observer agreement for categorical data, *Biometrics*, 33, 159-174.
- LEE, M. J. y COOK, C. (1990). *Review of the literatura on fairplay with special referente to children's sport*. Estrasburgo: Council of Europe.
- MENÉNDEZ, C. (1991). El deporte como contexto de socialización infantil y juvenil: implicaciones y errores, *Actes de les VII Jornades de l'Associació Catalana de Psicologia de l'Esport*. Barcelona. ACPE.
- NELSON, M. y GORDON-LARSEN, P. (2006). Physical activity and sedentary behaviour patterns are associated with selected adolescent health risk behaviours, *Pediatrics*, 117(4), 1281-1290.
- ORTEGA, P.; MÍNGUEZ, R. y GIL, R. (1998). *Valores y Educación*. Barcelona: Ariel Educación.
- PEREA, R.; QUINTANA, J. M.; MURGA, M. A.; LIMÓN, M. R. y CORBELLA, M. (1997). *Curso de Educación para la Salud: fundamentos y justificación de la Educación para la Salud*. Madrid: UNED-FUE.
- PONCE DE LEÓN, A. (1998). *Tiempo libre y rendimiento académico*. Logroño: Universidad de La Rioja.
- RAGA, J. L. (2002). *Influencia de la actividad física y el deporte en el desarrollo de la competencia social de los adolescentes*. Oviedo: Universidad de Oviedo [tesis doctoral].
- RAICH, R. M.; TORRAS, J. y FIGUERAS, M. (1996). Estudio de la imagen corporal y su relación con el deporte en una muestra de estudiantes universitarios, *Análisis y modificación de conducta*, 22, 85, 603-626.
- RIVAS, M. (2003). *Eficacia de los microgrupos en el aprendizaje curricular y en el fomento de integración sociocultural*. Madrid: Consejería de Educación.
- RUIZ DE AZÚA, S.; RODRÍGUEZ, A. y GOÑI, A. (2005). Variables socioculturales en la construcción del autoconcepto físico, *Cultura y Educación*, 17(3), 225-238.
- SACKER, A. y CABLE, N. (2006). Do adolescent leisure-time physical activities foster health and well-being in adulthood? Evidence from two British birth cohorts, *European Journal of Public Health*, 16(3), 331-335.
- SKAALVIK, E. y HAGDVET, K. (1990). Academic achievement and self-concept: an analysis of causal predominance in a developmental perspective, *Journal of personality and social psychology*, 58(2), 292-307.
- SUÁREZ, F. A. (2005). *El grupo de discusión. Una herramienta para la investigación cualitativa*. Barcelona: Alertes.
- TINNING, R. (1992). *Educación Física: la escuela y sus profesores*. Valencia: Universidad de Valencia.
- USSHER, M.; OWEN, C. G.; COOK, D. y WHINCUP, P. (2007). The relationship between physical activity, sedentary behaviour and psychological wellbeing among adolescents, *Social Psychiatry and Psychiatry Epidemiology*, 42, 851-856.
- WEINBERG, R. y GOULD, D. (1996). *Fundamentos de psicología del deporte y el ejercicio físico*. Barcelona: Ariel Psicología.
- ZULAIKA, L. M. (2002). Educación física y autoconcepto: análisis relacionales y eficiencia de un programa de intervención para la mejora del autoconcepto físico, *Apunts: educación física y deportes*, 67, 114.
- ZULAIKA, L. M. y GOÑI, A. (2000). La participación en el deporte escolar y el autoconcepto en escolares de 10 a 11 años de la provincia de Guipúzcoa, *Apunts: Educación física y deportes*, 59, 6-10.

## Fuentes electrónicas

---

- ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD Y LOS OBJETIVOS DE DESARROLLO DEL MILENIO <<http://www.who.int/mdg/es/>> [Fecha de consulta: 5/abril/2006].
- TORRES, D. (2004). Salud psicológica para el logro de la salud integral, *Avances en Salud Mental Relacional*, (3), 3 <<http://bibliopsiquis.com/asmur/0303/06.pdf>> [Fecha de consulta: 7/octubre/2007].

## **Abstract**

---

### *Personal values in physical-sport leisure. A study of young people, parents and teachers*

This study shows that physical-sport leisure activities young experiences' capacity encourages values that optimize the psychological dimension of health in adolescents, as well as offering educational proposals that guide the intervention programmes. The value of health has been analysed deepening in parents, professors and youths' perception about psychological dimension of health. A qualitative methodology has been used, based on analysis of content of discussion groups and another quantitative methodology through the questionnaire technique. Results confirm: 1) the high importance granted to psychological dimension of health by all the collectives, standing out that of the parents; 2) psychological benefit is the fourth more mentioned reason by students for their physical-sport practice, and 3) lastly, the importance granted by students and professors, not parents, to the necessity of contemplating adolescents' psychological dimension for all educational agents involved in the design of educational intervention programmes in physical-sport leisure.

**Key words:** *Physical activity, Sport, Leisure, Health, Self-esteem, Self-concept.*

## **Perfil profesional de los autores**

---

### **Ana Ponce de León Elizondo**

Doctora en Filosofía y Ciencias de la Educación, 1996, UNED y premio extraordinario de Doctorado. Profesora titular del Departamento de Ciencias de la Educación de la Universidad de La Rioja. Sus publicaciones y líneas de investigación se centran en el campo de la educación para el ocio y los valores en la actividad físico-deportiva

Correo electrónico de contacto: [ana.ponce@unirioja.es](mailto:ana.ponce@unirioja.es)

### **Eva Sanz Arazuri**

Doctora en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, 2005, Universidad de Zaragoza. Profesora colaboradora Tipo II, Departamento de Ciencias de la Educación, Universidad de La Rioja. Sus publicaciones y líneas de investigación se centran en el campo de la educación para el ocio y los valores en la actividad físico-deportiva.

Correo electrónico de contacto: [eva.sanz@unirioja.es](mailto:eva.sanz@unirioja.es)

### **M<sup>a</sup> Ángeles Valdemoros San Emeterio**

Doctora en Ciencias de la Educación, 2008, Universidad de La Rioja. Profesora interina del Departamento de Ciencias de la Educación, Universidad de La Rioja. Pedagoga en programas de educación para la salud y educación en valores del Gobierno de La Rioja.

Correo electrónico de contacto: maria-de-los-angeles-valdemoros@unirioja.es

### **Rafael Ramos Echazarreta**

Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, 2004, Universidad de León. Profesor ayudante del Departamento de Ciencias de la Educación, Universidad de La Rioja.

Correo electrónico de contacto: rafael.ramos@unirioja.es



Ilustración de la revista *Bordón*, Tomo V, 1953.