

Motivaciones para la práctica de deporte federado y del piragüismo en alumnos de primaria y secundaria

Motivations for the practice of federated sports and canoeing in primary and secondary students

*Manuel Isorna Folgar, **Antonio Rial Boubeta, ***Raquel Vaquero Cristobal y ****Fernando Sanmartín Zamácola

*Universidad de Vigo, **Universidad de Santiago de Compostela, ***Universidad de Murcia, ****CPI Progreso Catoira

Resumen: El objetivo de este estudio fue medir el nivel motivacional para la realización de actividad física y deporte en general y más concretamente de piragüismo. Para ello, un total de 239 estudiantes (118 hombres y 121 mujeres) con edades comprendidas entre los 9 y los 17 años (media de edad: 12.33 ± 1.76 años) autocumplimentaron el cuestionario de Regulación de la Conducta en el Ejercicio Físico-2 (BREQ-2) y una versión en castellano del «Participation Motivation Inventory», a la cual se añadieron una serie de ítems relacionados con características propias del piragüismo. Se encontró que un alto porcentaje de alumnos practicaban deporte federado (sobre todo fútbol, baloncesto y piragüismo), siendo la mayoría de ellos hombres. Los alumnos federados presentaron valores más altos en la motivación intrínseca y la regulación identificada que los alumnos que no practican actividad física en su tiempo libre. También se halló que los alumnos de primaria presentan una mayor motivación que los de secundaria. Además se encontró que la mayoría de los adolescentes no tienen un único motivo para practicar actividades físico-deportivas, existiendo diferencias entre los practicantes de piragüismo y el resto de alumnos, puesto que los primeros dan más valor a aspectos como «estar en forma» y «tener un cuerpo esbelto y musculado».

Palabra clave: Nivel motivacional, educación física, práctica deportiva extraescolar, estudiantes.

Abstract: The objective of this study was to measure the motivational level for the realization of physical activity and sport in general and more specifically canoeing. A sample of 239 students (118 men and 121 women), ranging in age from 9 to 17 (mean age: 12.33 ± 1.76 years) self-completed questionnaire Behavioral Regulation in Exercise Questionnaire-2 (BREQ-2) and a Spanish version of the «Participation Motivation Inventory». To this questionnaire were added some items related to specific characteristics of the canoeing. We found that a high percentage of students practiced federated sports (especially football, basketball and canoeing). Most federal students were men. They showed higher values on intrinsic motivation and identified regulation than students who did not do physical activity out-of-school. Also we found that primary students have a higher motivation than secondary students. Moreover, most teenagers do not have only one motive to practice physical-sports activities. There are differences between canoeists and other students. Paddlers appreciate items such as «be fit» and «have a svelte and muscled body».

Key words: Motivational level, physical education, out-of-school sport activities, students.

1. Introducción

A pesar de que numerosos estudios revelan que la práctica de actividad físico-deportiva moderada posee unos efectos positivos sobre la salud innegables, tanto a nivel físico como psicológico (American College of Sports Medicine, 2000) el sedentarismo se está configurando como un importante problema en la infancia y en la adolescencia (Blasco, 1994).

Aunque se da por supuesto que los niños ya realizan actividad física en la escuela, en sus clases de educación física, y que por lo tanto ya podríamos hablar de una niñez y 1ª adolescencia activa, esta suposición no está apoyada por la investigación empírica. Los datos procedentes de numerosos estudios informan que la actividad física realizada en el colegio, por sí sola, no es suficiente para promover beneficios saludables óptimos. Esto es debido a que los niños durante sus clases de educación física no dedican el tiempo suficiente a practicar actividad física (Castillo, Balaguer & Tomás, 1997). Parcel et al. (1987) encontraron que en una clase de 30 minutos de educación física, sólo se dedicaban 2 minutos a una actividad vigorosa. Por lo tanto, las clases de educación física son necesarias aunque no suficientes para mantener a nuestros niños/adolescentes saludables física, psicológica y socialmente; es por ello por lo que deben complementar la actividad realizada en el colegio con más actividad física a realizar fuera del colegio. Esto ha llevado a algunos investigadores a diferenciar entre práctica de actividades físicas dentro y fuera del colegio (Wold, 1995).

Los trabajos que han estudiado los predictores de la actividad física han estructurado el análisis entre factores personales, sociales y ambientales (Sallis et al., 1992). Como factor personal más destacado se encuentra que la percepción de la competencia física o deportiva está

asociada positivamente con la actividad física practicada por los niños y los adolescentes (Moreno, 1997). La intención de ser activo en el futuro ha sido relacionado consistente y positivamente con la práctica de actividad física (Biddle & Goudas, 1996). Otros factores personales, tales como la salud percibida y la forma física percibida, han mostrado ser importantes predictores de la participación de los niños en actividades físicas (Moreno, 1997).

Entre los factores sociales recogidos en la literatura destaca la práctica de actividad física de los otros significativos, ya que se considera un predictor importante de la actividad física entre la gente joven (Van Der Horst, Paw, Twisk & Van Mechelen, 2007). La práctica de actividad física de los padres, de los amigos y de los hermanos está positivamente asociada con la práctica de actividad física de los adolescentes (Sallis, Prochaska & Taylor, 2000; Wuerth, Lee & Alfermann, 2004). Además, la facilidad para hacer amigos tanto dentro como fuera de la escuela y la posibilidad de estar con los amigos después del colegio, han aparecido asociadas con la práctica deportiva del adolescente (Wold, 1995). El acceso a instalaciones deportivas ha sido considerado un factor ambiental que está positivamente relacionado con la práctica de actividad física de los jóvenes de todas las edades (Zakarian, Hovell, Hofstetter, Sallis & Keating, 1994; García, 2006). Castillo y Balaguer (1998) encontraron que ser miembro de algún club deportivo está fuertemente asociado con altos niveles de práctica de actividad física en niños y adolescentes.

Diversos estudios indican que los predictores de la práctica de actividad física difieren substancialmente según el género y se señala la necesidad de estudiarlos en los diferentes subgrupos de la población entre hombres y mujeres (Brustad, 1996).

En la búsqueda de explicaciones tanto de la práctica deportiva como del abandono de ésta se han propuesto diferentes teorías o modelos, cada cual enfatizando variables y mecanismos diferentes. Algunas teorías han enfatizado el aspecto psicológico o individual del sujeto, mientras que otras han reparado más en el componente social, vinculado al medio donde se desenvuelve el sujeto (Chillón, 2005). Muchos de estos modelos han sido desarrollados para adultos siendo luego extrapolados y aplicados

a niños y adolescentes lo cual, para algunos autores, representa un error (Welk, 1999).

Investigadores como Smith y Biddle (1999) y Hagger, Chatzisarantis y Biddle (2001) coinciden en señalar las teorías y modelos sociocognitivos como los más relevantes a la hora de explicar las conductas relacionadas con la salud y la actividad física. Los más difundidos son el modelo de Creencia de Salud de Maiman y Becker (1974), el modelo de la Teoría de la Conducta Planificada de Ajzen (1991), el modelo de Autoeficacia de Bandura (1986), el modelo Transteórico de Prochaska y DiClemente (1982), el de Participación en Actividad Física de Sonstroem (1988) o el Modelo de Conducta de Ejercicio, de Noland y Feldman (1984). Paralelamente a estos modelos generales, otros autores han planteado teorías que tratan de explicar el fenómeno de socialización de la práctica deportiva (Lewko & Greendorfer, 1988), estudiando la influencia que ejerce la familia, los pares y la escuela en el ámbito del deporte. En particular, varias investigaciones concluyeron que los niños y los adolescentes son más propensos a ser físicamente activos cuando sus padres y sus amigos participan en actividades físico-deportivas de forma regular (Piéron, 2002), les impulsan a practicar (Biddle & Goudas, 1996) o incluso cuando practican deporte con ellos (Shroopshire & Carroll, 1997).

Un análisis efectuado de la literatura publicada entre 1970 y 1998 realizado por Sallis, Prochaska y Taylor (2000), constatan una asociación significativa entre actividad física, el apoyo de los padres y/o de otras personas representativas para el sujeto, como sus hermanos y hermanas. Otro estudio de revisión efectuado sobre publicaciones más recientes (1998-2005) realizado por Van Der Horst et al. (2007) sirvió para poner de relieve también las influencias de la familia y los amigos en la práctica deportiva. Trabajos recientes como el de Romero, Garrido y Zagalaz (2009), han recalado también que el hecho de llevar a un niño al club deportivo, de hacerlo socio y apoyarlo son factores que propiciarán la práctica de actividades físico-deportivas.

Esta aproximación considera que para que los jóvenes deportistas mantengan o aumenten su motivación hacia la práctica deportiva debería llegar a conocerse cuáles son los motivos que les llevan a practicar deporte, en nuestro caso piragüismo. Precisamente el interés por conocer los motivos que llevan a los jóvenes a practicar deporte ha preocupado a gran número de autores que han diseñado investigaciones para identificarlos. Sin embargo, en la literatura no hemos encontrado estudios sobre piragüismo.

Por otro lado, las investigaciones más recientes exponen que los jóvenes deportistas se acercan más al deporte por motivos intrínsecos que extrínsecos (Villamarín, Mauri & Sanz, 1998), así como la existencia de una clara relación entre la motivación y el rendimiento (García & Llames, 1992).

Gill, Gross y Huddleton (1983), Gould, Feltz y Weiss (1985), Balaguer y Atienza (1994), González, Tabernero y Márquez (2000) y García (2006) destacan que los motivos son bastante similares para practicar diferentes deportes, así los más destacados y comunes serían: «mejorar el nivel», «estar físicamente bien», «divertirme», «hacer ejercicio», «mantenerse en forma», «aprender nuevos movimientos o habilidades», y «hacer nuevos amigos». Otros motivos valorados como menos importantes fueron: «satisfacer a padres o amigos», «ser importante y popular» y «sentirse importante» (Balaguer & Atienza, 1994; Villamarín et al., 1998), «ser famoso», «sentirse importante», «aceptar desafíos» y «eliminar tensión» (López & Márquez, 2001).

En cuanto a las investigaciones que tienen como base teórica el clima motivacional tarea-ego (Roberts, 2001), destacar que, en general, los motivos que llevan a los niños a practicar deporte están orientados más hacia «la tarea» (se potencia el esfuerzo y destaca el dominio de la tarea y la mejora personal) y no a los resultados. Los niños practican por aprender, por divertirse, por estar en forma, por hacer nuevos amigos, por mejorar; mientras que los motivos orientados al ego se fomenta la comparación social y enfatiza la habilidad normativa tales como: los resultados, ganar, ser importante o popular, hacer aquello en lo que destacan. Por otro lado, las recompensas quedan en un lugar más

secundario, sobre todo en las niñas (Klint & Weiss, 1987; Lázaro, Villamarín & Limonero, 1996). Es decir, los resultados de estos estudios dejan claro que los jóvenes se acercan más al deporte por motivos intrínsecos que extrínsecos. Por ello los entrenadores de equipos de iniciación deportiva, para satisfacer las demandas de los jóvenes, habrán de hacer hincapié en el desarrollo y mejora de habilidades básicas y específicas, así como en la diversión, dentro de sus programas de iniciación y entrenamiento.

Debe ser competencia de todos aumentar los niveles e intensidad de la práctica de la actividad física de nuestros jóvenes en particular y de la población en general. Para ello debemos capacitar y formar a todos aquellos que tienen alguna responsabilidad directa con la población diana para así aumentar los índices de adherencia a la actividad física y al deporte; para ello sólo deben poseer el dominio técnico-táctico de la actividad concreta, sino también la capacidad para motivar a las personas y ayudarlas a descubrir y dirigir adecuadamente su motivación. Por tanto, el éxito profesional requiere poseer de conocimientos y una comprensión profunda de los factores motivacionales que dirigen la conducta y por otro de poseer los procedimientos y estrategias para crear un clima adecuado y positivo para aumentar la efectividad en el propio individuo y en los grupos.

El objetivo de este estudio ha sido, por un lado, construir un cuestionario para investigar los motivos que son más significativos para que los alumnos/as de 4º, 5º y 6º de primaria y 1º, 2º, 3º y 4º de la ESO se involucren en la práctica del piragüismo como deporte extraescolar, es decir, examinar a nivel descriptivo las razones que determinan o podrían determinar la elección del piragüismo como actividad deportiva principal. Por otro lado, se midió el nivel motivacional para la realización de la práctica deportiva en general. Además, se estudió si existían diferencias entre géneros.

2. Método

2.1. Muestra

La muestra estuvo compuesta por 254 escolares, aunque realizada la depuración «mising» la muestra resultante fue de 239 sujetos (118 hombres y 121 mujeres) pertenecientes a los colegios públicos de Catoira, Pontecesures y Pontedeume (Galicia) con edades comprendidas entre los 9 y los 17 años (media de edad: 12.33 ± 1.76 años). Todos los alumnos/as habían participado en algún programa de promoción-iniciación del piragüismo a través de sesiones programadas en sus centros educativos.

2.2. Instrumento

Uno de los cuestionarios utilizados en esta investigación está basado en la versión en castellano del «Participation Motivation Inventory» (Gill et al., 1983) presentada por González, Tabernero y Márquez (2000) al cual le añadimos ítems relacionados con características propias de los deportes náuticos: «me gusta relacionarme con la naturaleza», «me gusta la flora, fauna y paisaje del río»; y otros ítems relacionados con el atractivo físico: «me gusta tener un cuerpo atractivo y esbelto», «me gusta tener un cuerpo atlético con tono muscular»; e ítems relacionados con la influencia del profesor: «me lo sugiera mi profesor/a de Educación Física». En este cuestionario los sujetos han de valorar la importancia de una serie de motivos por los cuáles practican o practicarían piragüismo. Para cada uno de los 39 ítems los sujetos responden si están «totalmente en desacuerdo», «en desacuerdo», «ni de acuerdo ni en desacuerdo», «de acuerdo» y «totalmente de acuerdo».

El otro instrumento utilizado fue el Cuestionario de Regulación de la Conducta en el Ejercicio Físico-2 (BREQ-2), versión traducida al español (Moreno, Cervelló & Martínez, 2007) del instrumento denominado Behavioral Regulation in Exercise Questionnaire-2 (BREQ-2) (Markland & Tobin, 2004). Dicho cuestionario está compuesto por un total de 19 ítems, contemplando cinco factores que representan diferentes tipos de motivación. Desde el grado mayor de determinación, los tipos de motivación quedan ordenados del siguiente modo: regulación

Tabla I: Porcentajes de deportistas federados por deportes.

	Frecuencia	%
Fútbol	60	25.1
Piragüismo	22	9.2
Baloncesto	21	8.8
Artes marciales	10	4.2
Tennis	8	3.3
Natación	6	2.5
Gimnasia	3	1.3
Tiro olímpico	1	.4
Baile	1	.4

intrínseca (cuatro ítems; ej. «yo practico ejercicio físico o deporte porque creo que es divertido»); regulación identificada (cuatro ítems; ej. «yo practico ejercicio físico o deporte porque valoro los beneficios que tiene»); regulación introyectiva (cuatro ítems; ej. «yo practico ejercicio físico o deporte porque me siento culpable cuando no lo practico»); regulación externa (tres ítems; ej. «yo practico ejercicio físico o deporte porque los demás me dicen que debo hacerlo») y desmotivación (cuatro ítems; ej. «no veo por qué tengo que practicar ejercicio físico o deporte»); todos los ítems se responden a través de una escala tipo Likert cuyo rango va desde el valor 0 (nada verdadero) a 4 (totalmente verdadero).

2.3. Procedimiento de recogida de datos

La recogida de datos se realizó mediante un cuestionario anónimo que se autocumplimentaba en clase de educación física durante un período aproximado de una hora, durante la cual el profesor/a de educación física estaba presente.

2.4. Análisis estadístico

Con los datos obtenidos de las encuestas se realizó un análisis factorial exploratorio, utilizando para la extracción el método de Componentes Principales y una rotación Varimax. Como resultado se extrajeron siete factores que explicaban conjuntamente un 64.02% de la varianza total de los datos. Además la consistencia de la escala en su conjunto fue muy elevado (Alfa Cronbach=.956).

3. Resultados

De los 239 sujetos de la muestra, 132 (55.2%) practicaban algún deporte federado (seis de los cuales practican dos deportes federados simultáneamente) y 107 (44.8%) no practicaban deporte federado.

El 76.5% de los chicos encuestados practicaban algún tipo de actividad física y deporte, mientras que en las mujeres el porcentaje baja al 36.5%. En base a esto, se encuentran diferencias significativas en la práctica deportiva en función del género.

Al analizar los datos por deportes (tabla I) se halló que sin duda el fútbol es el deporte con mayor arraigo social entre los estudiantes (25.1%), seguido del piragüismo (9.2%) y baloncesto (8.8%).

En relación a los resultados del BREQ-2 no se encontraron diferencias de género, es decir, los alumnos y alumnas presentaban el mismo nivel de motivación (tabla II).

Tabla II: Motivación en función del género.

	GÉNERO	Media ± Desviación típica
INTRÍNSECA	Hombre	4.17 ± .84
	Mujer	3.94 ± 1.00
IDENTIFICADA	Hombre	3.40 ± .84
	Mujer	3.29 ± .83
INTROYECTADA	Hombre	1.91 ± 1.35
	Mujer	1.76 ± .86
EXTERNA	Hombre	1.75 ± .94
	Mujer	1.55 ± .71
DESMOTIVACIÓN	Hombre	1.52 ± .68
	Mujer	1.38 ± .58

Tabla III: Valores en la motivación en función del deporte practicado.

	FÚTBOL	BALONCESTO	PIRAGÜISMO
INTRÍNSECA	4.38	4.52	4.16
IDENTIFICADA	3.46	3.86	3.40
INTROYECTADA	1.96	1.71	1.94
EXTERNA	1.64	1.39	1.95
DESMOTIVACIÓN	1.48	1.39	1.43

Tabla IV: Motivos para la práctica deportiva

	Practica piragüismo	No practica piragüismo
1. Me gusta estar sano/a	4.65	4.19
2. Quiero estar en forma	4.65	4.23
3. Me gusta divertirme	4.52	4.56
4. Quiero aprender nuevas técnicas/modalidades deportivas	4.30	4.03
5. Me gusta competir	4.30	3.57
6. Me gusta pertenecer a un equipo (Club)	4.30	3.74
7. Me gusta hacer nuevos amigos/as	4.61	4.35
8. Me gusta hacer ejercicio físico	4.52	4.16
9. Porque quiero mejorar las habilidades físicas que poseo	4.30	3.98
10. Me gusta el trabajo de equipo	4.39	4.12
11. Quiero conseguir un alto nivel de destreza física	4.26	3.80
12. Quiero estar con mis amigos/as	4.48	4.18
13. Me gusta hacer algo en lo que soy bueno/a	4.04	4.05
14. Me gusta salir de casa	4.26	3.99
15. Me gusta la emoción/acción	4.13	4.10
16. Me gusta tener un cuerpo atlético con "tono muscular"	3.96	3.38
17. Me gusta la flora, fauna y paisaje del río	3.74	3.87
18. Me gusta tener algo que hacer	4.00	3.96
19. Me gustan los premios/trofeos	4.09	3.80
20. Mis padres quieren que participe	3.65	3.12
21. Me gusta el espíritu de equipo	4.22	3.86
22. Por tener un cuerpo "10"	4.04	3.37
23. Me gusta viajar	4.26	3.98
24. Me gusta usar el material y las instalaciones	3.65	3.50
25. Porque me gusta comprometerme en actividades que físicamente suponen un desafío	4.09	3.78
26. Me gusta entrenar con entrenadores/as	4.04	3.63
27. Quiero gastar energía	3.57	3.19
28. Me gusta hacer aquello en lo cual destaco	3.87	3.71
29. Mis amigos/as quieren que participe	3.04	2.93
30. Me gustan los deportes náuticos	4.22	3.48
31. Por satisfacer a mis padres	3.04	2.30
32. Por satisfacer a mis amigos/as	2.78	2.29
33. Creo que puedo relacionarme con otros/as chicos/as (ligar)	3.09	3.17
34. Quiero ser importante y popular	3.17	2.71
35. Quiero relajarme	3.57	3.71
36. Me gusta relacionarme con la naturaleza	3.91	3.88
37. Disfrutar del medio ambiente	3.91	3.91
38. Me gusta tener un cuerpo atractivo y esbelto	3.87	3.63
39. Me gusta ganar	4.17	3.63
40. Me lo sugiera mi profesor/a de Educación Física	2.61	2.78

Al comparar los datos en función de si el sujeto practicaba deporte federado o no, se encontraron diferencias significativas en cuanto a la motivación intrínseca ($t=5.31, p<.001$) y la regulación identificada ($t=3.97, p<.001$).

Al dividir la muestra por franjas de edad en función de si los sujetos eran alumnos/as de primaria ($N=136$), entre los 8 y 12 años, o de secundaria ($N=102$), entre los 13 y 17 años, se hallaron diferencias significativas para la motivación intrínseca ($t=3.63, p<.001$), la regulación identificada ($t=2.29, p<0.05$) y la desmotivación ($t=-2.056, p<.001$); encontrándose que los alumnos/as de primaria presentan una motivación más alta para la práctica deportiva que los de secundaria.

Los sujetos presentan unos niveles de motivación altos en los tres deportes más practicados (fútbol, baloncesto y piragüismo) no encontrándose diferencias significativas entre ellos (tabla III).

Al analizar los motivos para la práctica del piragüismo (tabla IV) se encontraron diferencias estadísticamente significativas ($p<.05$) entre los practicantes de piragüismo y el resto de alumnos para los ítems 1 («me gusta estar sano/a»), 2 («quiero estar en forma»), 5 («me gusta competir»), 6 («me gusta pertenecer a un equipo/club»), 8 («me gusta hacer ejercicio físico»), 16 («me gusta tener un cuerpo atlético con tono muscular»), 22 («por tener un cuerpo 10»), 30 («me gustan los deportes náuticos») y 39 («me gusta ganar»).

En todos los casos las medias más altas corresponden a los escolares que practican piragüismo.

Destacar finalmente la poca influencia que el profesor/a de educación física tiene en principio en la elección del deporte a practicar.

4. Discusión

El porcentaje de participación de los estudiantes en el deporte federado se sitúa alrededor del 55%. Este porcentaje es mayor que el encontrado en otros estudios (Arruza & Arribas, 2001; Castillo & Giménez, 2011).

La captación debe realizarse en la edad anterior a la pubertad/adolescencia (menos de 12 años), ya que tal y como podemos comprobar la motivación para la realización de actividad física o deportiva baja conforme aumenta la edad. La incorporación a los clubes deportivos de su entorno es fundamental puesto que influye en una mayor práctica deportiva y de ejercicio físico intenso, tanto en el grupo de los chicos

como en el de las chicas (Sallis et al. 1992; Zakarian et al. 1994; Castillo y Balaguer, 2001).

Es de destacar la escasa participación de las mujeres en la práctica física deportiva ya que sólo una de cada tres realiza actividad física o deporte, cifra que baja en la adolescencia. Estos datos son similares a los encontrados en otros estudios que han utilizado instrumentos de medición tan variados como encuestas (Craig, Goldberg & Dietz, 1996; Castillo & Balaguer, 2001; Nuviola & Nuviola, 2003) y la frecuencia cardíaca (Armstrong, Balding, Gentle & Kirby, 1990).

En muchas culturas occidentales, el deporte y la actividad física son considerados como parte del ámbito masculino y ser atleta, a menudo, como un papel masculino más que femenino (McPherson, Curtis & Loy, 1989). Esto provoca que durante la niñez y la adolescencia los sujetos estén influenciados por distintos factores y agentes culturales destinados a la socialización a la actividad física y al deporte. Este proceso es mayor en los varones. De hecho, Greendorfer y Lewko (1978) encontraron que en los muchachos el estímulo y la recompensa de estos agentes socializantes ejerce una influencia más fuerte que en las chicas.

Al analizar los deportes más practicados, se encontró que un 25% de los encuestados juega al fútbol, alrededor de un 9% piragüismo y baloncesto, seguido por deportes como artes marciales, tenis, natación, gimnasia, tiro olímpico o baile.

Cabe destacar la ausencia de la natación y el ciclismo, deportes que se situaban entre los más destacados en otros estudios (Parera & Solanellas, 1998; García, 2006); así como la presencia del piragüismo, deporte que no había sido recogido en ningún estudio nacional anterior, si bien es cierto que en los lugares donde están los centros escolares hay clubes de piragüismo con actividad nacional.

En base a esto, encontramos que la instauración de las unidades didácticas en los centros educativos es fundamental para la captación temprana de los alumnos/as y su incorporación posterior a los clubes de piragüismo.

Al analizar la motivación intrínseca, identificada, introyectada, externa y la desmotivación de los participantes, se encontró que no había diferencias de género, aunque los valores de los varones fueron en todos los casos ligeramente superiores. Estos datos son contrarios a los encontrados en estudios previos en los que se encontraba que los varones se caracterizaban por una mayor motivación extrínseca y una menor motivación intrínseca (Ferrer-Caja & Weiss, 2000; Gómez, Ruiz, García, 2009).

Al analizar estos datos por edades, se encontró que los alumnos/as de Primaria presentaban una motivación más alta para la práctica deportiva que los de Secundaria. Esto corrobora estudios de Nuviola y Nuviola (2003) en la misma línea, constataron una diferencia de un 18% entre los practicantes de Primaria y de Secundaria en la provincia de Huelva.

También se encontró aquellos sujetos que practican deporte presentaban unos niveles de autorregulación intrínseca e identificada mayores que los que no practican. Wang y Biddle (2001) encontraron que una alta competencia percibida por parte del sujeto se relaciona con una motivación intrínseca. Así mismo, se ha encontrado una relación entre la orientación a la tarea, el esfuerzo, una creencia de habilidad incremental y la motivación intrínseca (Li, Lee & Solmon, 2006). Así pues, los sujetos que al practicar deporte se divertían o consideraban que el deporte es importante para su vida (salud, relaciones sociales), mostraban más interés, emociones positivas, estados psicológicos óptimos (flow), concentración, esfuerzo, rendimiento y, ante todo, intenciones de seguir practicando; mientras que la motivación menos autodeterminada puede provocar aburrimiento (Ntoumanis, 2001), infelicidad (Standage, Duda y Ntoumanis, 2005) y abandono deportivo (Sarrazin et al., 2002).

Por otra parte, no se encontró diferencias en los valores de motivación en función del deporte practicado (fútbol, baloncesto o piragüismo).

Son cuantiosos los estudios que asignan una importancia vital a las motivaciones en la participación de los jóvenes en el deporte (Gómez,

Ruiz & García, 2009). En este ámbito deportivo, la motivación hace referencia a la forma de interactuar de las variables sociales, ambientales e individuales, determinando la elección de una u otra actividad deportiva, la intensidad en la práctica de dicha actividad, la persistencia en la tarea y el rendimiento (Balaguer, 1994). Según Roberts (1992), se trata de un proceso individual bastante complejo en el que inciden diversas variables que interactúan entre sí.

Las motivaciones para la práctica del piragüismo son distintas a otros deportes, siendo las más destacadas las relacionadas con «estar en forma», «tener un cuerpo esbelto» y por supuesto que les gusten los deportes náuticos.

Carratalá y García (1999) obtienen como resultados de su estudio desarrollado con adolescentes deportistas y no deportistas, que los motivos que inducen a practicar actividades físico-deportivas son el mantenimiento y la mejora de la condición física y de su salud y el mejorar su imagen social, tanto de la estética corporal como el reconocimiento social. Este motivo de mejora de la salud, también resalta entre los resultados encontrados por Castillo y Balaguer (2001) junto a motivos relacionados con la afiliación, como la diversión y el crear nuevos lazos de amistad o ver a sus amistades.

Por su parte, Fraile & De Diego (2006) encontraron en estudio realizado con niños y adolescentes a nivel internacional que la mejora de la salud es el motivo más valorado, mientras que otros como el ganar tenían poca aceptación. Esta misma tendencia se encuentra en nuestro estudio. No obstante, encontramos grandes diferencias en los valores arrojados entre ambos estudios en el ítem «me gusta competir», ya que mientras que en el estudio realizado a nivel internacional se encontraba que los escolares le daban una escasa importancia, en nuestro estudio registró altos valores. Esto se puede deber al hecho de que el primer estudio fue realizado en participantes de deporte escolar, mientras que en la presente investigación eran piragüistas federados. De hecho, aquellos sujetos que no eran piragüistas obtienen valores muy inferiores.

En España, los tres motivos más aludidos por la población en general, para hacer práctica deportiva son por hacer ejercicio físico, por la diversión que produce y por gustarle el deporte (García, 2006). Los dos primeros motivos también se sitúan entre los más citados por los piragüistas que conforman este estudio.

La diversión y la mejora de las relaciones sociales, especialmente las amistades, son dos de los principales motivos que destacan Trigo (1990) y Pallarés (1998) en sus estudios con adolescentes a la hora de practicar actividades físico-deportivas, datos que concuerdan con los encontrados en este estudio. Otro de los motivos con gran importancia, es el gusto por practicar una determinada modalidad deportiva y el conseguir el dominio de esta (Armenta, Prieto & Morilla, 1993), ítem altamente puntuado por los piragüistas.

Cruz (1997) a partir del análisis de diversos estudios extrae como conclusiones que la mayoría de los adolescentes no tienen un único motivo para practicar actividades físico-deportivas, algo que se ha comprobado en la actual investigación.

5. Conclusiones

Un alto porcentaje de alumnos practican deporte federado, siendo la mayoría de ellos hombres. Los deportes más practicados son el fútbol, el baloncesto y el piragüismo, encontrándose que la instauración de las unidades didácticas en los centros educativos es fundamental para la captación temprana de los alumnos/as y su incorporación posterior a los clubes de piragüismo.

Se encontró que los alumnos que practican deporte presentan valores más altos en la motivación intrínseca y la regulación identificada que los que no practican actividad física en su tiempo libre. También se halló que los alumnos de primaria presentan una mayor motivación que los de secundaria.

Además señalar que la mayoría de los adolescentes no tienen un único motivo para practicar actividades físico-deportivas, existiendo diferencias entre los practicantes de piragüismo y el resto de alumnos,

puesto que los primeros dan más valor a aspectos como «estar en forma» y «tener un cuerpo esbelto y musculado».

6. Referencias

- Ajzen, I. (1991). The Theory of Planned Behavior. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 50, 179-211.
- American College of Sports Medicine (2000). *ACSM's guidelines for exercise testing and prescription* (6ª ed.). Filadelfia, PA: Lippincott Williams & Wilkins.
- Armenta, F., Prieto, I., & Morilla, M. (2003). Motivos que llevan a los jóvenes a la práctica deportiva y causas del abandono prematuro. En *Actas del I Congreso Mundial de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte* (pp. 1-5) [CD ROM]. Granada: Universidad de Granada.
- Armstrong, N., Balding, J., Gentle, P., & Kirby, B. (1990). Patterns of physical activity among 11 to 16 years old British children. *British Medical Journal*, 301, 203-205.
- Arzuza, J., & Arribas, S. (2001). *Estudio sobre los hábitos deportivos de la población de Gipuzkoa*. Gipuzkoako Foru Aldundia. Kirolarte.
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Balaguer, I. (1994). *Entrenamiento psicológico del deporte*. Valencia: Albatros.
- Balaguer, I., & Atienza, F. (1994). Principales motivos de los jóvenes para jugar al tenis. *Apunts de Educació Física y Deportiva*, 31, 285-299.
- Biddle, S., & Goudas, M. (1996). Analysis of children's physical activity and its association with adult encouragement and social cognitive variables. *Journal of School Health*, 66, 75-78.
- Blasco, T. (1994). *Actividad física y salud*. Martínez Roca.
- Brustad, R. (1996). Attraction to Physical Activity in Urban Schoolchildren: Parental Socialization and Gender Influences. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 67(3), 316-323.
- Carratalá Deval, V., & García Ferriol, A. (1999). Diferencias en las motivaciones y actividades de ocio y tiempo libre entre adolescentes deportistas y no deportistas. *Motricidad*, 5, 111-132.
- Castillo, I., & Balaguer, I. (1998). Patrones de actividades físicas en niños y adolescentes. *Apunts. Educación Física y Deportes* 54, 22-29.
- Castillo, I., & Balaguer, I. (2001). Dimensiones de los motivos de práctica deportiva de los adolescentes valencianos escolarizados. *Apunts, Educación Física y Deportes*, 63, 22-29.
- Castillo, I., Balaguer I., & Tomás I. (1997). Predictores de la práctica de actividades físicas en niños y adolescentes. *Anales de psicología* 13(2), 189-200.
- Castillo, E., & Giménez, F. J. (2011). Hábitos de práctica de actividad física del alumnado de la Universidad de Huelva. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el deporte*. 10(41), 127-144
- Chillón, P. (2005). *Efectos de un programa de intervención de educación física para la salud en adolescentes de 3º ESO*. Tesis doctoral. Universidad de Granada.
- Craig, S., Goldberg, J., & Dietz, W.H. (1996). Psychosocial correlates of physical activity among fifth and eighth graders. *Preventive Medicine*, 25, 506-513.
- Cruz, J. (1997). *Psicología del deporte*. Madrid: Síntesis.
- Ferrer-Caja, E., & Weiss, M. R. (2000). Predictors of intrinsic motivation among adolescent students in physical education. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 71, 267-279.
- Fraile, A., & De Diego, R. (2006). Motivaciones de los escolares europeos para la práctica del deporte escolar. Un estudio realizado en España, Italia, Francia y Portugal. *Revista Internacional de Sociología*, 44, 85-109.
- García Barrero, J., & Llamas Lavandera, R. (1992). La motivación deportiva, principios generales y aplicaciones. *El Entrenador Español de Fútbol*, 52, 43-46.
- García Ferrando, M. (2006). Veinticinco años de análisis del comportamiento deportivo de la población española (1980-2005). *Revista Internacional de Sociología (RIS)*, 64(44), 15-38.
- Gill, D., Gross, J., & Huddleton, S. (1983). Participation motivation in youth sports. *International Journal of Sports Psychology*, 1, 1-14.
- Gómez, M., Ruiz, F., & García, M. E. (2009). Motivaciones de los adultos en la práctica física de tiempo libre. En F. Ruiz, M.E. García & M. Piéron, *Actividad física y estilos de vida saludables: análisis de los determinantes de la práctica en adultos*. Almería: Wanceulen Editorial Deportiva.
- González, G. Tabernero, B., & Márquez, S. (2000). Análisis de los motivos para participar en fútbol y en tenis en la iniciación deportiva. *Revista Motricidad*, 6, 47-66.
- Gould, D., Feltz, D., & Weiss, M. (1985). Motives for participating in competitive swimming. *International Journal of Sports Psychology*, 16, 126-140.
- Greendorfer, S. L., & Lewko, J. H. (1978). Role of Family Members in Sport Socialization of Children. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 49(2), 146-152.
- Hagger, M., Chatzisarantis, N., & Biddle, S. (2001). The influence of self-efficacy and past behaviour on the physical activity intentions of young people. *Journal of Sports Sciences*, 19(9), 711-725.
- Klint, K., & Weiss M. (1987). Perceived competence and motives for participating in youth sport: A test of Harter's competence motivation theory. *Journal of Sport Psychology*, 9, 55-65.
- Lazaro, I., Villamarin, F., & Limonero, J. (1996). Motivación para participar y auto-eficacia en jóvenes jugadores de baloncesto. En Pérez, E. y Caracuel, J.C. (edit.), *Actas del IV Congreso Nacional y del IV Congreso Andaluz de Psicología del Deporte* (pp.207-215). Instituto Andaluz del Deporte/Junta de Andalucía: Málaga.
- Lewko, J., & Greendorfer, S. (1988). Family influences in sport socialization of children and adolescents. En: *Children in sport* (pp 287-300). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Li, W., Lee, A. M., & Solmon, M. A. (2006). Gender differences in beliefs about the influence of ability and effort in sport and physical activity. *Sex Roles*, 54, 147-156.
- López, C., & Márquez, S. (2001). Motivación en jóvenes practicantes de lucha leonesa. *Revista de Psicología del Deporte*, 10(1), 9-22.
- Maiman, L. A., & Becker, M. H. (1974). The Health Belief Model: Origins and correlates in psychological theory. En: MH Becker, (de.): *The Health Belief Model and personal health behavior*. Thorofare, NJ.: Charles B. Slack.
- Markland, D., y Tobin, V. (2004). A modification to Behavioural Regulation in Exercise Questionnaire to include an assessment of amotivation. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 26, 191-196.
- McPherson, B. D., Curtis, J. E., & Loy, J. W. (1989). *The social significance of sport. An introduction to the sociology of sport*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Moreno, Y. (1997). *Propiedades psicométricas del Perfil de Autopercepción Física (PSPF)*. Tesis de Licenciatura. Facultad de Psicología. Universitat de València.
- Moreno, J. A., Cervelló, E., & Martínez, A. (2007). Measuring self-determination motivation in a physical fitness setting; validation of the Behavioral Regulation in Exercise Questionnaire-2 (BREQ-2) in Spanish sample. *The Journal of Sport Medicine and Physical Fitness*, 47(3), 366-378.
- Noland, M. P., & Feldman, R. H. (1984). Factors related to the leisure exercise behaviour of returning women college students. *Health Education*, 15(2), 32-36.
- Ntoumanis, N. (2001). A self-determination approach to the understanding of motivation in physical education. *British Journal of Educational Psychology*, 71, 225-242.
- Nuviala, A., & Nuviala, R. (2003). La actividad física extraescolar entre los alumnos de 10 a 16 años que viven en la provincia de Huelva. En Ruiz Juan, F. y González del Hoyo, E. *Actas del V Congreso Internacional de FEAEDEF*. (381-386). Valladolid: AVAPEF.

- Pallarés, J. (1998). Los agentes psicosociales como moduladores de la motivación en deportistas jóvenes orientados al rendimiento: un modelo causal. *Revista de Psicología del Deporte*, 7(2), 275-281.
- Parcel, G., Simons-Morton, B., O'Hara, N., Baranowski, T., Kolbe, L., & Bee, D. (1987). School promotion of healthful diet and exercise behavior: An integration of organizational change and social learning theory interventions. *Journal of School Health*, 57, 150-156.
- Parera, I., & Solanellas, F. (1998). Estudio descriptivo de los hábitos deportivos de los estudiantes de INEFC de Barcelona. En J. Martínez, *Deporte y calidad de vida*. Librerías deportivas Esteban Sanz, S. L.
- Piéron, M. (2002). *Estudi sobre els hàbits esportius dels escolars d'Andorra*. Govern d'Andorra, Ministeri d'Educació Joventut i Esports.
- Prochaska J. O. & DiClemente, C. (1982). Transtheoretical therapy: Toward a more integrative model of change. *Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 19(3), 276-287.
- Roberts, G. (1992). Motivation in sport and exercise: Conceptual constraints and convergence. In G. C. Roberts (Ed.), *Motivation in Sport and Exercise* (pp. 3-29). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Roberts, G. (2001). Underlying the dynamics of motivation in physical activity: The influence of achievement goals on motivational processes. En G. C. Roberts (Ed.), *Advances in motivation in sport and exercise* (1-50). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Romero, S. Garrido, M. E., & Zagalaz, M. L. (2009). The parents behavior in the sports. *Retos*, 15, 29-34.
- Sallis, J., Simons-Morton, B., Stone, E., Corbin, C., Epstein, L. H., Faucette, N., Iannotti, R., Killen, J. D., Klesges, R., Petray, C. K., Rowland, T. W., & Taylor, W. (1992). Determinants of physical activity and interventions in youth. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 24, 248-257.
- Sallis, J., Prochaska, J., & Taylor, W. (2000). A review of correlates of physical activity of children and adolescent. *Medicine and Science in Sport and Exercise*. 32(5), 963-975.
- Sarrazin, P., Vallerand, R., Guillet, E., Pelletier, L., & Cury, F. (2002). Motivation and dropout in female handballers: A 21-month prospective study. *European Journal of Social Psychology*, 32, 395-418.
- Shoopshire, J., & Carroll, B. (1997). Family variables and children's physical activity: Influence of parental exercise and socio-economic status. *Sport, Education and Society*, 2(1), 116.
- Smith, R., & Biddle, S. (1999). Attitudes and exercise adherence: Test of the theories of reasoned action and planned behaviour. *Journal of Sports Sciences*, 17(4), 269-281.
- Sonstroem, R. J. (1988). Psychological models. *Exercise Adherence: Its impact on Public Health* (pp.125-153). Champaign, IL: Human Kinetics Publishers.
- Standage, M.; Duda, J. L., & Ntoumanis, N. (2003). A model of contextual motivation in physical education: Using constructs from self-determination and achievement goal theories to predict physical activity intentions. *Journal of educational psychology*, 95(1), 97-110.
- Trigo, E. (1990). La actividad deportiva de los jóvenes estudiantes de enseñanzas medias de Galicia durante su tiempo libre. *Revista de investigación y documentación sobre las Ciencias de la Educación Física y del Deporte*, 15-16, 70-81.
- Van Der Horst, K., Paw, M., Twisk, J., & Van Mechelen, W. (2007). A Brief Review on Correlates of Physical Activity and Sedentariness in Youth. *Medicine & Science in Sports & Exercise*. 39, 1241-1250.
- Villamarin, F., Mauri, C., & Sanz, A. (1998). Competencia percibida y motivación durante la iniciación en la práctica del tenis. *Revista de Psicología del Deporte*, 13, 41-56.
- Wang, C. K. J., & Biddle, S. J. H. (2001). Young people's motivational profiles in physical activity: A cluster analysis. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 23, 1-22.
- Wuerth, S., Lee, M., & Alfermann, D. (2004). Parental involvement and athletes in youth sport. *Psychology of sport and Exercise*, 5, 21-33.
- Welk, G. (1999). The youth physical activity promotion model: A conceptual bridge between theory and practice. *Quest*, 5(1), 5-23.
- Wold, B. (1995). *Health behavior in school children: A WHO cross-national survey*. Resorce Package of Questions 1993-94, Norway: University of Bergen.
- Zakarian, J., Hovell, M., Hofstetter, C., Sallis, J., & Keating, K. (1994). Correlates of vigorous exercise in a predominantly low SES and minority high school population. *Preventive Medicine*, 23, 314-321.

