

# Hábitos deportivos y estilos de vida de los escolares de ESO en los municipios de la provincia de Almería

## Sporting habits and lifestyles of the schoolchildren of Secondary Obligatory Education in the municipalities of the province of Almería

\*Jorge Ruiz-Risueño Abad

\*Universidad de Murcia (España)

**Resumen:** Este estudio es una pequeña parte de un proyecto de investigación social bastante más amplio, que está siendo llevado a cabo por el Grupo de Investigación «Actividad Físico-Deportiva y Calidad de Vida» de la Universidad de Almería y que, entre otros objetivos, pretende acercarse a la realidad de la práctica físico-deportiva extraescolar del alumnado almeriense de Educación Secundaria Obligatoria (12-16 años) y su relación con la calidad y los estilos de vida. La importancia de este estudio consiste en el conocimiento adecuado de la realidad de los hábitos deportivos, las demandas y las necesidades del alumnado almeriense de Educación Secundaria Obligatoria, así como de sus estilos de vida (hábitos de salud, alimentación y consumo de tabaco, alcohol y otras sustancias), de cara a una mejor programación de las actividades deportivas de municipios y organismos dedicados a la gestión del deporte en estas edades dentro de los municipios de la provincia de Almería.

**Palabra clave:** Tiempo libre, jóvenes escolares, abandono, oferta y demanda, práctica deportiva.

**Abstract:** This study is a small part of a more wide enough social research project, that is being carried out by the Research Group « Physical-sports Activity and life's Quality » of the University of Almería and that, between other aims, tries to approach the reality of the extracurricular sports physical practice of the student body of Secondary Obligatory Education (12-16 years) in Almería and know the relationship with the life's quality and the lifestyles. The importance of this study consists of the suitable knowledge of the reality of the sporting habits, the demands (lawsuits) and the needs of the student body of Secondary Obligatory Education in Almería, and their life's style (health habits, diet and smoking, alcohol and other substances use), with a view to a better scheduling of sports activities of municipalities and agencies dedicated to the management of the sport of these ages inside the municipalities of the province of Almería.

**Key words:** Leisure time, school youth, leave, supply and demand, sports practice

### 1. Fundamentación

Existe en la población en general, y entre los jóvenes y escolares en particular, un creciente interés por la práctica de actividades físico-deportivas, y por llevar un estilo de vida saludable. Esto ha dado origen a numerosos estudios sobre hábitos deportivos (tanto de la población en general como de los jóvenes y escolares) y su relación con estilos de vida saludables.

Mendoza (1990: 13) define el estilo de vida como *el conjunto de patrones de conducta que caracterizan la manera general de vivir de un individuo o grupo*, y Tuero, Márquez y Paz (2000), citando a Wenzel (1983) y Nutbeam (1986) matizan que este conjunto de patrones son producto de la interacción y las condiciones de vida de ese individuo o grupo.

En nuestro país se han llevado a cabo numerosos estudios, que han analizado la práctica de actividad física en población escolar (Mendoza, 1996; Mendoza, Sagrera y Batista, 1994; Cantera, 1997; García Montes, 1997; Sánchez Bañuelos, 1996; Tercedor, 1998; Torre, 1998; Casimiro, 1999; Puig, Martínez y grupo Apunt, 1985; García Ferrando, 1993; Tercedor y Delgado, 2000).

De entre todos estos estudios algunos han llegado a analizar la práctica realizada junto a otras conductas que generalmente van asociadas al estilo de vida de los escolares (Mendoza, Sagrera y Batista, 1994; Encuesta Nacional de Salud de 1997, 1999; Tercedor, 1998; Casimiro, 1999).

Mendoza, Sagrera y Batista (1994), en su *Estudio español sobre las conductas de los escolares relacionadas con la salud*, realizado en 1990 en alumnos escolarizados entre 11 y 15 años, en el apartado dedicado al ejercicio físico recoge diversos aspectos de la actividad física no deportiva y de la propiamente deportiva de los alumnos, así como otros aspectos del ejercicio físico tales como la autovaloración deportiva,

los planes de futuro en este terreno, la disponibilidad de instalaciones deportivas e, incluso, la práctica deportiva de los padres y otras personas allegadas al alumno. En relación con el consumo de tabaco recoge información sobre la proporción de alumnos que ha experimentado con él, sobre el consumo actual (distinguiendo el consumo esporádico y el regular y el número de cigarrillos al día), así como de la edad de inicio del consumo diario y la asociación que existe entre el consumo parental y el consumo filial del tabaco. Sobre el alcohol el estudio recoge diversos aspectos sobre su consumo: inicio, consumo actual, frecuencia de embriaguez, consumo parental e interrelación entre el consumo de alcohol y otras conductas constitutivas de los estilos de vida. También recoge el estudio información acerca de la frecuencia semanal con la que los alumnos entrevistados realizan las comidas fundamentales, del consumo que presentan de determinados alimentos, de la valoración que realizan sobre su tipo de alimentación y sobre el carácter favorable o no para la salud que atribuyen al consumo diario de determinados productos. Todo ello en función de las diferencias sociodemográficas sexo, edad y curso, que establecen diferencias esenciales en cuanto a todos estos aspectos.

Los hallazgos más importantes de este estudio son que los escolares emplean un alto número de horas diarias a ver la tele y a realizar los deberes, en detrimento de la práctica de deporte fuera del horario escolar, agudizándose esta falta de ejercicio físico en las chicas. Existe un alto consumo de tabaco en los adolescentes escolarizados a partir de los 14 años, sin diferencias en función del sexo. Sólo uno de cada cinco escolares de estas edades no tomaba en 1990 ninguna bebida alcohólica.

La Encuesta Nacional de Salud de España que el Ministerio de Sanidad y Consumo ha llevado a cabo en el año 1997 en referencia a la población infantil (0 a 15 años de edad), arroja los siguientes resultados globales: en cuanto a la actividad física de los más pequeños, lo más frecuente es que realicen alguna actividad física ocasional (37%) o regular varias veces al mes (26%). No obstante hay un 21% que realiza entrenamiento físico varias veces a la semana. Desde 1993 la población infantil hace más ejercicio físico en su tiempo libre, disminuyen los porcentajes de niños que están inactivos y cada vez realizan más actividades deportivas, esta afirmación hay que matizarla en el sentido

que, como en casos anteriores, este indicador puede tener un componente estacional importante.

A nivel internacional también se encuentran numerosos estudios sobre este tema: Shephard, 1995, 1996; Bouchard et al, 1990, 1994; Pieron et al., 1996, 1997; Bodson et al., 1991; Sallis, 1991; Sallis et al., 1993).

Piéron et al. (1997), presentan los resultados de un estudio sobre el estilo de vida de grupos de jóvenes llevado a cabo en nueve países europeos, entre ellos España. En el justifican la necesidad de la investigación comparativa debido al cada vez mayor grado de internacionalización en el mundo (servicios de comunicaciones rápidos y desarrollo espectacular de los medios de telecomunicación). En este estudio encuentran que el índice de actividad física tiene una tendencia sistemática a disminuir entre los 12 y los 15 años, tanto en mujeres como en varones, aunque siempre el de los varones es mayor. En cuanto a la frecuencia de participación, la situación es bastante similar en los dos sexos, la proporción de jóvenes inactivos es más alta a los 15 que a los 12 años.

En la presente investigación pretendemos conocer, analizar socialmente y explicar las tendencias en los comportamientos, demandas, motivaciones, oferta y práctica real de actividades físico-deportivas del alumnado almeriense de Enseñanza Secundaria Obligatoria (población escolar entre 12 y 16 años) y sus posibles variaciones en función del sexo como característica individual, en función de la intensidad de la práctica, en función de diferentes periodos de tiempo y en función de la actitud de los padres respecto a su práctica. Además nos permitirá conocer los hábitos de los jóvenes en relación con el consumo de tabaco, alcohol, alimentación... y establecer perfiles de los practicantes y los demandantes de actividades en función de estos hábitos.

## 2. Objetivos

Los objetivos que rigen el presente estudio son, de una forma general, los siguientes:

Ø Conocer el tiempo libre y de ocio del que disponen los estudiantes almerienses de Enseñanza Secundaria Obligatoria y a qué tipo de actividades lo dedican.

Ø Constatar la tasa real de práctica físico-deportiva extraescolar (en su tiempo libre y de ocio) diferenciando por: modalidades físico-deportivas practicadas, intensidad con que se practican, periodos de tiempo en que las realizan, formas de realización y espacios e instalaciones utilizadas.

Ø Conocer los espacios e instalaciones dónde llevan a cabo la práctica deportiva, los horarios de práctica, la calidad de los equipamientos, y la adecuación de la oferta a las necesidades de la población.

Ø Conocer las motivaciones que les inducen a realizar práctica físico-deportiva en la actualidad, a haberla interrumpido, a abandonarla totalmente o no haberla realizado nunca.

Ø Analizar las preferencias de realización de los distintos tipos de actividades físico-deportivas y las condiciones en que les gustaría realizarlas: frecuencia de práctica, periodo de tiempo, formas de realización y espacios a utilizar.

Ø Valorar la educación física impartida como asignatura obligatoria en el colegio e instituto y la influencia que ésta tiene en la práctica de actividades físico-deportivas en el tiempo libre.

Ø Estimar la influencia que tiene la actitud de los padres y madres con respecto a la práctica de actividades físico-deportivas realizada fuera del horario docente.

Ø Conocer la realidad de sus estilos de vida (hábitos de salud, alimentación y consumo de tabaco, alcohol y otras sustancias).

Ø Establecer perfiles diferenciadores en función de la edad, sexo, nivel de estudios, expediente académico y estratos de municipios en función de la densidad de población de estos, en relación con el tiempo libre disponible, la práctica de actividad físico-deportiva, las motivaciones y la demanda de actividades físico-deportivas.

## 3. Metodología: diseño y procedimiento

El método seguido viene a corresponderse y está dentro de una metodología cuantitativa, pues nuestro interés se ha centrado en el estudio de una población completa, como ha sido la población almeriense que durante el curso escolar 2001/2002 cursaban alguno de los cuatro cursos de la Educación Secundaria Obligatoria.

Nuestra intención ha sido conocer la realidad de los hábitos deportivos, las demandas y las necesidades del alumnado almeriense de Educación Secundaria Obligatoria, así como de sus estilos de vida (hábitos de salud, alimentación y consumo de tabaco, alcohol y otras sustancias).

Para ello, tanto el presente diseño de investigación, como la confección del instrumento de recogida de información se planificaron durante el segundo semestre del año 2001 y el primer trimestre del 2002, siendo a final del curso señalado (abril y mayo de 2002) cuando realizamos la recogida de datos.

Durante los meses de junio a agosto se procedió al control de cuestionarios y verificación y tabulación de los datos obtenidos.

Septiembre y Octubre se ocupó con la grabación de los datos en soporte informático. A partir de aquí comenzará el análisis de los datos.

### 3.1. Cobertura de la investigación

#### 3.1.1. Población

La población objeto de estudio en esta investigación está constituida por el total del alumnado de Educación Secundaria Obligatoria (12-16 años) de la provincia de Almería durante el curso escolar 2001-2002. Estos datos han sido facilitados por la Delegación Provincial de Educación y Ciencia en el mes de marzo de 2002. A partir de esos datos hemos procedido a fijar la muestra.

#### 3.1.2. Tamaño de la muestra

La magnitud del tamaño de la población (29.917 sujetos) hace inviable sondear la opinión de cada uno de sus integrantes por muchos motivos, estando entre otros el tiempo y motivos claramente económicos. Por este motivo se ha recurrido a la aplicación de técnicas de muestreo que, tras una adecuada ejecución en la selección de la muestra, nos permitirá generalizar al total de la población la información ofrecida por los componentes de la muestra (1.072 sujetos). Teniendo en cuenta como referente esta población en el caso más desfavorable  $p=q=50\%$ , con una muestra de 1072 individuos y con un nivel de confianza del 95,5%, los resultados tendrían un margen de error muestral del  $\pm 3\%$ .

EDUCACIÓN SECUNDARIA OBLIGATORIA	Alumnos		Alumnas		TOTAL		TOTAL Población	Muestra $n=3$
	Población	Muestra	Población	Muestra	Población	Muestra		
Pública	13355	479	11811	423	25166	902	29917	1072
Privada	2404	86	2347	84	4751	170		

Estratos	Municipios	Alumnos		Alumnas		Nº TOTAL	
		Pública	Privada	Pública	Privada	Pública	Privada
1	+ 50.000	5238	1851	4627	1851	9885	3702
2	20.001-50.000	1777	349	1598	300	3375	649
3	10.001-20.000	1801	112	1605	108	3406	220
4	5.001-10.000	2554	92	2256	88	4810	180
5	2.001-5.000	1422		1278		2700	
6	- 2.001	543		447		990	
TOTAL		13355	2404	11811	2347	25166	4751
TOTAL		15759		14158		29917	

La cuota de sexo se ha utilizado para garantizar una representación similar de los dos géneros (52,68% hombres y 47,32% mujeres).

Para realizar la selección de la muestra se utilizó el muestreo polietápico por conglomerados (Rodríguez Osuna, 1991), debido al tamaño y heterogeneidad de la población objeto de estudio.

Este tipo de muestreo presenta varias etapas:

En primer lugar se procedió a asignar la muestra según el tipo de enseñanza recibida (pública o privada) y el sexo (alumno o alumna).

En segundo lugar se consideró la posibilidad de que todos los individuos que componen la población fuesen susceptibles de ser seleccionados para la muestra. Para ello se determinó el número de habitantes por municipio considerando que podían ser importantes las diferencias que se pueden encontrar entre los alumnos de municipios con distinto número de habitantes. Como consecuencia de ello se proponen seis estratos homogéneos que agrupan municipios de características distintas a los de otros estratos, pero similares entre sí.

En este momento procedimos a asignar a cada estrato la muestra que le correspondía según su número de alumnos en ESO siguiendo el proceso estadístico de afijación proporcional.

En tercer lugar se procedió a seleccionar los centros de cada estrato a los que se iba a acceder, debido a la imposibilidad del acceso a cada uno de ellos.

Esto se hizo numerando los centros y de forma aleatoria, tras tomar la decisión del número de centros que iba a ser representativo en cada uno de los estratos.

En este momento procedimos a asignar a cada centro elegido la muestra que le correspondía según su número de alumnos/alumnas en ESO siguiendo el proceso estadístico de afijación proporcional.

Por último se procedió a realizar la afijación proporcional en cada uno de los centros por niveles (primero, segundo, tercero y cuarto curso de ESO) y sexo (alumnos y alumnas), quedando la muestra formada de la siguiente forma:

En este momento hay que hacer constar que este proceso solamente se llevó a cabo en la enseñanza pública, ya que ésta tenía representación suficiente en cada uno de los estratos de población. Pero en la enseñanza privada nos encontramos con dos problemas. El primero es que la mayor parte de la población en este tipo de enseñanza se encuentra en el estrato uno (localidades de más de 50000 habitantes y el segundo es que el alumnado de estos centros en la provincia de Almería no presenta características diferentes según la población en que están, ya que el alumnado que recogen cada uno de ellos es similar, debido a la existencia de transporte en todos ellos, lo cual hace que a las familias les sea fácil enviarlos a otro municipio.

Por tanto en la enseñanza privada se designaron los centros en un solo bloque.

### 3.1.3. Técnicas de obtención de datos

Para la obtención de los datos, una vez analizada la literatura existente al respecto (Colás y Buendía, 1996; Manzano, Rojas y Fernández, 1996; Padilla, González y Pérez, 1998; Sierra, 1985; García Ferrando, 1991;...) la técnica que vamos a emplear es la encuesta utilizando como instrumento el cuestionario.

El cuestionario, como indican Manzano, Rojas y Fernández (1996), es uno de los instrumentos de la técnica de investigación mediante encuestas, siendo considerado por García Ferrando (1991), Buendía (1994) y Padilla, González y Pérez (1998) como el instrumento básico de la investigación social por encuestas. Rodríguez (1995) lo considera como una especie de entrevista masiva que tiene la ventaja de llegar a un gran número de sujetos de forma simultánea.

El diseño y construcción del cuestionario no ha sido tarea fácil, ya que como indica Sierra (1985), el cuestionario debe traducir las variables empíricas sobre las que se desea obtener información en preguntas concretas sobre la realidad que se ha de investigar, capaces de suscitar respuestas únicas y claras. Esta dificultad se ha tratado de paliar mediante tres procedimientos distintos, al objeto de que el instrumento fuera válido y fiable para la investigación que intentamos desarrollar:

1. Hemos comenzado con una validez teórica. Para lo cual hemos partido de la literatura existente anteriormente (García Montes, 1997; Torre, 1998; Hernández, 1999; Casimiro, 1999; Pierón et al, 1996; Ruiz Juan, 2000), de la cual extrajimos los enunciados que estaban de acuerdo con aquello que nosotros queríamos conocer. A estos enunciados le añadimos todos aquellos que consideramos oportunos para completar los objetivos que nos habíamos propuesto. Con todo ello elaboramos el cuestionario.

2. Hemos continuado con un juicio de expertos. Es decir, una vez realizado un primer boceto del cuestionario se le pasó a un grupo de personas expertas, tanto desde el punto de vista metodológico, como del ámbito de la actividad física, del deporte y de la sociología, que lo han estudiado y señalado los aspectos que, a su juicio, no estaban presentes o sobran en el cuestionario, en función del campo de estudio y de los objetivos específicos del mismo.

3. Estudios piloto. Por último se ha procedido a realizar varios estudios pilotos para comprobar el grado de comprensión y aceptación del cuestionario por parte de sus destinatarios, necesarios para efectuar las modificaciones oportunas en aquellos aspectos que aún pudieran generar algún tipo de duda.

Se ha comprobado en estos estudios pilotos si el cuestionario era comprendido fácilmente por los alumnos de los diferentes cursos de la Educación Secundaria Obligatoria, determinar la duración media de los cuestionarios para que el tiempo máximo no excediera al de una clase y poner en práctica la formación teórica que habían recibido previamente los aplicadores.

Una vez efectuados todos los análisis y revisiones pertinentes y tras pasar por varias versiones del cuestionario, se llegó a la estructura del cuestionario definitivo, que presenta las siguientes dimensiones:

## CUESTIONARIO SOBRE HÁBITOS DEPORTIVOS Y ESTILOS DE VIDA

### 1. Tiempo Libre y Ocio.

1.1. Disponibilidad de tiempo libre. Promedio de horas diarias destinadas a las actividades de ocio. P.1

1.2. Tipo de actividades que realiza en el tiempo libre. Actividades a las que dedica un mayor número de horas. P.2

1.3. Interés por la actividad físico-deportiva. P.3

1.4. Actividad físico-deportiva: índice, intensidad, duración, frecuencia, participación en competiciones. P.4-8

1.5. Percepción sobre las clases de educación física. P.9

### 2. Práctica de actividad físico-deportiva en tiempo libre.

2.1. Tiempo dedicado a ella. P.11

2.2. Modalidades practicadas regularmente, esporádicamente y estacionalmente (verano e invierno), según tipo de oferta y finalidad. P.12

2.3. Espacios e instalaciones.

2.3.1. Facilidad para encontrar instalaciones para la práctica de deportes de equipo. P.13

2.3.2. Espacios e instalaciones utilizadas. P.14-15

2.3.3. Motivos para acudir a las instalaciones. P.16

2.3.4. Calidad de las instalaciones. P.17

2.4. Horario de práctica. Satisfacción. P.18-19

2.5. Personas con las que realiza la práctica habitualmente. P.20

2.6. Motivos de práctica. Jerarquización. P.21-22

### 3. Abandono de la práctica de actividad físico-deportiva en tiempo libre.

3.1. Tiempo en que se produce el abandono. P.23

3.2. Motivos de abandono. Jerarquización. P.24-25

3.3. Autopercepción del alumno sobre si volverá a practicar actividad físico-deportiva de tiempo libre. P.26

### 4. Nunca han practicado actividad físico-deportiva en tiempo libre

4.1. Motivos para no haber practicado nunca. Jerarquización. P.27-28

### 5. Actitud de los Padres hacia la práctica del hijo/a.

5.1. Autopercepción de la actitud de los padres hacia la práctica del hijo/a. P.29

### 6. Demanda de práctica de actividad físico-deportiva en tiempo libre.

6.1. Modalidades demandadas para practicar los días laborales, los fines de semana, en las vacaciones de verano y en los puentes, Semana Santa y Navidad, según tipo de oferta y finalidad. P.30-31

### 7. Hábitos sobre consumo de tabaco, alcohol y alimentación.

7.1. Autopercepción de su propio estado de salud, condición física y aptitud deportiva. P.32-33

7.2. Dolencias o enfermedades. P.34-35

- 7.3. Estrés o ansiedad.
- 7.3.1. Autopercepción.
- 7.3.2. Medios para inhibirlo o reducirlo.
- 7.4. Valoración de la alimentación.
- 7.4.1. Autopercepción. P.38
- 7.4.2. Número de ingestas diarias. P.39
- 7.4.3. Frecuencia de consumo de ciertos alimentos. P.40
- 7.4.4. Autopercepción sobre su consideración (sanos o poco sanos). P.40
- 7.5. Frecuencia, cuantificación y valoración de consumo de medicamentos, alcohol, tabaco y drogas. P.41-45
- 7.6. Consumo parental de tabaco y alcohol. P.46
- 8. Otras variables.
- 8.1. Conocimiento de las instalaciones públicas del entorno inmediato. P.47
- 8.2. Frecuencia de utilización de los medios de comunicación (televisión, radio e internet) para ver eventos deportivos. P.48
- 8.3. Frecuencia de asistencia a eventos deportivos pagando o gratuitamente. P.49
- 8.4. Variables sociodemográficas. Edad, sexo, peso, estatura. P.50-53.
- 8.5. Calificación del expediente global del alumno. P.54.
- 8.6. Turno de clases. P.55.

Para las preguntas de cada una de estas dimensiones se utilizó la técnica de embudo, ordenando las preguntas desde lo más general a lo más específico. Igualmente se aplicaron técnicas de filtro (preguntas de filtro) con el objeto de secuenciar y registrar las preguntas que se hacen al encuestado dependiendo de las respuestas que emitió en preguntas anteriores. Las variables objeto de estudio fueron distribuidas a lo largo del cuestionario. Con relación a las preguntas sobre datos sociodemográficos, entendiendo su naturaleza de intromisión, fueron insertadas al final del cuestionario.

La aplicación se ha llevado a cabo en la población almeriense de Educación Secundaria Obligatoria (12-16 años) mediante la modalidad auto administrada con aplicación masiva y presencia de un aplicador, que ha hecho la presentación y, en los casos necesarios, ha aclarado todas las dudas que se han planteado, como forma de asegurar la fiabilidad y validez de las respuestas del cuestionario. Se ha considerado imprescindible asegurar el anonimato de los alumnos al contentar la encuesta. Este sistema se considera adecuado, según García Ferrando (1990), cuando los cuestionarios van destinados a poblaciones «cautivas», es decir a aquellas que agrupándose naturalmente, se caracterizan por su homogeneidad. El trabajo de campo se realizó durante los meses de abril y mayo de 2002 en la propia clase, y en un periodo de tiempo que se intentó que no excediera al de una clase normal (alrededor de 50 minutos).

### 3.2. Trabajo de campo

Para poder llevar a cabo el trabajo de campo con la máxima premura de tiempo posible y, en función de los recursos económicos existentes, hemos contado con un grupo de 6 aplicadores, que procuramos que tuvieran formación universitaria (diplomados en Magisterio especialidad de Educación Física), con formación en técnicas de investigación social, y que, además, han sido formados debidamente para pasar el cuestionario en los distintos centros educativos. Para ello se ha realizado un seminario con distintas sesiones de trabajo donde se les dio a conocer los objetivos del estudio, el contenido del cuestionario y las características del trabajo de campo a realizar, especificándoles claramente el tiempo necesario para su aplicación y las responsabilidades que debían asumir.

En sesiones posteriores se trabajó sobre el cuestionario propio de la investigación, procediéndose a su análisis minucioso y al planteamiento de situaciones hipotéticas y su solución, todo ello con el objetivo de que ante situaciones similares los distintos encuestadores se comportasen de la forma más parecida posible.

Más tarde se llevaron a cabo los estudios piloto, con el doble objetivo de mejorar el cuestionario y servir de entrenamiento a los

encuestadores, que en todo momento han trabajado por parejas, de manera que se puedan ofrecerse ayuda mutua ante cualquier problema surgido.

A continuación, en otras sesiones, se analizaron todos los problemas encontrados por los encuestadores durante la realización de los distintos estudios pilotos (preguntas no entendidas por los alumnos encuestados, filtros mal determinados, confusiones terminológicas...), al objeto de trabajar sobre el cuestionario definitivo.

Por último se ha realizado un seguimiento y control continuo a lo largo de todo el trabajo de campo.

Además, una vez seleccionados los municipios de cada estrato y, dentro de ellos, los centros, se escribió y se contactó con los directores (en algunos casos con los jefes de estudios) de los centros elegidos para explicarles los objetivos del estudio, solicitar su colaboración y a las personas a que afectara, y fijar el día y la hora en que los encuestadores iban a pasar los cuestionarios. En el caso de negativa del centro a que se encuestara a sus alumnos (se dio un solo caso), se procedió a sustituirlo por otro centro del mismo municipio respetando la misma condición (público o privado).

### 3.3. Técnicas de análisis de datos

Una vez terminado el trabajo de campo y, una vez se haya verificado y validado la información recogida se procederá a tabular e informatizar todos los datos mediante el paquete de programas informático SPSS para Windows, versión 10.0.6, que posibilita la puesta en práctica de las técnicas estadísticas de análisis cuantitativo, descriptivo, inferencial y de correspondencias.

Además se ha realizado un análisis documental de otros estudios similares, tanto en el ámbito nacional como internacional, que permitirán profundizar y contrastar los resultados que se obtengan.

### 4. Difusión y aplicación de los resultados esperados

Este estudio posibilitará conocer la realidad de los hábitos deportivos, las demandas y las necesidades del alumnado almeriense de Educación Secundaria Obligatoria, así como de sus hábitos y estilos de vida (hábitos de salud, alimentación y consumo de tabaco, alcohol y otras sustancias), de manera directa o indirecta.

Es un estudio importante dentro de la investigación social aplicada a la práctica físico-deportiva ya que contribuirá al enriquecimiento de la base de información y análisis de la situación actual, expectativas y demandas de la población objeto de estudio. Con ello, se pretende que sea de utilidad, a estudiosos de los comportamientos durante el tiempo libre y de ocio y de los hábitos y estilos de vida, así como a todos los que, en la provincia de Almería, tiene algún tipo de responsabilidad pública o privada en el proceso de gestión social de la actividad físico-deportiva de los municipios, de tal forma que les permita actuar en consecuencia.

A priori podemos inferir algunos resultados esperados:

Los alumnos almerienses de ESO llevan a cabo una práctica de actividad físico-deportiva con un carácter variado.

La variable sexo presenta una gran relación con las actividades físico-deportivas realizadas y con el nivel de actividad practicado, siempre inferior en las alumnas.

La práctica de actividad físico-deportiva varía en función del periodo de tiempo.

### 5. Bibliografía

- Bodson, D. et al. (1991). Les pratiques sportives des jeunes en Communauté française de Belgique. *Sport*, 136, 209-224.
- Bouchard, C., Shephard, R., & Stephens, T. (1994). *Physical activity, fitness, and health. International Proceedings and Consensus Statement*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Bouchard, C., Shephard, R.J., Stephens, T., Sutton, J.R., & Mcpherson, B.D. (1990). *Exercise, Fitness and Health*. Champaign, ILL: Human Kinetics.

- Bouchard, C., Shephard R.J. (1994). Physical activity, fitness and health: the model and key concepts. En: Bouchard, C., Shephard, R.J., Stephens, T. (Eds). *Physical activity, fitness, and health: International proceedings and consensus statement*, Human Kinetics, Champaign, Ill: 77-88.
- Buendía, L. (1996). El proceso de Investigación. En Colás Bravo y Buendía Eisman: *Investigación Educativa* (pp. 69- 105). Sevilla: Alfar.
- Cantera, M.A. (1997). *Niveles de actividad física en la adolescencia. Estudio realizado en la población escolar de la provincia de Teruel*. Tesis doctoral, Universidad de Zaragoza.
- Casimiro, A. (1999). *Comparación, evolución y relación de hábitos saludables y nivel de condición física-salud en escolares, entre final de educación primaria (12 años) y final de educación secundaria obligatoria (16 años)*. Tesis Doctoral. Universidad de Granada.
- Colás Bravo, P. y Buendía Eximan, L. (1996). *Investigación educativa*. Sevilla: Alfar.
- García Ferrando, M. (1990). *Aspectos sociales del deporte. Una reflexión sociológica*. Madrid: Alianza Editorial.
- García Ferrando, M. (1991). La encuesta a debate límites y posibilidades. En M. Latiesa. *El pluralismo metodológico en la Investigación social* (pp. 17-40). Granada: CPU.
- García Ferrando, M. (1993). *Tiempo libre y actividades deportivas de la juventud en España*. Madrid: Ministerio de Asuntos Sociales. Instituto de la Juventud.
- García Montes, M. E. (1997). *Actitudes y Comportamientos de la mujer granadina ante la práctica física de tiempo libre*. Tesis Doctoral. Granada. Departamento de Personalidad, evaluación y Tratamiento Psicológico. Universidad de Granada
- Hernández Rodríguez, A. I. (1999). *Análisis de la demanda de la comunidad universitaria almeriense en actividades físico-deportivas. Estudio de adecuación a la demanda*. Tesis Doctoral. Granada. Departamento de Educación Física y Deportiva. Universidad de Granada (paper).
- Manzano, V. G.; Rojas, A. J. y Fernández, J. S. (1996). *Manual para encuestadores*. Barcelona: Ariel Practicum.
- Mendoza, R. (1990). Concept of healthy lifestyle and their determinants. En *2nd. European Conference on Health Education (Warsaw, 7-9 June 1990)*, pp.13.
- Mendoza, R. (1996). *La actividad físico deportiva en el alumnado español en el contexto de estilo de vida*. Madrid, Consejo Superior de Deportes.
- Mendoza, R., Sagraera, M.R. y Batista, J.M. (1994). *Conductas de los escolares españoles relacionadas con la salud*. Madrid. C.S.I.C.
- Ministerio de Sanidad y Consumo (1999). Encuesta Nacional de Salud 1997. <http://www.msc.es/salud/epidemiologia/ies/encuesta/encuesta.htm>
- Nutbeam, D. (1986). *Glosario de promoción de la salud*. Sevilla: Consejería de Salud, pp. 16. (Separata técnica de la revista «Salud entre todos»).
- Padilla, González y Pérez (1998). Elaboración del cuestionario. En Rojas Tejada, Fernández Prados y Pérez Meléndez: *Investigación mediante encuestas. Fundamentos teóricos y aspectos prácticos* (pp. 115-140). Madrid: Síntesis.
- Pieron, M., Ledent, M., Almond, L., Airstone, M, & Newberry, I (1996). Comparative Analysis of Youth Lifestyle in Selected European Countries.. Study prepared to be submitted to the International Council of Sport Science and Physical Education. Liège
- Piéron, M., Telama R., Almond L., & Carreiro da Costa F. (1997). *Lifestyle of Young Europeans: Comparative study* In, J. Walkuski, S. Wright, & S. Tan
- Kwang San, Proceedings. AIESEP Singapore 1997. World conference on Teaching, Coaching and Fitness Needs in Physical Education and the Sport Sciences, Singapore: School of Physical Education, National Institute of Education, Nanyang Technological University, 403-415.
- Puig i Barata, N., Martínez del Castillo, J. y Grupo Apunt (1985). Evolución de las campañas de deporte para todos en España (1968-1983). Ensayo para poder valorar su influencia en la práctica deportiva de los españoles. *Revista de investigación y documentación sobre las ciencias de la educación física y el deporte*. Madrid. Instituto de Ciencias de la Educación Física y el Deporte. pp 58-105.
- Rodríguez Osuna, J. (1991). *Métodos de muestreo*. Madrid: Centro de Investigaciones Sociológicas).
- Ruiz Juan, F. (2000). Análisis diferencial de los comportamientos, motivaciones y demanda de actividades físico-deportivas del alumnado almeriense de enseñanza secundaria postobligatoria y de la Universidad de Almería. Tesis Doctoral. Granada. Departamento de Educación Física y Deportiva. Universidad de Granada.
- Sallis, J. F., Mckenzie, T.L., Alcaraz, F.E. (1993). Habitual Physical Activity and Health-Related Physical Fitness in Fourth-Grade Children. En: *American Journal of Diseases in Childhood*, 147: 890-896.
- Sallis, J.F. (1991). Self-report measures of children's physical activity. En: *Journal of School Health*, 61 (5): 215- 219.
- Sánchez Bañuelos, F. (1996). *La actividad física orientada hacia la salud*. Madrid: Biblioteca Nueva.
- Shephard, R. (1995). Physical activity, fitness, and health: The current consensus. *Quest*, 47, 288-303.
- Shephard, R. (1996). Habitual physical activity and quality of life. *Quest*, 48, 354-365.
- Sierra Bravo, R. (1985). *Técnicas de Investigación social. Teoría y ejercicios*. Madrid: Paraninfo.
- Tercedor, P. (1998). *Estudio sobre la relación entre actividad física habitual y condición física-salud en una población escolar de 10 años de edad*. Tesis Doctoral. Universidad de Granada.
- Tercedor, P. y Delgado, M. (2000). Modalidades de práctica de actividad física en el estilo de vida de los escolares, en *Lecturas Educación Física y deportes, Revista Digital*, Año 5, nº 24, Agosto de 2000 (<http://www.efdeportes.com>). Buenos Aires.
- Torre, E. (1998). *La actividad físico-deportiva extraescolar y su interrelación con el área de Educación Física en el alumnado de enseñanzas medias*. Tesis Doctoral. Universidad de Granada.
- Tuero, C., Márquez, S. y Paz, J.A. de (2000). Análisis de un modelo de Cuestionario de Valoración de la Actividad Física durante el Tiempo Libre (II): validación y adaptación a población española del LTPA. *Lecturas Educación Física y Deportes, Revista Digital*- Año 5 - Nº 28 - Diciembre de 2000 (<http://www.efdeportes.com>). Buenos Aires.
- Vázquez Gómez (1993). *Actitudes y prácticas deportivas de las mujeres españolas*. Serie Estudios 34. Madrid: Ministerio de Asuntos Sociales. Instituto de la Mujer.
- Wenzel, E. (1983). Lifestyles and living conditions and their impact on health: a report of the meeting. En *European Monographs in Health Education Research*, 5, 1-18. Edinburgh: Scottish Health Education Group.

