

Análisis de la práctica deportiva-recreativa a través de un programa de promoción en el recreo en función del sexo en adolescentes españoles

Analysis of sports and recreational practices through a promotion program during recess according to gender in Spanish adolescents

*Javier Lamonedá Prieto, **Francisco Javier Huertas Delgado

*IES Seritum. Junta de Andalucía (España), **Escuela de Magisterio «La Inmaculada» Universidad de Granada (España)

Resumen. Esta investigación analiza la práctica deportiva-recreativa de adolescentes en función de sexo en el contexto de un programa de actividad físico-deportiva. Para su estudio se examinó la naturaleza de las tareas motrices atendiendo al contenido, interacción motriz, forma de utilizar el espacio e instalación. Se implementó un programa de promoción deportiva basado en un modelo holístico, que se vincula con la búsqueda de experiencias satisfactorias que promuevan la práctica deportiva. Durante 10 jornadas de intervención se registraron un total de 1626 participaciones. Los resultados revelaron diferencias significativas en cuanto a participación (mayor en chicos 66,9%), contenido (chicos, pre-deportes y chicas, actividades rítmicas), interacción motriz (chicos, cooperación oposición y chicas, psicomotrices y de cooperación oposición) e instalación utilizada (chicos, exteriores y chicas, interiores). Las diferencias de sexo en la práctica de juegos pre-deportivos desaparecieron cuando se desarrollaron en espacios interiores. En virtud de los resultados obtenidos se desprenden interesantes orientaciones didácticas para abordar la promoción de la actividad física y salud en la adolescencia, entre las que destacan: (1) analizar hábitos e intereses de práctica deportiva antes de proponer cualquier actividad, (2) priorizar el uso de espacios interiores en chicas, (3) evitar el contacto a través de tareas de uso de espacio separado, (4) apostar por una metodología inclusiva, cooperativa, perceptiva e indagativa y recurrir a estrategias de discriminación positiva en determinadas zonas de juego.

Palabras clave: interacción motriz, recreación, sexo, adolescentes, deporte.

Summary. This research analyzes adolescents' sports-recreational practices related to gender in the context of a program focused on sport. The nature of motor tasks was analyzed in relation to content, motor interaction, use of spaces, and facilities. The sports promotion program was developed based on a holistic model, which focuses on seeking satisfactory experiences that promote sport practices. During the 10-day intervention, a total of 1,626 participants were recorded. Results showed significant differences in participation (66.9% higher in boys), content (boys in pre-sports, and girls in rhythmic activities), motor interaction (boys in opposition cooperation, and girls in cooperation psychomotor opposition), and facilities used (outdoors for boys, indoors for girls). There were no gender differences when practice was carried out indoors. Therefore, our study showed some interesting teaching guidelines to achieve physical activity and health promotion in adolescents. Among them we emphasize: (1) to analyze behaviors and sports interests before proposing any activity, (2) to prioritize the use of indoor spaces in girls, (3) to avoid contact by means of carrying out tasks in separate spaces, (4) to use an inclusive, cooperative, perceptive, inquiry methodology, as well as positive discrimination strategies in certain playground areas.

Keywords: motor interaction, recreation, gender, adolescents.

Introducción

En la actualidad, resulta de importancia capital determinar las variables que inciden en los patrones de práctica de actividad física (Martínez et al., 2012; Sevil, Abós, Julian, Murillo, & García-González, 2015), a fin de hacer frente al creciente abandono de un estilo de vida activo en jóvenes y adolescentes (Gómez, Ruiz, & Pieron, 2010). En este sentido, existen un gran número de trabajos que han examinado, desde perspectivas metodológicas diversas, los factores que inciden en los motivos de participación en actividades físicas y deportivas (AFD) en escolares, las razones de bajos niveles de práctica de actividad física o las causas de abandono (Craggs, Corder, Van Sluijs, & Griffin, 2011).

Con el objetivo de explicar los factores que pueden determinar los estilos de vida activos y saludables, numerosos autores se han apoyado en el modelo social-ecológico (Eime et al., 2014). Este modelo expone la existencia de una serie de factores tanto individuales (e.g., variables psicológicas o sociales) como contextuales (e.g., políticas públicas) que determinan patrones de vida activo. Otros trabajos han demostrado que los motivos personales (diversión e imagen física) y las barreras contextuales (falta de tiempo libre e instalaciones) parecen ser las principales variables determinantes de práctica de AFD en adolescentes (Pano & Markola, 2011). Así mismo, también se han destacado como variables influyentes en los estilos de vida activos de adolescentes al sexo y el nivel socioeconómico (Martins, Torres, Cardoso, Costa, & Honório, 2015).

Parece ser un hecho contrastado la existencia de notables diferencias entre chicos y chicas, donde la participación femenina en AFD es de bajo nivel. En este sentido, Castañeda, Zagalaz, Chacón, Cachón & Romero (2014) han demostrado la existencia de diferencias en la prácti-

ca de AFD tanto diaria como federada a favor del sexo masculino.

Siguiendo la misma línea argumental, Práxedes, Sevil, Moreno, del Villar, & García (2016), tras analizar los niveles de actividad física moderada-vigorosa en estudiantes universitarios, descubrieron que los chicos obtenían una media que casi duplica a las chicas. Similares resultados obtuvieron Ramírez, Fernández, & Blández (2013) en el análisis de la actividad física diaria en adolescentes empujando técnicas de acelerometría.

Para la comunidad científica ha sido de interés analizar las funciones que pueden cumplir los estereotipos en el mantenimiento de las desigualdades de oportunidades relacionadas con la actividad física. Las aportaciones más destacadas han abordado el estudio de estereotipos en el ámbito de la AFD desde tres perspectivas (Fernández, Camacho, Vázquez, Blández, Mendizábal, Rodríguez, Sánchez, Sánchez, & Sierra, 2008): (1) La influencia de los rasgos de masculinidad y feminidad en la orientación de cada rol en la actividad físico-deportiva; (2) La integración de los rasgos externos que componen el aspecto de la persona en las diferentes manifestaciones físico-deportivas con su subsiguiente estereotipia de género; (3) El nivel de participación y aceptabilidad social en función del sexo para cada una de las disciplinas deportivas.

A pesar de la evolución social, hoy en día existen evidencias de que los estereotipos persisten y dificultan una participación igualitaria (Fernández et al., 2008; Pelegrín, León, Ortega & Garcés, 2012). En relación con los rasgos sexuales y sus orientaciones, la masculinidad se ha relacionado con la competitividad, la agresividad y la independencia y la feminidad con la sumisión, el orden o la pasividad, influyendo claramente en los comportamientos de las personas (Rodríguez, Martínez, & Mateos, 2005). Con respecto a la participación y aceptación social, lo masculino se ha vinculado con actividades de fuerza, riesgo, deportes tradicionales de equipo, actividades de índole competitivo; y lo femenino con tareas psicomotrices, grupales con soporte musical, orientadas hacia el mantenimiento de la línea, la salud y la estética, y se alejan de los deportes tradicionales y la competición

orientándose hacia la recreación y las relaciones sociales (Frömel, Formankova & Sallis, 2002; García & Llopis, 2011).

Se han observado diferencias entre chicos y chicas en los niveles de práctica de AFD (García, Puig & Lagardera, 2002). Si bien, los hombres realizaban principalmente fútbol, natación y ciclismo; las mujeres por su parte, se orientaban hacia actividades como natación, aeróbic, rítmica y danza y gimnasia de mantenimiento. En consonancia con los anteriores trabajos, algunos estudios han argumentado la existencia de una dicotomía en AFD en función del género y han vinculado a los deportes individuales con la mujer y los colectivos con el hombre (Goudas & Biddle, 1993; Zipprich, 2001). Finalmente, cabe mencionar otros que han demostrado la existencia de determinadas prácticas neutras (Chillón, Delgado, Tercedor, & González, 2002), entre las que se ha incluido: el montañismo, la carrera a pie, el voleibol, el hockey, la pelota o la natación.

Por otro lado, también se han encontrado diferencias para hombres y mujeres en el uso del espacio. Martínez y Puig (2000) demostraron que las mujeres realizaban preferentemente actividad física en espacios interiores, mientras que los hombres en exteriores. Similares resultados obtuvieron Cantó & Ruiz, (2005) en relación con el uso del espacio de recreo escolar, en el que los chicos ocupaban mayoritariamente zonas centrales, quedando las chicas relegadas a zonas periféricas. Conviene argumentar en este sentido, que el uso y la percepción del espacio han tenido a lo largo de la historia una fuerte carga cultural de género (Vilanova & Soler, 2008). En la cultura occidental, la sociedad industrial situó al hombre en un espacio público productivo y a la mujer en el privado y reproductivo. La práctica de juegos en niños y niñas acostumbra a reproducir similares contextos, los niños en la calle o fuera de casa y las niñas dentro de casa y/o pequeños espacios. Sin embargo, en el último tercio del siglo XX, con la denominada revolución de la mujer, se están desarrollando prácticas postmodernas en espacios públicos que contribuyen a una gradual ruptura de estereotipos.

Como base pedagógica para una educación deportiva se han aportado medidas para organizar y adaptar los contextos de aprendizaje a diferentes intereses, niveles madurativos y evolutivos del practicante. Los trabajos de Méndez (2009) han marcado una línea de actuación en la modificación de elementos estructurales y funcionales del juego en aras de generar situaciones satisfactorias de participación igualitaria, implicación emocional y compromiso personal.

En base al marco teórico y a los estudios previos, se diseñaron y desarrollaron un total de diez jornadas deportivas que seguían un modelo de promoción de la actividad física y salud holístico. Se ofrecieron un total de sesenta tareas diferentes. El principal objetivo fue analizar la participación en actividades físicas lúdicas durante el horario del recreo en función del sexo atendiendo a tres criterios: primero, la temática de jornada; segundo, el tipo de interacción motriz, espacio e instalación; y tercero, el contenido de cada tarea y su relación con la instalación utilizada.

Metodología

Participantes

Se desarrollaron un total de diez jornadas recreativas en un Instituto de Educación Secundaria Obligatoria público ubicado en una población de 200.000 habitantes al sur de España. Las actividades se dirigieron a toda la comunidad educativa participando en la misma: alumnos/as de 1º a 4º de ESO, Bachillerato, Ciclo Formativo y profesorado. Las unidades de medida fueron el número de participaciones por actividad y ubicación espacial. La muestra la compuso: 1626 participaciones, de los cuales 1087 fueron de sexo masculino (66.9%) y 539 femenino (33.1%).

Instrumentos

Para la valoración del nivel de actividad física en los adolescentes durante el recreo, se han empleado registros observacionales siguiendo el método SOPLAY (McKenzie, Marshall, Sallis, & Conway, 2000). Se trata de un método de observación directa que permite documentar la actividad física de los niños específicamente durante el juego libre.

Dimensionalidad del registro. Se establecieron tres dimensiones de medida: sexo, contenido y tipo de actividad motriz. Para codificar las actividades motrices se emplearon fichas de análisis de acciones motrices al haber sido una herramienta útil en Praxiología Motriz (Franco, 2016). En este caso se valoró: la lógica interna, la forma de utilizar el espacio y la instalación.

De acuerdo con el tipo de interacción motriz entre los participantes se formaron cuatro sub-dimensiones (Parlebas, 2001): (1) piscomotrices, (2) sociomotrices de cooperación, (3) sociomotrices de oposición y (4) sociomotrices de cooperación oposición. En relación con la forma de utilizar el espacio (Blázquez & Hernández, 1984): (1) común, (2) separado. Y la instalación en la que se desarrolla la actividad: (1) interior (gimnasio), (2) exterior central (pista polideportiva) y (3) exterior adicional (instalaciones no deportivas habilitadas para la práctica físico-deportiva).

Identificación de espacios de observación. Previo al análisis observacional se estudiaron las instalaciones del centro a fin de trazar zonas de observación en un mapa del patio de recreo usando un instrumento estandarizado para documentar sistemáticamente su forma, dimensiones y mejoras físicas permanentes. Se constituyeron tres grandes áreas de observación categorizadas por su disposición espacial: interior, exterior-central y exterior-adicional.

En el registro de práctica físico-deportiva se contó con 22 Técnicos de Ciclo Formativo de Grado Superior de Animación y Actividad Física. Previo al análisis los observadores recibieron entrenamiento a través de sesión formativa. Se crearon grupos de trabajo con un mínimo de tres monitores y se encomendó a uno de éstos supervisar periódicamente el nivel de participación en la actividad. Aunque el período de práctica fue de 30 minutos, se realizaron al menos tres registros observacionales siempre a partir del minuto 15, a fin de garantizar que el participante se hubiese estabilizado en una actividad.

Además de los responsables de registro en cada actividad, también se contó con dos monitores que desempeñaron exclusivamente las funciones de supervisión, registro de niveles de práctica, filmación y cuantificación media de los datos. Para ello, examinaron visualmente todas las instalaciones del centro varias veces, moviéndose sistemáticamente en orden secuencial, filmaron cada actividad y al concluir la jornada recopilaban los resultados obtenidos por los monitores de actividad, los registros propios y las filmaciones fotográficas.

Protocolo en el registro y codificación. De conformidad con los protocolos establecidos en el método SOPLAY, los observadores registraron el nivel de actividad de cada niño en el momento en que la mirada del observador pasaba por ese niño, diferenciando actividades sedentarias, caminando y muy activas. En nuestro caso, los estudiantes que accedieron a desarrollar las actividades ofrecidas fueron categorizados como muy activos. En cada área de observación se realizó un examen visual dirigido solamente a las niñas, seguido de inmediato por un segundo examen dirigido a los varones.

Puntaje. Los valores de práctica por actividad se establecieron a través de los registros obtenidos por los monitores de cada actividad y los recabados por supervisores. Los registros filmográficos se emplearon en aquellos casos en los que el elevado número de participantes (superior a 50 chicos/as) dificultaba la observación. El resumen de participantes diferenciado por sexo y actividad se realizó calculando las frecuencias observadas.

Control de calidad del dato. «Se ha llegado a argumentar que los registros de observación directa son obviamente válidos, dado que se descartan otros fuertemente influidos por la interpretación, como serían los autoinformes» (Anguera & Mendo, 2013, p. 152). En nuestro caso, con el fin de valorar la precisión del registro, medida asociada a la fiabilidad, valoramos el grado de concordancia entre la observación directa y con el registro fotográfico.

Procedimiento

El desarrollo del estudio se llevó a cabo a lo largo de seis meses, entre septiembre de 2015 y febrero de 2016.

(1) Fase pre-activa. Durante los meses de septiembre y octubre de

2015 se diseñaron, supervisaron y aprobaron los proyectos. En la fase de diseño, se establecieron ocho equipos de trabajo con un coordinador de actividad por jornada. Cada grupo elaboró una propuesta de recreación dirigida a toda la comunidad educativa en horario de recreo. Para ello, se facilitaron datos sobre uso de instalaciones e intereses de práctica deportiva de cursos anteriores. Así mismo, se siguieron las orientaciones de Hernández (2004) sobre promoción deportiva con jóvenes: oferta variada que satisfaga la pluralidad de intereses y actividades de equipo que faciliten las relaciones. Las tareas se orientaron hacia propuestas de recreación dirigida (Camerino, 2000): actividades novedosas y variadas que fomentasen la participación equitativa y grupal en un clima lúdico, que propiciase experiencias gratificantes en los participantes. Las propuestas fueron valoradas por los departamentos de educación física y actividades extraescolares, que además se encargaron de publicitar los eventos. Finalmente, el proyecto fue presentado y aprobado por el claustro de profesores y la asociación de padres y madres de alumnos del centro.

(2) Fase inter-activa. Se desarrollaron diez jornadas entre los meses de octubre de 2015 a enero de 2016. Las actividades se realizaron el último día de la semana (viernes) durante el horario de recreo (11:15-11:45). Los organizadores de cada evento dispusieron de treinta minutos previos a su ejecución para: presentar la propuesta recreativa, asignar roles de trabajo, preparar materiales y adecuar espacios. Las áreas de trabajo establecidas por jornada fueron: coordinación (2 monitores), área técnica (17 monitores) y área administrativa (3 monitores). El área técnica contó un al menos tres monitores por actividad. Sus funciones fueron: supervisar instalaciones y materiales, fomentar la participación equitativa y realizar un recuento de participantes. Por su parte, al área administrativa se le encomendó el análisis de participación general y memoria digital.

(3) Fase post activa. Al concluir cada jornada se realizó una valoración cuantitativa (número de participantes) y cualitativa (impresiones positivas/negativas y propuestas de mejora).

Análisis estadístico

Se ha analizado el recuento de frecuencias en función del sexo en relación con: primero, la temática de jornada; segundo, el tipo de interacción motriz, espacio e instalación; y tercero, el contenido de cada tarea e instalación. Para el análisis estadístico de las variables se empleó la prueba exacta de Fischer y la chi cuadrado de Pearson. Se excluyeron del estudio las tareas cooperativas y los juegos populares debido al reducido número de casos.

Tabla 1.
Participación por jornada

	Total	Chicos	Chicas	Sig.
	1626	1087	539	
Temática de Jornada	n	n (%)	n (%)	P
Pobreza	305	200 (65.57)	105 (34.43)	.000
Juventud	422	268 (63.51)	154 (36.49)	.000
Igualdad de sexo	238	130 (54.62)	108 (45.38)	.058
Deporte adaptado	329	203 (61.70)	126 (38.30)	.000
Paz	332	286 (86.14)	46 (13.86)	.000

Tabla 2.
Análisis de tareas atendiendo a criterios de praxeología motriz

Tarea	Total	Chicos	Chicas	Sig.
	1626	1087	539	
	n	n (%)	n (%)	P
Interacción motriz				
Psicomotriz	281	80 (28.47)	201 (71.53)	
Sociomotriz				.000
Oposición	532	394 (74.06)	138 (25.94)	
Cooperación oposición	799	599 (74.97)	200 (25.03)	
Espacio				
Común	378	322 (85.19)	56 (14.81)	.000
Separado	967	685 (70.84)	282 (29.16)	
Instalación				
Interior	408	129 (31.62)	279 (68.38)	
Exterior-central	728	609 (83.65)	119 (16.35)	.000
Exterior-adicional	490	349 (71.22)	141 (28.78)	

Tabla 3.
Contenido e instalación en función del sexo

Contenido	Total		Instalación				
	Interior	Ext.	P	M	F	P	
Actividades rítmicas	222 (92.12)	19 (7.88)	.000	36 (15)	186 (77)	7 (2.90)	12 (4.98)
J. pre-deportivos	186 (20.64)	715 (79.36)	.000	93 (10.32)	93 (10.32)	603 (66.93)	112 (12.43)

Resultados

Temática de las jornadas

El análisis comparativo de las frecuencias de participación mostró puntuaciones estadísticamente significativas más altas en chicos que chicas en todas las jornadas ($p=0.000$) a excepción de la tercera (Igualdad de sexo, $p=0.58$), en la que se registraron los valores más bajos tanto para los chicos (54.62%) como en el cómputo global de actividad ($n=238$). Las mayores diferencias se registraron en las jornadas de paz ($n^{\circ} 4$) en el que participaron 242 chicos más que chicas (tabla 1).

Interacción motriz

Se encontraron diferencias en relación al sexo en cuanto a la interacción motriz (tabla 2). Las chicas participaron más que los chicos en actividades psicomotrices y a su vez, ellos aventajaron a sus compañeras en tareas de oposición y cooperación-oposición (todos $p=0.000$). Los varones participaron más en actividades de cooperación-oposición (599) que en tareas psicomotrices (80); y las chicas más en tareas psicomotrices (201) y de cooperación-oposición (200) que de oposición (138). Se ha constatado cómo ellas registraron índices de participación similares en actividades psicomotrices y de cooperación-oposición.

En cuanto al espacio, como se puede ver en la tabla 2, en función del sexo participaron durante las jornadas significativamente más en tareas de espacio separado que común, aunque en diferentes proporciones ($p=0.000$). Por su parte, los chicos superaron a las chicas tanto en el uso de tareas de espacio común como separado.

En relación a la instalación, las chicas se ubicaron con más asiduidad en espacios interiores que sus compañeros; y a su vez, los chicos recurrieron más a zonas exteriores ($p=0.000$) (tabla 2). Los varones utilizaron más espacios exteriores centrales (pista polideportiva) que exteriores (adicionales o interiores). Las chicas se emplazaron en el gimnasio como principal espacio de práctica deportiva frente a cualquier otra instalación.

Contenido e instalación

De acuerdo con los objetivos del estudio, nos detenemos en analizar la posible influencia de las variables instalación y contenido en la participación en función de sexo (tabla 3). Para ello, se hallaron las frecuencias de participación en relación con la instalación utilizada, contenido y sexo (todos $p=0.000$).

Actividades rítmicas. Como puede observarse en la tabla 3, la participación general fue significativamente mayor en espacios interiores que exteriores.

Juegos pre-deportivos. La ubicación en la que se practicaron más juegos pre-deportivos fue la pista polideportiva. En zonas exteriores los chicos siempre practicaron más que las chicas. Se puede comprobar también cómo las diferencias de sexo en la práctica de juegos pre-deportivos desaparecieron cuando se desarrollaron en espacios interiores, logrando aventajar las chicas a los chicos.

Discusión

Los resultados obtenidos revelaron mayores índices de actividad física recreativa en chicos que chicas. Ellos se decantaron prioritariamente por tareas sociomotrices y ellas indistintamente por actividades psico y sociomotrices. El espacio de interacción motriz más empleado en ambos grupos fue separado. Los chicos se ubicaron más en instalaciones exteriores centrales y las chicas en interiores. Se ha demostrado cómo el tipo de instalación y contenido son variables moduladoras en la práctica recreativa. En el caso particular de las actividades rítmicas, los espacios interiores favorecieron mayores niveles de participación que los exteriores. La instalación más recurrente en la práctica de juegos pre-deportivos fue exterior. Resulta interesante mostrar cómo para el sexo femenino, la instalación en la que se ofertaron los juegos pre-deportivos influyó en el nivel de participación: si bien en espacios exteriores se apreciaron diferencias significativas a favor de los chicos, en espacios interiores

incrementaron significativamente los niveles de actividad alcanzando valores superiores al de los varones.

Estos resultados refrendan los hallazgos obtenidos en numerosos estudios que muestran mayores niveles de práctica de actividad física en chicos y abandono en chicas (Aibar, Bois, Generelo, Zaragoza, & Paillard, 2013; Castañeda, Zagalaz, Chacón, Cachón & Romero, 2014; Práxedes, Sevil, Moreno, del Villar, & García, 2016). Aún a sabiendas de este argumento, resulta de interés indagar sobre las causas que pudieran haber influido en la participación por jornada. La revisión de programas de intervención realizada por Camacho, Fernández, Ramírez & Blández (2013) señalan, como claves para implicarse en la práctica de actividades físicas, fomentar el disfrute con la propia actividad y los sentimientos didácticos como: el acercamiento a un entorno más natural, prestar atención al proceso, fomentar la interacción, ser flexibles en la organización y ser tutelados por personal cualificado.

Dejando a un lado el resto de variables sociomotrices analizadas, se define y discute sobre diferentes medidas de intervención empleadas por jornada:

-Al analizar los resultados de participación hallados por jornada, se aprecia similares niveles de actividad física exclusivamente en las conmemorativas sobre «igualdad de sexo». La razón pudiera encontrarse en que en espacios interiores se recurrió como medida de compensación educativa a la discriminación positiva y al diseño de tareas altamente demandadas por las chicas del centro. A pesar de los buenos resultados cosechados por las chicas, a nivel general y para los chicos fueron las jornadas en las que se registraron peores niveles de participación. La razón pudiera estar en haber limitado el espacio de juego a zonas exteriores y que la oferta fue reducida: bailes colectivos masivos y deportes de raqueta.

-En las dos últimas jornadas (paz) se obtuvieron los niveles más bajos de participación femenina. A través de su estudio se confirman algunas de las apreciaciones observadas con anterioridad como la necesidad de garantizar un espacio de juego a chicas. El diseño de las jornadas de paz se centró en la oferta en juegos pre-deportivos de libre acceso, prescindiendo de actividades rítmicas; la consecuencia de esta disposición fue habilitar espacios de juego prácticamente abaratados por chicos, incluso las zonas interiores que anteriormente había sido exitosos para las chicas.

-Las medidas de intervención que lograron mejores resultados de participación fueron las empleadas en las jornadas sobre «deporte adaptado». Se lograron uno de los valores absolutos de participación más elevados, buenos niveles de práctica en ambos grupos y una de las jornadas con menores diferencias de sexo. La explicación de estos datos puede encontrarse en que durante dichas jornadas se recurrieron a estrategias que promovían: un deporte inclusivo (voley sitting o boccia), role playing (fútbol para invidentes) y el desarrollo de tareas incidiendo en el trabajo cooperativo (pala doble: agarrados de la mano).

Uno de los objetivos de este trabajo fue confirmar si los estereotipos de sexo eran reticentes al cambio. A tenor de los resultados obtenidos, no podemos afirmar que existan deportes diferenciados por sexo, como se ha expuesto en anteriores trabajos (García & Llopis, 2011). Si bien los chicos se decantaron por tareas socio-motrices, en el presente estudio se ha demostrado cómo las chicas se interesaron indistintamente por actividades psico y sociomotrices. Por tanto, los deportes de equipo no son un campo exclusivamente copado por chicos, sino que dependerá de variables como la instalación en la que se practique.

Al analizar la utilización de espacios en función de sexo, corroboramos la existencia de estereotipos sexistas (Cantó & Ruiz, 2005). A pesar de que durante las jornadas se ofertaron una amplia variedad de actividades recreativas, los chicos fueron los que ocuparon espacios exteriores centrales. Por otra parte, también se aporta la notable importancia que tuvo para las chicas el tipo de instalación utilizado: tanto en contenidos de expresión corporal como juegos y deportes, la participación se vio favorecida en espacios interiores. Estos resultados vienen a conformar que el uso del espacio tiene una fuerte carga cultural en la mujer y que ésta tiene mayor participación en lo privado que en lo

público (Vilanova & Soler, 2008).

En relación con la forma de utilización de espacio, los datos revelaron en ambos sexos mayores índices de participación en tareas de espacio separado que común. Aunque la explicación se presenta como una cuestión a analizar en futuros trabajos, esta forma de interacción demuestra que los escolares durante el recreo buscaron actividades de poco contacto. Las razones que podrían justificar este comportamiento hipotetizamos: falta de indumentaria apropiada para actividades más exigentes físicamente u orientaciones lúdicas durante el tiempo de recreo de bajo contacto físico. En lo que concierne a tipo de interacción motriz más recurrente en chicas, los datos son francamente reveladores: el 91% de las participaciones fueron de espacio separado. Los resultados en este caso refrendan los trabajos de Hobin et al. (2012) en los que se expusieron como actividades más atractivas para chicas las de bajo contacto (individuales o cooperativas).

En futuros trabajos sería interesante ahondar en el estudio del comportamiento deportivo adolescente desde un plano multidisciplinar. Así mismo, sería necesario mostrar herramientas de evaluación de la práctica recreativa en centros escolares accesibles a los docentes a fin de valorar el nivel de actividad física en los centros y proponer programas eficaces de promoción deportiva. El método SOPLAY ha sido utilizado como una alternativa a otros instrumentos como los acelerómetros, que permiten cuantificar el nivel de actividad física, pero plantean dificultades en su utilización. Los acelerómetros determinan la intensidad de la actividad física desarrollada pero no puede aportar resultados acerca de las diferentes variables analizadas en el presente estudio. Welek, Corbin, & Dale (2000) discutieron la medición de movimientos cortos y súbitos característicos especialmente en la actividad física en niños. Chin & Ludwig (2013) argumentaron, además de los costes económicos, la carga que representa para los participantes tener que colocar acelerómetros a todos los alumnos/as en el patio de recreo.

Los resultados obtenidos recalcan las diferencias de sexo que se habían testado en anteriores investigaciones, pero muestra interesantes medidas en pos de la igualdad de sexo. Para las chicas resultó beneficioso: a) facilitar una zona de juego para evitar la tendencia de los chicos a copar espacios, b) analizar sus intereses de práctica y ofrecer actividades habituales, c) realizar actividades en espacios interiores (gimnasio), ya que no solo favoreció la participación en tareas psicomotrices (rítmicas), sino también socio-motrices (juegos y deportes colectivos), d) ofertar tareas de uso de espacio separado, ya que reducir el contacto entre jugadores puede facilitar la participación de chicas, e) apostar por una metodología inclusiva, cooperativa, perceptiva e indagativa. En general, resultó valioso desarrollar jornadas recreativas durante el tiempo de recreo para incrementar los niveles de participación en adolescentes.

Por último, es importante seguir desarrollando programas de intervención que se centren en el aumento de actividad física de chicos y de chicas (principalmente). Las actividades en espacios interiores y de uso separado pueden ser interesantes para aumentar la participación femenina. La utilización de una metodología cooperativa e inclusiva en las actividades deportivas que se realicen favorecerá la participación equitativa de chicos y chicas.

Referencias

- Aibar, A., Bois, J. E., Generelo, E., Zaragoza, J., & Paillard, T. (2013). A cross-cultural study of adolescents' physical activity levels in France and Spain. *European Journal of Sport Science*, 13(5), 551-558. <http://dx.doi.org/10.1080/17461391.2012.746733>
- Anguera, M.T., & Mendo, A.H. (2013). La metodología observacional en el ámbito del deporte. *E-Balonmano.com: Revista de Ciencias del Deporte*, 9(3), 135-160.
- Blázquez, D., & Hernández, J. (1984). *Clasificación o taxonomías deportivas*. Barcelona: Monografía. Inef.
- Camacho, M. J., Fernández, E., Ramírez, E., & Blández, J. (2013). La educación física escolar en la promoción de la actividad física orientada a la salud en la adolescencia: una revisión sistemática de progra-

- mas de intervención. *Revista Complutense de Educación*, 24(1), 9-26.
- Camerino, O. (2000). *Deporte recreativo*. Barcelona: INDE.
- Cantó, R., & Ruiz, L.M. (2005). Comportamiento Motor espontáneo en el Patio de Recreo Escolar: Análisis de las diferencias por sexo en la ocupación del espacio durante el recreo escolar. *Revista Internacional De Ciencias Del Deporte*, 1(1), 28-45.
- Castañeda, C., Zagalaz, M.L., Chacón, F., Cachón, J. & Romero, S. (2014). Características de la práctica deportiva en función del género. Estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación: Universidad de Sevilla. *Retos. Nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, 25, 63-67.
- Chillón, P., Delgado, M., Tercedor, P., & González, M. (2002). Actividad físico-deportiva en escolares adolescentes. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, 3, 5-12.
- Chin, J.J., & Ludwig, D. (2013). Increasing Children's Physical Activity During School Recess Periods. *American Journal of Public Health*, 103(7), 1229-1234. Doi: 10.2105/AJPH.2012.301132.
- Craggs, C., Corder, K., Van Sluijs, E.M.F., & Griffin, S.J. (2011). Determinants of change in Physical Activity in children and adolescents: A systematic review. *American Journal of Preventive Medicine*, 40(6), 645-658. <http://dx.doi.org/10.1016/j.amepre.2011.02.025>
- Eime, R.M., Casey, M.M., Harvey, J.T., Sawyer, N.A., Symons, C.M., & Payne, W.R. (2014). Socioecological factors potentially associated with participation in physical activity and sport: A longitudinal study of adolescent girls. *Journal of Science and Medicine in Sport*.
- Fernández, E., Camacho, M.J., Vázquez, B., Blández, J., Mendizábal, S., Rodríguez, I., Sánchez, F., Sánchez, M., & Sierra, M.A. (2008). *Estudio de los estereotipos de género vinculados con la actividad física y el deporte en los centros docentes de educación primaria y secundaria: Evolución y vigencia. Diseño de un programa integral de acción educativa*. Ministerio de Igualdad. Instituto de la Mujer.
- Franco, F. (2016). La solidaridad franciscana en la educación física de primaria: un análisis praxiológico de la acción educativa. *Acción motriz*, 16, 7-18.
- Frömel, K., Formánková, S., & Sallis, J.F. (2002). Physical Activity and Sport Preferences of 10 to 14 Year-Old Children: A 5-Year Prospective Study. *Acta Univ. Palaki Olomuc., Gymn*, 32(1), 11-16.
- García, M., & Llopis, R. (2011). *Ideal democrático y bienestar personal. Encuesta sobre los hábitos deportivos en España 2010*. Madrid: Centro de Investigaciones Sociológicas-Consejo Superior de Deportes. Disponible en URL: <http://www.csd.gob.es/csd/estaticos/dep-soc/encuesta-habitos-deportivos2010.pdf>
- García, M., Puig, N. & Lagardera, F. (Coords.). (2002). *Sociología del deporte*. Madrid: Alianza Editorial (2ª edición).
- Gómez, M., Ruiz, F., & Pieron, M. (2010). Motivaciones en la práctica físico-deportiva del alumnado de secundaria. En Consejo Superior de Deportes (Ed.), *Actividad físico-deportiva y salud. Análisis de los determinantes de la práctica en el alumnado de enseñanza secundaria*. Madrid: CSD.
- Hernández, M. (2004). El deporte de ocio en la escuela p.223-247. En Montegudo, M.J. & Puig, N. (editoras) (2004). *Ocio y deporte: un análisis multidisciplinar*. Bilbao: Universidad de Deusto.
- Hobin, E., Leatherdale, S., Manske, S., Dubin, J., Elliott, S., & Veugelers, P. (2012). A multilevel examination of gender differences in the association between features of the school environment physical activity among a sample of graders 9 to 12 students in Ontario. Canada. *BMC Public Health*, 12(74). Doi: 10.1186/1471-2458-12-74.
- Isorna, F., Ruiz, F., & Rial, A. (2012). Variables predictoras del abandono de la práctica físico-deportiva en adolescentes. *Cultura, ciencia y deporte*, 25(8), 93-102. doi: <http://dx.doi.org/10.12800/ccd.v8i23.297>
- Martínez, A.C., Chillón, P., Martín, M., Pérez, I., Zapatera, B., Vicente, G., Casajús, J.A., Álvarez, L., Romero, C., Tercedor, P., & Delgado, M. (2012). Actitudes hacia la práctica de actividad físico-deportiva orientada a la salud en adolescentes españoles: Estudio AVENA. *RETOS. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 22, 43-48.
- Martins, J., Torres, B., Cardoso, J., Costa, A.M., & Honório, S. (2015). Influence of sociological aspects on the level of physical activity in physical education students. *Journal of Human Sport Exercise*, 10(3), pp.815-826.
- Martínez, J. & Puig, N. (2002). Espacio y tiempo en el deporte. En M. García Ferrando, N. Puig, & F. Lagardera (Comps.), *Sociología del Deporte* (pp. 151- 177). Madrid: Alianza Editorial.
- McKenzie, T.L., Marshall, S.J., Sallis, J.F., & Conway, T.L. (2000). Leisure-time physical activity in school environments: an observational study using SOPLAY. *Prev Med*, 30(1), 70-77.
- Méndez-Giménez, A. (coord.) (2009). *Modelos actuales de iniciación deportiva escolar. Unidades didácticas sobre deportes de invasión*. Sevilla: Wanceulen.
- Pano, G., & Markola, L. (2012). 14-18 years old children attitudes, perception and motivation towards extra curricular physical activity and sport. *Journal of Human Sport & Exercise*, 7(1), 51-66. <http://dx.doi.org/10.4100/jhse.2012.7.Proc1.07>
- Parlebas, P. (2001). *Juegos, deporte y sociedad: Léxico de Praxiología motriz* (Fernando González, trad.). Barcelona: Paidotribo. (Obra original publicada en 1999).
- Piedra, J., Ramírez, G., & Latorre, A. (2014). Visibilizando lo invisible: creencias del profesorado de educación física sobre homofobia y masculinidades. *Retos. Nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, 25, 60-66.
- Práxedes, A., Sevil, J., Moreno, A., del Villar, F., & García, L. (2016). Niveles de actividad física en estudiantes universitarios: diferencias en función del género, la edad y los estados de cambio. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 11(1), 123-132.
- Ramírez, E., Fernández, E., & Blández, J. (2013). Levels of physical activity in spanish adolescents (aged 12 to 14) measured by accelerometry. *Journal of human sport & exercise*, 8(2), 401-411.
- Rodríguez, D., Martínez, M.J. & Mateos, C. (2005). Identidad y estereotipos de la mujer en el deporte: una aproximación a la evolución histórica. *Revista de Investigación en Educación*, 2, 109-126.
- Serra, J.R. (2014). Análisis de la práctica de actividad física durante el recreo escolar en adolescentes de la provincia de Huesca. *Archivos de Medicina del Deporte*, 31(4), 257-262.
- Sevil, J., Abós, A., Julian, J.A., Murillo, B., & García-González, L. (2015). Sexo y motivación situacional en Educación Física: claves para el desarrollo de estrategias de intervención. *RICYDE. Revista internacional de ciencias del deporte*, 41(11), 281-296. <http://dx.doi.org/10.5232/ricyde2015.04106>
- Vaquero, A., Garay, B., & Ruiz, J. (2015). La importancia de las experiencias positivas y placenteras en la promoción de la actividad física orientada hacia la salud. *Ágora para la EF y el deporte*, 17(2) 168-181. E-ISSN:1989-7200
- Vilanova, A. & Soler, S. (2008). Las mujeres, el deporte y los espacios públicos. Ausencias y protagonismos. *Apunts, Educación Física y Deportes*, 91, 29-34.
- Videra, A., & Reigal, R. (2013). Autoconcepto físico, percepción de salud y satisfacción vital en una muestra de adolescentes. *Anales de Psicología*, 29(1), 141-147. Doi://dx.doi.org/10.6018/analesps.291.132401
- Welk, G.J., Corbin, C.B., & Dale, D. (2000). Measurement issues in the assessment of physical activity in children. *Res Q Exerc Sport*, 71(2), 59-73.

