



Revista Digital de Educación Física

ISSN: 1989-8304 D.L.: J 864-2009

HÁBITOS E INFLUENCIAS DE ADOLESCENTES EN ACTIVIDADES DEPORTIVAS EXTRAESCOLARES

Fco. Javier Grijota Pérez *
fgrijota@upsa.es

Javier Fernández Villalón*
javfer1c@gmail.com

Gema Barrientos Vicho*
gbarrientosvi@upsa.es

Diego Muñoz Marín**
dmunozmarin@gmail.com

Mario Pérez Quintero**
marioperezquintero10@gmail.com

Julio Montero Arroyo**
diffupa@gmail.com

* Facultad de Educación. Universidad Pontificia de Salamanca.

**Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte. Universidad de Extremadura.

RESUMEN

Los hábitos de actividad deportiva extraescolar en adolescentes es un ámbito que ha generado mucha expectación en abundantes estudios de las ciencias del deporte. El objetivo del presente estudio fue analizar la prevalencia de adolescentes que realizan algún tipo de actividad deportiva extraescolar; qué tipo de actividad realizaban y a su vez, el motivo por el cual la desarrollaban. Un total de 408 adolescentes participaron en el estudio de manera voluntaria y todos ellos rellenaron el cuestionario sobre actividad deportiva extraescolar diseñado por los autores. Los resultados muestran que el género femenino está por debajo del masculino en cuanto a la práctica deportiva. Por otro lado, los resultados muestran que la práctica deportiva preferida de los adolescentes es el fútbol. En conclusión, podemos destacar que las actividades deportivas extraescolares son actualmente bastante demandadas, ya que, más de un 60% de los encuestados afirma realizar alguna actividad deportiva. La decisión sobre la actividad en su mayoría, es decisión de los propios adolescentes.

PALABRAS CLAVE: actividad física; adolescentes; educación física.

1. INTRODUCCIÓN.

Actualmente el número de actividades físicas desarrolladas por la sociedad ha aumentado en comparación con años anteriores, pero realmente no se sabe la franja de edad en la que verdaderamente ha sido incrementada; y mucho menos los hábitos de los adolescentes, que cada vez realizan hábitos más sedentarios.

El concepto de “deporte escolar” hace referencia a actividades físico-deportivas que se realizan en periodos de tiempo no lectivo, siendo dirigida por educadores a partir de actividades polideportivas o recreativas y que se desarrolla con la participación de los adolescentes (Fraile et al. 2004) siendo estas actividades, una alternativa para combatir dichos hábitos relacionados con el sedentarismo o con la inactividad física.

Uno de los factores que influye sobre las actividades deportivas es lo que se conoce como “tendencia social”; englobando el proceso de socialización. Según Yubero (2005), el proceso de socialización es un continuo y está permanentemente en desarrollo, aportando unos patrones sociales determinados que regulan las conductas de las personas.

En cuanto a los motivos por los que los niños/adolescentes pueden ser atraídos por actividades fuera del horario lectivo, pueden encontrarse la práctica saludable, la competición, ganar o tener éxito en el deporte, estar con los amigos o el factor género en las actividades deportivas escolares (Fraile & De Diego, 2006).

1.1. Contexto de las actividades extraescolares deportivas.

Según la actividad extraescolar que los niños o adolescentes realizan, por lo general, deben ser contextualizadas fuera del centro escolar para que los practicantes de esas actividades perciban dicho entorno de forma adecuada, y así conseguir que no asocien esas actividades como una rutina. Además, esas actividades son desarrolladas en centros especializados, siendo mucho más específicos para desarrollar dicha actividad, ya que contarán con infraestructuras más adecuadas, al igual que los materiales para impartirlas (Reverter, Plaza, Hernández, Jove & Mayolas, 2013). Son un complemento de la enseñanza reglada, ya que ayuda a los practicantes a profundizar y ampliar los contenidos incompletos de Educación Física vistos en los colegios e institutos.

1.2. Deporte y abandono escolar.

Entre todas las causas que pueden provocar el abandono de la práctica deportiva, por parte de los escolares, se encuentra la falta de tiempo, y eso es derivado de la exigencia de los estudios por la entrada en la Educación Secundaria Obligatoria (ESO), por ello se necesita informar adecuadamente a padres y madres para que organicen el tiempo de sus hijos y así sacarle el máximo rendimiento (Hermoso, 2009).

Por otro lado, teniendo en cuenta que los estudiantes van pasando por las diferentes etapas madurativas, el abandono se puede producir por el aumento de la exigencia en los entrenamientos, la posibilidad de sufrir lesiones graves, la falta de tiempo para estar con los amigos y sobre todo el tiempo real que suponen la

realización de estas actividades deportivas, aquí influye la cercanía de las instalaciones (Mollá, 2007).

1.3. Influencia de las figuras paternas.

Para que los niños o adolescentes decidan realizar o no una actividad deportiva extraescolar, el gran factor, y uno de los principales causantes de que lo practiquen, es la influencia de sus padres.

Todos los padres y tutores deben de ser precavidos a la hora de elegir las actividades y seleccionar aquellas que sean placenteras para sus hijos, dejando de lado la subjetividad sobre aquellas actividades en las que sus hijos vayan a tener más éxito (Amenabar et al., 2008). De esta forma quizás puede reducirse el porcentaje de abandono y se promueve la continuidad de dicha actividad.

Otro factor que puede influir sobre la realización de actividades deportivas puede ser el estado de las infraestructuras en la que los estudiantes van a realizar la actividad deportiva. Este factor debe de ser evaluado por los padres, para garantizar la integridad física de sus hijos; además de este factor, se debería de analizar la cercanía de las mismas, la influencia de los medios de comunicación y los beneficios que podría aportar a cada sujeto. Así mismo, dicha práctica deportiva está condicionada por el gusto que produce en los sujetos que la practican, el disfrute y el afán de superación (Mollá, 2007).

1.4. Preparación profesional de los docentes.

Se debe insistir en la formación de los técnicos y profesionales, los cuales deben estar bien formados y tener suficientes conocimientos para intentar no causar ningún daño o trastorno sobre la salud de los practicantes. Por lo tanto, su formación debe de ser lo más completa posible porque los principales receptores de las actividades deportivas son niños o adolescentes. El técnico deportivo o entrenador, es una figura clave en la iniciación deportiva, ya que tiene el gran papel de ser la persona encargada de fomentar la actividad física y el deporte, así como intentar evitar el abandono y garantizar que dichas personas sigan realizando dichas actividades (Reverter, Plaza, Jové & Mayolas, 2012). Reverter et al., (2012) concluyen: “es necesaria una mayor profesionalización de los técnicos que imparten actividades físico-deportivas extraescolares. Por lo tanto, parece evidente la necesidad de apostar por recursos humanos competentes y que esta competencia esté asociada al reconocimiento social y económico” (p.79).

Con estas aportaciones, queda ya de manifiesto la importancia de renovar la educación y el perfil del profesor.

1.5. Influencia de los medios de comunicación.

La importancia de los medios de comunicación sobre el deporte puede llegar a modificar las conductas de sus seguidores, por lo tanto, se pueden percibir estas situaciones como peligrosas en relación con la educación y hábitos de los adolescentes y, en general, la sociedad.

El fin que persiguen estos medios es el espectáculo, es decir, ofrecer programas que impacten a la sociedad, a expensas de los riesgos que estos pueden

acarrear. Es aquí donde entra el juego el papel de los profesionales del sector, ya que son los encargados de impartir los deportes de forma adecuada y de transmitir los conocimientos teóricos aplicándolos a la práctica deportiva para todos practicantes. Son los transmisores del conocimiento, y siempre se debe de orientar hacia el ocio (Avelaneda & Lopes, 2012).

El objetivo principal de este estudio ha sido analizar la prevalencia de adolescentes que realizan algún tipo de actividad deportiva extraescolar; qué tipo de actividad realizaban y a su vez, el motivo por el cual la desarrollaban (la influencia que reciben).

2. MÉTODO.

2.1. Muestra.

El presente estudio fue llevado a cabo en institutos de la ciudad de Cáceres (n=269) (Extremadura) y Zamora (n=139) (Castilla y León), participando un total de 408 adolescentes, desde primero de la ESO, hasta cuarto de la ESO, estando su franja de edad entre los 12 y 16 años.

2.2. Procedimiento.

El estudio ha sido realizado mediante el método de cuestionarios, elaborando un cuestionario propio basado en:

- Cuestionarios para adolescentes que realizan actividad extraescolar deportiva.
- Cuestionarios para adolescentes que no realizaban actividad extraescolar deportiva.

El cuestionario cuenta con preguntas abiertas y cerradas que nos permiten conocer datos sociodemográficos de los adolescentes, como el tiempo invertido en las actividades extraescolares deportivas o las horas dedicadas a realizar las tareas de clase en sus domicilios, que nos proporcionaron información sobre la dedicación personal a cada actividad.

Finalmente, todos los adolescentes han realizado un cuestionario auto administrado elaborado por los autores del presente trabajo, centrándose en el objetivo del mismo.

2.3. Análisis estadístico.

Para el procedimiento y el análisis de los datos se realizó un estudio de frecuencias y los datos se expresaron mediante porcentajes, todo ello se realizó a través del paquete estadístico SPSS 24.0.

3. RESULTADOS.

3.1. Muestra completa.

En este estudio han participado un total de 408 adolescentes.

De los cuales 269 (66%) eran de la Comunidad de Extremadura (Cáceres) y 139 (34%) de Castilla y León (Zamora).

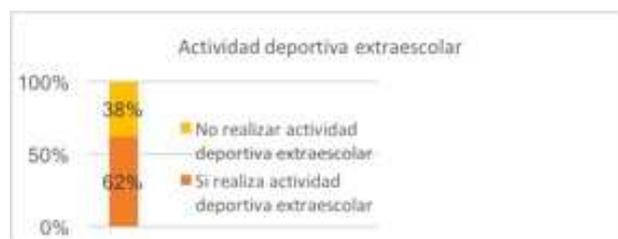


Figura 1. Actividad deportiva extraescolar.

De esta muestra el 62% de los adolescentes declaró haber realizado algún tipo de actividad deportiva extraescolar; mientras que un 38% no realizaba ningún tipo de actividad deportiva extraescolar.

3.2. Género.

De todos los adolescentes, el 53,4% eran de género masculino y el 46,6% femenino.

Del 53,4% de adolescentes de género masculino, el 75% realizaban algún tipo de actividad deportiva extraescolar, mientras que el 25% no realizaban ningún tipo de actividad.

Del 46,6% de adolescentes de género femenino, el 46% realizaban algún tipo de actividad deportiva extraescolar, sin embargo, el 54% no realizaba ningún tipo de actividad.

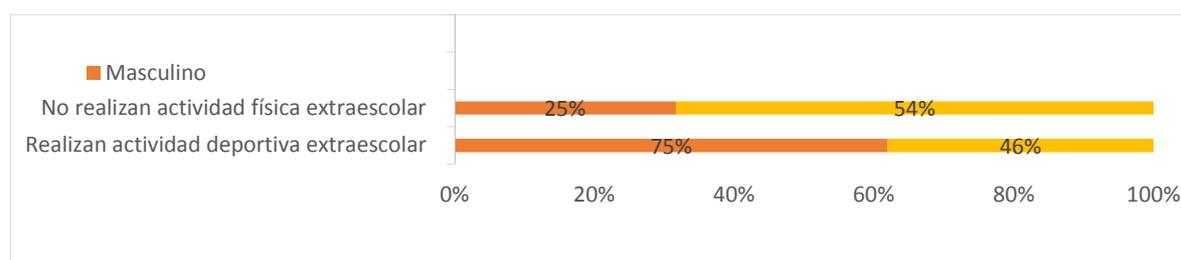


Figura 2. Muestra sesgada por géneros.

3.3. Actividad extraescolar académica.

Del total de adolescentes, el 26% realizaba alguna actividad extraescolar académica; mientras que el 74% no realizaba ninguna. Todas las actividades extraescolares académicas que los adolescentes realizaban se pueden concentrar en la siguiente gráfica:

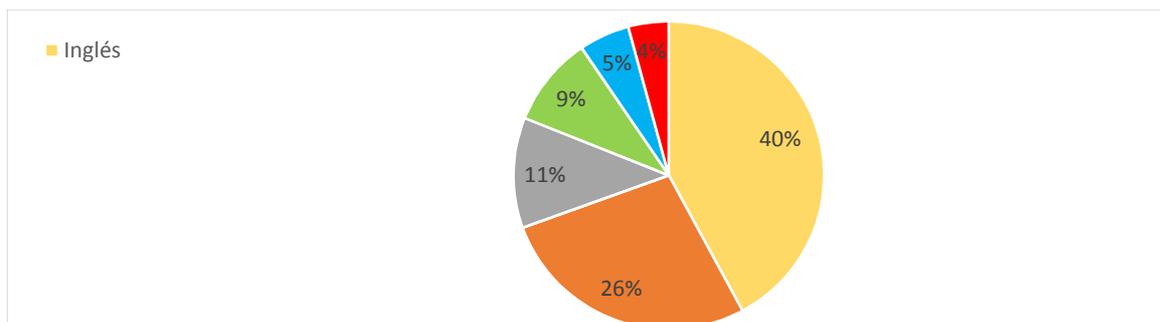


Figura 3. Actividad extraescolar académica.

3.4. Inversión del tiempo libre.

Los adolescentes en sus tiempos libres realizaban diferentes actividades, dentro de todas ellas, las que principalmente realizaban se muestran en el siguiente gráfico.

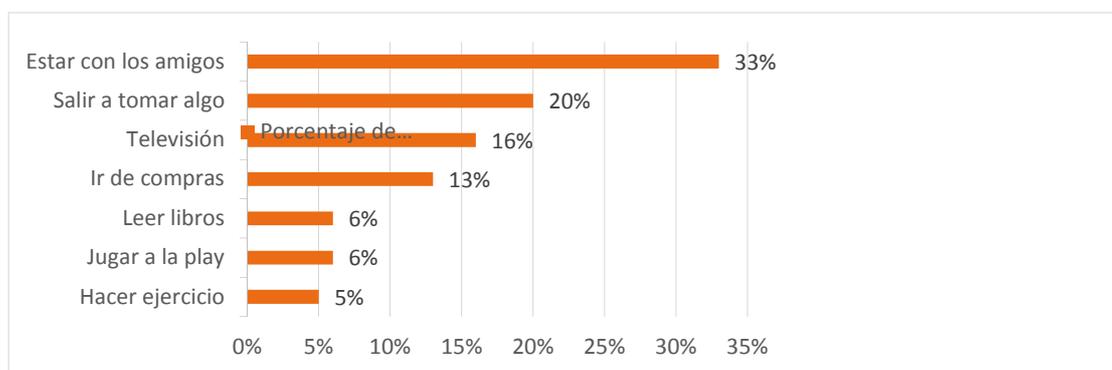


Figura 4. Inversión del tiempo libre.

3.5. Muestra que realiza algún tipo de actividad deportiva extraescolar.

Para los adolescentes que realizan algún tipo de actividad, se les entregó un cuestionario en el que se analizan variables como la frecuencia y horas que dedicaban a realizar esa actividad deportiva durante la semana, el tipo de actividad deportiva que realizaban, así como la forma en la que reciben estas actividades.

3.6. Tipos de actividades deportivas extraescolares.

En cuanto a los tipos de actividades, las elegidas y más practicadas por los adolescentes para ocupar su tiempo libre fuera de la escuela son las que se muestran en el siguiente gráfico.

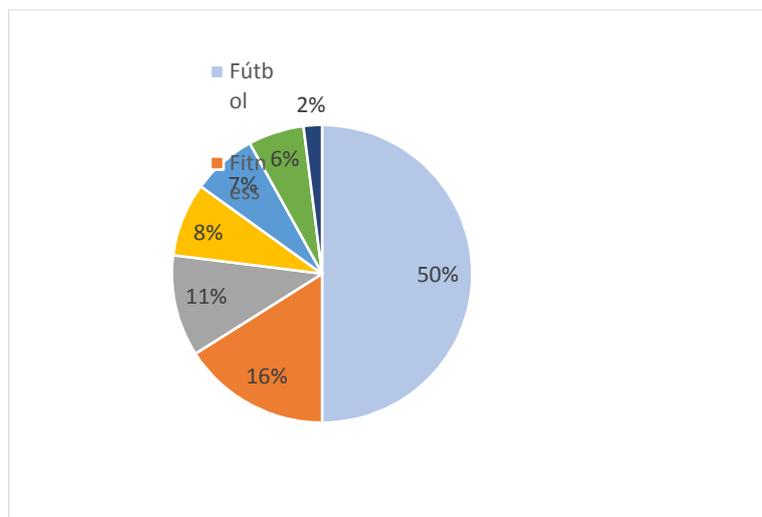


Figura 5. Actividades deportivas extraescolares realizadas.

3.7. Influencia en la decisión sobre la actividad deportiva extraescolar.

Cuando los adolescentes afrontaron la pregunta: ¿Recibiste influencia de alguien en tu decisión?, los adolescentes tenían para seleccionar cinco opciones, las cuales se muestran en el siguiente gráfico.

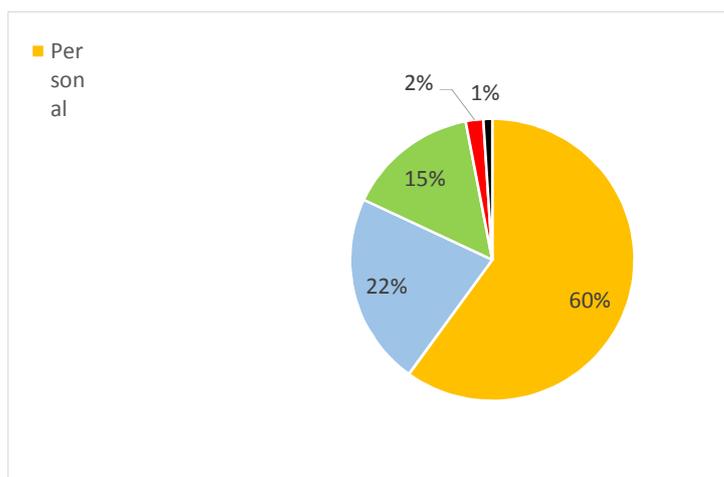


Figura 6. Influencia sobre la decisión de la actividad deportiva extraescolar practicada.

3.8. Monitor/Entrenador de la actividad deportiva extraescolar.

Haciendo referencia a la calidad percibida por los adolescentes de las actividades deportivas extraescolares, se ofrecieron tres preguntas cerradas, relacionadas con la flexibilidad y dinamismo de sus monitores/entrenadores a la hora de impartir esas disciplinas.

Esas preguntas hacían referencia a si sus monitores/entrenadores les explicaban el trabajo a desarrollar; si estos monitores/entrenadores animaba a todos los integrantes del equipo por igual; y si los ejercicios los adaptaba a todo el grupo.

En la tabla 1 se resumen sus respuestas.

Tabla 1.
Percepción del trabajo del entrenador/monitor.

Variables	Respuesta	
	SI	NO
Explicación del trabajo a realizar	86%	14%
Animación	90%	10%
Adaptación de las tareas	58%	42%

3.9. Muestra que no realiza ningún tipo de actividad deportiva extraescolar.

Para los adolescentes que no realizaban ningún tipo de actividad deportiva extraescolar, se les entregó un cuestionario diferente al de los practicantes, para analizar otras variables como si querían o no realizar alguna actividad deportiva, si se le habían prohibido practicar alguna actividad, o la valoración sobre las clases de educación física que reciben en sus institutos.

3.10. Actividad deportiva extraescolar.

Del total de adolescentes que no realizaban actividades deportivas extraescolares, algunos de ellos reflejaron que sí querrían realizar algún tipo de actividad, concretando en fútbol, baloncesto y voleibol como las mas demandadas por la mayoría. El siguiente gráfico muestra dicha decisión.



Figura 7. Deseo de realizar actividad deportiva extraescolar.

3.11. Influencia paterna.

A todos estos adolescentes se les preguntó sobre su entorno familiar, si les habían preguntado si querían realizar algún tipo de actividad deportiva y si le prohibieron alguna.

Tabla 2.
Influencia del entorno familiar.

Variables	Respuesta	
	SI	NO
Preguntaron a sus hijos	70%	30%
Prohibieron alguna actividad	94%	6%

3.12. Calidad de las clases de educación física.

A la hora de calificar las clases de educación física, el 30% coincidió en una nota de 8, por lo que consideran la asignatura importante pero no imprescindible.

El siguiente gráfico muestra las tendencias de estos adolescentes:

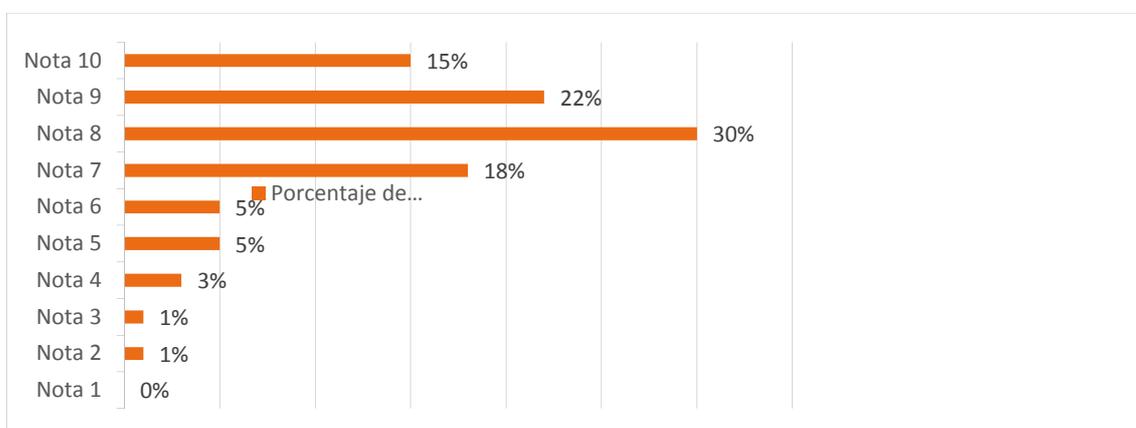


Figura 8. Calidad clases de educación física.

Se usó también el Cuestionario de Motivación en las Clases de Educación Física (CMEF) (Sánchez-Oliva, Leo, Amado, González-Ponce y García-Calvo, 2012), siendo un cuestionario compuesto por 20 ítems y 5 posibilidades de respuesta que miden la regulación motivacional de los alumnos, concluyendo en base a los resultados obtenidos por el cuestionario CMEF (Anexo I), que la mayoría del alumnado muestran una motivación intrínseca y de regulación identificada alta, es decir, practican una actividad por el placer que obtiene en el desarrollo de la misma, incluso se identifica con la misma por la apreciación de los beneficios que conlleva, respectivamente y además, presentan los valores más bajos de desmotivación.

4. DISCUSIÓN.

Practicar actividades deportivas o realizar ejercicio físico intenso o moderado todos los días, o casi todos, no debe de ocupar al día muchas horas, ya que este tiempo puede provocar en los niños o adolescentes un cansancio, que si no se acompaña de un buen descanso puede acumulándose y eso podría llegar a provocar un empeoramiento en su rendimiento escolar. Sobre estos matices hablan Cladellas, Clariana, Gotzens, Badia y Dezcallar (2015), quienes han llegado a afirmar que, si se realiza algún tipo de ejercicio físico y se descansa lo necesario, el rendimiento escolar de los niños y adolescentes puede verse muy beneficiado; por el contrario, si no se posee unos patrones de descanso adecuados y se realiza alguna actividad deportiva (más de 5 horas a la semana), el rendimiento escolar descende notablemente. La presencia de algún tipo de actividad deportiva, aparte de ayudar al rendimiento, también ayuda a conciliar mejor el sueño, y por lo tanto a mejorar la calidad del sueño.

En la realización de actividades deportivas, un factor muy importante y que realmente es el que produce las experiencias positivas o negativas sobre los niños y adolescentes es la escuela e institutos de educación secundaria (Pate, Corbin,

Simons-Morton & Ross, 1987, citados por Balaguer & Castillo, 2002, p. 42), siendo a través de las clases de educación física, los profesores, quienes influyen en la aceptación o rechazo de las diferentes disciplinas deportivas que se desarrollan en sus clases (Moreno & Cervelló, 2003). Se debe ser cuidadoso, ya que es el momento donde se puede tomar la decisión de realizar una actividad deportiva o no, debido a que es cuando se produce el primer contacto con la misma, y si este contacto es negativo, se provocará el rechazo por parte del niño o adolescente, y ello es sinónimo de que no realizarán esa disciplina. Por lo tanto, la formación de los profesores debe de ser la más adecuada posible, con unas conductas que fomenten la realización de actividades deportivas.

Acerca de la preparación de los profesionales que imparten las actividades deportivas, pero sobre todo los profesores encargados de impartir la asignatura de educación física, López et al. (2016) afirmaron que integrar a todos los profesionales de este ámbito (profesores del mismo centro), haciéndolos pertenecer a un mismo grupo, favorece la creación de dinámicas colaborativas, y ello produce una formación permanente y de calidad, innovando y adaptándose a las diferentes generaciones; también concluyeron que la teoría y la práctica deben de tener una relación recíproca para mejorar la calidad de la práctica educativa, y así suscitar a los practicantes la reflexión-acción. Todo ello provocará un ambiente positivo con buenas relaciones personales entre ellos y favorecerá el interés por parte de los estudiantes para realizar una práctica deportiva en horario no lectivo.

En este estudio, los adolescentes que realizan actividades deportivas, aproximadamente el 90% de ellos afirma que sus entrenadores/monitores les explicaban los objetivos de las sesiones y que les apoyan en sus decisiones, tengan o no éxito; pero en cambio solamente el 58% de los adolescentes afirma que sus monitores/entrenadores se adaptan a sus capacidades individuales. Estos resultados llevan a plantearse que la calidad de la enseñanza, en lo que se refiere a actividades deportivas, es adecuada, pero no es completamente idónea, ya que uno de los principios principales que todos los profesionales de este sector deben conocer y respetar es el principio de la individualidad, ya que cada adolescente es diferente y se debe de intentar adaptar los entrenamientos y las prácticas deportivas a ellos para causarles beneficios y no lesiones o rechazo. Si bien es cierto que, en deportes colectivos, esta tarea es más compleja, pero con un buen equipo de ayudantes y materiales adecuados es posible, y es competencia de los profesionales ofrecer actividades deportivas de calidad.

En cuanto a los estereotipos sobre quién debe y no realizar actividades deportivas, Balaguer y Castillo (2002) hablan de que el número de adolescentes y niños de género femenino que practican algún deporte o actividad física es inferior al masculino, y que concretamente la edad de abandono no es posible establecerla en una edad concreta porque en todas las edades se producen abandonos de la práctica deportiva. En términos generales, puede afirmarse, que los hombres participan más en las actividades físicas que las mujeres, evidenciándose especialmente estas diferencias en las edades comprendidas entre los 15 y los 24 años. Los jóvenes varones tienden a hacer ejercicio físico de forma regular considerablemente más que en comparación a sus homólogas femeninas (74 % frente al 55%) (Eurobarometer 2014).

Esta aportación sobre la diferencia entre géneros puede ser reforzada con el presente estudio, del total de adolescentes que practican actividad deportiva extraescolar, un 35% de los que realizan alguna actividad son de género femenino, mientras que un 65% son del masculino. Este resultado sigue reflejando la tendencia mostrada en otros estudios, y es que sigue habiendo predominio por parte del género masculino, en lo que se refiere a la realización de alguna actividad deportiva.

En cambio, el género femenino obtiene su valor más alto, un 65%, cuando se alude al abandono o la no realización de actividades deportivas; el género masculino encuentra este porcentaje en torno al 35%.

Es cierto que, en edades tempranas, son los padres los que dirigen las vidas de sus hijos, seleccionando la actividad deportiva a desarrollar, llevándolos a realizarlas, animándoles; pero también es cierto que los niños al ir pasando por las diferentes etapas educativas van tomando sus propias decisiones sobre esa actividad, y por lo tanto pasan a ser los protagonistas en si quieren desarrollar o no esa actividad.

Pero para los niños y adolescentes las actividades deportivas también suponen un lugar a través del cual potenciar las relaciones sociales, siendo ese motivo uno por los que la influencia paterna y familiar es desplazada a un segundo plano y obtienen más prioridades las opiniones de los amigos (Granda, Alemany, Montilla, Barbero, Mingorance & Rojas, 2013).

Para concluir debemos de hacer hincapié en la opinión de los adolescentes sobre si la educación física es importante para ellos. De los adolescentes que no realizan actividades deportivas, un 96% afirmo que sí. Sobre este tema, un estudio realizado por Moreno y Cervelló (2003), concluyeron que la educación física es una de las asignaturas que más gusta, pero que se ve influenciada por el profesor, ya que, si se muestra democrático, bondadoso, alegre, los adolescentes muestran mejores opiniones sobre ella; pero verdaderamente los que la consideran importante son todos aquellos que realizan algún deporte. Además, los padres que realizan algún tipo de actividad deportiva provoca en sus hijos una motivación extra de cara a afrontar las clases de educación física.

5. CONCLUSIONES.

Tras comprobar y analizar todos los resultados extraídos de los cuestionarios sobre las actividades deportivas extraescolares entregados a los adolescentes, podemos llegar concluir:

- Las actividades deportivas extraescolares son actualmente bastante demandadas, ya que, más de un 60% de los encuestados afirma realizar alguna actividad deportiva.
- Según el género, se observa que el género femenino sigue realizando menos cantidad de actividad deportiva que el género masculino.
- El tiempo libre es dedicado por los adolescentes a realizar diferentes actividades como leer o practicar alguna actividad deportiva que les divierta. Pero, sobre todo en estas con los amigos y familiares.
- En lo que hace referencia a las tendencias deportivas de los adolescentes, se observa que el deporte prioritario es el fútbol, seguido por el fitness y el baloncesto.

- La decisión sobre la actividad deportiva y si quiere o no desarrollar es en su mayoría, por decisión de los propios adolescentes.
- La conducta de los padres según los adolescentes es que, siempre le había permitido a sus hijos realizar cualquier tipo de actividad; sin embargo, un 9% de los padres, ha prohibido a sus hijos realizar algún tipo de actividad deportiva.
- Los adolescentes consideran que la educación física es muy importante para ellos y que les ofrece la posibilidad de desarrollar algún tipo de actividad deportiva y desconectar de la rutina del día a día.

6. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

Amenabar, B., Sistiaga, J. J. & Gracia, E. (2008). Revisión de los distintos aspectos de la influencia de los padres y las madres en la práctica de la actividad física y el deporte. *Educación física y deporte*, 3(93), 29-35. Recuperado de <http://www.raco.cat/index.php/ApuntsEFD/article/viewFile/300150/389617>

Avelaneda, M. & Da Silva, C. (2012). El deporte y la televisión: El papel profesional de la educación física. *Nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (22), 33-37. Recuperado de <https://recyt.fecyt.es/index.php/retos/article/view/34581/18705>

Balaguer, I. & Castillo, I. (2002). Estilos de vida en la adolescencia. Promolibro. Recuperado de http://www.uv.es/icastill/documentos/2002.BalaguerCastillo_ActFisica_Ej_Dxt.pdf

Cladellas, R., Clariana, M., Gotzens, C., Badia, M. & Dezcallar, T. (2015). Patrones de descanso, actividades físico-deportivas extraescolares y rendimiento académico en niños y niñas de primaria. *Psicología del deporte*, 24(1), 53-59. Recuperado de <https://ddd.uab.cat/record/128708>

Eurobarometer: Sport and Physical Activity. Special Eurobarometer 2014,334/Wave 72.3.

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. *Internacional de Sociología*, 64 (44), 85-109. Recuperado de <http://revintsociologia.revistas.csic.es/index.php/revintsociologia/article/view/29/29>

Fraile, A., Álamo J.M., Van de Bergh K., Gozález J, Graça A., & Kirk D. (2004). El deporte escolar en el siglo XXI: Análisis y debate desde una perspectiva europea. Graó. Recuperado de <https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=EbEhSVgYRHkC&oi=fnd&pg=PA5&dq=e+estructura+socializadora+del+deporte+escolar&ots=sxq8bANL-y&sig=z-2eP4YPW5c3kJhGc5uVLbRh-30#v=onepage&q=estructura%20socializadora%20del%20deporte%20escolar&f=false>

Granda, J., Alemany, I., Montilla, J. M., Barbero, J. C., Mingorance, A. & Rojas, G. (2013). Frecuencia de práctica y motivos de participación en actividades físicas en

función del género y la edad de escolares de 13-14 años de Melilla. *Publicaciones*, 43, 79-97. Recuperado de <http://hdl.handle.net/10481/35573>

Hermoso, Y. (2009). Estudio de la ocupación del tiempo libre de la población escolar y su participación en actividades extraescolares (Tesis inédita de doctorado). Universidad de Málaga, Málaga.

López, V. M., Ruano, C., Hernan-Gómez, A., Cabello, A. M., Hernández, B., Sánchez, B., García, G., Roldán, H., Herrero, J., Barrios, J., Egido, J., González, J., Sáez, J., Álvarez, L., Gonzalo, L. A., Muñoz, M^a J., Ramos, M. A., Pedraza, M., Vacas, R., Regidor, S. & Lucía, D. (2016). Veinte años de formación permanente del profesorado, investigación-acción y programación por dominios de acción motriz. *Retos*, 29, 270-279. Recuperado de <https://recyt.fecyt.es/index.php/retos/article/view/42494/25497>

Mollá, M. (2007). La influencia de las actividades Extraescolares en los Hábitos deportivos de los Escolares. *Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 7 (27), 241-252. Recuperado de <http://cdeporte.rediris.es/revista/revista27/artinfluencia41f.htm>

Moreno, J. A. & Cervelló, E. (2003). Pensamiento del alumno hacia la educación física: su relación con la práctica deportiva y el carácter del ecuador. *Enseñanza*, 21, 345-362. Recuperado de <http://digibug.ugr.es/handle/10481/35573#.WPsgj4jyIU>

Reverter, J., Plaza, D., Carmen Jové M. & Mayolas, M.^a C. (2012). Influencia de los técnicos en el deporte extraescolar. El caso de la ciudad de Torreveja. *Retos: nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 22, 76-80. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/3985150.pdf>

Reverter, J., Plaza, D., Hernández, V., Jove, C. & Mayolas, M. C. (2013). Valoración de los usuarios directos e indirectos de los servicios deportivos extraescolares. *Psicología, Ciències de l'Educació i de l'Esport*, 31 (2). Recuperado de <http://www.revistaaloma.net/index.php/aloma/article/view/192/136>

Yubero, S. (2005). Socialización y aprendizaje social. Recuperado de <http://www.ehu.eus/documents/1463215/1504276/Capitulo+XXIV.pdf>

AGRADECIMIENTOS.

Agradecemos la participación a todos los alumnos y alumnas del estudio y a todos los profesores por su ayuda desinteresada.

Fecha de recepción: 24/3/2018

Fecha de aceptación: 12/7/2018