



MACOFYD

Cuestionario de motivaciones, actitudes y comportamientos en el ocio físico-deportivo

Ana Ponce de León Elizondo
 Eva Sanz Arazuri
 Rafael Ramos Echazarreta
 M^a Ángeles Valdemoros San Emeterio

(Miembros de AFYDO, Grupo de Investigación de la Universidad de La Rioja)



UNIVERSIDAD DE LA RIOJA

MACOFYD
CUESTIONARIO DE MOTIVACIONES, ACTITUDES
Y COMPORTAMIENTOS EN EL OCIO
FÍSICO-DEPORTIVO JUVENIL

Ana Ponce de León Elizondo
Eva Sanz Arazuri
Rafael Ramos Echazarreta
M^a Ángeles Valdemoros San Emeterio

Miembros de AFYDO, Grupo de Investigación de la Universidad de La Rioja

MACOFYD
CUESTIONARIO DE MOTIVACIONES, ACTITUDES
Y COMPORTAMIENTOS EN EL OCIO
FÍSICO-DEPORTIVO JUVENIL

Universidad de La Rioja
Servicio de Publicaciones
2024

MACOFYD : cuestionario de motivaciones, actitudes y comportamientos en el ocio físico-deportivo juvenil / Ana Ponce de León Elizondo... [et al.]. – Logroño: Universidad de La Rioja, Servicio de Publicaciones, 2010

64 p. ; 29 cm. + 1 folleto (8 p.); 1 hoja

ISBN 978-84-96487-59-8

1. Educación física. 2. Deportes. 3. Tiempo libre. 4. Encuestas. I. Ponce de León Elizondo, Ana. II. Universidad de La Rioja. Servicio de Publicaciones.

79:316(460)

La elaboración, aplicación y validación de este cuestionario ha contado con el soporte financiero de la Consejería de Educación, Cultura y Deporte del Gobierno de La Rioja a través de dos Proyectos del Plan Riojano de I+D+I concluidos en los años 2007 y 2010. Referencias ANGI 2005/17 y FOMENTA 2007/02.



© Logroño, 2024, Los autores. Este trabajo se distribuye bajo una licencia CC BY NC-ND (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/deed.es>).

Edita: Universidad de La Rioja. Servicio de Publicaciones

Diseño de portada: Universidad de La Rioja. Servicio de Comunicación

Producción Gráfica: Reproestudio, S.A.

ISBN 978-84-96487-59-8 (rústica)

ISBN 978-84-09-54863-7 (pdf)

Índice

1. Antecedentes, justificación y finalidad del cuestionario	9
2. Variables que se pretenden analizar con el cuestionario	13
2.1. Foco de características identificativas	13
2.2. Foco de tiempo libre y ocio	15
2.3. Foco de práctica físico-deportiva	17
3. Estructura del cuestionario	23
4. Protocolo del cuestionario	33
5. Normas de aplicación y corrección	35
5.1. Antes de comenzar	35
5.2. Durante la aplicación	35
5.3. La corrección	36
6. Validez y fiabilidad del instrumento	37
6.1. Validez del cuestionario	37
6.1.1. Validez de contenido	37
6.1.2. Validez de constructo	41
6.2. Fiabilidad del cuestionario	52
7. Bibliografía	53
8. Epílogo	55
9. Ficha técnica	57
10. Anexos	59

1. Antecedentes, justificación y finalidad del cuestionario

Los autores¹ de esta obra, miembros del grupo de investigación de la Universidad de La Rioja AFYDO, vienen dirigiendo sus esfuerzos de investigación al estudio de la actividad física y el deporte en el espacio del ocio y en el marco de la educación en valores, siendo la salud el valor conductor del proceso. Se parte del convencimiento de que desde este valor, dada la cualidad “holista” que integra las dimensiones física, psicológica y social del individuo, se posibilita el trabajo transversal del resto de valores.

Se trata de un grupo que, desde la década de los 90, viene realizando estudios como los de Ponce de León (1998), que analizan las ocupaciones del tiempo libre (entre las que se hallan la práctica físico-deportiva) y el rendimiento académico de los adolescentes riojanos, o el de Sanz (2005).

Sus trabajos han contado con el respaldo de planes de I+D+I y cuentan con el reconocimiento a la investigación del Ministerio de Educación. Proyectos de investigación como *Análisis de los valores y actitudes expresados en el ocio físico-deportivo de los jóvenes riojanos: diagnóstico para diseñar un programa de intervención* (Fomenta 2007/02) o *Las actividades físico-deportivas de tiempo libre de los jóvenes riojanos de Secundaria, Formación Profesional y Bachillerato: Análisis y propuestas de mejora* (ANGI 2005/17) han utilizado el cuestionario MACOFYD como instrumento de medida.

Además, es un grupo con una participación muy activa en congresos internacionales relacionados con la actividad física y la salud del adolescente y del joven. En este punto, se puede destacar el trabajo que lleva por título *La salud, valor condicionante de las experiencias de ocio físico-deportivo*, que obtuvo el primer premio en el II Congreso Internacional de Ciencias del Deporte llevado a cabo en 2008 en Pontevedra.

Asimismo, sus miembros son autores de diversas publicaciones en revistas científicas vinculadas a la actividad física, al deporte y a la educación, en las que se ha empleado el presente cuestionario. Algunos de sus últimos trabajos son:

- Ramos, R.; Valdemoros, M. A.; Ponce de León, A. y Sanz, E. (2007). La influencia de los profesores sobre el ocio físico-deportivo de los jóvenes: percepción de los agentes educativos más cercanos a ellos. *Profesorado. Revista de currículum y formación del profesorado*, 11 (2).

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

- Valdemoros, M. A.; Ponce de León, A.; Sanz, E. y Ramos, R. (2007). El valor de la salud en las experiencias de ocio físico-deportivo de los jóvenes y adolescentes: conceptualización y estado de la cuestión. *Contextos Educativos. Revista de educación*, 10 (117-132).
- Ponce de León, A.; Sanz, E.; Valdemoros, M.A. y Ramos, R. (2009). Los valores personales en el ocio físico-deportivo. Un estudio con jóvenes, padres y profesores. *Bordón. Revista de pedagogía*, 61 (1) (27-39).

Nuestra vocación investigadora, unida al hecho de que somos también educadores, nos hace percibir la necesidad de estudiar y analizar el ocio físico-deportivo desde un prisma educativo. Consideramos que para poder consolidar un adecuado hábito físico-deportivo tiene que existir una sinergia entre la educación formal, la no formal y la informal en dicha materia.

En este sentido se puede apreciar que, a nivel formal, la legislación educativa vigente y, sobre todo, el currículo de la asignatura de Educación Física en las distintas etapas educativas destacan la necesidad de practicar actividad físico-deportiva, incidiendo en la búsqueda de hábitos físicos adecuados que posibiliten unos beneficios para la salud de los practicantes.

Por otro lado, a nivel no formal, se puede apreciar cómo en las últimas décadas nuestro país ha experimentado un desarrollo político y social considerable, facilitando un mejor estado de bienestar. Este desarrollo también se está viendo reflejado progresivamente en las intenciones de mejora de los hábitos físico-deportivos de la población apostando, desde las distintas entidades y organismos que conforman los gobiernos, por una práctica físico-deportiva adecuada y de calidad. En este sentido, cabe destacar los esfuerzos que desde el Consejo Superior de Deportes se están realizando con el objeto de establecer un plan integral de actividad física y deporte, en el que se involucren distintos organismos colaboradores (universidades, centros escolares, ayuntamientos, entidades privadas...), dirigido al conjunto de la población española (escolares, personas mayores, personas con discapacidad...).

Si a todo ello unimos la preocupación que padres y familiares muestran diariamente por la adquisición y la mejora de unos hábitos de vida saludables en los escolares, podemos llegar a pensar que la adquisición de un ocio físico-deportivo habitual y sano es uno de los objetivos ineludibles que se debe lograr en la sociedad, en general, y en los adolescentes y jóvenes, en particular, máxime cuando la adolescencia y la juventud se constituyen en etapas evolutivas en las que se produce un descenso de actitudes favorables hacia la práctica físico-deportiva. Esta cuestión va en detrimento de los intereses, de las motivaciones y de la propia práctica, tal y como ponen de manifiesto diferentes investigaciones sobre el tema, caso de Mowatt, DePauw y Hulac (1988), Moreno y Hellín (2002), Moreno, Rodríguez y Gutiérrez (2003) o Velázquez y Hernández (2003).

Ante esta situación, y a pesar de los esfuerzos plausibles a nivel formal, no formal e informal en materia físico-deportiva, nosotros, como investigadores, nos planteamos las siguientes cuestiones: ¿Se reflejan estos esfuerzos en un aumento de la práctica de los adolescentes? ¿Llega a incidir la labor educativa en una mejora de la cultura físico-deportiva de los escolares? ¿Qué postura e interés muestran los adolescentes frente a la actividad físico-deportiva? ¿Cuáles son sus demandas y sus comportamientos físico-deportivos? ¿Qué impulsa a un adolescente a ser o no físicamente activo?

Tratando de dar respuesta a estas inquietudes, el grupo de investigación AFYDO de la Universidad de La Rioja presenta en esta obra una herramienta de fácil manejo: el cuestionario MACOFYD. Éste permitirá al usuario que lo utilice conocer y valorar las motivaciones, las actitudes y los comportamientos que los sujetos presentan hacia la práctica físico-deportiva en el marco del ocio.

Asimismo, la aplicación de esta herramienta nos llevará a conocer, bajo la percepción de los propios jóvenes, cómo y en qué medida los esfuerzos del sistema educativo y de los agentes educativos (profesores, clases de Educación Física) pueden llegar a incidir en el ocio físico-deportivo. Nos permitirá, incluso, detectar posibles desajustes entre la oferta físico-deportiva de instituciones públicas y privadas y las demandas de este sector de la población, pudiendo llegar a advertir las necesidades y los intereses de los adolescentes y jóvenes por la práctica físico-deportiva, de manera que se puedan facilitar, proponer y, en definitiva, incrementar los niveles de esta práctica saludable para la población juvenil.

Investigaciones en el ámbito físico-deportivo como la de Torregosa y Lee (2000) exponen que el clima motivacional o las actitudes son factores determinantes para conocer en qué grado la práctica deportiva proporciona un entorno positivo o negativo a los jóvenes deportistas. Para alcanzar los resultados, en su estudio, describen el instrumento utilizado para evaluar los valores de los participantes en la práctica físico-deportiva: el *Sport Value Questionnaire (SVQ)*, diseñado por Lee, Witthead y Balchin (2000), y su adaptación al español *SVQ-E*. Cabe destacar que valores como el logro personal, la ayuda y la diversión ocupan puestos de preferencia, mientras que el valor de ganar se presenta en una de las últimas posiciones dentro de las motivaciones de práctica.

Otras investigaciones, como la de Castillo y Balaguer (2001), analizan los motivos que los adolescentes y jóvenes valencianos de entre 11 y 18 años consideran importantes para realizar una actividad deportiva. Para tal fin, estos investigadores emplean el Inventario de Salud en Escolares, traducido al castellano (Wold, 1995; Balaguer, 1999), constatando que los jóvenes valoran como aspectos importantes de la práctica físico-deportiva hacer nuevas amistades y ver a los amigos, entre otros.

En esta línea, Moreno y Hellín (2002) analizan a adolescentes de entre 11 y 15 años de ambos sexos y pertenecientes a colegios públicos y concertados, utilizando el cuestionario C.A.E.F. (Cuestionario de Actitudes hacia la Educación Física), elaborado por Moreno, Rodríguez y Gutiérrez (1996). Los autores constatan que los alumnos más jóvenes (11-12 años) destacan de manera especial en la práctica físico-deportiva los aspectos socioafectivos y de relación social.

Si nos detenemos en investigaciones con jóvenes universitarios, estudios como los de Pavón, Moreno, Gutiérrez y Sicilia (2003) dan a conocer diferencias en los motivos para la participación en actividades físico-deportivas de los estudiantes universitarios de Almería, Murcia y Valencia, tomando como referencia el nivel que poseen de práctica: principiante, avanzado y experto. Para tal fin, los investigadores emplean el Cuestionario de Actitudes, Motivaciones e Intereses hacia las Actividades Físico-deportivas (CAMIAF). Los autores constatan que los deportistas principiantes destacan como motivos principales de práctica aquellos relacionados con la forma física y la imagen personal. Sin embargo, entre los alumnos de nivel avanzado, la aventura es el motivo fundamental. Por su parte, aquellos practicantes expertos centran su interés, principalmente, en la búsqueda del hedonismo, la competición, las relaciones sociales y la capacidad personal.

Recientes investigaciones realizadas por el grupo de investigación AFYDO de la Universidad de La Rioja con adolescentes, en las que se ha utilizado el cuestionario MACOFYD, dan a conocer que en la práctica físico-deportiva del adolescente y del joven existen numerosos factores y variables que se asocian a un estilo de vida físico-deportivo activo. Así, en relación con el factor de la edad, se descubre que el comienzo de la práctica física antes de los 6 años está vinculado estrechamente con un ocio físico-deportivo activo en el adolescente. Por otra parte, factores externos a los escolares, como la importancia que confieren tanto los padres como los amigos a la actividad físico-deportiva, son también aspectos que se asocian a una mayor práctica de los adolescentes.

Si se atiende a las razones de la práctica físico-deportiva, estudios como el de Ramos, Valdemoros, Ponce de León y Sanz (2008), en el que se emplea el cuestionario MACOFYD, afirman que los adolescentes riojanos de Educación Secundaria Obligatoria se inician y se mantienen en su ocio físico-deportivo fundamentalmente porque les gusta y les divierte. No obstante, aspectos como la mejora de la salud y la calidad de vida se constituyen en un motivo que obtiene también gran relevancia, especialmente con el transcurrir de la práctica físico-deportiva, estableciéndose como segundo motivo esencial en la conservación de un ocio físico-deportivo de los adolescentes riojanos.

El estudio y análisis de la posible incidencia de estos factores y otros muchos, tales como los espacios disponibles, el contexto de práctica o los materiales físico-deportivos de los que se dispone en otras poblaciones de adolescentes y de jóvenes, permitirá conocer la demanda físico-deportiva de los sujetos; de este modo, se podrá adaptar la oferta de práctica física y deportiva de las entidades privadas e instituciones públicas que gestionan este tipo de actividades.

Esta situación hace necesaria la elaboración de estudios que, de una forma sistemática y continuada, sirviéndose de herramientas validadas y adecuadas como la que exponemos en esta obra, den a conocer los intereses y comportamientos físico-deportivos que muestra la población adolescente y juvenil.

2. Variables que se pretenden analizar con el cuestionario

Si se pretende conocer y analizar el ocio físico-deportivo de una población en concreto, como puede ser la de adolescentes y jóvenes, resulta de vital importancia controlar las características sociodemográficas de la población de estudio y los aspectos relacionados con su tiempo libre y ocio, así como los datos vinculados a la situación de práctica físico-deportiva propia del sujeto. Todos estos aspectos constituyen los grandes focos del estudio.

A partir de esta clasificación se estructuran las diversas dimensiones de estudio, cada una de las cuales aglutina, a su vez, las diferentes variables, tal y como se expone a continuación.

2.1. FOCO DE CARACTERÍSTICAS IDENTIFICATIVAS

Se estudian las particularidades sociodemográficas de la comunidad adolescente riojana de ESO a través de cuatro dimensiones:

A) Características personales

Esta dimensión abarca dos variables:

- a) Género.
- b) Edad.

B) Características contextuales y ambientales

Esta dimensión aglutina dos variables:

- a) Lugar de residencia.

Se establecen tres categorías: capital de provincia / otro municipio de la provincia / otro municipio de otra provincia.

- b) Situación educativo-laboral.

Se trata de una variable dicotómica: estudia / trabaja.

C) Características educativas

La presente dimensión viene configurada por tres variables de identificación:

- a) Tipo de centro.

Posee tres categorías: centro educativo público / centro educativo concertado / centro educativo privado.

b) Ubicación del centro.

Es una variable dicotómica: centros de la capital de la provincia / centros del resto de la provincia.

c) Etapa y curso en los que se encuentra estudiando.

Se contemplan las siguientes categorías:

- 1º de Educación Secundaria Obligatoria.
- 2º de Educación Secundaria Obligatoria.
- 3º de Educación Secundaria Obligatoria.
- 4º de Educación Secundaria Obligatoria.
- 1º de Bachillerato.
- 2º de Bachillerato.
- Ciclos Formativos de Grado Medio.
- Ciclos Formativos de Grado Superior.

D) Características familiares

Las variables que configuran esta dimensión son las siguientes:

a) Número de hermanos y/o hermanas.

Es un indicador que identifica la cantidad total de hermanos que tiene el encuestado, ya sean chicos o chicas. Este indicador se divide en seis variables numéricas:

- Número de hermanas mayores.
- Número de hermanas de la misma edad.
- Número de hermanas menores.
- Número de hermanos mayores.
- Número de hermanos de la misma edad.
- Número de hermanos menores.

b) Nivel sociocultural familiar.

El presente indicador viene definido por el nivel educativo del padre y de la madre.

Nivel educativo del padre: Ningún estudio oficial / Educación Primaria / Educación Secundaria o FP de Grado Medio / Bachillerato, BUP, COU o FP de Grado Superior / Título universitario / Estudios de doctorado.

Nivel educativo de la madre: Ningún estudio oficial / Educación Primaria / Educación Secundaria o FP de Grado Medio / Bachillerato, BUP, COU o FP de Grado Superior / Título universitario / Estudios de doctorado.

c) Nivel sociolaboral familiar.

Este indicador atiende a la situación laboral del padre y a la situación laboral de la madre.

Situación laboral del padre: Trabaja / No trabaja.

En la categoría Trabaja se facilita la siguiente escala para categorizar las respuestas: Agricultura, pesca, ganadería / Comercio / Empresa: directivos, ejecutivos de empre-

sas... / Administración: administrativo, auxiliar administrativo... / Profesional superior (médico, abogado, notario, ingeniero...) / Profesional medio (maestro, aparejador, perito, enfermero...) / Trabajador cualificado y/o especializado (electricista, fontanero...) / Trabajador no especializado (peón de albañil, aprendiz...) / Generales, Oficiales y Suboficiales de las fuerzas armadas...

Y la categoría No trabaja recoge cuatro subcategorías: En paro / Prejubilado / Jubilado / Atención y cuidado de la casa.

Situación laboral de la madre: Trabaja / No trabaja.

En la categoría Trabaja se facilita la siguiente escala para categorizar las respuestas: Agricultura, pesca, ganadería / Comercio / Empresa: directivos, ejecutivos de empresas... / Administración: administrativo, auxiliar administrativo... / Profesional superior (médica, abogada, notaria, ingeniera...) / Profesional medio (maestra, aparejadora, perito, enfermera...) / Trabajadora cualificada y/o especializada (electricista, fontanera...) / Trabajadora no especializada (peón de albañil, aprendiz...) / Generales, Oficiales y Suboficiales de las fuerzas armadas...

Y la categoría No trabaja recoge cuatro subcategorías: En paro / Prejubilada / Jubilada / Atención y cuidado de la casa.

2.2. FOCO DE TIEMPO LIBRE Y OCIO

Se estructura en dos dimensiones:

A) Disponibilidad de tiempo libre

Las variables que configuran esta dimensión vienen referidas a la cantidad de tiempo libre disponible en distintos días de la semana, así como a la percepción del propio tiempo libre del sujeto. Estas variables son las siguientes:

a) Cantidad de tiempo libre.

Este indicador se configura por cuatro variables:

- Cantidad de tiempo libre que cuenta en días laborales.
- Cantidad de tiempo libre que cuenta en los sábados.
- Cantidad de tiempo libre que cuenta en los domingos.
- Cantidad de tiempo libre que cuenta en vacaciones.

Las categorías de estas 4 variables son las siguientes: menos de una hora / entre una y dos horas / entre dos y tres horas / entre tres y cinco horas / más de 5 horas.

b) Percepción del tiempo libre.

Esta variable presenta 5 categorías: muy poco / poco / normal / bastante / mucho.

B) Gestión del tiempo libre

Esta segunda dimensión viene configurada por los siguientes indicadores:

a) Ocupación real de tiempo libre.

Este indicador persigue conocer en qué ocupa el sujeto su tiempo libre. Viene definido por las quince variables dicotómicas que se presentan a continuación, variables cuyas categorías son sí / no:

- Leer, escuchar música o ir al cine, teatro o espectáculos artísticos.
- Practicar juegos de mesa o salón (fútbol, billar, cartas, ajedrez...).
- Ir de tiendas.
- Ver la televisión o películas de vídeo, jugar con videojuegos, consolas y/u ordenador, navegar por internet o manejar el móvil.
- Visitar museos, realizar cursos culturales, viajar o hacer fotografías.
- Tocar algún instrumento musical.
- Estar con la familia.
- Salir con los amigos o estar en el local, chamizo o parque.
- Estar con la pareja.
- Estudiar más allá de lo necesario.
- Realizar trabajos sociales (Cruz Roja, Protección Civil, cuidado de ancianos, voluntariado).
- Practicar actividades físicas y deportivas (utilizar la bicicleta, jugar al fútbol...).
- Hacer trabajos manuales, coser, pintar...
- Pertenecer a un club o asociación cultural, recreativa o de ocio y asistir a sus actividades.
- Otras...

b) Satisfacción con la ocupación de tiempo libre.

Se fijan 5 categorías: muy insatisfecho / insatisfecho / unas veces satisfecho y otras no / satisfecho / muy satisfecho.

c) Ocupación deseada de tiempo libre.

Este indicador persigue averiguar qué es lo que le gustaría hacer, independientemente de que lo haga o no. Viene definido por las quince variables dicotómicas que se presentan a continuación; variables cuyas categorías son sí / no:

- Leer, escuchar música o ir al cine, teatro o espectáculos artísticos.
- Practicar juegos de mesa o salón (fútbol, billar, cartas, ajedrez...).
- Ir de tiendas.
- Ver la televisión o películas de vídeo, jugar con videojuegos, consolas y/u ordenador, navegar por internet o manejar el móvil.
- Visitar museos, realizar cursos culturales, viajar o hacer fotografías.
- Tocar algún instrumento musical.
- Estar con la familia.
- Salir con los amigos o estar en el local, chamizo o parque.
- Estar con la pareja.
- Estudiar más allá de lo necesario.

- Realizar trabajos sociales (Cruz Roja, Protección Civil, cuidado de ancianos, voluntariado).
- Practicar actividades físicas y deportivas (utilizar la bicicleta, jugar al fútbol...).
- Hacer trabajos manuales, coser, pintar...
- Pertenecer a un club o asociación cultural, recreativa o de ocio y asistir a sus actividades.
- Otras...

2.3. FOCO DE PRÁCTICA FÍSICO-DEPORTIVA

Para finalizar, se establecen las siguientes dimensiones:

A) Historial de práctica

Esta primera dimensión viene configurada por seis variables:

- a) Situación de práctica actual y anterior.
- b) Edad de inicio.
- c) Edad de abandono.
- d) Importancia concedida a la AFD².
- e) Satisfacción con la situación de PFD.
- f) Expectativas satisfechas.

B) Prospectiva de práctica

La presente dimensión se configura con la siguiente variable: conducta físico-deportiva futura.

C) Actividades físico-deportivas

Esta dimensión viene definida por los siguientes tipos de práctica físico-deportiva:

- a) Tipo de PFD deseada.
- b) Tipo de PFD realizada.

Este indicador se configura con las siguientes variables:

- El número de actividades físico-deportivas realizadas.
- El lugar de práctica:
 - Centro de estudios.
 - Gimnasio.
 - Instalaciones públicas.

2. A lo largo de todo el texto los términos ocio físico-deportivo, práctica físico-deportiva, actividad físico-deportiva y educación física, podrán sustituirse por OFD, PFD, AFD y EF, respectivamente.

- Instalaciones del domicilio.
- Medio urbano o natural.
- La época de práctica:
 - Época lectiva.
 - Vacaciones.
- La frecuencia de práctica:
 - Más de tres veces por semana.
 - Entre dos y tres veces.
 - Una vez por semana.
 - Menos de una vez por semana.
- Días en los que se practica:
 - Días laborales.
 - Fines de semana.
- El contexto de práctica físico-deportiva:
 - No competición con técnico.
 - No competición sin técnico.
 - Competición no federada.
 - Competición federada.
- Con quién se practica la actividad:
 - En solitario.
 - Con amigos.
 - Con familiares.
 - Con otras personas.

D) Agentes externos

Esta dimensión engloba los siguientes aspectos:

a) Influencia del profesorado y de las clases de Educación Física.

Este indicador se define por cuatro variables:

- Grado de diversión en las clases de Educación Física.
- Poder motivador de las clases de Educación Física.
- Promoción de la actividad físico-deportiva por parte del profesorado de Educación Física.
- Importancia concedida por los profesores a la actividad físico-deportiva.

b) Influencia familiar.

Se configura por cinco variables:

- La importancia otorgada por los padres a la actividad físico-deportiva.

- La situación de práctica físico-deportiva del padre.
 - La situación de práctica físico-deportiva de la madre.
 - La situación de práctica físico-deportiva de los hermanos/as.
 - El interés que muestran los adolescentes por una mayor práctica físico-deportiva de los seres queridos.
- c) Importancia otorgada por los amigos a la AFD.
- d) Cantidad de materiales físico-deportivos disponibles.
- e) Cantidad de espacios disponibles.
- f) Forma de inicio en la PFD.
- Este indicador viene definido por ocho variables:
- A través de mis padres, que me inscribieron.
 - A través de la oferta extraescolar del centro en el que estudiaba.
 - A través de los amigos que ya practicaban.
 - A través del profesor de Educación Física.
 - A través de un club o asociación.
 - A través de la oferta del ayuntamiento.
 - A través del servicio comarcal de deportes.
 - De otra forma.
- g) Responsables de la elección en la participación de AFD.
- Nos hallamos ante siete variables:
- Mis padres.
 - Mis hermanos.
 - Mi profesor de Educación Física.
 - Otro profesor.
 - El entrenador.
 - Mis amigos.
 - Yo mismo.

E) Motivos en torno a la práctica físico-deportiva

Esta última dimensión se configura por los siguientes indicadores.

a) Motivos de inicio.

Las variables que nos podemos encontrar son las siguientes:

- Motivos de forma física.
- Motivos de gusto por la actividad.
- Motivos relacionados con la tarea.
- Motivos sociales.

- Motivos estéticos.
- Motivos relacionados con el ego.
- Motivos de salud.
- Motivos relacionados con la oferta.
- Motivos familiares.
- Motivos temporales.
- Motivos educativos.

b) Motivos de mantenimiento.

Este indicador se define por las siguientes variables:

- Motivos de gusto por la actividad.
- Motivos estéticos.
- Motivos relacionados con el ego.
- Motivos familiares.
- Motivos profesionales.
- Motivos de salud.
- Motivos de forma física.
- Motivos sociales.
- Motivos relacionados con la tarea.
- Motivos temporales.

c) Motivos de abandono.

Las variables que configuran este indicador son:

- Motivos de escaso interés.
- Motivos temporales.
- Motivos relacionados con la oferta.
- Motivos de hábito.
- Motivos sociales.
- Motivos de salud.
- Motivos familiares.

d) Motivos de no haber practicado nunca.

Este indicador se define por las siguientes variables:

- Motivos de escaso interés.
- Motivos temporales.
- Motivos relacionados con la oferta.
- Motivos sociales.
- Motivos de salud.

e) Beneficios físico-deportivos.

Este indicador viene configurado por las variables que se exponen a continuación:

- Mejora de la salud y calidad de vida.
- Mejora de la forma física.
- Mejora estética.
- Gusto por la actividad.
- Beneficios sociales.
- Mejora de mi estado psicológico.
- Beneficios orientados al ego.
- Beneficios orientados a la tarea.
- Ocupación del tiempo libre.
- Pocos beneficios o ninguno.

3. Estructura del cuestionario

El cuestionario de motivaciones, actitudes y comportamientos en el ocio físico-deportivo –MACOFYD– se configura para ser respondido de manera anónima, por lo que no se encuentra ningún ítem que prive al encuestado del anonimato.

Dicho cuestionario se estructura en tres partes, que guardan coherencia con las tres dimensiones en las que se han agrupado las variables en el apartado anterior:

- Características identificativas.
- Tiempo libre y ocio.
- Práctica físico-deportiva.

El lenguaje utilizado en el cuestionario es claro y sencillo para ser aplicado en poblaciones a partir de los 12 años.

El cuestionario consta de 39 ítems de respuesta sencilla y rápida. Desde la pregunta 28 aparece acompañado de colores para facilitar el trayecto de las correspondientes respuestas, de tal manera que la respuesta a la pregunta 28 va a condicionar las respuestas de los siguientes ítems.

Se utilizan distintos modelos de escala de medición: nominales, ordinales, de intervalo y de razón.

A continuación, se detalla cada una de las tres partes fundamentales que constituyen el cuestionario, con las preguntas que las conforman:

- 1) La primera parte queda constituida, tal y como se refleja en la figura 1, por los 9 primeros ítems, en los que se recogen las características identificativas de los adolescentes y jóvenes, buscando analizar las particularidades sociodemográficas. En concreto, se pueden descubrir con estas preguntas las siguientes características:
 - Características personales, como son el género y la edad, que se recogen, respectivamente, en los ítems 1 y 2.
 - Características contextuales y ambientales, como el lugar de residencia, que se revela con el ítem 5.
 - Características educativas, como son el tipo y la ubicación del centro (ítem 6) y el curso que está estudiando el adolescente (ítem 7).

- Características familiares, como son el número de hermanos que tienen los adolescentes (ítem 3), el número de hermanos y hermanas mayores, iguales o menores (ítem 4), los estudios del padre y de la madre (ítem 8) y la situación laboral de estos últimos (ítem 9).

Figura 1. Ítems del cuestionario relativos a las características sociodemográficas.

P.1	Sexo (V) Varón (M) Mujer		
P.2	Edad		
P.3	Número de hermanos y/o hermanas que tienes		
P.4	Número de		
	(1) Hermanas mayores	(2) Hermanas de la misma edad	(3) Hermanas menores
	(4) Hermanos mayores	(5) Hermanos de la misma edad	(6) Hermanos menores
P.5	¿Dónde se encuentra tu domicilio familiar habitual?		
	(1) En la capital de provincia	(2) En otro municipio de la provincia	(3) En otro municipio de otra provincia
	¿Cuál?	¿Cuál?	¿Cuál?
P.6	¿En qué centro educativo estudias? Indica el tipo y la ubicación de éste. En caso de estar trabajando, marca la opción 7.		
	(1) Público de capital	(2) Concertado de capital	(3) Privado de capital
	(4) Público de provincia	(5) Concertado de provincia	(6) Privado de provincia
	(7) No estudio, trabajo		
P.7	Sólo para los que estudian. ¿Qué curso estás estudiando?		
	(1) Secundaria Obligatoria	(2) Bachillerato	(3) Ciclos formativos
	a) 1º	a) 1º	a) Grado Medio
	b) 2º	b) 2º	b) Grado Superior
	c) 3º		
	d) 4º		
P.8	Indica el mayor nivel de estudios de tus padres. (Si te faltara alguno de los progenitores, puedes dejarlo en blanco)		
	PADRE:	MADRE:	
	(1) Ningún estudio oficial	(1) Ningún estudio oficial	
	(2) Educación Primaria	(2) Educación Primaria	
	(3) Educación Secundaria o F.P. de Grado Medio	(3) Educación Secundaria o F.P. de Grado Medio	
	(4) Bachillerato, BUP, COU o F.P. de Grado Superior	(4) Bachillerato, BUP, COU o F.P. de Grado Superior	
	(5) Título Universitario	(5) Título Universitario	
	(6) Estudios de doctorado	(6) Estudios de doctorado	
	(7) No sabe / no contesta	(7) No sabe / no contesta	
P.9	Indica la situación laboral de tus padres. (Si te faltara alguno de los progenitores, puedes dejarlo en blanco)		
	PADRE:	MADRE:	
	(1) Trabaja. ¿Cuál es su profesión?	(1) Trabaja. ¿Cuál es su profesión?	
	(2) No trabaja	(2) No trabaja	
	a) En paro	a) En paro	
	b) Prejubilado	b) Prejubilada	
	c) Jubilado	c) Jubilada	
	d) Atención y cuidado de su casa	d) Atención y cuidado de su casa	

2) La segunda parte que configura el presente cuestionario queda constituida por los ítems 10, 11, 12, 13 y 14, con los que se pretende recoger información de aspectos relacionados con el tiempo libre y el ocio:

- El ítem 10 busca averiguar la cantidad de tiempo libre que el adolescente presenta en diferentes periodos de tiempo: días laborales, sábados, domingos y vacaciones.
- El ítem 11 pretende averiguar en qué actividades ocupan los escolares su tiempo libre.
- El ítem 12 da a conocer la percepción que los adolescentes tienen sobre su tiempo libre.
- El ítem 13 busca indagar en la valoración subjetiva que el estudiante presenta en relación con las actividades realizadas en su tiempo libre.
- Finalmente, el ítem 14 trata de conocer cuáles son las prácticas más deseadas por los adolescentes, al margen de si son o no realizadas.

Figura 2. Ítems del cuestionario relativos al tiempo libre y el ocio.

P.10 Después de tus obligaciones, trabajo, colegio, deberes, clases particulares, actividades que te obligan a hacer tus padres, ayuda en casa, desplazamientos, aseo, comidas, sueño, etc., cuentas con un tiempo libre **diario** para hacer lo que más te gusta de:

a) Días Laborales	(1) Menos 1 hora	(2) Entre 1 y 2 horas	(3) Entre 2 y 3 horas	(4) Entre 3 y 5 horas	(5) Más de 5 horas
b) Sábados	(1) Menos 1 hora	(2) Entre 1 y 2 horas	(3) Entre 2 y 3 horas	(4) Entre 3 y 5 horas	(5) Más de 5 horas
c) Domingos	(1) Menos 1 hora	(2) Entre 1 y 2 horas	(3) Entre 2 y 3 horas	(4) Entre 3 y 5 horas	(5) Más de 5 horas
d) Vacaciones	(1) Menos 1 hora	(2) Entre 1 y 2 horas	(3) Entre 2 y 3 horas	(4) Entre 3 y 5 horas	(5) Más de 5 horas

P.11 ¿Qué haces en tu tiempo libre? **Puedes marcar más de una opción.**

- (1) Leer, escuchar música o ir al cine, teatro o espectáculos artísticos
- (2) Practicar juegos de mesa o salón (fútbol, billar, cartas, parchís, ajedrez...)
- (3) Ir de tiendas
- (4) Ver la televisión o películas de video, jugar con videojuegos, consolas y/u ordenador, navegar por Internet o manejar el teléfono móvil
- (5) Visitar museos, realizar cursos culturales (idiomas, informática...), viajar o hacer fotografías
- (6) Tocar instrumentos musicales
- (7) Estar con la familia
- (8) Salir con los amigos o estar en el local, chamizo o parque
- (9) Estar con la pareja
- (10) Estudiar más allá de lo necesario
- (11) Realizar trabajos sociales (Cruz Roja, Protección Civil, cuidado de ancianos, tareas de voluntariado)
- (12) Practicar actividades físicas y deportivas (patinar, utilizar la bicicleta, jugar al fútbol...)
- (13) Hacer trabajos manuales, coser, pintar...
- (14) Pertenecer a un club o asociación cultural, recreativa o de ocio y asistir a sus actividades
- (15) Otras. ¿Cuáles?

P.12 En cuanto a cantidad de tiempo libre de que dispones, consideras que tienes:

(1) Muy poco (2) Poco (3) Normal (4) Bastante (5) Mucho

P.13 ¿Qué grado de satisfacción tienes con respecto a la ocupación de tu tiempo libre?

(1) Muy insatisfecho (2) Insatisfecho (3) Unas veces satisfecho y otras no (4) Satisfecho (5) Muy satisfecho

P.14 Si sólo dependiera de tus gustos personales, ¿en qué actividades te gustaría emplear tu tiempo libre? **Puedes marcar más de una opción.**

- (1) Leer, escuchar música o ir al cine, teatro o espectáculos artísticos
- (2) Practicar juegos de mesa o salón (fútbol, billar, cartas, parchís, ajedrez...)
- (3) Ir de tiendas
- (4) Ver la televisión o películas de video, jugar con videojuegos, consolas y/u ordenador, navegar por Internet o manejar el teléfono móvil
- (5) Visitar museos, realizar cursos culturales (idiomas, informática...), viajar o hacer fotografías
- (6) Tocar instrumentos musicales
- (7) Estar con la familia
- (8) Salir con los amigos o estar en el local, chamizo o parque
- (9) Estar con la pareja
- (10) Estudiar más allá de lo necesario
- (11) Realizar trabajos sociales (Cruz Roja, Protección Civil, cuidado de ancianos, tareas de voluntariado)
- (12) Practicar actividades físicas y deportivas (patinar, utilizar la bicicleta, jugar al fútbol...)
- (13) Hacer trabajos manuales, coser, pintar...
- (14) Pertenecer a un club o asociación cultural, recreativa o de ocio y asistir a sus actividades
- (15) Otras. ¿Cuáles?

3) La última parte del cuestionario abarca del ítem 15 al 39 y hace referencia a los aspectos relacionados con la práctica físico-deportiva del escolar:

- El ítem 15 nos da a conocer el grado de satisfacción que los adolescentes y jóvenes presentan ante la práctica o no de actividad físico-deportiva.
- El ítem 16 recoge las modalidades físico-deportivas que los adolescentes desean y prefieren practicar.
- El ítem 17 permite conocer el grado de diversión en las clases de Educación Física y el poder motivador de éstas, así como la percepción que los adolescentes tienen acerca de la ayuda que reciben por parte del profesor de Educación Física para interesarse por actividades físico-deportivas en su tiempo libre.
- Los ítems 18, 19 y 20 pretenden averiguar la percepción de los escolares sobre la importancia que los padres, amigos y profesores otorgan a la práctica físico-deportiva.
- El ítem 21 da a conocer la importancia que los propios escolares conceden a este tipo de actividades físico-deportivas.
- El ítem 22 intenta comprobar la situación de práctica físico-deportiva, tanto en el pasado como en la actualidad, del padre y de la madre del escolar.
- El ítem 23 busca averiguar la situación de práctica físico-deportiva, también en el pasado y en la actualidad, de los hermanos y hermanas de los escolares.
- El ítem 24 da a conocer el interés que el adolescente presenta por una mayor práctica físico-deportiva de sus amigos y familiares.
- El ítem 25 busca comprobar la percepción de los estudiantes respecto a la cantidad de materiales disponibles para su práctica.
- El ítem 26 pretende conocer la percepción de los estudiantes respecto a la cantidad de espacios disponibles para su práctica.
- El ítem 27 permite averiguar la intención de práctica físico-deportiva en el futuro del adolescente.

A continuación, en la siguiente figura, se presentan los ítems que se acaban de explicar.

Figura 3. Ítems del cuestionario relativos a la práctica físico-deportiva.

P.15 Independientemente de que hagas o no ejercicio, incluso de que hayas realizado o no algún tipo de actividad físico-deportiva, ¿podrías decirme, por favor, qué grado de satisfacción tienes con respecto a tu situación en cuanto a la práctica físico-deportiva?
 (1) Muy insatisfecho (2) Insatisfecho (3) Unas veces satisfecho y otras no (4) Satisfecho (5) Muy satisfecho

P.16 Si sólo dependiera de tus gustos personales, ¿qué actividades físico-deportivas te gustaría practicar?
Puedes indicar más de una opción.

P.17 Teniendo en cuenta tu experiencia personal con la asignatura de Educación Física, valora tu grado de acuerdo o desacuerdo con cada una de las siguientes afirmaciones:
 (1) Totalmente en desacuerdo (2) En desacuerdo (3) Unas veces de acuerdo y otras en desacuerdo (4) De acuerdo (5) Totalmente de acuerdo

a) Las clases de Educación Física son o eran divertidas.
 b) Las clases de Educación Física me han servido para introducirme en la práctica físico-deportiva de tiempo libre.
 c) El profesor de Educación Física nos ayuda o ayudaba a interesarnos por la actividad física y el deporte de tiempo libre.

P.18 ¿Qué importancia otorgan tus padres a la práctica físico-deportiva?
 (1) Ninguna (2) Poca (3) Bastante (4) Cada vez más (5) Mucha

P.19 ¿Qué importancia otorgan tus amigos a la práctica físico-deportiva?
 (1) Ninguna (2) Poca (3) Bastante (4) Cada vez más (5) Mucha

P.20 ¿Qué importancia otorgan tus profesores a la práctica físico-deportiva?
 (1) Ninguna (2) Poca (3) Bastante (4) Cada vez más (5) Mucha

P.21 ¿Qué importancia otorgas tú a la práctica físico-deportiva?
 (1) Ninguna (2) Poca (3) Bastante (4) Cada vez más (5) Mucha

P.22 ¿Tus padres practican actividades físicas o deportivas en su tiempo libre?
 PADRE MADRE
 (1) No practica ni practicaba (1) No practica ni practicaba
 (2) No practica pero antes practicaba (2) No practica pero antes practicaba
 (3) Practica pero antes no practicaba (3) Practica pero antes no practicaba
 (4) Practica y practicaba (4) Practica y practicaba

P.23 ¿Cuántos de tus hermanas y hermanos...?

	Hermanas mayores (n°)	Hermanas menores (n°)	Hermanos mayores (n°)	Hermanos menores (n°)
(1) No practican ni practicaban				
(2) No practican pero antes practicaban				
(3) Practican pero antes no practicaban				
(4) Practican y practicaban				

P.24 ¿Te gustaría que tus amigos y familiares practicasen más actividad físico-deportiva?
 (1) Muy poco (2) Poca (3) Me es indiferente (4) Bastante (5) Mucho

P.25 ¿Consideras que en tu casa existen materiales disponibles para la práctica de las actividades físico-deportivas que más te gustan?
 (1) Muy pocos (2) Pocos (3) Normal (4) Bastantes (5) Muchos

P.26 ¿Consideras que en tu entorno existen espacios disponibles para la práctica de las actividades físico-deportivas que más te gustan?
 (1) Muy pocos (2) Pocos (3) Normal (4) Bastantes (5) Muchos

P.27 ¿Crees que practicarás alguna actividad física o deportiva en el futuro?
 (1) Sí, seguro (2) Probablemente sí (3) Ahora no lo sé (4) Probablemente no (5) No, seguro

- El ítem 28 nos da a conocer el comportamiento físico-deportivo del pasado y de la actualidad que presenta el escolar.
- El ítem 29 se dirige únicamente a aquellos escolares que nunca han realizado actividad físico-deportiva en su tiempo libre, averiguando los motivos por los que nunca la han practicado.
- Los ítems 30 y 31 atienden exclusivamente a los adolescentes que han abandonado su actividad físico-deportiva, dando a conocer, respectivamente, la edad a la que se dejó de practicar y los motivos de tal abandono.

Figura 4. Ítems que indagan en el comportamiento físico-deportivo demostrado por los sujetos que no practican actividad físico-deportiva.

<p>P.28 ¿Practicas y/o has practicado alguna actividad físico-deportiva de tiempo libre? Atención: Se incluyen dentro de las actividades físico-deportivas hábitos como patinar, utilizar la bicicleta, jugar al fútbol o al baloncesto...</p> <p>(1) No practico ni practicaba (2) No practico pero antes practicaba (3) Practico pero antes no practicaba (4) Practico y practicaba</p>
<p style="text-align: center;">Sólo para los que han señalado la opción 1 en la pregunta 28</p> <p>P.29 Señala los motivos por los que no practicas ni has practicado. Puedes marcar más de uno.</p> <p>(1) Escaso interés por la práctica físico-deportiva (2) Temporales (falta de tiempo, por estudios...) (3) Escasa o nula oferta físico-deportiva de interés (4) Mis amigos no hacen, no tengo con quién hacer (5) Por prescripción médica (6) Otros. ¿Cuáles?</p>
<p style="text-align: center;">Sólo para los que han señalado la opción 2 en la pregunta 28</p> <p>P.30 Señala la edad que tenías cuando abandonaste la práctica físico-deportiva.</p> <p>P.31 Indica los motivos que te llevaron a abandonar la práctica físico-deportiva. Puedes marcar más de uno.</p> <p>(1) Escaso interés por la práctica físico-deportiva (2) Temporales (falta de tiempo, por estudios...) (3) Escasa o nula oferta físico-deportiva de interés (4) Tengo otras preferencias (5) Mis amigos no hacen, no tengo con quién hacer (6) Por prescripción médica (7) Mis padres no quieren que practique (8) Otros. ¿Cuáles?</p>

Los siguientes ítems se dirigen a aquellos adolescentes que tienen o han tenido, aunque hayan abandonado, algún contacto con la actividad físico-deportiva en su tiempo libre:

- El ítem 32 da a conocer la edad que tenía el escolar cuando comenzó a practicar actividad físico-deportiva en su tiempo libre.
- El ítem 33 permite averiguar cuáles fueron los motivos de inicio en la práctica físico-deportiva.
- El ítem 34 busca descubrir los beneficios físico-deportivos que los adolescentes perciben que logran al practicar este tipo de actividades.
- El ítem 35 trata de averiguar la percepción de los adolescentes respecto a si se ven cumplidas sus expectativas planteadas con la práctica física que realizan.

Figura 5. Ítems que deben responder todos aquellos sujetos que practiquen o hayan practicado actividad físico-deportiva.

Sólo para los que han señalado la opción 2, 3 ó 4 en la pregunta 28	
P.32	Señala la edad que tenías cuando comenzaste la práctica físico-deportiva.
P.33	Indica los motivos que llevaron a iniciarte en la práctica físico-deportiva. Puedes marcar más de uno. (1) Por mejorar o mantener la forma física (2) Me gusta o me divierte la actividad (3) Por entrenar, aprender aspectos nuevos, mejorar mis habilidades... (4) Por estar con mis amigos o con gente (5) Por mejorar mi aspecto físico (6) Por ganar, competir... (7) Por mejorar o mantener mi salud (8) La oferta era atractiva (9) Mis familiares practicaban o querían que practicara (10) Por ocupar mi tiempo libre (11) Por mis profesores, clases... (12) Otros. ¿Cuáles?
P.34	¿Cuál es el mayor beneficio que te aporta la vivencia de las prácticas físico-deportivas? (1) Mejorar la salud (2) Mejorar o mantener la forma física (3) Mejorar mi aspecto físico (4) Me divierte (5) Me relaciona con amigos y gente nueva (6) Mejorar mi estado psicológico (7) Puedo competir y ganar (8) Me permite entrenar, mejorar mis habilidades (9) Ocupar el tiempo libre (10) Pocos o ninguno (11) Otros. ¿Cuáles?
P.35	¿En qué medida se ven satisfechas tus expectativas cuando practicas actividades físico-deportivas? (1) Muy poco (2) Poco (3) Normal (4) Bastante (5) Mucho

La parte que abarca del ítem 36 al 38 va enfocada a aquellos jóvenes que en la actualidad practican alguna actividad físico-deportiva en su tiempo libre:

- El ítem 36 nos indica la forma por la que se inició el escolar en su práctica físico-deportiva.
- El ítem 37 da a conocer quién o quiénes fueron los responsables de la elección en su participación en la actividad físico-deportiva.
- El ítem 38 nos permite averiguar el número de actividades realizadas, el lugar en el que se practican, la época del año en la que se llevan a cabo, la frecuencia de práctica, el tipo de días, el contexto de práctica y con quién hace el adolescente cada una de las actividades físicas señaladas.

Figura 6. Ítems que dan a conocer el comportamiento físico-deportivo de los adolescentes que practican actividad física en la actualidad.

Sólo para los que han señalado la opción 3 ó 4 en la pregunta 28	
P.36	<p>¿Cuál fue la forma por la que te iniciaste en la práctica físico-deportiva? Puedes indicar más de una opción.</p> <p>(1) A través de mis padres, que me inscribieron</p> <p>(2) A través de la oferta extraescolar del centro en el que estudiaba</p> <p>(3) A través de los amigos que ya practicaban</p> <p>(4) A través del profesor de Educación Física</p> <p>(5) A través de un club o asociación</p> <p>(6) A través de la oferta del ayuntamiento</p> <p>(7) A través del servicio comarcal de deportes</p> <p>(8) De otra forma. ¿Cuál?</p> <p>(9) NS/NC.</p>
P.37	<p>¿Quién o quienes es o son responsable/es de la elección de tu participación en las actividades físico-deportivas? Puedes indicar más de una opción.</p> <p>(1) Mis padres</p> <p>(2) Mis hermanos</p> <p>(3) Mi profesor de Educación Física</p> <p>(4) Otro profesor</p> <p>(5) El entrenador</p> <p>(6) Mis amigos</p> <p>(7) Yo mismo</p>
P.38	<p>En el presente año, ¿qué actividades físicas o deportivas realizas o has realizado?</p> <p>Indica el lugar y la época del año, la frecuencia de la práctica, el tipo de días, el contexto de práctica y con quién haces cada una de las actividades que señalas.</p>

- Finalmente, el ítem 39 del cuestionario únicamente va dirigido a aquellos escolares que practican actividad física en la actualidad y que también lo hacían en temporadas anteriores. Esta pregunta pretende descubrir cuáles son los motivos por los que los estudiantes continúan o se mantienen en la práctica físico-deportiva.

Figura 7. Ítems del cuestionario que indagan en los motivos de los sujetos para mantenerse en la práctica físico-deportiva.

Sólo para los que han señalado la opción 4 en la pregunta 28	
P.39	¿Cuáles dirías que son los motivos por los que sigues practicando en la actualidad?
	(1) Me gusta o me divierte la actividad
	(2) Por mejorar mi aspecto físico
	(3) Me permite competir o ganar
	(4) Quiero dedicarme a ello y ganar dinero
	(5) Mis familiares practican o quieren que practique
	(6) Por mejorar o mantener mi salud
	(7) Por mejorar o mantener mi forma física
	(8) Mis amigos practican y conozco gente nueva
	(9) Me permite entrenar, aprender habilidades...
	(10) Por ocupar mi tiempo libre
	(11) Otros. ¿Cuáles?

4. Protocolo del cuestionario

Para la aplicación del cuestionario se hace necesario preparar previamente el siguiente material:

- El cuadernillo de preguntas para cada uno de los sujetos (en el que no se podrá escribir nada). En su portada se encuentra el nombre del cuestionario, el objetivo del mismo y las instrucciones para cumplimentarlo.
- La hoja de respuestas para cada sujeto.
- Un sobre para recoger los cuestionarios de cada clase.

El espacio para llevar a cabo el cuestionario debe ser tranquilo y con buena iluminación.

El tiempo calculado para completar el cuestionario oscila entre los 20 y los 40 minutos aproximadamente.

5. Normas de aplicación y corrección

En este apartado se presentan las pautas básicas que se deben tener en cuenta para una correcta aplicación del cuestionario, así como para su adecuada corrección.

5.1. ANTES DE COMENZAR

Antes de empezar a cumplimentar el cuestionario el investigador dará una breve explicación del motivo por el que se realiza la prueba y deberá aclarar algunos conceptos clave para el estudio:

- **Actividad físico-deportiva:** Se considera actividad físico-deportiva tanto las prácticas deportivas regladas, institucionalizadas y competitivas (como practicar un deporte y pertenecer a un equipo) como las actividades físicas libres y recreativas sin carácter de competición (como andar en bici con los amigos), así como aquellas que suponen realizar una práctica dirigida por un técnico (como hacer aeróbic en un gimnasio).
- **Ocio:** Se considera ocio la experiencia voluntaria y satisfactoria que se hace del tiempo libre. Se trata de aquella experiencia desarrollada en el tiempo liberado de cualquier tipo de obligación, que permite al sujeto que la realiza vivenciar una situación gratificante, bien por el desarrollo que le supone, bien por el disfrute y/o por el descanso.

Asimismo, el encuestador recordará que se trata de una prueba totalmente anónima, en la que se garantiza el secreto de las respuestas en el más estricto cumplimiento de las leyes sobre secreto estadístico y protección de datos personales.

Una vez repartidos los documentos se les pedirá a los encuestados que lean las instrucciones de la portada antes de comenzar. En el caso de los más jóvenes, 12 años, se leerán en voz alta las instrucciones impresas en el cuestionario.

5.2. DURANTE LA APLICACIÓN

El investigador deberá estar presente durante todo el desarrollo de la aplicación del cuestionario con un modelo de cuadernillo y de hoja de respuestas para poder resolver las dudas que surjan.

En caso de llevar a cabo el cuestionario con los adolescentes más jóvenes, 12 años, el investigador puede leer las preguntas de la prueba con el objeto de facilitar su correcto entendimiento y de poder guiar correctamente a los encuestados en la cumplimentación del cuestionario.

Una vez finalizada la aplicación es conveniente que, cuando el sujeto entregue el cuestionario y antes de recogerlo, el investigador revise si se ha cumplimentado correctamente la trayectoria de respuesta en función de lo contestado en el ítem 28.

5.3. LA CORRECCIÓN

El investigador deberá revisar cada uno de los cuestionarios observando los siguientes aspectos:

- En un primer momento, se buscará la eliminación de aquellos valores ajenos al recorrido de cada una de las variables planteadas. Así, por ejemplo, en el ítem 12, el tiempo libre es percibido mediante categorías que abarcan del valor 1 al 5; de este modo, cualquier valor inferior a 1 ó superior a 5 no tiene cabida en el cuestionario y, por lo tanto, se define como valor perdido.
- En segundo lugar, se tendrá en cuenta el correcto seguimiento entre las preguntas filtro y las preguntas filtradas. En este sentido, se toma como ítem filtro el número 28, que alude a la práctica físico-deportiva pasada y presente de los sujetos analizados, y se comprueba:
 - Si todos los encuestados que revelan no realizar ni haber realizado AFD en su tiempo libre (pregunta 28, opción 1) dejan sin contestar, tal como se les indica, los ítems relacionados con la realización en el pasado o en la actualidad de AFD (de la pregunta 30 a la 39, ambas inclusive).
 - Si aquellos sujetos que expresan no realizar actualmente AFD pero sí practicaban en el pasado (ítem 28, opción 2), responden a las preguntas 30, 31, 32, 33, 34 y 35. Estas preguntas están relacionadas, respectivamente, con la edad de abandono, los motivos de dicho abandono, la edad de inicio, los motivos de dicho inicio, los beneficios físico-deportivos y el nivel de satisfacción con respecto a la PFD.
 - Si quienes practican en la actualidad AFD pero no lo hacían en el pasado (ítem 28, opción 3) dejan sin responder todas aquellas preguntas relacionadas con la no práctica (preguntas 29, 30 y 31), así como la pregunta que corresponde a los motivos de mantenimiento en la AFD (pregunta 39).
 - Por último, si todos aquellos estudiantes que practican en la actualidad AFD y lo hacían en el pasado (ítem 28, opción 4) dejan sin responder a las preguntas dirigidas a los que no la han practicado nunca (pregunta 29) y a los que han abandonado la práctica (preguntas 30 y 31).
- En tercer lugar, se buscará la consistencia lógica entre las preguntas 11 y 28. En este caso, todos aquellos estudiantes que indiquen practicar AFD como tarea utilizada para ocupar su tiempo libre (pregunta 11, opción 12) deben indicar que experimentaban este tipo de actividades en la actualidad (pregunta 28, opciones 3 ó 4).
- En cuarto lugar, se tendrá en cuenta la mortalidad experimental de algunos de los ítems causada por los “valores perdidos” o por las “no respuestas”.

Una vez revisados todos los cuestionarios ya están listos los datos para ser procesados con un programa estadístico, como puede ser el paquete SPSS 15.0, para su posterior análisis.

6. Validez y fiabilidad del instrumento

El cuestionario definitivo que hemos presentado hasta ahora es fruto de las mejoras realizadas sobre otros iniciales, como consecuencia del proceso de validación y de fiabilidad.

Este cuestionario definitivo, MACOFYD, mejora tanto el grado en que el instrumento mide y refleja exactamente aquello que se quiere medir, como el grado de estabilidad.

A continuación, se procede a presentar los pasos seguidos para conseguir la validez y fiabilidad del cuestionario, que inicialmente estuvo configurado por 41 ítems, y que, tras el proceso de validación y, en concreto, la experimentación con el grupo piloto, se redujo a 39.

6.1. VALIDEZ DEL CUESTIONARIO

Para la validación del cuestionario se emplearon dos procedimientos: la validez de contenido y la validez de constructo. Ambos procesos estuvieron apoyados por distintos métodos.

6.1.1. Validez de contenido

Con el objeto de validar el contenido de los cuestionarios se llevan a cabo dos métodos distintos: por una parte, el juicio crítico emitido por un grupo de expertos y, por otra, un test preliminar a un grupo piloto.

A) *Juicio de expertos*

Para esta técnica se cuenta con la colaboración de diez profesores investigadores universitarios. A cada uno de ellos se le suministra un cuestionario y un protocolo de validación.

Siguiendo a Sierra (1998), el protocolo de validación queda estructurado en dos partes: la sintética y la específica.

La parte sintética atiende al análisis de los aspectos globales del cuestionario. Los expertos deben valorar globalmente desde 1 (totalmente en desacuerdo) hasta 5 (totalmente de acuerdo) los siguientes aspectos del cuestionario: presentación, instrucciones para contestar, facilidad para contestar y dimensiones y orden de las preguntas. El último aspecto, referido a la extensión o amplitud del cuestionario, se debe valorar de 1 (muy corto) a 5 (muy largo), entendiendo de esta manera que la puntuación 5 no corresponde a la máxima puntuación positiva posible, sino que ésta se encuentra en los valores medios de puntuación, en concreto el valor 3 (normal).

A continuación, se muestran en la siguiente tabla los resultados obtenidos:

Tabla 1. Juicio de expertos: Evaluación sintética del cuestionario.

EVALUACIÓN SINTÉTICA DEL CUESTIONARIO	
Presentación del cuestionario	4,4
Instrucciones para contestar	4,4
Facilidad para contestar	4
Pertinencia de las dimensiones	4,8
Orden de las preguntas	4,4
Extensión del cuestionario	3

Se observa que la valoración de los aspectos cuantificados es bastante positiva. Por puntuación, destaca el aspecto relacionado con la pertinencia de las dimensiones que, con 4,8 puntos, roza la máxima puntuación posible. La presentación del cuestionario, la facilidad para contestar, las instrucciones y el orden de las preguntas también son características del cuestionario valoradas de forma satisfactoria, tomando todas ellas valores iguales o superiores a los 4 puntos.

Por su parte, la extensión del cuestionario consigue la puntuación óptima que cabe esperar, lo que nos indica que no resulta ni larga ni corta.

En cuanto a la parte específica, las preguntas formuladas al grupo de expertos buscan conocer si son adecuados o pertinentes cada uno de los ítems, si las preguntas formuladas pueden llegar a condicionar las respuestas de los encuestados, si los ítems están formulados con lenguaje claro, si los términos empleados se adecuan a las características de los encuestados (adolescentes y jóvenes) e, incluso, si son apropiadas las alternativas de respuesta a cada ítem que se facilitan en el cuestionario. A continuación se muestran los valores alcanzados por cada uno de los ítems.

Tabla 2. Juicio de expertos: Evaluación específica del cuestionario.

EVALUACIÓN ESPECÍFICA DEL CUESTIONARIO (Puntuaciones medias)					
Pregunta	Pertinencia	No condiciona respuestas	Claridad de lenguaje	Términos adecuados al encuestado	Todas las alternativas posibles de respuesta
1	5	5	5	5	5
2	5	5	5	5	4,8
3	4,8	5	5	5	5
4	4,8	5	5	5	5
5	5	5	5	5	5
6	4,4	4,6	4,8	5	4,8
7	4,4	4,6	4,6	4,8	4
8	4,6	4,6	4,8	4,8	4,8
9	4,4	4,6	4,8	4,6	4,8
10	4,8	4,4	4,4	4,6	4,6
11	4,8	4,6	4,6	4,6	4,6
12	4,8	4,6	4,6	4,6	4,6
13	4,8	4,6	4,6	4,6	4,6
14	4,8	4,6	4,4	4,6	4,6
15	4,6	4,6	4,6	4,6	4,6
16	4,8	4,6	4,6	4,6	4,6
17	4,8	4,6	4,6	4,6	4,6
18	4,4	4,6	4,6	4,6	4,6
19	4,6	4,6	4,6	4,6	4,6
20	4,6	4,6	4,6	4,6	4,6
21	4,8	4,6	4,6	4,6	4,6
22	4,4	4,6	4,6	4,6	4,6
23	4,4	4,6	4	4,6	4,6
24	4,4	4,6	4,6	4,6	4,6
25	4,8	4,6	4,6	4,6	4,6
26	4,8	4,6	4,6	4,6	4,6
27	4,6	4,6	4,6	4,6	4,6
28	4,8	4,6	4,6	4,6	4,6
29	4,8	4,6	4,6	4,6	4,6
30	4,8	4,6	4,6	4,6	4,6
31	4,8	4,6	4,6	4,6	4,6
32	4,8	4,6	4,6	4,6	4,6
33	4,8	4,6	4,6	4,6	4,6
34	4,8	4,6	4,6	4,4	4,2
35	4,8	4,6	4,2	3,8	4,6
36	4,8	4,6	4,6	4,6	4,6
37	4,6	4,6	4,6	4,6	4,6
38	4,8	4,6	4	3,8	4,6
39	4,8	4,6	4,6	4,6	4,6
40	4,8	4,6	4,6	4,6	4,6
41	4,8	4,6	4,6	4,6	4,2

Se puede afirmar que, en términos generales, tal y como se aprecia, las puntuaciones obtenidas en cada uno de los 5 aspectos y en cada una de las 41 preguntas son positivas. Únicamente se descubre una puntuación por debajo de 4 (3,8) en la valoración del ítem 35, ítem relativo a la utilización de términos adecuados para el encuestado.

Para completar el juicio de expertos se les pidió a éstos que realizasen, de forma abierta, cuantas observaciones estimaran oportunas, con la intención de facilitar la elaboración del cuestionario definitivo.

En lo que respecta a los aspectos globales pusieron de manifiesto que *de la pregunta 29 a la 41 resultaba confusa la utilización de colores, sobre todo entre las preguntas 32 y 35*. Para tratar de solventar este aspecto se cambiaron los formatos de colores de dichas preguntas, de manera que resultaran más intuitivos a la hora de poner las respuestas.

También señalaron que las preguntas 11 y 14 debían ser leídas *detenidamente para no equivocarse*.

Finalmente, hicieron referencia al número de respuesta correspondiente a la pregunta 32, puesto que no estaba numerada en la hoja de respuestas.

B) Grupo piloto

Antes de pasar el cuestionario a una muestra, se aplicó la primera versión del cuestionario (41 ítems) a un grupo piloto formado por quince sujetos de 1º, 2º y 3º de Educación Secundaria Obligatoria.

El test preliminar con este grupo se realizó en dos jornadas diferentes:

- En la primera jornada se aplicó el cuestionario a un total de siete sujetos. Cinco de ellos realizaron el cuestionario en solitario, mientras que a dos escolares se les leyeron las preguntas.
- En la segunda jornada fueron ocho los adolescentes a los que se les aplicó el cuestionario. Seis de ellos lo realizaron de forma solitaria y a dos de ellos se les leyeron los ítems.

Con la experimentación del cuestionario en este grupo piloto se da a conocer su grado de comprensibilidad. A partir de las explicaciones y aclaraciones surgidas en estos estudiantes se cambian algunos aspectos del cuestionario:

- Se eliminan los ítems 39 y 40, que recogían información sobre los motivos por los que se practicaba actividad física dentro y fuera del centro escolar, ya que no fueron bien entendidos por los encuestados. A partir de este momento el cuestionario queda compuesto por un total de 39 ítems, en vez de los 41 iniciales.
- Se contempla la variable relativa a los gemelos, que no se había tenido en cuenta en el ítem 4.

Al mismo tiempo, durante el test preliminar, se calcula el tiempo necesario para responder la prueba, con el fin de obtener un valor aproximado del tiempo invertido. Por un lado, los sujetos a quienes se les leen las preguntas del cuestionario con el objeto de facilitar su comprensión emplean para la realización de éste un tiempo que oscila entre los 37 y los 38 minutos. Por otro lado, los 11 sujetos que llevan a cabo el cuestionario en solitario invierten un tiempo de realización que oscila entre los 18 y los 31 minutos.

Con estos valores, se puede apreciar cómo la prueba que se va a efectuar con adolescentes oscila entre los 20 y los 40 minutos aproximadamente.

6.1.2. Validez de constructo

Tras la validez de contenido, el cuestionario fue cumplimentado por un total de 2.585 jóvenes. Supervisando este cúmulo de cuestionarios se efectuó la validez de constructo a través de dos métodos diferentes: por un lado, la depuración de la información obtenida y, por otro, el análisis de contenido de las preguntas abiertas del cuestionario.

Cabe señalar que para aplicar el cuestionario se seleccionó una muestra representativa de todos los estudiantes de ESO de La Rioja. El procedimiento de muestreo fue estratificado por conglomerados, con afijación de las unidades de primera etapa de forma proporcional. De este modo, se establecieron cuatro estratos:

- Centros educativos de Logroño públicos.
- Centros educativos de Logroño privados-concertados.
- Centros educativos del resto de La Rioja públicos.
- Centros educativos del resto de La Rioja privados-concertados.

En una segunda etapa (centros de estudios), así como en una tercera (grupos, clase), la afijación de las unidades se realizó de manera aleatoria simple; se seleccionaron como unidades muestrales últimas a todos los sujetos que encontramos dentro de cada clase seleccionada.

A) *Depuración de la información obtenida*

Con el objeto de aumentar el grado de validez de los ítems y de la muestra, y siguiendo las estrategias planteadas por Díaz de Rada (1999), se realiza un proceso de depuración de los datos obtenidos.

Por una parte, se buscó la eliminación de aquellos valores ajenos al recorrido de cada una de las variables planteadas. En este sentido, en el indicador relativo a los motivos por los que se practica en el centro escolar, surge un 6,9% de respuestas con valores no correctos, ajenos a las ocho variables establecidas, por lo que se decide desestimar este indicador.

Del mismo modo, atendiendo a los motivos por los que se practica fuera del centro escolar, se descubre un 9,4% de respuestas con valores erróneos, ya que se salen del recorrido establecido, por lo que también se desestima este indicador.

En segundo lugar, tal y como queda explicado en el apartado de la corrección del cuestionario, se tiene en cuenta el correcto seguimiento entre la pregunta filtro (ítem 28) y las preguntas filtradas (del ítem 29 al 39). Tras las revisiones se pudo apreciar un total de 43 cuestionarios con errores en el seguimiento de dichas preguntas, por lo que fueron eliminados. Más concretamente, en 32 de estos casos se responde al apartado 4 de la pregunta 28 (practica y practicaba) y luego se continúa el cuestionario como si se hubiera contestado al apartado 2 del ítem 28 (no practica pero antes practicaba). En los 11 casos restantes se responde al apartado 4 de la pregunta 28 y luego se sigue contestando el cuestionario como si se hubiera respondido al apartado 1 del ítem 28 (no practico ni practicaba).

Como tercera estrategia planteada para la depuración de la información obtenida se busca la consistencia lógica entre las preguntas 11 y 28. Los estudiantes que indican practicar actividad física como tarea utilizada para ocupar su tiempo libre (pregunta 11, opción 12) deben indicar que experimentaban este tipo de actividades en la actualidad (pregunta 28, opciones 3 ó 4). Por el con-

trario, aquellos que no citan la alternativa físico-deportiva para ocupar su tiempo libre (pregunta 11, opción 12) deben revelar no participar en actividades de este tipo (pregunta 28, opciones 1 ó 2).

A modo de ejemplo, en el caso concreto de la investigación, en la cual se empleó por primera vez esta herramienta, se realizaron dos revisiones de todos los cuestionarios obtenidos. En la primera revisión se desechan un total de 132 cuestionarios, debido a la falta de consistencia lógica entre las preguntas 11 y 28. En una segunda revisión se eliminan un total de 225 cuestionarios, que presentan duda respecto a la consistencia lógica entre las preguntas 11 y 28. En total, teniendo en cuenta esta tercera estrategia de depuración de datos, se eliminan 357 cuestionarios.

Para finalizar, como cuarta estrategia de depuración, se tiene en cuenta la mortalidad experimental de algunos de los ítems, causada por aquellos “valores perdidos” o por las “no respuestas”.

Dado que en los estudios de análisis de los comportamientos, de las motivaciones y de las actitudes físico-deportivas de los adolescentes y de los jóvenes, un aspecto interesante que hay que obtener es la interrelación de variables, con el fin de lograr comparaciones entre los coeficientes obtenidos, se puede utilizar, tal y como se hizo en la investigación con adolescentes riojanos, el procedimiento de Casewise o Listwise, para que todos los estadísticos se puedan calcular con el mismo tamaño muestral (Díaz de Rada, 1999). El procedimiento mencionado consiste en eliminar todos aquellos cuestionarios con “valores perdidos” o con “no respuestas”.

A modo de ejemplo, en la siguiente tabla se aprecia el número de cuestionarios desestimados en la investigación realizada con adolescentes riojanos, por encontrarnos con datos perdidos o respuestas sin contestar.

Tabla 3. Mortalidad experimental de los cuestionarios.

MORTALIDAD EXPERIMENTAL	
ÍTEM O CONJUNTO DE ÍTEMS	Nº DE CUESTIONARIOS CON DATOS PERDIDOS O NO RESPUESTAS
Todos los ítems relacionados con el tiempo libre.	2
Todos los ítems relacionados con la práctica físico-deportiva.	2
Sujetos que no practican pero practicaban y no señalan la edad de abandono.	4
Escolares que no practican pero practicaban y no señalan los motivos de abandono.	4
Adolescentes que han practicado alguna vez o siguen practicando y no señalan la edad de inicio.	6
Escolares que han practicado alguna vez o siguen practicando y no indican los motivos de inicio.	6
Aquellos que han practicado alguna vez o siguen practicando y no señalan los beneficios físico-deportivos.	14
Adolescentes que practican y no indican la forma de inicio.	4
Adolescentes que practican y no indican los responsables de la participación físico-deportiva.	2

MORTALIDAD EXPERIMENTAL	
ÍTEM O CONJUNTO DE ÍTEMS	Nº DE CUESTIONARIOS CON DATOS PERDIDOS O NO RESPUESTAS
Aquellos que practican y dejan de contestar el lugar, la época, la frecuencia, los días, el contexto o con quién realizan actividad físico-deportiva.	182
Adolescentes que realizan su práctica en el centro de estudios y no indican los motivos.	12
Escolares que practican fuera del centro de estudios y no responden a los motivos que les llevan a practicar fuera.	36
Aquellos que practican y practicaban que no indican los motivos de mantenimiento.	8
NÚMERO TOTAL DE CUESTIONARIOS PERDIDOS.	215

B) *Análisis de contenido*

Algunas de las dimensiones planteadas en el cuestionario son de carácter abierto, por lo que reúnen una gran cantidad y variedad de información que debe ser adecuadamente tratada. Estas cuestiones se refieren a los motivos y beneficios relacionados con la práctica físico-deportiva de los adolescentes: motivos de no haber practicado nunca, motivos de abandono, razones de inicio, beneficios de la práctica, motivos de practicar en el centro de estudios, razones por las que se practica fuera del centro escolar y motivos de mantenimiento en la actividad físico-deportiva.

Con el objeto de facilitar la información obtenida de las cuestiones abiertas sin disminuir la validez de los indicadores, se busca agrupar el conjunto de variables en función de un número más reducido de motivos o variables clave. Para ello, se parte de un análisis de contenido de la información obtenida en estas cuestiones.

El proceso que se sigue para realizar el análisis de contenido de las ideas manifestadas por los adolescentes comienza por la transcripción de los testimonios registrados de cada escolar en las preguntas abiertas del cuestionario. En el caso de la investigación efectuada con los adolescentes riojanos se introdujeron posteriormente los datos en el paquete informático NUD*IST 1.2.

Con este programa informático NUD*IST, tal y como indica Martínez (2002) y Ramos, Ponce de León y Sanz (2006), se facilita la codificación de la información obtenida y se establecen las variables clave para cada uno de los ítems de carácter abierto que encierra el cuestionario. Asimismo, cada variable clave está configurada por diversas variables, como se podrá observar posteriormente.

Respecto al elemento de análisis de contenido se recoge como unidad textual de significado el párrafo entero, lo que da lugar a que en una misma unidad textual se puedan observar distintas variables clave ya que, en ocasiones, dentro de un mismo párrafo se desvelan varios motivos.

A continuación, se pone de manifiesto el sistema de variables establecido para cada una de las cuestiones de carácter abierto.

Pregunta 29. MOTIVOS DE NO HABER PRACTICADO NUNCA ACTIVIDAD FÍSICO-DEPORTIVA

Los escolares analizados que no realizan ni han realizado nunca AFD indican una o varias razones al respecto; dichas razones se agrupan en un total de 5 variables clave.

De este modo, el sistema de variables relacionado con los motivos de no haber practicado nunca AFD queda configurado como se muestra a continuación:

– Motivos de escaso interés:

Esta variable recoge las siguientes razones puestas de manifiesto por los sujetos en los cuestionarios: *por falta de interés hacia este tipo de actividades / por desinterés total / por tener otras preferencias / por pereza / por no tener habilidades para la práctica / por falta de gusto por las actividades físico-deportivas.*

– Motivos temporales:

Esta variable clave recopila unidades textuales en las que se atestiguan las siguientes razones: *por no tener tiempo suficiente / por tener que estudiar demasiado / por tener horarios incompatibles con las obligaciones / por querer tener más tiempo libre / por no practicar actividad física al considerarse demasiado joven.*

– Motivos relacionados con la oferta:

Esta variable clave atiende a los siguientes motivos manifestados por los sujetos: *por hallarse lejos las instalaciones deportivas / por la falta de oferta de actividades interesantes para los adolescentes / por la escasa oferta físico-deportiva disponible / por la inexistencia de instalaciones y medios adecuados o su poca accesibilidad / por la poca información de las actividades que se ofrecen / por el coste económico que este tipo de actividades supone para los adolescentes.*

– Motivos sociales:

Se recogen, en esta variable, todos aquellos testimonios en los que se revelan las siguientes razones: *por no tener gente con quién practicar / porque mis amigos no realizan actividad físico-deportiva / porque no me gusta realizar actividad física con desconocidos / porque prefiero estar con la familia, amigos o pareja.*

– Motivos de salud:

En esta variable clave se seleccionan las siguientes razones: *por problemas de salud o enfermedad / por lesión / por prescripción médica / por discapacidad.*

A continuación, se puede apreciar el número total de unidades textuales registradas en este apartado, así como la distribución de esas unidades en las diversas variables delimitadas.

Tabla 4. Motivos por los que no se ha practicado nunca AFD.

MOTIVOS DE NO HABER PRACTICADO NUNCA ACTIVIDAD FÍSICO-DEPORTIVA	
TIPO DE MOTIVO	UNIDADES TEXTUALES
Motivos de escaso interés	47
Motivos temporales	7
Motivos relacionados con la oferta	4
Motivos sociales	4
Motivos de salud	4

Pregunta 31. MOTIVOS DEL ABANDONO DE LA PRÁCTICA FÍSICO-DEPORTIVA

Las unidades textuales en las que se revelan los motivos por los cuales los sujetos abandonan su AFD se ubican dentro de un sistema de 7 variables clave, tal y como se puede apreciar a continuación:

– Motivos de escaso interés:

Esta variable clave recoge las siguientes razones: *por la falta de interés hacia este tipo de actividades / por el desinterés total / por tener otras preferencias / por pereza / por no tener habilidades para la práctica / por el exceso de exigencia deportiva / por la falta de gusto por la competición / por la experiencia de un fracaso deportivo.*

– Motivos temporales:

En esta ocasión se recopilan las unidades textuales en las que se atestiguan estas razones: *por no tener tiempo suficiente / por tener que estudiar demasiado / por los horarios incompatibles con las obligaciones / por querer tener más tiempo libre.*

– Motivos relacionados con la oferta:

En esta variable clave se localizan los siguientes argumentos manifestados por los adolescentes riojanos: *por la falta o inexistencia de instalaciones deportivas / por la lejanía de las instalaciones / por la escasa o nula oferta físico-deportiva disponible / por desaparecer el equipo o la academia a donde se asiste / por la poca información de las actividades que se ofrecen / por el coste económico que este tipo de actividades supone para los adolescentes / por la finalización definitiva del cursillo o temporada.*

– Motivos de hábito:

Esta variable entraña los siguientes motivos: *por la falta de hábito físico-deportivo / por el cambio de lugar, zona o país / por tener que cambiar de equipo modificando todos los hábitos adquiridos / por la aparición de hábitos nocivos que dificultan la práctica físico-deportiva.*

– Motivos sociales:

En esta variable clave se recogen estos testimonios: *porque las amistades no practican o no disfrutan con la actividad física / porque prefiero estar con mi pareja-amigos / porque se*

dividió el equipo o había mala organización / porque mis amistades lo dejaron / porque no había personas suficientes para mantener el equipo / porque existía mal ambiente entre los compañeros / por la mala relación con el club / por la desfavorable relación con el profesor o entrenador o la pérdida de éste / porque no conocía a nadie.

– Motivos de salud:

En el presente apartado se seleccionan los siguientes testimonios: *por lesión deportiva / por prescripción médica / por enfermedad / por discapacidad / por trastornos alimenticios.*

– Motivos familiares:

En la presente variable clave se seleccionan todas aquellas unidades textuales que revelan las siguientes razones: *por la falta de satisfacción o agrado presentado por los padres hacia este tipo de prácticas / por el hecho de que los padres utilizasen como castigo el no poder practicar AFD / por problemas familiares / por preferir estar con la familia.*

A continuación, se puede visualizar el número total de unidades textuales registradas en el apartado dedicado a los motivos de abandono físico-deportivo, así como la distribución de esas unidades en las diversas variables clave definidas anteriormente:

Tabla 5. Motivos por los que se ha abandonado la AFD.

MOTIVOS DE ABANDONO DE LA PRÁCTICA FÍSICO-DEPORTIVA	
TIPO DE MOTIVO	UNIDADES TEXTUALES
Motivos de escaso interés	155
Motivos temporales	147
Motivos relacionados con la oferta	39
Motivos de hábito	29
Motivos sociales	44
Motivos de salud	20
Motivos familiares	12

Pregunta 33. MOTIVOS DE INICIO EN LA PRÁCTICA FÍSICO-DEPORTIVA

De los escolares que practican o que han practicado en el pasado AFD se deducen los motivos que incentivan el comienzo de su actividad.

A continuación se pone de manifiesto el sistema de variables establecido para delimitar los motivos que dan lugar al inicio en la práctica física de los adolescentes riojanos, sistema determinado por un total de 11 variables clave:

– Motivos de forma física:

Esta variable clave recoge las siguientes razones: *por desear estar en buena forma física / por mejorar o mantener la forma física que ya se poseía.*

– Motivos de gusto por la actividad:

En este apartado se captan los siguientes motivos: *por entretenimiento y diversión / por gusto hacia el deporte / por gusto hacia el ejercicio y la actividad física / por gusto de viajar o salir de casa / por interés hacia el deporte y el ejercicio físico.*

– Motivos relacionados con la tarea:

Esta variable recoge los siguientes testimonios de los adolescentes: *por aprender cosas nuevas / por hacer una actividad positiva / por mejorar las habilidades físicas y técnicas / por entrenarse.*

– Motivos sociales:

En esta ocasión se recopilan estas razones: *por los amigos (sin especificar) / porque mis amigos o compañeros lo realizaban / porque me permitía conocer gente nueva / por relacionarme con otros o pertenecer a un equipo / porque toda la gente lo hacía / por las asociaciones juveniles / por ver a otros jugar (deportistas, gente como yo, etc.) / porque nos apuntamos los amigos y formamos un equipo / porque me animó gente de mi entorno / por el entrenador.*

– Motivos estéticos:

Esta variable clave concentra los siguientes motivos: *por mantener mi línea / por mejorar mi aspecto físico / por adelgazar.*

– Motivos relacionados con el ego:

Esta variable entraña estos testimonios: *por hacer cosas en las que soy bueno / por el gusto de demostrar mis capacidades / por competir / por ganar y ser el mejor.*

– Motivos de salud:

Esta variable clave recoge las siguientes ideas: *por los beneficios físico-psicológicos / por recomendación médica / por evitar hábitos nocivos / por descargar agresividad o tensión / por mejorar mi autoestima / porque es saludable y mejora la salud / por evadirme y relajarme.*

– Motivos relacionados con la oferta:

Esta variable atestigua motivos de este tipo: *por la oferta adecuada en el centro o localidad / por la disponibilidad de instalaciones y espacios / por la información en los medios de comunicación o por moda / por la oferta físico-deportiva limitada / por la existencia o creación de un equipo en el colegio o pueblo / por las fiestas deportivas.*

– Motivos familiares:

En la presente variable se compilan estos testimonios: *porque mis padres realizan o realizaban AFD / porque mi hermano/a lo realiza o me motiva / por iniciativa o por satisfacer a padres y familiares / por liberarme de la familia / porque el resto de mi familia lo realizaba / porque me apunté con un familiar / porque mi familia me regalaba material deportivo.*

– Motivos temporales:

Esta variable clave recopila los siguientes argumentos: *por tener mucho tiempo libre / por ser joven o por edad temprana / por hacer algo novedoso o diferente en el tiempo libre / por ocupar el tiempo libre.*

– Motivos educativos:

Esta variable clave recoge las siguientes razones: *por la motivación por parte de los profesores (profesores de EF y profesores en general) / por la escuela, colegio o instituto / por las clases de EF / por mejorar en los estudios.*

A continuación, se puede observar el número total de unidades textuales registradas en el apartado de motivos de inicio en la PFD, así como la distribución de esas unidades en las diversas variables clave definidas anteriormente:

Tabla 6. Motivos de inicio en la AFD.

MOTIVOS DE INICIO EN LA PRÁCTICA FÍSICO-DEPORTIVA	
Tipo de motivo	Unidades textuales
Motivos de forma física	69
Motivos de gusto por la actividad	1.192
Motivos relacionados con la tarea	67
Motivos sociales	454
Motivos estéticos	28
Motivos relacionados con el ego	25
Motivos de salud	99
Motivos relacionados con la oferta	65
Motivos familiares	482
Motivos temporales	136
Motivos educativos	50

Pregunta 34. BENEFICIOS FÍSICO-DEPORTIVOS

En este apartado se recopilan los beneficios que la AFD aporta a los adolescentes que realizan o han realizado en el pasado este tipo de actividades.

Seguidamente, se detalla el sistema de variables establecido para delimitar los beneficios de la práctica físico-deportiva, sistema determinado por un total de 10 variables clave:

– Mejora de la salud:

Esta variable recoge los siguientes beneficios: *mejorar la salud / mejorar la calidad de vida / evitar y mejorar enfermedades.*

– Forma física:

En esta variable clave se captan los siguientes testimonios de los adolescentes: *estar en forma, coordinado o entrenado / mejorar y mantener mi forma física.*

– Mejora estética:

En este apartado se seleccionan estos beneficios físico-deportivos: *mejorar mi aspecto físico / adelgazar*.

– Gusto por la actividad:

Esta variable recoge los siguientes beneficios: *la diversión que ofrecen estas prácticas / el gusto o satisfacción al realizar la actividad / las buenas experiencias que ofrecen*.

– Beneficios sociales:

En la presente variable se atestiguan estos testimonios: *estar o disfrutar con los amigos o pareja / conocer gente nueva / relacionarte o disfrutar con otras personas / fomentar la cooperación y el compañerismo*.

– Mejora del estado psicológico:

Esta variable clave refleja estas ventajas: *obtener beneficios psicológicos / sentirse bien o conseguir bienestar / desinhibirse / descargar tensiones / sentir emociones / evadirse o relajarse*.

– Beneficios orientados al ego:

Esta sección recoge los siguientes testimonios de los adolescentes: *ganar o ser el mejor / competir con el rival / hacer cosas en las que soy bueno*.

– Beneficios orientados a la tarea:

Este apartado atestigua estas ventajas: *aprender cosas nuevas / hacer una actividad positiva / mejorar las habilidades físicas y técnicas*.

– Ocupación del tiempo libre:

En esta variable se recogen los siguientes beneficios: *ocupar el tiempo libre / evitar el aburrimiento*.

– Pocos o ningún beneficio:

Esta variable aglutina los testimonios de los adolescentes riojanos que desvelan no conseguir *ningún beneficio* o *muy pocos* con la realización de AFD.

A continuación, se puede apreciar en la siguiente tabla la cantidad total de unidades textuales registradas en el presente indicador, así como su distribución en las variables clave:

Tabla 7. Beneficios de la práctica físico-deportiva.

BENEFICIOS FÍSICO-DEPORTIVOS	
TIPO DE MOTIVO	UNIDADES TEXTUALES
Mejora de la salud	494
Forma física	638
Mejora estética	116
Gusto por la actividad	628
Beneficios sociales	241
Mejora de mi estado psicológico	300
Beneficios orientados al ego	26
Beneficios orientados a la tarea	128
Ocupación del tiempo libre	25
Pocos o ningún beneficio	22

Pregunta 39. MOTIVOS DE MANTENIMIENTO EN LA PRÁCTICA FÍSICO-DEPORTIVA

Las unidades textuales en las que se descubren los motivos de mantenimiento en la AFD de los adolescentes riojanos que la practican y practicaban se ubican dentro de un sistema de 10 variables clave, como se aprecia a continuación:

– Motivos de gusto por la actividad:

Esta variable clave recoge los siguientes argumentos: *por diversión o entretenimiento o por disfrute / por gusto e interés por el ejercicio físico / por gusto e interés por el deporte.*

– Motivos estéticos:

Se captan en este apartado las siguientes razones: *por mejorar mi aspecto físico / por mantener mi línea y mi cuerpo / por adelgazar.*

– Motivos relacionados con el ego:

En este apartado se recopilan estos testimonios de los estudiantes: *por ganar o ser el mejor / por hacer cosas en las que soy bueno / porque me gusta demostrar mis capacidades / por competir.*

– Motivos profesionales:

En la presente variable se incluyen estas unidades textuales: *lograr una salida profesional / ganar dinero con la práctica.*

– Motivos familiares:

En la presente variable se recogen los siguientes motivos: *porque mis familiares lo realizan / por influencia de mis padres o para satisfacerlos.*

– Motivos de salud:

En esta variable clave se incluyen estas razones: *por los beneficios físico-psicológicos que me aporta / por prescripción médica / por evitar hábitos nocivos / por descargar agresividad o tensión / por mejorar mi autoestima / porque es saludable y mejora la salud / por evadirme o relajarme / por mejorar mi calidad de vida / por mejorar los hábitos alimenticios.*

– Motivos de forma física:

En este apartado se recogen los siguientes argumentos: *conseguir estar en buena forma física / mejorar o mantener la forma física que ya se poseía.*

– Motivos sociales:

Se atestiguan en esta variable clave estas razones: *por los amigos (sin especificar nada más) / porque me permite conocer gente nueva / porque mis amigos lo realizan y lo paso bien con ellos / por relacionarme o pertenecer a un grupo / porque existe buen ambiente en el grupo / por satisfacer la influencia del entorno social / por mi entrenador.*

– Motivos relacionados con la tarea:

Esta variable recoge los siguientes testimonios de los adolescentes: *por aprender cosas nuevas / por hacer una actividad positiva / por mejorar las habilidades físicas y técnicas / por entrenarme.*

– Motivos temporales:

Esta variable clave recoge estos motivos: *por ocupar el tiempo libre / por hacer algo diferente / por conseguir con la práctica tener tiempo libre.*

A continuación, se puede apreciar la cantidad total de unidades textuales registradas en el presente apartado, además de su distribución en las correspondientes variables clave:

Tabla 8. Motivos de mantenimiento en la AFD.

MOTIVOS DE MANTENIMIENTO EN LA PRÁCTICA FÍSICO-DEPORTIVA	
Tipo de motivo	Unidades textuales
Motivos de gusto por la actividad	1.216
Motivos estéticos	44
Motivos relacionados con el ego	51
Motivos profesionales	29
Motivos familiares	18
Motivos de salud	372
Motivos de forma física	233
Motivos sociales	194
Motivos relacionados con la tarea	35
Motivos temporales	53

6.2. FIABILIDAD DEL CUESTIONARIO

A través del análisis de fiabilidad se mide en qué grado *una variable está libre de error aleatorio y, por tanto, proporciona resultados consistentes* (Santesmases, 2001: 229). En nuestro caso, para obtener la fiabilidad como consistencia interna de las escalas de medida entre más de dos ítems, se opta por calcular el coeficiente alfa de Cronbach, también denominado coeficiente Kuder-Richardson 20. Éste determina, según expresa Díaz de Rada (1999), la capacidad que tiene cada ítem de medir el concepto que es objeto de análisis. Empleamos el coeficiente estandarizado basado en la media de las correlaciones entre todos los ítems, para obtener el grado de fiabilidad de cada variable.

Tabla 9. Análisis de fiabilidad del instrumento.

	Preguntas	Nº de factores	α de Cronbach estandarizada	
Número de hermanos	3 y 4	7	0,612	
Características del centro de estudios	6	7	0,750	
Curso de estudio	7	8	0,649	
Cantidad de tiempo libre disponible	11	4	0,648	
Ocupación del tiempo libre	Leer, escuchar música o ir al cine, teatro o espectáculos artísticos	11 y 14	2	0,754
	Practicar juegos de mesa o salón	11 y 14	2	0,657
	Ir de tiendas	11 y 14	2	0,666
	Ver la televisión o películas de vídeo, jugar con videojuegos, consolas y/u ordenador, navegar por Internet o manejar el móvil	11 y 14	2	0,854
	Visitar museos, realizar cursos culturales, viajar o hacer fotografías	11 y 14	2	0,830
	Tocar instrumentos musicales	11 y 14	2	0,800
	Estar con la familia	11 y 14	2	0,719
	Salir con los amigos	11 y 14	2	0,633
	Estar con la pareja	11 y 14	2	0,691
	Estudiar más allá de lo necesario	11 y 14	2	0,692
	Realizar trabajos sociales	11 y 14	2	0,690
	Practicar actividades físicas	11 y 14	2	0,650
	Hacer trabajos manuales, coser, pintar,...	11 y 14	2	0,885
	Pertenecer a un club o asociación	11 y 14	2	0,602
Actividades físico-deportivas deseadas	16	5	0,825	
Las clases de Educación Física	17	3	0,692	
Importancia de los agentes cercanos	18, 19, 20 y 21	4	0,611	
Práctica físico-deportiva de padres y hermanos	22, 23 y 24	28	0,623	
Práctica físico-deportiva actual	11 y 28	2	0,780	
Motivos de inicio	33	18	0,631	
Motivos de mantenimiento	39	19	0,610	
Motivos de abandono	31	13	0,641	
Motivos por los que nunca ha practicado	29	10	0,654	
Beneficios de la práctica físico-deportiva	29	18	0,692	

Como puede observarse en la tabla, todos los valores obtenidos del alfa de Cronbach superan el 0,6. Por lo tanto, podemos afirmar la fiabilidad de las variables ante lo que pretenden medir.

7. Bibliografía

- BALAGUER, I. (1999). *Estilo de vida de los adolescentes de la Comunidad Valenciana: Un estudio de la socialización para estilos de vida saludables*. DGICYT (PB94-1555).
- CASTILLO, I. y BALAGUER, I. (2001). Dimensiones de los motivos de práctica deportiva de los adolescentes valencianos escolarizados. *Apunts: Educación Física y Deportes*, 63, 22-29.
- DÍAZ DE RADA, V. (1999). *Técnicas de análisis de datos para investigadores sociales. Aplicaciones prácticas con SPSS para Windows*. Madrid: RAMA.
- LEE, M. J.; WITHEHEAD, J. y BALCHIN, N. (2000). The measurement of values in youth sport: Development of the Youth Sport Values Questionarie. *Journal of Sports and Exercise Psychology*, 22, 289-308.
- MARTÍNEZ, F. (2002). *El cuestionario. Un instrumento para la investigación de las ciencias sociales*. Barcelona: Laertes.
- MORENO, J. A. y HELLÍN, G. (2002). ¿Es importante la Educación Física? Su valoración según la edad del alumno y el tipo de centro. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*, 8. Consultada el 5 de diciembre de 2007. <http://cdeporte.rediris.es/revista/revista8/artedad.html>.
- MORENO, J. A.; RODRÍGUEZ, P. L. y GUTIÉRREZ, M. (1996). Actitudes hacia la educación física: elaboración de un instrumento de medida. En *Actas del III Congreso Nacional de Educación Física de Facultades de Educación y XIV de Escuelas Universitarias de Magisterio* (pp. 507-516). Guadalajara: Universidad de Alcalá.
- MORENO, J. A.; RODRÍGUEZ, P. L. y GUTIÉRREZ, M. (2003). Intereses y actitudes hacia la educación física. *Revista Española de Educación Física*, 9, 14-28.
- MOWATT, M, DEPAUW, K .P. y HULAC, G. M. (1988). Attitudes toward physical activity among college students. *The Physical Educator*, 45, 2, 103-108.
- PAVÓN, A. I.; MORENO, J. A.; GUTIÉRREZ, M. y SICILIA, A. (2003). Intereses y motivaciones de los universitarios: diferencias en función del nivel de práctica. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 3, 1, 33-43.
- PONCE DE LEÓN, A. (1998). *Tiempo libre y rendimiento académico*. Logroño: Universidad de La Rioja.

- PONCE DE LEÓN, A.; SANZ, E.; VALDEMOROS, M. A. y RAMOS, R. (2009). Los valores personales en el ocio físico-deportivo. Un estudio con jóvenes, padres y profesores. *Bordón. Revista de pedagogía*, 61, (1), 27-39.
- RAMOS, R.; PONCE DE LEÓN, A. y SANZ, E. (2006). *El programa Nud*ist aplicado a un estudio sobre el ocio físico-deportivo*. En AGUILAR, E. y RUBIO, El ocio en las disciplinas y áreas de conocimiento: Comunicaciones (165-176). Bilbao: Universidad de Deusto.
- RAMOS, R.; VALDEMOROS, M. A.; PONCE DE LEÓN, A. y SANZ, E. (2007). La influencia de los profesores sobre el ocio físico-deportivo de los jóvenes: percepción de los agentes educativos más cercanos a ellos. *Profesorado. Revista de currículum y formación del profesorado*, 11, (2). <http://www.ugr.es/~recfpro/rev112ART6.pdf>
- RAMOS, R.; VALDEMOROS, M. A.; PONCE DE LEÓN, A. y SANZ, E. (2008). La salud, valor condicionante de las experiencias de ocio físico-deportivo. En V. ARUFE, J. L. GARCÍA y A. DOMÍNGUEZ (Coord.), *II Congreso Internacional de Ciencias del Deporte*. Pontevedra: Universidad de Vigo.
- SANTESMASES, M. (2001). *DYANE Versión 2. Diseño y análisis de encuestas en investigación social y de mercados*. Madrid: Pirámide.
- SANZ, E. (2005). *La práctica físico-deportiva de tiempo libre en universitarios*. Logroño: Universidad de La Rioja.
- SIERRA, R. (1998). *Técnicas de investigación social. Teoría y ejercicios*. Madrid: Paraninfo.
- TORREGOSA, M. y LEE, M. (2000). El estudio de los valores en la psicología del deporte. *Revista de Psicología del Deporte*, 9 (1), 71-86.
- VALDEMOROS, M. A.; PONCE DE LEÓN, A.; SANZ, E. y RAMOS, R. (2007). El valor de la salud en las experiencias de ocio físico-deportivo de los jóvenes y adolescentes: conceptualización y estado de la cuestión. *Contextos Educativos*, 10, 117-132.
- VELÁZQUEZ, R. y HERNÁNDEZ, J. L. (2003). Deporte y formación de actitudes y valores en los niños, niñas y adolescentes de la comunidad de Madrid. *Revista de Educación*, 331, 369-398.
- WOLD, B. (1995). *Health behavior in schoolchildren: A WHO cross-national survey. Resource Package Questions 1993-1994*. Norway: University of Bergen.

8. Epílogo

El cuestionario de motivaciones, actitudes y comportamientos en el ocio físico-deportivo fue aplicado a adolescentes de Educación Secundaria Obligatoria y sus resultados nos han dado a conocer qué actividades físico-deportivas realizan, cuáles son las características de estas prácticas, cuáles son sus actitudes, preferencias y gustos por determinados tipos de prácticas físicas, e incluso qué nivel de satisfacción presentan con su conducta físico-deportiva. Del mismo modo, este instrumento nos ha brindado la posibilidad de poder conocer y analizar las actitudes, siempre desde la percepción de los propios estudiantes, de agentes externos como son los familiares, los profesores y los amigos sobre la práctica física de los adolescentes y jóvenes. Por si fuera poco, esta herramienta de trabajo nos ha facilitado el conocimiento de las motivaciones de práctica o no práctica físico-deportiva de los adolescentes, así como los beneficios que se obtienen con este tipo de actividades.

Por otra parte, los resultados logrados ofrecen una información de gran valor para las futuras líneas de trabajo de las distintas entidades físico-deportivas, de modo que pueden llegar a constituirse en el punto de partida de una oferta físico-deportiva adaptada a los intereses de los propios adolescentes y, por lo tanto, con una mayor posibilidad de aceptación y consolidación.

El estudio de estos casos nos ha animado a complementar los resultados con otros obtenidos con instrumentos cualitativos, como son los grupos de discusión. Estos hallazgos extraídos en la investigación, junto con las reflexiones surgidas a lo largo del proceso de análisis, han posibilitado elevar unas propuestas e iniciativas de intervención físico-deportiva que esperamos poder ofrecer en un futuro.

9. Ficha técnica del MACOFYD

1. INFORMACIÓN GENERAL

Es un cuestionario que permite conocer y valorar cómo son los comportamientos, las actitudes y las motivaciones para la práctica físico-deportiva de los adolescentes y jóvenes. También facilita el descubrimiento de posibles desajustes entre la oferta físico-deportiva y las demandas de los jóvenes, proporcionando una información que nos permitirá ajustar la intervención a las necesidades y motivaciones de los sujetos.

- Nombre: MACOFYD – Cuestionario de motivaciones, actitudes y comportamientos en el ocio físico-deportivo juvenil –.
- Autores (Miembros del grupo de Investigación AFYDO de la Universidad de La Rioja):
 - Ana Ponce de León Elizondo
 - Eva Sanz Arazuri
 - Rafael Ramos Echazarreta
 - M^a Ángeles Valdemoros San Emeterio
- Material necesario: cuadernillo de preguntas y hoja de respuestas para cada sujeto (anexos I y II).

2. PROPÓSITO Y NATURALEZA DEL INSTRUMENTO

- Significación: Es un cuestionario para el conocimiento y la valoración de la práctica físico-deportiva en el espacio del ocio de los adolescentes y jóvenes y analiza los comportamientos, las percepciones y las sugerencias físico-deportivas que presentan. Además, permite la detección de posibles desajustes entre la oferta físico-deportiva y las demandas, las necesidades y los intereses de los adolescentes y jóvenes que puedan impedir, dificultar o motivar la práctica física real.
- Dimensiones medidas: características sociodemográficas, tiempo libre/ocio y actividad físico-deportiva.
- Método de administración: individual y colectivo.
- Duración: variable, entre 20 y 40 minutos.
- Población a la que se destina: adolescentes (a partir de 12 años) y jóvenes.
- Número de ítems: 39.

3. EVALUACIÓN TÉCNICA

- Programas utilizados para la evaluación: SPSS versión 15.0 y NUD*IST 1.2.
- Muestra: 2.585 adolescentes estudiantes de Educación Secundaria Obligatoria de 21 centros públicos y concertados de la Comunidad Autónoma de La Rioja.
- Validez:
 - ✓ Validez de contenido:
 - Juicio de expertos.
 - Grupo piloto.
 - ✓ Validez de constructo:
 - Depuración de la información obtenida (eliminación de valores ajenos al recorrido), correcto seguimiento entre preguntas filtro (ítem 28) y filtradas, consistencia lógica entre las preguntas 11 y 28 y mortalidad experimental (valores perdidos o no respuestas).
 - Análisis de contenido de las preguntas abiertas.
- Fiabilidad: Consistencia interna con el coeficiente alfa de Cronbach.
- Procedimiento de puntuación: El investigador introduce las respuestas en el programa SPSS 15.0 para procesar los datos.

10. Anexos

ANEXO I: CUESTIONARIO

MACOFYD CUESTIONARIO DE MOTIVACIONES, ACTITUDES Y COMPORTAMIENTOS EN EL OCIO FÍSICO-DEPORTIVO JUVENIL

Se está realizando un estudio sobre el ocio físico-deportivo de los jóvenes. El objetivo principal es conocer si haces o no práctica físico-deportiva, de qué tipo, por qué, cuál es el interés hacia este tipo de prácticas, cuáles te gustaría hacer, con quién te gustaría practicarlas, etc. Tu respuesta permitirá elevar tus demandas a los encargados de organizar la oferta físico-deportiva para jóvenes.

Te rogamos que respondas con sinceridad.

El cuestionario es totalmente **anónimo** y está garantizado el secreto de las respuestas en el más estricto cumplimiento de las leyes sobre secreto estadístico y protección de datos personales.

INSTRUCCIONES PARA RELLENAR EL CUESTIONARIO:

- **Todas las respuestas deben ir en la hoja de respuestas y no en este cuadernillo de preguntas.**

- Marca con una "X" la opción u opciones que corresponda o correspondan a la/as respuesta/as elegida/as por ti.

Cuadernillo de preguntas

P.1. Sexo

(V) Varón

(M) Mujer

Hoja de respuestas

P.1. V M

Como soy mujer, pongo una "X" en el cuadro "M" de la hoja de respuestas.

- Si te equivocas, pinta por completo el error cometido y vuelve a marcar con una "X" el cuadro correcto.

Cuadernillo de preguntas

P.1. Sexo

(V) Varón

(M) Mujer

Hoja de respuestas

P.1. V M

Soy mujer, me he equivocado marcando "V". Para solucionarlo, pinto el recuadro entero y, a continuación, pongo una "X" en el cuadro de la opción "Mujer", el "M".

- Si la respuesta que hay que dar es numérica, se escribirán los números en la casilla correspondiente.

Cuadernillo de preguntas

P.2. Edad

Hoja de respuestas

P.2.

Ana Ponce de León, Eva Sanz, Rafael Ramos y M^a Ángeles Valdemoros



RECUERDA

Todas las respuestas deben ir en la hoja de respuestas y no en este cuadernillo de preguntas

- P.1** Sexo (V) Varón (M) Mujer
- P.2** Edad
- P.3** Número de hermanos y/o hermanas que tienes
- P.4** Número de
 (1) Hermanas mayores (2) Hermanas de la misma edad (3) Hermanas menores
 (4) Hermanos mayores (5) Hermanos de la misma edad (6) Hermanos menores
- P.5** ¿Dónde se encuentra tu domicilio familiar habitual?
 (1) En la capital de provincia (2) En otro municipio de la provincia (3) En otro municipio de otra provincia
 ¿Cuál? ¿Cuál? ¿Cuál?
- P.6** ¿En qué centro educativo estudias? Indica el tipo y la ubicación de éste.
 En caso de estar trabajando, marca la opción 7.
 (1) Público de capital (2) Concertado de capital (3) Privado de capital
 (4) Público de provincia (5) Concertado de provincia (6) Privado de provincia
 (7) No estudio, trabajo
- P.7** **Sólo para los que estudian.** ¿Qué curso estás estudiando?
 (1) Secundaria Obligatoria (2) Bachillerato (3) Ciclos formativos
 a) 1º a) 1º a) Grado Medio
 b) 2º b) 2º b) Grado Superior
 c) 3º
 d) 4º
- P.8** Indica el mayor nivel de estudios de tus padres. (Si te faltara alguno de los progenitores, puedes dejarlo en blanco)
- | | |
|---|---|
| PADRE
(1) Ningún estudio oficial
(2) Educación Primaria
(3) Educación Secundaria o F.P. de Grado Medio
(4) Bachillerato, BUP, COU o F.P. de Grado Superior
(5) Título Universitario
(6) Estudios de doctorado
(7) No sabe / no contesta | MADRE
(1) Ningún estudio oficial
(2) Educación Primaria
(3) Educación Secundaria o F.P. de Grado Medio
(4) Bachillerato, BUP, COU o F.P. de Grado Superior
(5) Título Universitario
(6) Estudios de doctorado
(7) No sabe / no contesta |
|---|---|
- P.9** Indica la situación laboral de tus padres. (Si te faltara alguno de los progenitores, puedes dejarlo en blanco)
- | | |
|---|---|
| PADRE:
(1) Trabaja. ¿Cuál es su profesión?
(2) No trabaja
a) En paro
b) Prejubilado
c) Jubilado
d) Atención y cuidado de su casa | MADRE:
(1) Trabaja. ¿Cuál es su profesión?
(2) No trabaja
a) En paro
b) Prejubilada
c) Jubilada
d) Atención y cuidado de su casa |
|---|---|

SOBRE OCIO Y TIEMPO LIBRE

- P.10** Después de tus obligaciones, trabajo, colegio, deberes, clases particulares, actividades que te obligan a hacer tus padres, ayuda en casa, desplazamientos, aseo, comidas, sueño, etc., cuentas con un tiempo libre **diario** para hacer lo que más te gusta de:

a) Días Laborales	(1) Menos 1 hora	(2) Entre 1 y 2 horas	(3) Entre 2 y 3 horas	(4) Entre 3 y 5 horas	(5) Más de 5 horas
b) Sábados	(1) Menos 1 hora	(2) Entre 1 y 2 horas	(3) Entre 2 y 3 horas	(4) Entre 3 y 5 horas	(5) Más de 5 horas
c) Domingos	(1) Menos 1 hora	(2) Entre 1 y 2 horas	(3) Entre 2 y 3 horas	(4) Entre 3 y 5 horas	(5) Más de 5 horas
d) Vacaciones	(1) Menos 1 hora	(2) Entre 1 y 2 horas	(3) Entre 2 y 3 horas	(4) Entre 3 y 5 horas	(5) Más de 5 horas

- P.11** ¿Qué haces en tu tiempo libre? **Puedes marcar más de una opción.**
- (1) Leer, escuchar música o ir al cine, teatro o espectáculos artísticos
 - (2) Practicar juegos de mesa o salón (fútbol, billar, cartas, parchís, ajedrez...)
 - (3) Ir de tiendas
 - (4) Ver la televisión o películas de video, jugar con videojuegos, consolas y/u ordenador, navegar por Internet o manejar el teléfono móvil
 - (5) Visitar museos, realizar cursos culturales (idiomas, informática...), viajar o hacer fotografías
 - (6) Tocar instrumentos musicales
 - (7) Estar con la familia
 - (8) Salir con los amigos o estar en el local, chamizo o parque
 - (9) Estar con la pareja
 - (10) Estudiar más allá de lo necesario
 - (11) Realizar trabajos sociales (Cruz Roja, Protección Civil, cuidado de ancianos, tareas de voluntariado)
 - (12) Practicar actividades físicas y deportivas (patinar, utilizar la bicicleta, jugar al fútbol...)
 - (13) Hacer trabajos manuales, coser, pintar...
 - (14) Pertenecer a un club o asociación cultural, recreativa o de ocio y asistir a sus actividades
 - (15) Otras. ¿Cuáles?

RECUERDA

Todas las respuestas deben ir en la hoja de respuestas y no en este cuadernillo de preguntas

- P.25** ¿Consideras que en tu casa existen materiales disponibles para la práctica de las actividades físico-deportivas que más te gustan?
 (1) Muy pocos (2) Pocos (3) Normal (4) Bastantes (5) Muchos
- P.26** ¿Consideras que en tu entorno existen espacios disponibles para la práctica de las actividades físico-deportivas que más te gustan?
 (1) Muy pocos (2) Pocos (3) Normal (4) Bastantes (5) Muchos
- P.27** ¿Crees que practicarás alguna actividad física o deportiva en el futuro?
 (1) Sí, seguro (2) Probablemente sí (3) Ahora no lo sé (4) Probablemente no (5) No, seguro
- P.28** ¿Practicas y/o has practicado alguna actividad físico-deportiva de tiempo libre?
 Atención: Se incluyen dentro de las actividades físico-deportivas hábitos como patinar, utilizar la bicicleta, jugar al fútbol o al baloncesto...
 (1) No practico ni practicaba
 (2) No practico pero antes practicaba
 (3) Practico pero antes no practicaba
 (4) Practico y practicaba

Sólo para los que han señalado la opción 1 en la pregunta 28

- P.29** Señala los motivos por los que no practicas ni has practicado. **Puedes marcar más de uno.**
 (1) Escaso interés por la práctica físico-deportiva
 (2) Temporales (falta de tiempo, por estudios...)
 (3) Escasa o nula oferta físico-deportiva de interés
 (4) Mis amigos no hacen, no tengo con quién hacer
 (5) Por prescripción médica
 (6) Otros. ¿Cuáles?

Sólo para los que han señalado la opción 2 en la pregunta 28

- P.30** Señala la edad que tenías cuando abandonaste la práctica físico-deportiva.
- P.31** Indica los motivos que te llevaron a abandonar la práctica físico-deportiva. **Puedes marcar más de uno.**
 (1) Escaso interés por la práctica físico-deportiva
 (2) Temporales (falta de tiempo, por estudios...)
 (3) Escasa o nula oferta físico-deportiva de interés
 (4) Tengo otras preferencias
 (5) Mis amigos no hacen, no tengo con quién hacer
 (6) Por prescripción médica
 (7) Mis padres no quieren que practique
 (8) Otros. ¿Cuáles?

Sólo para los que han señalado la opción 2, 3 ó 4 en la pregunta 28

- P.32** Señala la edad que tenías cuando comenzaste la práctica físico-deportiva.
- P.33** Indica los motivos que llevaron a iniciarte en la práctica físico-deportiva. **Puedes marcar más de uno.**
 (1) Por mejorar o mantener la forma física
 (2) Me gusta o me divierte la actividad
 (3) Por entrenar, aprender aspectos nuevos, mejorar mis habilidades...
 (4) Por estar con mis amigos o con gente
 (5) Por mejorar mi aspecto físico
 (6) Por ganar, competir...
 (7) Por mejorar o mantener mi salud
 (8) La oferta era atractiva
 (9) Mis familiares practicaban o querían que practicara
 (10) Por ocupar mi tiempo libre
 (11) Por mis profesores, clases...
 (12) Otros. ¿Cuáles?
- P.34** ¿Cuál es el mayor beneficio que te aporta la vivencia de las prácticas físico-deportivas?
 (1) Mejorar la salud
 (2) Mejorar o mantener la forma física
 (3) Mejorar mi aspecto físico
 (4) Me divierte
 (5) Me relaciona con amigos y gente nueva
 (6) Mejorar mi estado psicológico
 (7) Puedo competir y ganar
 (8) Me permite entrenar, mejorar mis habilidades
 (9) Ocupar el tiempo libre
 (10) Pocos o ninguno
 (11) Otros. ¿Cuáles?
- P.35** ¿En qué medida se ven satisfechas tus expectativas cuando practicas actividades físico-deportivas?
 (1) Muy poco (2) Poco (3) Normal (4) Bastante (5) Mucho

RECUERDA

Todas las respuestas deben ir en la hoja de respuestas y no en este cuadernillo de preguntas

Sólo para los que han señalado la opción 3 ó 4 en la pregunta 28

- P.36** ¿Cuál fue la forma por la que te iniciaste en la práctica físico-deportiva? **Puedes indicar más de una opción.**
- (1) A través de mis padres, que me inscribieron
 - (2) A través de la oferta extraescolar del centro en el que estudiaba
 - (3) A través de los amigos que ya practicaban
 - (4) A través del profesor de Educación Física
 - (5) A través de un club o asociación
 - (6) A través de la oferta del ayuntamiento
 - (7) A través del servicio comarcal de deportes
 - (8) De otra forma. ¿Cuál?
 - (9) NS/NC.
- P.37** ¿Quién o quienes es o son responsable/es de la elección de tu participación en las actividades físico-deportivas? **Puedes indicar más de una opción.**
- (1) Mis padres
 - (2) Mis hermanos
 - (3) Mi profesor de Educación Física
 - (4) Otro profesor
 - (5) El entrenador
 - (6) Mis amigos
 - (7) Yo mismo
- P.38** En el presente año, ¿qué actividades físicas o deportivas realizas o has realizado?
Indica el lugar y la época del año, la frecuencia de la práctica, el tipo de días, el contexto de práctica y con quién haces cada una de las actividades que señales.

Sólo para los que han señalado la opción 4 en la pregunta 28

- P.39** ¿Cuáles dirías que son los motivos por los que sigues practicando en la actualidad?
- (1) Me gusta o me divierte la actividad
 - (2) Por mejorar mi aspecto físico
 - (3) Me permite competir o ganar
 - (4) Quiero dedicarme a ello y ganar dinero
 - (5) Mis familiares practican o quieren que practique
 - (6) Por mejorar o mantener mi salud
 - (7) Por mejorar o mantener mi forma física
 - (8) Mis amigos practican y conozco gente nueva
 - (9) Me permite entrenar, aprender habilidades...
 - (10) Por ocupar mi tiempo libre
 - (11) Otros. ¿Cuáles?

ANEXO II: HOJA DE RESPUESTAS

HOJA DE RESPUESTAS

MACOFYD
CUESTIONARIO DE MOTIVACIONES, ACTITUDES Y COMPORTAMIENTOS EN EL OCIO FÍSICO-DEPORTIVO JUVENIL

RECUERDA: Todas las respuestas deben ir en esta hoja de respuestas y no en el cuadernillo de preguntas.

- Marca con una "X" el número o números que correspondan a las respuestas elegidas.
- Si te equivocas, pinta por completo el error cometido ■ y vuelve a marcar con una "X" el cuadro correcto.
- Si la respuesta que hay que dar es numérica, se escribirán los números correspondientes.

P.1. V M

P.2.

P.3.

P.4. 1) Hermanas mayores 2) Hermanas de la misma edad 3) Hermanas menores
 1) Hermanos mayores 2) Hermanos de la misma edad 3) Hermanos menores

P.5. 1. ¿Cuál? 2. ¿Cuál? 3. ¿Cuál?

P.6. Público capital Concertado capital Privado capital
 Público provincia Concertado provincia Privado provincia No estudio, trabajo

P.7. E.S.O. BACHILLERATO CICLOS FORMATIVOS
 1º 1º Grado Medio
 2º 2º Grado Superior
 3º
 4º

P.8. Padre Madre

P.9. Padre 1. ¿Cuál?
 2. a b c d
 Madre 1. ¿Cuál?
 2. a b c d

SOBRE TIEMPO LIBRE Y OCIO

P.10. a) Días Laborales (1) Menos 1 hora (2) Entre 1 y 2 horas (3) Entre 2 y 3 horas (4) Entre 3 y 5 horas (5) Más de 5 horas
 b) Sábados (1) Menos 1 hora (2) Entre 1 y 2 horas (3) Entre 2 y 3 horas (4) Entre 3 y 5 horas (5) Más de 5 horas
 c) Domingos (1) Menos 1 hora (2) Entre 1 y 2 horas (3) Entre 2 y 3 horas (4) Entre 3 y 5 horas (5) Más de 5 horas
 d) Vacaciones (1) Menos 1 hora (2) Entre 1 y 2 horas (3) Entre 2 y 3 horas (4) Entre 3 y 5 horas (5) Más de 5 horas

P.11. 15. ¿Cuáles?

P.12.

P.13.

P.14. 15. ¿Cuáles?



SOBRE PRÁCTICA FÍSICO-DEPORTIVA

P.15

P.16 _____

P.17 a) b) c)

P.18 P.19 P.20 P.21

P.22 Padre Madre

	Hermanas mayores (n°)	Hermanas menores (n°)	Hermanos mayores (n°)	Hermanos menores (n°)
(1) No practican ni practicaban				
(2) No practican pero antes practicaban				
(3) Practican pero antes no practicaban				
(4) Practican y practicaban				

P.24

P.25 P.26 P.27

P.28

P.29 ¿Cuál?

P.30

P.31 ¿Cuál?

P.32

P.33 ¿Cuál?

P.34 ¿Cuál?

P.35

P.36 ¿Cuál?

P.37

ACTIVIDADES	LUGAR UTILIZADO (a)					ÉPOCA PRÁCTICA (b)	FRECUENCIA PRÁCTICA (c)	DÍAS (d)	CONTEXTO PRÁCTICA (f)				CON QUIÉN PRÁCTICA (g)								
	Centro de estudios (1)	Gimnasio (2)	Instalaciones Públicas (3)	Instalaciones deportivas (4)	Medio urbano o natural (5)	Verano, Navidad, Sem Sta. (1)	Época lectiva (2)	Más de 3 veces a la semana (1)	Entre 2 y 3 veces por semana (2)	1 vez por semana (3)	Menos de 1 vez por semana (4)	Días laborales (1)	Fines de semana (2)	No competición con técnicos (1)	No competición sin técnicos (2)	De competición no federada (3)	De competición federada (4)	En solitario (1)	Con amigos (2)	Con familiares (3)	Con otras personas (4)

P.39 ¿Cuál?

MACOFYD.
CUESTIONARIO DE MOTIVACIONES, ACTITUDES
Y COMPORTAMIENTOS EN EL OCIO FÍSICO-DEPORTIVO

APLICACIÓN

Individual o colectiva.

ÁMBITO DE APLICACIÓN

Adolescentes y jóvenes a partir de 12 años.

SIGNIFICACIÓN

Herramienta validada que permite conocer y valorar las motivaciones, las actitudes y los comportamientos que los sujetos presentan hacia la práctica físico-deportiva en el marco del ocio.

FOCOS DEL ESTUDIO Y Nº DE ÍTEMS

El presente cuestionario contiene 39 ítems agrupados en tres focos relativos a las características identificativas de los sujetos, a su tiempo libre y ocio y a la situación de práctica físico-deportiva.

ELEMENTOS QUE LO COMPONEN

- Cuadernillo de preguntas para cada sujeto (en el que no se podrá escribir nada).
En su primera hoja se especifica el objetivo y las instrucciones para su cumplimentación.
- Hoja de respuestas para cada sujeto.

CONCEPTOS CLAVES DEL ESTUDIO

· ACTIVIDAD FÍSICO-DEPORTIVA:

Se considera actividad físico-deportiva tanto las prácticas deportivas regladas, institucionalizadas y competitivas (como practicar un deporte y pertenecer a un equipo), como las actividades físicas libres y recreativas sin carácter de competición (como andar en bici con los amigos), así como aquellas que suponen realizar una práctica dirigida por un técnico (como hacer aeróbic en un gimnasio).

· OCIO:

Se considera ocio la experiencia voluntaria y satisfactoria que se hace del tiempo libre. Se trata del tiempo liberado de cualquier tipo de obligación, que permite al sujeto que la realiza una situación gratificante, bien por el desarrollo que le supone, bien por el disfrute y/o por el descanso.