

## Frecuencia de práctica y motivos de participación en actividades físicas en función de la etnia en escolares de 13-14 años de Melilla

### Frequency of practice and reasons for participation in physical activities based on ethnias in schools of 13-14 years of Melilla

Inmaculada Alemany Arrebola, Lucía Granda Ortells, Ángel Custodio Mingorance Estrada, Mariano Montilla Medina, Juan Granda Vera  
Universidad de Granada (España)

**Resumen.** El presente artículo expone los resultados de un estudio dirigido a conocer la influencia de la etnia en la frecuencia semanal y diaria de práctica de actividad física, así como en los motivos de práctica de actividad física que manifiestan escolares de 13-14 años de Melilla. Los participantes han sido 548 escolares (267 chicos y 281 chicas) de los cursos 1º y 2º (13 - 14 años) de cuatro centros de Educación Secundaria de Melilla. Los datos se han recogido a través del cuestionario de «Hábitos de participación en Actividades Físicas». Los resultados muestran la existencia de diferencias significativas en función de la etnia, pero solo en el caso de los chicos en motivos para la participación en actividades físicas en aquellos relacionados con la salud «me gusta estar saludable», «es bueno hacer ejercicio», «diversión», «aspecto físico», con los relacionados con el rendimiento deportivo «Me gusta la competición» y «quisiera hacer carrera deportiva», así como con motivos relacionados con los aspectos sociales «amigos también practican» y «familia también practica», siempre a favor de los chicos de la etnia tamazight.

**Palabras clave:** Actividad física, frecuencia y motivos de práctica, etnia, Educación Secundaria.

**Abstract.** The present article presents the results of a study aimed at know the influence of ethnias in weekly and daily practice and in the reasons for practicing physical activity that show school age 13-14 years of Melilla. The participants were all 548 schoolchildren (267 boys and 281 girls) in courses 1st and 2nd (13-14 years) from four high schools in Melilla. Data were collected through the «Habits of Participation in Physical Activities Questionnaire». The results show the existence of significant differences according to ethnicity, but only in the case of boys in reasons for participation in physical activities in those related to health «I like to be healthy», «it is good to exercise», «Fun», «physical aspect», with those related to sports performance «I like competition» and «I would like to do sports career», as well as with reasons related to social aspects «friends also practice» and «family also practices», Always in favor of the Tamazight boys.

**Key words:** Physical Activity, frequency and reasons for practice, ethnias, Secondary Education.

### Introducción

Está comúnmente aceptado hoy en día que la participación en actividades físicas y deportivas en el tiempo libre es uno de los factores que mayor importancia presenta a la hora de alcanzar parámetros deseables de calidad de vida y que unido a otros factores como alimentación, higiene, descanso, etc. conforman lo que se denomina un estilo de vida saludable, frente a lo que podemos denominar como estilo de vida pernicioso o negativo caracterizado por el sedentarismo, la ingesta de alcohol, consumo de tabaco o/y drogas, etc.

De hecho, estudios como el de Oviedo, Sánchez, Castro, Calvo, Sevilla, Iglesias, et al. (2013), han relacionado la falta de actividad física y el sedentarismo con problemas de salud. Una de las grandes inquietudes entre los docentes de educación física es el abandono de la práctica deportiva que se produce entre el alumnado al pasar de la niñez a la adolescencia.

En general se acepta, a partir de los datos encontrados en numerosos estudios transversales, que se produce un descenso en la práctica de actividades físicas a medida que se incrementa la edad, agravado este hecho aún más en las mujeres que en los hombres (Troost, Pate, Sallis, Freedson, Taylor, Dowda & Sirard, 2002). Este hecho refleja como el 45% de los niños no realiza ningún tipo de deporte fuera del

horario escolar (Isorna, Rial & Vaquero, 2014).

Esta disminución puede ser debida a la gran cantidad de tareas y compromisos escolares que tienen los adolescentes, la sensación de perder el tiempo al practicar ejercicio físico, así como la falta de motivación y pereza al realizar esta actividad (Peykari, Eftekhari, Tehrani, Afzali, Hejazi, Atoofi & Djalalinia, 2015).

Al respecto de la participación en actividades físicas y deportivas en el tiempo libre, es importante llegar a conocer la frecuencia de práctica, el tiempo que a ello se dedica de forma diaria y cuáles son los motivos que favorecen o dificultan la implicación de niños y adolescentes en las mismas.

La frecuencia de actividad física ha sido abordada en estudios internacionales (Roberts, Tinjala & Konkov, 2004; Sallis, Prochaska & Taylor, 2000;) y nacionales. Estos últimos han explorado la realidad de la población escolar tanto en el ámbito nacional (Moreno, Muñoz, Pérez & Sánchez, 2005a, 2005b) como regional (Balaguer & Castillo, 2002; Casimiro, 1999).

En un estudio realizado por Lasheras, Aznar, Merino y López (2001) en el ámbito español sobre los factores relacionados con la práctica de actividad física en niños y adolescentes entre seis y 15 años, los resultados señalaban que los porcentajes de los que no practican actividad física y de los que lo hacen ocasionalmente (frecuencia menor a la mensual) suman alrededor del 39% de la población, que se podría denominar sedentaria.

Por último, respecto a los datos de población española, pero incluido dentro de las investigaciones internacionales, se debe destacar el HBSC (Estudio de Conductas de los

Escolares Relacionadas con la Salud –ECERS–), de la que han tomado parte en su última edición del año 2002 más de 160.000 escolares de 32 países (Currie, Roberts, Morgan, Smith, Settertobulte, Samdal & Barnekow, 2004), entre los que se incluye España, donde se han analizado hasta un total de 13.552 adolescentes de entre 11 a 18 años (Moreno et al., 2005a, 2005b). En cuanto al nivel de práctica de Actividad Física en el nivel nacional los datos indican que la actividad física de los adolescentes es baja, realizando, como media, actividad física moderada la mitad de los días recomendados, estando este valor por debajo de la media de los 32 países estudiados; asimismo se constata que en todas las edades estudiadas los chicos realizan más actividad física que las chicas, caracterizándose España por ser uno de los países donde dichas diferencias son mayores. Por último, a partir de los 13 años, y a medida que aumenta la edad de la muestra, disminuye el hábito de realizar actividad física y, por tanto, aumenta la conducta sedentaria. Igualmente, esta conducta es más evidente en España que en gran parte de los países analizados.

Román, Serra, Ribas, Pérez- Rodrigo y Aranceta (2006) (estudio Enkid 1998-2000), encontraron que alrededor del 70% de los niños y adolescentes españoles no realizan actividad física regular en su tiempo libre, especialmente las chicas, muy lejos de los datos del resto de países europeos, coincidiendo estos datos con estudios anteriores sobre población española (Lasheras et al., 2001).

Hernández y Velázquez (2007) centraron su interés en conocer los hábitos de práctica de actividad física, participando escolares de diez a 17 años (N=2.834) de seis ciudades de diferentes Comunidades Autónomas. En cuanto a la práctica de actividad física o juegos en la calle, sólo un tercio de la población realiza actividades de este tipo más de tres días a la semana. En cuanto a la práctica de actividades físico-deportivas reguladas más de una tercera parte declara que nunca realiza esta forma de práctica físico-deportiva y el 50% lo hace con una frecuencia de dos o más veces a la semana. Asimismo, los resultados muestran que el porcentaje de frecuencia de práctica físico-deportiva disminuye de manera muy significativa, siendo superior el porcentaje de chicas que «nunca» realiza actividades física reguladas, mostrando la tendencia descendente de la población activa, según aumenta la edad, lo que guarda cierta similitud con lo que sucede en otras Comunidades Autónomas (Balaguer & Castillo, 2002; CASIMIRO, 1999), y en otros países de nuestro entorno (Roberts et al., 2004).

En cuanto a la variable género, los datos muestran que los niveles de frecuencia de actividad física en los jóvenes es muy bajo, especialmente en las chicas, frecuencia que está muy por debajo de la de los chicos (71% chicas y 53% chicos), valores coincidentes en gran medida con valores alcanzados en otros estudios europeos (Steptoe, Wardle, Cui, Bellisle, Zotti, & Baranyai, 2002). De Hoyo y Sañudo (2007) en un estudio con escolares de una zona rural en Sevilla encontraron que sólo el 28% de las chicas practicaba actividad física con asiduidad, siendo el porcentaje de chicos superior (58%) aunque no por ello dejaba de ser una cifra baja de participación.

De acuerdo con González y Portolés (2014) existen diferencias estadísticamente significativas entre hombres y mu-

eres que realizan actividad física y deportiva extraescolar por lo menos un día a la semana, siendo los hombres con un 50.35% y las mujeres con 30.16%, asimismo mencionan que la actividad física va disminuyendo en los adolescentes en la medida que van avanzando en los cursos de primero al último grado de la Educación Secundaria Obligatoria. También encontramos que las chicas practican menos actividad física que los chicos (Castillo, Tornero, & García, 2018).

En relación a los motivos de práctica de actividad física, la mayoría de las investigaciones han revelado que los jóvenes tienen motivos similares para practicarla, tanto a nivel recreativo como de competición, incluyendo entre los motivos que más importancia tienen la diversión y la mejora de la salud (Castillo & Balaguer, 2001).

Allison, Dwyer, Goldenberg, Fein, Yoshida y Boutilier (2005) estudiaron las razones que subyacen para la participación de los adolescentes varones en actividades físicas moderadas e intensas. A través de grupos de discusión en los que participaban chicos entre 15 y 16 años de perfiles activos e inactivos respecto a la participación en actividades físicas de tres colegios públicos de Toronto de diferentes zonas de la ciudad, las razones que señalaron los participantes tenían que ver con cuestiones intrínsecas y extrínsecas. Entre las primeras estaban el disfrute o placer que supone, oponiendo este sentimiento a situaciones de competición reglada, y la mejora de propia habilidad o nivel de desempeño. Entre las segundas se señalaron las posibilidades de socialización que ofrecen estas actividades, la posibilidad de compartir su tiempo con los amigos, los beneficios que en el nivel psicológico proporcionan como salud mental, sentirse a gusto consigo mismo, tener buena apariencia y mejorar su reputación dentro del grupo. También se señaló de manera especial las posibilidades que ofrecen de reducir el stress.

En un estudio con el cuestionario de Autoinforme de Motivos para la Práctica de Ejercicio Físico en una población de 342 estudiantes de Educación Secundaria Obligatoria y Bachillerato, en donde encontraron que los factores prevención/ salud positiva y diversión/bienestar, son los principales factores motivacionales en la práctica del ejercicio físico. Mientras que los factores con menor impacto en la motivación son en el reconocimiento social/desafío y de salud (Portela & Domínguez (2017).

Resultados semejantes obtuvieron Tárrega-Canós, Alguacil y Parra-Camacho (2018), quienes afirman que tanto en hombres como en mujeres el factor con mayor valoración es el de prevención/salud positiva, bienestar/diversión y fuerza/resistencia muscular, sin embargo, el factor al que menos importancia le otorgan es, para las mujeres, el de reconocimiento social y para los hombres el de salud.

Fraile y De Diego (2006), en un estudio con escolares de España, Italia, Francia y Portugal, señalaron como motivos más relevantes para la práctica deportiva la mejora de la salud y estar con los amigos, destacando que las chicas dan menos importancia a la competición como motivo de práctica respecto de los chicos, dando más importancia aquellas a un tipo de práctica de actividad física más recreacional. De Hoyo y Sañudo (ob. cit.) encontraron como motivos más relevantes para implicarse en la práctica físico deportiva, tanto para chicos como para chicas, divertirse y que es bueno para la salud. Como motivo adicional los chicos señalaron

encontrarse con los amigos y las chicas mantener la línea. Como motivos para explicar la no participación en actividades físicas reseñaron la falta de tiempo, por pereza y que no se le daba bien la práctica deportiva.

En un estudio posterior llevado a cabo en México, la edad, se asoció con todas las dimensiones del AMPEF y con el total del instrumento ( $p < .05$ ), encontrándose una asociación más fuerte en Competición/Reconocimiento, seguida de Prevención y Salud Positiva y de Fuerza y Resistencia Muscular, indicando también los resultados que, a lo largo de la adolescencia, la familia deja de ser un referente social clave en favor del grupo de iguales (Colunga-Rodríguez, B. A., González, Vázquez-Juárez, Vázquez-Colunga, Castellanos-Ángeles, Colunga-Rodríguez, & Dávalos Picazo, 2020).

En relación a esto último, Lizandra y Peiró (2020) señalan que estas relaciones con el grupo social surgen, unas veces, como importantes mediadoras que facilitan conductas motivadas hacia la AF, y otras aparecen como inhibidoras de esas conductas, dependiendo del tipo de relación y actividades que se desarrollen. Por último, emerge una presión de la cultura social para que las y los adolescentes asuman conductas más propias de las personas adultas, como son las conductas sedentarias o alejadas de la práctica de AF regular. Se puede concluir que, aunque las relaciones sociales de los y las adolescentes pueden facilitar conductas que motiven hacia la AF, también pueden llegar a dificultarlas, por lo que resulta conveniente crear entornos en los que se favorezcan relaciones sociales satisfactorias y alejadas de conductas inactivas y nocivas para la salud.

Granda, Montilla, Barbero, Mingorance y Alemany (2010) realizaron un estudio dirigido a conocer la influencia del género en los motivos/no motivos de práctica de actividad física que manifiestan escolares de 10-12 años de Melilla. Los participantes fueron escolares de los cursos 5º y 6º (10-12 años) de tres colegios públicos de Melilla ( $n = 439$ ). Los resultados indicaron que los motivos principales para la participación en actividades físicas son aquellos relacionados con la salud «me gusta estar saludable», «es bueno hacer ejercicio», «para mantener la línea» y los relacionados con los aspectos sociales «me gusta divertirme y ocupar mi tiempo de ocio» y «encontrarme con los amigos», mientras que los motivos que les llevan a no participar en programas de actividad física son «falta de tiempo» y «estudios, hacer deberes», resultados similares a los hallados en estudios anteriores en otros contextos nacionales e internacionales.

Posteriormente, estos mismos autores llevaron a cabo un estudio con escolares de Educación Primaria de Melilla que tenía por objetivos encontrar diferencias ligadas al sexo y al curso en los motivos que les llevaban a ello. Al comparar los participantes en el estudio en función de su cultura de pertenencia (europeo o tamazight), encontraron la influencia de familiares y amigos es menos determinante en el caso de las niñas de origen tamazight, señalando los autores que esto podría deberse al componente sexista de esta etnia, que deriva en conceder una menor importancia e incluso impedir la práctica de actividades físicas en la niñas, especialmente a partir de una determinada edad (Granda, Alemany, Montilla, Barbero, Mingorance & Rojas, 2013).

A partir de los datos encontrados en los estudios anteriores, y dado que no existen datos publicados de los esco-

lares de la Ciudad Autónoma de Melilla, los objetivos a alcanzar en el presente estudio, se concretan en:

- Conocer la frecuencia semanal y diaria de participación en actividades físico-deportivas del alumnado de 13-14 años de Melilla en función de la etnia/cultura de pertenencia.
- Conocer los motivos más relevantes a la hora de implicarse en la práctica de actividades físico-deportivas que informan escolares de 13-14 años en función de la etnia/cultura de pertenencia.
- Determinar la existencia de diferencias en función de la etnia de pertenencia de los motivos para la participación en programas de actividad física y en la frecuencia y tiempo diario de participación en actividades físico-deportivas que informan escolares de 13-14 años de Melilla.

## **Método**

### **Contexto**

El estudio se ha realizado en cuatro centros educativos y los datos se han recogido durante los meses de mayo y junio de 2019. Tres de los centros son públicos y uno concertado.

### **Participantes**

Los participantes pertenecen a centros de ESO de la Ciudad Autónoma de Melilla. La población a la que se aplica el estudio está formada por los escolares de 1º y 2º de la ESO de la Ciudad Autónoma de Melilla. Esta población está constituida por unos 1953 alumnos de los diferentes centros públicos y concertados, según datos de la Dirección Provincial del MEC en Melilla. La muestra de nuestro estudio está compuesta por un total de 548 (267 chicos y 281 chicas) cuyas edades oscilan entre 13-14 años ( $M=13,8$   $SD=0,72$ ) y que son el total de escolares matriculados en estos centros en estos cursos en el curso académico 2018-2019. Nuestra muestra representa el 22.4% aproximadamente del total de la población de pertenencia, aunque dado la falta de representatividad de la misma, por ser una muestra seleccionada por responder a los objetivos del estudio, asumiendo su limitación para hacer generalizables los resultados al conjunto de la población de pertenencia.

Antes del comienzo de esta investigación se procedió a solicitar y obtener las preceptivas autorizaciones administrativas tanto de la Dirección Provincial del MEC como de las direcciones de los centros involucrados y padres/tutores de los participantes. Se cumplieron para la recogida de información el protocolo de la Declaración de Helsinki.

### **Variables de estudio**

Se consideraron las siguientes variables de estudio:

- Variable independiente no experimental: género y etnia
- Variables dependientes:
  - Frecuencia semanal y diaria de práctica de actividad física.
  - Motivos de práctica de actividad físico-deportiva.

### **Instrumentos**

Se ha utilizado para la recogida de datos el «Cuestionario de Hábitos de Actividad Física», elaborado por un grupo de expertos que reúne a maestros de Educación Física de Educación Primaria, profesores de Educación Física de Educa-

ción Secundaria y profesores de la Facultad Ciencias de la Educación y del Deporte de Melilla de los Departamentos de Didáctica de la Expresión Corporal y de Psicología Evolutiva y de la Educación. Partiendo de cuestionarios previos (World, 1989; Torre et al., 1997; Tercedor, 2002), se realizan varias reuniones donde el grupo de expertos deliberaron sobre la conveniencia e idoneidad de los aspectos contemplados en el cuestionario. Se elaboró un primer borrador que se aplicó a un total de 50 estudiantes de la población participante en el estudio para comprobar la existencia de posibles dificultades de comprensión de los ítems contemplados en este primer borrador del cuestionario y a partir de los datos encontrados (ningún ítem supuso dificultad alguna para ninguno de los alumnos que lo rellenaron) se procedió a diseñar de forma definitiva el cuestionario final (Granda y Montilla, 2010). El cuestionario ha sido validado por un análisis factorial exploratorio pero no confirmatorio.

El cuestionario contempla tres apartados:

- Datos demográficos: Nombre, centro, edad, sexo, peso y altura.

- Instrucciones para la cumplimentación del cuestionario.

- Conjunto de ítems.

El conjunto de ítems centra su interés en recoger información sobre 4 grandes ámbitos:

1. Conocer la frecuencia y duración de la actividad físico-deportiva en el tiempo libre. Incluye respuestas como nunca, una vez por semana, una hora, etc. (2 ítems)

2. Motivos de práctica o no durante su tiempo libre (22 preguntas tipo likert, 11 referidas a motivos para practicar actividad físico-deportiva y 11 referidas a motivos para no practicar actividad físico-deportiva, todas ellas con cuatro posibles respuestas que van desde «total desacuerdo» a «total acuerdo»).

3. Actividades realizadas en el tiempo libre, con objeto de determinar en que centran su actividad los participantes en el tiempo en que no están en la escuela.

4. Hábitos de práctica físico-deportiva e influencia de los significativos, tratando de conocer cuáles de los significativos (padres, hermanos, amigos) con respecto a los alumnos presentaban conductas activas. Diferentes estudios relacionan los hábitos de actividad física de los sujetos con la influencia de los significativos, ya sean padre, hermanos o amigos.

El tiempo de aplicación es de 20 minutos como máximo.

En el estudio que aquí se describe sólo se presentan los datos encontrados para los apartados de «Frecuencia de práctica semanal y diaria» y «Motivos de práctica de actividad física».

### Procedimiento

Para proceder a pasar el cuestionario a los alumnos participantes, se concretó el día y la hora para la administración de los cuestionarios. El periodo en que se fijaron las fechas de administración de los cuestionarios fue el mes de Mayo de 2019 y la pasación la realizó el profesorado de Educación Física o tutor/a del aula, en horario lectivo, de manera individual y en un clima que les permitía concentrarse sin distracciones. El tiempo máximo establecido para la realización del cuestionario fue de 20 minutos, no encontrando, en ningún caso, alumnado que sobrepasasen el tiempo establecido o

que no comprendiesen algún aspecto de lo que se les preguntaba.

### Análisis estadístico

Se ha procedido a realizar un análisis factorial exploratorio para comprobar que los resultados obtenidos respondían a la estructura previa del cuestionario, un análisis descriptivo sobre los porcentajes de aparición de respuestas al cuestionario, agrupando los ítem 1 y 2 (muy en desacuerdo/en desacuerdo) y los ítems 3 y 4 (de acuerdo/muy de acuerdo) en un solo valor, para tratar de agrupar las respuestas y simplificar la presentación de resultados.

Por último se llevó a cabo un análisis inferencial mediante el estadístico «hipótesis de contrastes para dos muestras» del paquete Statgraphics 4.1, utilizando una Z para dos muestras.

### Resultados

Los datos globales recogidos en la aplicación del cuestionario se sometieron al estadístico alpha de Cronbach para determinar la fiabilidad de consistencia interna del cuestionario. El valor encontrado fue .90, el cual puede considerarse un nivel muy aceptable de fiabilidad de acuerdo con Kerlinger y Lee (2002) que establecen 0.70 como el límite entre la fiabilidad aceptable y la no aceptable.

Para establecer la validez del instrumento se procedió a someter los datos encontrados a un análisis factorial exploratorio. Solamente se han considerado los factores con un autovalor (eigenvalue) mayor de 1. Los resultados encontrados se presentan en la tabla 1.

La varianza total explicada por el conjunto de los tres componentes o factores encontrados es de 71.53%. Los valores de fiabilidad para cada uno de los componentes ha sido: Componente 1 (.910), componente 2 (.817) y componente 3 (.610).

Tabla 1.  
Matriz de componentes rotadas

	Componentes		
	1	2	3
Estar saludable y en forma	.873		
Bueno hacer ejercicio	.858		
Diversión	.820		
Aspecto Físico	.794		
Competición		.602	
Liberar tensiones	.603		
Estar con los amigos	.650		
Carrera deportiva		.793	
Amigos también practican		.762	
Familia también practica		.711	
Padres obligan			.931

Método de extracción: Análisis de componentes principales.

Método de rotación: Normalización Varimax con Kaiser.

Se presentan los resultados encontrados en el «cuestionario de hábitos y motivos de práctica de actividad física» agrupándolos en los dos grandes ámbitos sobre los que se recoge información:

- Frecuencia y tiempo diario de práctica de actividad física
- Motivos de práctica de actividad física-deportiva de los alumnos

Los resultados encontrados arrojan también valores muy similares al considerar los dos valores que miden una frecuencia de actividad por encima de 3 veces por semana («Más de 3 veces por semana – Todos los días») (ver tabla 2).

Tabla 2.

Frecuencia de actividad física y etnia		
Frecuencia	Porcentaje europeos	Porcentaje tamazies
Nunca	8.8	8.2
Una vez por semana	26.5	25.6
2 o 3 veces por semana	26.5	21
Más de 3 veces por semana	25.8	29.7
Todos los días	11.4	13.7

En cuanto *al tiempo dedicado a la actividad*, los valores encontrados en función de la variable etnia presentan niveles muy similares de participación diaria cada día (ver tabla 3).

Tabla 3.

Tiempo de práctica al día de actividad física y etnia		
Tiempo	Porcentaje europeos	Porcentaje tamazies
Media hora	14.1	17
Una hora	24.3	21.1
Hora y media	24.9	23.9
Dos horas	13.8	16.1
Más de 2 horas	17.7	16.1

En cuanto al ámbito «*Motivos para la práctica de actividad física en su tiempo libre*», los resultados muestran que amigos y familia que practican una determinada actividad físico-deportiva tienen una mayor influencia en la práctica de la misma modalidad en los escolares de etnia tamazight, presentando también los escolares de esta etnia un mayor grado de acuerdo con los motivos relacionados con el rendimiento deportivo como motivo para implicarse en la práctica físico-deportiva (tabla 4).

Tabla 4.

Motivos de práctica de actividad física y etnia			
Motivo	Etnia	Porcentaje Desacuerdo/ Muy en desacuerdo	Porcentaje Acuerdo/ Muy de acuerdo
(1)Porque me gusta estar saludable y en forma	Europeo	13.8	86.2
	Tamazight	11.4	88.6
(1)Porque es bueno hacer ejercicio	Europeo	11.8	88.2
	Tamazight	7.3	92.7
(1)Para mantener la línea y tener buen aspecto	Europeo	16.8	83.2
	Tamazight	15.6	84.4
(1)Para liberar tensiones	Europeo	42.7	57.3
	Tamazight	38	62
(2)Porque me gusta divertirme y ocupar mi tiempo de ocio	Europeo	15.8	84.2
	Tamazight	13.3	86.7
(2)Por encontrarme con los amigos y hacer cosas juntos	Europeo	25.2	74.8
	Tamazight	20.6	79.4
(2)Porque mis amigos también lo practican	Europeo	65.5	34.5
	Tamazight	49.1	50.9
(2)Porque mis familiares también lo practican	Europeo	71.4	28.6
	Tamazight	61	39
(2)Porque mis padres me obligan	Europeo	93.8	6.2
	Tamazight	92.6	7.4
(3)Porque me gusta la competición	Europeo	45.8	54.2
	Tamazight	37.6	62.4
(3)Porque quiero hacer carrera deportiva	Europeo	65.2	34.8
	Tamazight	52.3	47.7

\* (1) Items relacionados con la salud; (2) ítems relacionados con aspectos sociales; (3) ítems relacionados con el rendimiento

Tomando como variable mediadora el sexo, en la tabla 5, 6 y 7 se presentan los datos para cada una de las etnias consideradas y para cada uno de los componentes encontrados en el análisis exploratorio (saludables, sociales y de rendimiento).

A partir de estos valores descriptivos, se ha procedido a comparar los puntajes de ambos grupos en cada uno de los ítems del cuestionario para determinar la existencia de diferencias significativas en los valores porcentuales, mediante el estadístico «hipótesis de contrastes para dos muestras» del paquete Statgraphics 4.1. Se han encontrado diferencias significativas en los ítems «Amigos también practican», «Carrera deportiva», «Familias también practican» y «Padres obligan».

Posteriormente se sometieron por separado los datos de los chicos y de las chicas, para profundizar más en la explicación de las diferencias encontradas para el conjunto de la

Tabla 5.

Valores para cada uno de los ítems relacionados con la salud (desacuerdo/acuerdo) por etnia y sexo

Item	Etnia	chico	Chica
Estar saludable y en forma	Europeo	Total desacuerdo/En desacuerdo 7,70%	5%
		De acuerdo/Totalmente de acuerdo	84% 86%
	Tamazight	Total desacuerdo/En desacuerdo 4%	1,3%
		De acuerdo/Totalmente de acuerdo	95% 82,90%
Bueno hacer ejercicio	Europeo	Total desacuerdo/En desacuerdo 5,10%	4%
		De acuerdo/Totalmente de acuerdo	89% 87,30%
	Tamazight	Total desacuerdo/En desacuerdo 3%	3,50%
		De acuerdo/Totalmente de acuerdo	96,10% 89,80%
Liberar tensiones	Europeo	Total desacuerdo/En desacuerdo 27,1%	42,7%
		De acuerdo/Totalmente de acuerdo	65,8% 48%
	Tamazight	Total desacuerdo/En desacuerdo 29%	37,1%
		De acuerdo/Totalmente de acuerdo	70% 55,2%
Aspecto físico	Europeo	Total desacuerdo/En desacuerdo 10,3%	8,1%
		De acuerdo/Totalmente de acuerdo	83,9% 82,5%
	Tamazight	Total desacuerdo/En desacuerdo 7%	17,1%
		De acuerdo/Totalmente de acuerdo	92,1% 77,7%

\*Nota: Hay valores desaparecidos porque no toda la muestra contesto a todos los ítems

Tabla 6.

Valores para cada uno de los ítems relacionados con aspectos sociales (desacuerdo/acuerdo) por etnia y sexo

Item	Etnia	chico	Chica
Diversión	Europeo	Total desacuerdo/En desacuerdo 5,8%	11,2%
		De acuerdo/Totalmente de acuerdo 88,3%	80,1%
	Tamazight	Total desacuerdo/En desacuerdo 5%	14,5%
		De acuerdo/Totalmente de acuerdo 94,1%	80,3%
Estar con amigos	Europeo	Total desacuerdo/En desacuerdo 9,6%	25,8%
		De acuerdo/Totalmente de acuerdo 83,8%	64,9%
	Tamazight	Total desacuerdo/En desacuerdo 7%	22,2%
		De acuerdo/Totalmente de acuerdo 91,1%	69,2%
Amigos también practican	Europeo	Total desacuerdo/En desacuerdo 51,6%	64,7%
		De acuerdo/Totalmente de acuerdo 42,6%	24%
	Tamazight	Total desacuerdo/En desacuerdo 32,7%	54,7%
		De acuerdo/Totalmente de acuerdo 66,4%	37,6%
Familia también practican	Europeo	Total desacuerdo/En desacuerdo 64,5%	64%
		De acuerdo/Totalmente de acuerdo 29,7%	27,3%
	Tamazight	Total desacuerdo/En desacuerdo 46,6%	64,1%
		De acuerdo/Totalmente de acuerdo 55,5%	28,2%
Mis padres me obligan	Europeo	Total desacuerdo/En desacuerdo 88,4%	84,7%
		De acuerdo/Totalmente de acuerdo 5,80%	6,70%
	Tamazight	Total desacuerdo/En desacuerdo 88,1%	88%
		De acuerdo/Totalmente de acuerdo 10%	5,20%

\*Nota: Hay valores desaparecidos porque no toda la muestra contesto a todos los ítems

Tabla 7.

Valores para cada uno de los ítems relacionados con el rendimiento deportivo (desacuerdo/acuerdo) por etnia y sexo

Item	Etnia	chico	chica
Me gusta la competición	Europeo	Total desacuerdo/En desacuerdo 26,5%	50%
		De acuerdo/Totalmente de acuerdo 67,1%	50%
	Tamazight	Total desacuerdo/En desacuerdo 14,9%	49,6%
		De acuerdo/Totalmente de acuerdo 84,2%	53,6%
Carrera deportiva	Europeo	Total desacuerdo/En desacuerdo 47,7%	67,6%
		De acuerdo/Totalmente de acuerdo 45,8%	23,2%
	Tamazight	Total desacuerdo/En desacuerdo 34,7%	58,9%
		De acuerdo/Totalmente de acuerdo 64,4%	32,5%

\*Nota: Hay valores desaparecidos porque no toda la muestra contesto a todos los ítems

muestra considerada. Entre las chicas no se encontró ninguna diferencia significativa en ningún ítem, mientras que para el grupo de los chicos se encontraron diferencias en los ítems recogidos en la tabla 9.

Tabla 8.

Diferencias significativas por etnia

	Z	Sig.
Carrera deportiva	2,375	.038
Amigos también practican	3,422	.005
Familia también practica	2,732	.019
Padres obligan	2,858	.015

Tabla 9.

Diferencias por etnia sólo chicos

	Z	Sig.
Estar saludable y en forma	3,981	.020
Bueno hacer ejercicio	3,789	.024
Diversión	3,652	.027
Aspecto Físico	3,178	.043
Competición	4,77	.009
Carrera deportiva	6,517	.002
Amigos también practican	8,751	.001
Familia también practica	10,48	.001

## Discusión

Los objetivos del presente estudio fueron conocer la frecuencia semanal y diaria de participación en actividades

físico-deportivas del alumnado de 13-14 años de Melilla, los motivos más relevantes a la hora de implicarse en la práctica de actividades físico-deportivas que informan escolares de 13-14 años y determinar la existencia de diferencias en función de la etnia de pertenencia y del género en función de los motivos para la participación en programas de actividad física y en la frecuencia y tiempo diario de participación en actividades físico-deportivas que informan escolares de 13-14 años de Melilla.

Respecto al primero de estos objetivos, los datos muestran que los europeos realizan en un alto porcentaje (63.7%) de actividad física semanal (por encima de 2-3 horas semanales), al igual que los tamazies (64.4%), no encontrando diferencias por etnia en este aspecto, ni en el conjunto de la muestra ni por sexo y etnia. Estos datos son muy similares a los encontrados por Lasheras et al. (2001) que señalaban un porcentaje de sedentarismo del 39% y muy superiores a los de Hernández y Velázquez (2007) que hallaron en seis diferentes comunidades autónomas de España un porcentaje del 50% que realizaban actividad física en su tiempo libre durante dos horas o más a la semana, lo que indica, quizás por lo años pasados, que los sujetos de Melilla de las dos etnias consideradas practican un mayor tiempo a la semana, a pesar de los niveles socioeconómicos tan diferentes entre ambas etnias. Este hecho parece contradecir a lo señalado por Martins, Torres, Cardoso, Costa, y Honorio (2015) quienes señalaban que el nivel socioeconómico familiar está directamente relacionado con la práctica de actividad física. Niveles educativos bajos están relacionados con mayores tasas de sedentarismo.

En cuanto a los motivos para practicar actividades físicas y deportivas en su tiempo libre, se han encontrado valores muy similares a los hallados en estudios anteriores, destacando los motivos relacionados con la salud, estar en buena forma, diversión y estar con los amigos los que presentan porcentajes más altos (Portela & Dominguez, 2017), así como el hecho de que la familia pasa a un segundo plano de influencia como referente social a favor del grupo de iguales (Colunga-Rodríguez et al., 2020), señalando a este respecto Lizandra y Peiró (2020) que en algunas ocasiones estas relaciones entre iguales no facilitan la participación en actividades físicas sino que las dificulta, por lo que hay que prestar una especial atención a estas relaciones para que se muestren positivas hacia la práctica de actividades físicas.

Se han hallado diferencias significativas solamente entre los chicos, pero no así entre las chicas de ambas etnias. Estas diferencias son siempre a favor de los sujetos de la etnia tamazight en ítems de los tres grandes grupos de motivos estudiados: salud, sociales y de rendimiento (ver tabla 9).

Es reseñable destacar que el ítem «Padres obligan» aparece como significativo cuando se contrastan de forma conjunta los datos de chicos y chicas, y no aparece cuando se contrastan ambos grupos de forma separada chicos y chicas. Este hecho puede indicar que en la etnia tamazight la familia ejerce una presión añadida como motivo que le lleva a practicar actividad física en su tiempo libre (Granda et al., 2013).

La no existencia de diferencias entre las chicas de ambas etnias muestra un comportamiento similar a la hora de prac-

ticar actividades físicas, no ocurriendo igual con los chicos. Las diferencias encontradas indican un mayor grado de compromiso por parte de los sujetos tamazies a la hora de afrontar actividades físicas. Estas diferencias también las encontró Canto (2017), tanto en lo referente a la diferencia a favor de la etnia tamazight, como a la diferencia entre chicos y chicas, presentando éstas últimas las peores puntuaciones.

Es arriesgado dar una explicación a estas diferencias, aunque posiblemente los aspectos sociales están más arraigados y los amigos y familiares influyen más en los sujetos de etnia tamazight por cuestión cultural, manteniendo la influencia ya detectada de iguales y familia en escolares de 10 a 12 años de edad (Granda et al., 2011). En cuanto a los motivos relacionados con el rendimiento, donde estos sujetos (tamazies) presentan puntuaciones más elevadas, siendo una posible explicación la condición social y económica de estos sujetos, más baja que la de los sujetos europeos, viendo en el deporte una oportunidad de futuro y de ingresos económicos que les saque de esa situación.

## Conclusiones

En conclusión, los datos encontrados muestran perfiles ligeramente más elevados en la frecuencia de práctica en ambos subgrupos de estudio en comparación a los hallazgos previos, no encontrando diferencias significativas entre ambos grupos que presentan valores similares. Respecto a los motivos para implicarse en la práctica de actividad física, el grupo de chicos de la etnia tamazight presenta mejores valores en ítems relacionados con los tres componentes señalados en el cuestionario, pero no así las chicas, las cuales presentan valores muy similares a las chicas europeas y, ambas, porcentajes inferiores a los mostrados por los chicos. Siendo necesario tener presentes los motivos señalados de forma preferente para la práctica como referentes a la hora de implementar programas dirigidos a un aumento en la participación en actividades físicas de nuestros niños y jóvenes, dada la especial relevancia que ello tiene a la hora de desarrollar y potenciar en la ciudadanía actitudes y hábitos saludables orientados a estilo activos de vida. A este respecto, sería preciso, como señalan Castillo & Balaguer (2001:28), contar con teorías que nos permitan predecir tanto el inicio como el abandono de la práctica de actividad físico-deportiva, ya que a partir de ahí podremos trabajar a nivel preventivo sobre el posible abandono, así como potenciar en contrapartida la promoción del ejercicio y el aumento de la adherencia.

## Referencias

- Allison, K. R.; Dwyer, J.M.; Goldenberg, E.; Fein, A.; Yoshida, K.K., & Boutillier M. (2005). Male adolescents' reasons for participating in physical activity, barriers to participation, and suggestions for increasing participation, *Adolescence*. FindArticles.com.[http://findarticles.com/p/articles/mi\\_m2248/is\\_157\\_40/ai\\_n13774351/](http://findarticles.com/p/articles/mi_m2248/is_157_40/ai_n13774351/), 14/abril/2010.
- Balaguer, I., & Castillo, I. (2002). Actividad física, ejercicio físico y deporte en la adolescencia temprana. En I. Balaguer (Ed.) *Estilos de vida en la adolescencia* (pp. 37-64). Valencia: Promolibro.
- Canto, A. (2017). *Diferencias en función del género, etnia y edad en el autoconcepto físico: Estudio con una muestra de alumnos de*

- Educación Secundaria Obligatoria*. Tesis doctoral inédita. Universidad de Granada.
- Casimiro, A. J. (1999). *Comparación, evolución y relación de hábitos saludables y nivel de condición física-salud en escolares, al finalizar los estudios de Educación Primaria (12 años) y de Educación Secundaria Obligatoria (16 años)*. Tesis doctoral. Universidad de Granada
- Castillo, I., & Balaguer, I. (2001). Dimensiones de los motivos de práctica deportiva de los adolescentes valencianos escolarizados, *Apunts*, 63, 22-29.
- Castillo, E, Tornero, I., & García, J. A. (2018). Relación entre actividad física, alimentación y familia en edad escolar. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, 34, 85-88
- Colunga-Rodríguez, B. A., González, M. A., Vázquez-Juárez, C.L., Vázquez-Colunga, J. L., Castellanos-Ángeles, R., Colunga-Rodríguez, C., & Dávalos Picazo, G.(2020). Motivos para la Práctica del Ejercicio Físico en Estudiantes de Secundaria. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, 38, 89-94
- Currie, C.; Roberts, C.; Morgan, A.; Smith, R.; Settertobulte, W.; Samdal O., & Barnekow, R. (Eds.) (2004). *Young people's health in context. Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) study: international report from the 2001/2002 survey*. Dinamarca: Organización Mundial de la Salud.
- De Hoyos, M., & Sañudo, B. (2007). Motivos y hábitos de práctica de actividad física en escolares de 12 a 16 años en una población rural de Sevilla, *Rev Intern Med Cienc. Act. Fís. y Dep.*, 7 (26), 87-98.
- Fraile, A., & De Diego, R. (2006). Motivaciones de los escolares europeos para la práctica del deporte escolar, *Revista Internacional de Sociología*, 64 (44), 85-109.
- González, J. & Portolés, A. (2014). Actividad física extraescolar: relaciones con la motivación educativa, rendimiento académico y conductas asociadas a la salud. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 9 (1), 51-65.
- Granda, J.; Canto, A.; Ramírez, V.; Barbero, J.C., & Alemany, I. (1998). *Modelos organizativos del deporte en edad escolar. Evaluación de una alternativa*. Granada, Editorial Universidad de Granada.
- Granda, J., Alemany, I., Montilla, M., Barbero, J. C., Mingorance, A. & Rojas, G. (2013). Frecuencia de práctica y motivos de participación en actividades físicas en función del género y la edad de escolares de Melilla. *Publicaciones*, 43, 79-97.
- Granda, J.; Montilla, J. M.; Barbero, J. C.; Mingorance, A. & Alemany, I. (2010). Frecuencia de práctica y motivos de participación/no participación en actividades físicas en función del género de escolares de 10-12 años de Melilla. *Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 6(6), 280-296. <https://doi.org/10.5232/ricyde2010.02103>
- Hernández, J. L. & Velázquez, R. (2007). *La educación física, los estilos de vida y los adolescentes: Cómo son, cómo se ven, qué saben y qué opinan*. Barcelona: Grao.
- Isorna, M., Rial, R. & Vaquero, R. (2014). Motivaciones para la práctica deportiva en escolares federados y no federados. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, 25, 80-84.
- Kerlinger, F., & Lee, H. (2002). *Investigación del comportamiento: Métodos de Investigación en Ciencias Sociales*. México: McGraw Hill Interamericana.
- Lasheras, L.; Aznar, S.; Merino, B., & López, E. G. (2001). Factors associated with physical activity among Spanish youth through the National Health Survey. *Preventive Medicine*, 32, 455-464. <https://doi.org/10.1006/pmed.2001.0843>
- Lizandra, J. & Peiró-Velert, C. (2020) Las relaciones sociales y su papel en la motivación hacia la práctica de actividad física en adolescentes: Un enfoque cualitativo. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, 37, 41-47
- Martins, J.; Torres, B.; Cardoso, J.; Costa, A. & Honorio, S. (2015). Influence of sociological aspects on the level of physical activity in physical education students. *Journal of human sport and exercise*. 10(3):815-826.
- Moreno, C.; Muñoz, V.; Pérez, P. J., & Sánchez, I. (2005a). Los adolescentes españoles y su salud. *Resumen del estudio Health Behaviour in School Aged Children (HBSC-2002)*. Madrid: Ministerio de Sanidad y Consumo.
- Moreno, C.; Muñoz, V.; Pérez, P. J., & Sánchez, I. (2005b). Los adolescentes españoles y su salud. Análisis de chicos y chicas de 11 a 17 años. *Resumen del estudio Health Behaviour in School Aged Children (HBSC-2002)*. Madrid: Ministerio de Sanidad y Consumo.
- Oviedo, G., Sánchez, J., Castro, R., Calvo, M., Sevilla, J. C., Iglesias, A. & Guerra, M. (2013). Niveles de actividad física en población adolescente: estudio de caso. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, 23, 43-47.
- Peykari, N., Eftekhari, M. B., Tehrani, F. R., Afzali, H. M., Hejazi, F., Atoofi, M. K. & Djalalinia, S. (2015). Promoting physical activity participation among adolescents: The barriers and the suggestions. *International Journal of Preventive Medicine*, 6(12). <https://doi.org/10.4103/2008-7802.151820>
- Portela, I. & Domínguez, J. (2017). Motivación percibida por los adolescentes gallegos en la práctica del ejercicio. *Revista de Estudios e Investigación En Psicología y Educación*, 14, 117-121. <https://doi/10.17979/reipe.2017.0.14.2518>
- Roberts, C.; Tynjälä, J., & Komkov, A. (2004). Physical activity. En Currie, C., Roberts, C.; Morgan, A.; Smith, R.; Settertobulte, W.; Samdal O., y Barnekow, R. (Eds.), *Young people's health in context. Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) study: international report from the 2001/2002 survey*. Dinamarca: Organización Mundial de la Salud.
- Roman, B.; Serra, L.; Ribas, L.; Pérez-Rodrigo, C., & Aranceta, J. (2006). Actividad física en la población infantil y juvenil española en el tiempo libre. Estudio enKid (1998-2000), *Apunts. Medicina de l'Esport*. 41, 86-94. [https://doi.org/10.1016/S1886-6581\(06\)70016-0](https://doi.org/10.1016/S1886-6581(06)70016-0)
- Sallis, J.; Prochaska, J., & Taylor, W. (2000). A review of correlates of physical activity of children and adolescents. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 32(5), 963-975. <https://doi.org/10.1097/00005768-200005000-00014>
- Steptoe, A.; Wardle, J.; Cui, W.; Bellisle, F.; Zotti, A. M. & Baranyai, R. (2002). Trends in smoking, diet, physical exercise, and attitudes toward health in European University students from 13 countries, 1990-2000. *Prev Med.*, 35, 97-104. <https://doi.org/10.1006/pmed.2002.1048>
- Tárrega-Canós, J., Alguacil, M. & Parra-Camacho, D. (2018). Análisis de la Motivación hacia la Práctica de Actividad Física Extraescolar en Educación Secundaria. *Multidisciplinary Journal of Educational Research*, 8 (3), 259-280. <https://doi.org/10.17583/remie.2018.3754>
- Trost, S. G.; Pate, R. R.; Sallis, J. F.; Freedson, P. S.; Taylor, W. C.; Dowda, M., & Sirard, J. (2002). Age and gender differences in objectively measured physical activity in youth. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 34, 350-355. <https://doi.org/10.1097/00005768-200202000-00025>