

INFLUENCIA DE LA EDUCACIÓN FÍSICA ESCOLAR EN LA PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICA EN LA VEJEZ

Martínez Del Castillo, J.*; Rodríguez, M. L.; Jiménez-Beatty, J.E. & Graupera, J.L.
Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte – INEF. Universidad
Politécnica de Madrid
Área de Educación Física y Deportiva. Universidad de Alcalá

RESUMEN

La investigación persigue analizar las posibles interrelaciones entre los deseos de realizar actividad física las personas mayores y la realización o no, de Educación Física durante su niñez. La metodología ha consistido en la realización de entrevistas estructuradas cara a cara a una muestra representativa de esta población. Los resultados revelan: 1º) que casi la mitad de esta población ha incorporado la actividad física a sus metas de calidad de vida; 2º) que la realización de Educación Física durante la niñez aumenta las probabilidades de desear realizar actividad física en la vejez, si bien no determina dichas expectativas.

PALABRAS CLAVE: actividad física, educación física, personas mayores, estilo de vida.

ABSTRACT

The purposes of the research study have been to analyse the possible inter-relationships between the desire of elderly people to carry out physical activities and whether or not they had Physical Education during their childhood. The methodology consisted of holding structured face-to-face interviews with a representative sample of this population. The results reveal: 1) that almost half the population have incorporated physical activities into their objectives for a good quality of life; 2) that the fact of having had Physical Education during their childhood increases the likelihood of wanting to carry out physical activities in their old age, although it does not determine these expectations.

KEYWORDS: physical activity, physical education, the elderly, life style.

1. INTRODUCCIÓN.

En las sociedades desarrolladas actuales se observan entre otros procesos un auge de los valores de búsqueda de calidad de vida y de salud, utilizando entre otras vías la actividad física y una tendencia de crecimiento de los grupos sociales de personas mayores (Oña, 2002; Martínez del Castillo, 1998; Alexandris et al., 2003). Probablemente por ello, García Ferrando en su último estudio de hábitos deportivos (2001) incluyó en el universo y la muestra, las personas con edades hasta 74 años cumplidos (en vez de hasta 65 años como hacía tradicionalmente), encontrando que practicaban el 8% de las personas con edades comprendidas entre 65 y 74 años. Asimismo el informe de las personas mayores en España (IMSERSO, 2000:21) constataba que hacía algún deporte el 7% (promedio de todas las personas mayores de 65 años).

En el estudio de hábitos deportivos en la provincia de Granada (García, Rebollo, Martínez, Oña, 1996) y en referencia al estrato de los mayores de sesenta

años (varones y mujeres), se encontró que en comparación al resto de estratos con edad inferior, había (Oña, 2002: 28): menor interés relativo por el deporte; menor práctica y deseo de practicar; mayor uso de equipamientos públicos; mayor importancia de la salud como objetivo; más práctica por cuenta propia; menor participación en competiciones deportivas. Asimismo en el estudio sobre la práctica física de tiempo libre en la mujer de la provincia de Granada (García, Hernández, Oña, Godoy, Rebollo, 2001) la muestra incluía también mujeres mayores, proporcionándose resultados para el estrato de 60 años o más. Pues bien en relación a ese estrato, se encontró que un 16% de las mujeres mayores realizaba actividades físico-deportivas (incluyendo salir al campo e ir de excursión) y a un 29% de todas ellas, le gustaría realizar actividades físico-deportivas, salir al campo e ir de excursión. En definitiva todavía se sigue observando una menor incorporación en las personas mayores de la práctica deportiva en sus metas y estilos de vida, que en otros grupos de edad (García Ferrando, 2001; Mosquera, Puig, 2002). Incorporación que probablemente será menor en los ancianos de las sociedades todavía rurales (Delgado, 2002; Rebollo, 2003) que en los mayores de las ciudades y sociedades urbanas.

En estas todavía inferiores tasas de práctica de las personas mayores con respecto a otros grupos de edad, probablemente influyan junto a otros procesos y factores actuales, las experiencias y contextos diferenciados de ciclo de vida (Oña, 2002) y de socialización primaria en que se desarrollaron las personas mayores de hoy en día. Levinson señala que la actividad física que un individuo realiza viene determinada por el desarrollo de los acontecimientos de su vida (1978:168). Vuolle plantea también la influencia determinante del ciclo de vida en la realización de ejercicio físico, incluyendo todos los acontecimientos vividos por un individuo (1985:8-12). Asimismo, Lefrancois, Leclerc y Poulin (1998:26), en su investigación sobre predictores de actividad física en mayores, concluyen que los diferentes procesos de la vida humana (experiencias pasadas, estilo de vida, entre otros), condicionan las actuaciones futuras en actividad física. Entre estas experiencias y particularmente durante las primeras etapas del ciclo vital y de la socialización primaria, según García Ferrando, Lagardera y Puig (2002:93) el sistema educativo protagoniza el segundo ámbito (tras la familia), a través del cual la cultura deportiva penetra en el tejido social: *“La escuela no fija y refuerza tan sólo determinados patrones de conducta, sino que, a través de una compleja red de relaciones simbólicas, consolida y hace brotar actitudes positivas frente a la práctica deportiva”*. En ese sentido la investigación realizada por Torre, Cárdenas y García (2001: 111) concluía con respecto a una muestra de alumnos de bachillerato, que una percepción positiva de las experiencias recibidas en las clases de educación

física estaba correlacionada con una mayor participación en actividades físico-deportivas fuera del centro. Sin embargo y como señala Delgado (2002) gran parte de las personas mayores actuales en España no recibieron Educación Física e incluso algunas ni fueron escolarizadas, por lo que en dichas personas la Educación Física no pudo influir en sus actuales concepciones previas acerca de la actividad física a su edad.

Por su parte, García Ferrando al estudiar los determinantes de las prácticas deportivas en España, en el conjunto de personas de 15 a 74 años de su muestra, encontró que al aplicar un análisis de segmentación a la variable “practica deporte”, las principales variables predictoras eran (2001:194): en primer lugar, la realización de actividad física por parte de los padres, seguida por la condición socio-económica profesional y ocupacional, y en tercer lugar, el nivel de estudios terminados, es decir la educación formal recibida. Si bien no se aborda específicamente la educación física recibida.

Pues bien, en este marco, los objetivos del presente estudio han consistido en explorar las posibles relaciones entre la práctica deportiva o los deseos de realizar actividad física las personas mayores y la realización o no, de Educación Física durante su niñez.

2. METODOLOGÍA

2.1. DISEÑO

La población total del estudio fueron todas las personas de 65 años cumplidos o más residentes en el municipio de Madrid ((578.730 personas, según el Censo de 2001, siendo mujeres el 60 por ciento y varones el 40 por ciento).

Con respecto a la muestra se han adoptado las siguientes opciones en cuanto a su diseño (Miquel et al., 1996; Rodríguez Osuna, 1991; Sierra Bravo, 1994):

- *El tamaño de la muestra*, ha sido de 420 personas dado que era una población infinita, con un intervalo de confianza del 95,5%, un margen de error permitido de muestro del 4,8795 % y suponiendo en la varianza poblacional el caso más desfavorable de p igual a 50, luego $q = 50$ (Sierra Bravo, 1994:232).

- *El tipo de muestreo*, ha sido probabilístico de tipo polietápico (Miquel et al., 1996; Rodríguez Osuna, 1991), siendo las unidades de primera etapa los distritos, las de segunda los barrios y las terceras, las calles de inicio de cada ruta. Tal como plantea Rodríguez Osuna, este tipo de muestreo influye positivamente en la precisión de la estimaciones (op.cit., 33) y “*representa una gran ventaja desde el punto de vista operativo, ya que se puede trabajar con información más reducida y, en cualquiera de los casos, referida sólo a las unidades que intervienen en cada etapa del proceso de selección*” (op.cit., 34).

- En la *afijación de la muestra*, de las diferentes alternativas posibles (Sierra Bravo, 1994; Rodríguez Osuna, 1991) se ha optado por una afijación proporcional a la distribución según género de la población objeto de estudio: es decir el 60 por ciento de los cuestionarios se aplicaron a mujeres (252 entrevistas) y el 40 por ciento de los cuestionarios se aplicaron a varones (168 entrevistas).

2.2. INSTRUMENTAL

Para captar la información necesaria para los objetivos del estudio, se decidió partir del “Cuestionario de Actividad Física y Personas Mayores” elaborado por Jiménez-Beatty, Graupera y Martínez del Castillo (2002) para medir los hábitos, demandas de actividad física de las personas mayores y otras variables relacionadas. Dados los objetivos del presente estudio y tras el pretest realizado a 50 personas mayores el cuestionario aplicado constaba de las preguntas concernientes a las variables sociodemográficas (género, edad y clase social subjetiva) y las preguntas referidas a la variables de: realización de Educación Física durante la niñez; práctica de actividad física en la actualidad (durante la vejez); interés en practicar actividad física en la actualidad (durante la vejez).

2.3. PROCEDIMIENTO

En el trabajo de campo los entrevistadores aplicaron el cuestionario escrito mediante entrevista personal estructurada cara a cara, bien en el domicilio habitual del mayor seleccionado o caso de no ser posible, en las calles indicadas en la ruta asignada a cada entrevistador y aplicando el conjunto de criterios de ruta aleatoria que se les proporcionaron (Miquel y col., 1997: 166).

2.4. ANÁLISIS DE LOS DATOS

Se planificaron y realizaron los siguientes tipos de análisis de datos mediante el paquete de programas SPSS para WINDOWS (V 11.0): Análisis univariable mediante gráficas de distribución de frecuencias relativas (porcentajes); Análisis bivariante mediante tablas de frecuencias relativas; Análisis de tablas de contingencia, incluyendo las frecuencias absolutas, el valor de Chi-cuadrado de Pearson y su significación, así como el coeficiente de correlación Phi.

3. RESULTADOS

Clasificando a los mayores en función del grado de realización de actividad física en la actualidad y el interés en practicar alguna actividad física o deportiva en la actualidad, se registró la siguiente distribución en el municipio estudiado:

- el 17,6% de los mayores, son practicantes de alguna actividad física y/o deportiva (sin incluir el pasear), es decir han incorporado la realización de actividad física como meta y como una conducta más de su estilo de vida (conformando la demanda establecida),
- un 24,3% son no practicantes deportivos (sin incluir el pasear) pero les gustaría realizar al menos alguna actividad, es decir han interiorizado la actividad física como una de sus metas, pero por alguna barrera o circunstancia, todavía no habían podido satisfacer esta necesidad no material en sus vidas (constituyendo la demanda latente),
- un 58,1% son no practicantes deportivos (sin incluir el pasear) y además no interesados en practicar alguna actividad física o deportiva, es decir, la actividad física no formaba parte de sus necesidades no materiales (representando la demanda ausente).

Pues bien, a continuación son analizadas las posibles relaciones entre la realización de Educación Física en la niñez y las variables práctica deportiva e interés en realizar actividad física durante la vejez. Se presenta previamente a continuación el resultado general obtenido en toda la muestra respecto a la realización de Educación Física en la niñez.

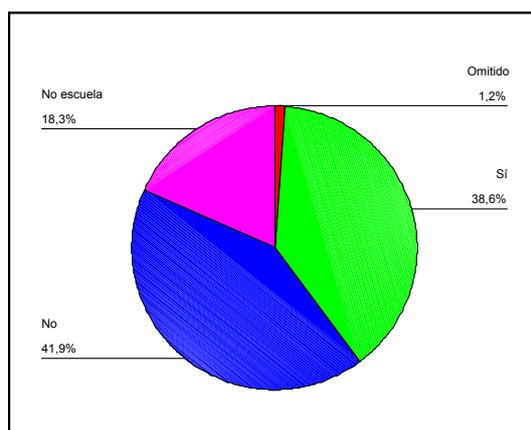


Figura 1 Realización de educación física por las personas mayores en la escuela

Como puede apreciarse en el Figura 1, el 41,9% del total de personas mayores de la muestra, no realizó educación física en la etapa escolar; un 38,6% sí y cabe resaltar que un 18,3% incluso no fueron a la escuela.

Pues bien, al analizar conjuntamente la variable *realización de educación física en la escuela con las variables sociodemográficas*, se encontró que:

- Según el *género*, los hombres realizaron más Educación Física, un 47%, por un 33% de las mujeres, que, en un 22%, no fueron a la escuela. Existe una relación significativa, aunque es baja ($p=0,010$) (en Tabla 1).

Tabla 1. Realización de educación física por los mayores en la escuela según género

Tabla de contingencia

		Género		Total	
		Hombre	Mujer		
Práctica escuela	Sí	Recuento	78	84	162
		% de Género	47.0%	33.7%	39.0%
	No	Recuento	66	110	176
		% de Género	39.8%	44.2%	42.4%
	No escuela	Recuento	22	55	77
		% de Género	13.3%	22.1%	18.6%
Total		Recuento	166	249	415
		% de Género	100.0%	100.0%	100.0%

Pruebas de chi-cuadrado

	Valor	gl	Sig. asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	9.130 ^a	2	.010
Razón de verosimilitud	9.238	2	.010
Asociación lineal por lineal	9.079	1	.003

Medidas simétricas

		Valor	Sig. aproximada
Nominal por nominal	Phi	.148	.010
	V de Cramer	.148	.010

- Con respecto a la *edad*, no se aprecian diferencias significativas.

- Según la *clase social* percibida, parece haber un porcentaje ligeramente mayor de los que se perciben de clases medias altas y altas que realizaron Educación Física en la escuela (un 58,7%), frente a un 30% de los que se perciben de clases medias bajas

y bajas. Cabe señalar que el 23% de las personas de clase media baja y baja no fue a la escuela (frente al 6,5% de los de clases altas). Hay una relación significativa baja ($p=0,00$) (en Tabla 2).

Tabla 2. Realización de educación física por los mayores en la escuela según clase social

Tabla de contingencia

		Clase social			Total
		Alta/media	Media/media	Media/baja	
Práctica Sí escuela	Recuento	27	87	46	160
	% de Clase soc	58.7%	43.7%	30.3%	40.3%
No	Recuento	16	80	71	167
	% de Clase soc	34.8%	40.2%	46.7%	42.1%
No escuela	Recuento	3	32	35	70
	% de Clase soc	6.5%	16.1%	23.0%	17.6%
Total	Recuento	46	199	152	397
	% de Clase soc	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%

Pruebas de chi-cuadrado

	Valor	gl	Sig. asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	15.763 ^a	4	.003
Razón de verosimilitud	16.460	4	.002
Asociación lineal por lineal	15.267	1	.000

Medidas simétricas

		Valor	Sig. aproximada
Nominal por nominal	Phi	.199	.003
	V de Cramer	.141	.003

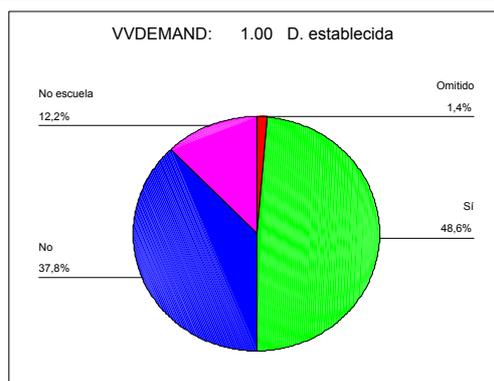


Figura 2. Realización de educación física en la escuela por la demanda establecida

En el figura 2, se puede observar que el 48,6% de los mayores encuestados que practicaban alguna actividad física o deportiva en la actualidad, realizó Educación Física en la escuela, mientras que un 50% afirma no haberla realizado o no haber sido escolarizado.

Si se cruzan en este grupo de mayores que practican alguna actividad física o deportiva, la *variable realización de educación física en la escuela* con las *variables sociodemográficas*, se obtienen estos resultados:

- Según el *género*, los hombres realizaron más educación física en la escuela, un 60,7%, que las mujeres, un 42,2%. No hay relación significativa.
- Tampoco se aprecian diferencias significativas en la *edad*.
- Respecto a la *clase social*, un 75% de los que se perciben de clases altas sí realizaron Educación Física en la escuela, y un 56% de los de clase media-media, pero destaca el bajo nivel de realización de Educación Física en la escuela por parte de los que se consideran de clases medias bajas y bajas (un 6,7%). De este último grupo destaca también, que el 26,7% no fue a la escuela, frente al 100% de las clases altas que sí fueron a la escuela. Existe una relación significativa moderada ($p=0,00$) (en Tabla 3).

Tabla 3. Realización de educación física en la escuela por la demanda establecida según clase social

Tabla de contingencia

		Clase social			Total	
		Alta/media	Media/media	Media/baja		
Práctica en escuela	Sí	Recuento	12	22	1	35
		% de Clase soc	75.0%	56.4%	6.7%	50.0%
No	Recuento	4	12	10	26	
	% de Clase soc	25.0%	30.8%	66.7%	37.1%	
No escuela	Recuento		5	4	9	
	% de Clase soc		12.8%	26.7%	12.9%	
Total	Recuento	16	39	15	70	
	% de Clase soc	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	

Pruebas de chi-cuadrado

	Valor	gl	Sig. asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pears	16.818 ^a	4	.002
Razón de verosimilitud	20.830	4	.000
Asociación lineal por lineal	13.876	1	.000

Medidas simétricas

		Valor	Sig. aproximada
Nominal por nominal	Phi	.490	.002
	V de Cramer	.347	.002

En estas personas mayores que no practican actividad física en la actualidad pero estarían interesados en ello, un 45% de ellos realizó Educación Física en la escuela, pero otro 43% declara no haber realizado Educación Física en su época escolar, e incluso un 10% no estuvo escolarizado nunca (figura 3).

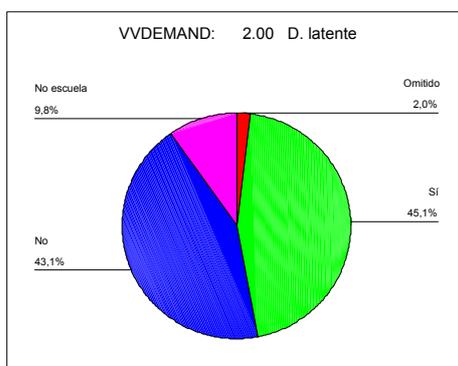


Figura 3. Realización de educación física en la escuela por la demanda latente

A continuación se exponen y analizan los resultados obtenidos al cruzar la *variable realización de Educación Física en la escuela*, con las *variables sociodemográficas*:

- Según el *género y la edad*, no se aprecian diferencias significativas.
- Referente a la *clase social* percibida, parece observarse un porcentaje algo mayor de personas mayores que se perciben de clases medias altas que realizaron Educación Física en la escuela, un 63,6%, por un 43% de los de clases medias y bajas. No hay relación significativa.

El 42,6% de las personas mayores que constituyen la demanda ausente (ni practican actividad física, ni desean practicarla) no realizó educación física en la escuela; e incluso, un 23,8% no fue a la escuela. Así pues, sólo el 33% de estas personas realizó Educación Física en la escuela durante su infancia (figura 4).

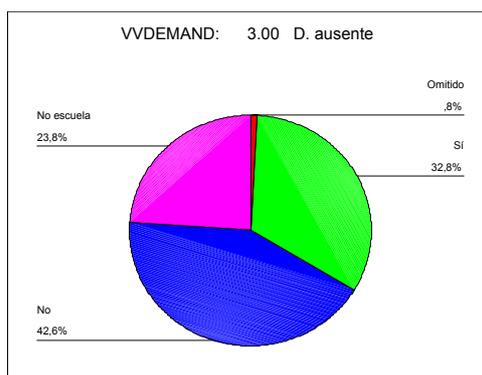


Figura 4. Realización de educación física en la escuela por la demanda ausente

Efectuando el análisis bivariado de la *realización de Educación Física en la escuela*, con las *variables sociodemográficas*, fueron obtenidos los siguientes resultados:

- Según el *género*, los hombres parece que hicieron más educación física en la escuela (43%), que las mujeres (26,8%). Cabe destacar también que el 29% de estas mujeres no fue siquiera a la escuela, frente al 16% de estos varones. Hay una relación significativa baja ($p=0,014$) (en Tabla 4).
- En cuanto a la *edad*, no parece que haya diferencias significativas.
- Respecto a la *clase social*, los mayores de clases altas parece que practicaron algo más de educación física en la escuela (42%), que las clases medias bajas y bajas (29%). Además, un 27% de los mayores de clases media baja y baja, ni fue a la escuela, frente al 10,5% de los mayores de clase alta o media alta. Sin embargo no hay relación significativa.

Tabla 4. Realización de educación física en la escuela por la demanda ausente según género

Tabla de contingencia^a

		Género		Total	
		Hombre	Mujer		
Práctica escuela	Sí	Recuento	40	40	80
		% de Género	43.0%	26.8%	33.1%
	No	Recuento	38	66	104
		% de Género	40.9%	44.3%	43.0%
	No escuela	Recuento	15	43	58
		% de Género	16.1%	28.9%	24.0%
Total		Recuento	93	149	242
		% de Género	100.0%	100.0%	100.0%

Pruebas de chi-cuadrado^b

	Valor	gl	Sig. asintótica (bilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	8.555 ^a	2	.014
Razón de verosimilitud	8.654	2	.013
Asociación lineal por lineal	8.472	1	.004

4. DISCUSIÓN

En el municipio estudiado casi la mitad de la población mayor ha incorporado la realización de actividad física entre sus metas de calidad de vida. Si bien hasta ahora sólo el 17,6% de esta población había satisfecho esta necesidad y la había incorporado a su estilo de vida, mientras que el 24,3% todavía no había podido hacerlo. Se observan grandes diferencias con las tasas de práctica deportiva observadas en estudios anteriores en mayores: el 7 % en España (IMSERSO, 2000) y también en España el 8 % (García Ferrando, 2001). Estas diferencias quizás sean más aparentes que reales, dados los diferentes universos estudiados. El municipio de Madrid registra con claridad los diferentes procesos y características de las sociedades urbanas desarrolladas (Martínez del Castillo, 2001:321), mientras que en los otros estudios citados sus universos comprenden también municipios y sociedades menos urbanizados y desarrollados. Así en el último estudio de García Ferrando (2001:42), puede apreciarse que en los municipios más urbanos, la tasa de práctica deportiva del conjunto de los grupos de edad, es mayor que la tasa

observada en los municipios con menor población y probablemente con mayores características todavía de ruralidad.

En cuanto a la realización de Educación Física por parte del conjunto de la muestra de personas mayores, destaca el bajo grado de socialización hacia la actividad física durante la etapa escolar y en los respectivos centros escolares, coincidiendo con las consideraciones efectuadas por Delgado (2002): sólo el 39 % de los mayores realizó esta actividad, e incluso el 18 % no estuvo escolarizado nunca. Si bien el género y la clase social influían, pues los varones y las clases medias altas y altas, realizaron Educación Física en mayor medida que las mujeres y las clases bajas, como expresan las relaciones significativas encontradas. Resultados que vienen a corroborar empíricamente los planteamientos formulados por Delgado (2002) y Mosquera y Puig (2002) respecto al momento histórico en que se educaron estas personas, con un escaso desarrollo de la actividad física en las escuelas y el mayor acceso de los grupos sociales más favorecidos. Resultados que también indican las diferencias existentes entre la sociedad madrileña de aquella época y la sociedad madrileña actual con su escolarización total y la incorporación generalizada de la Educación Física a todos los centros de enseñanza.

En referencia a la posible influencia entre realización de Educación Física en la niñez y práctica deportiva en la vejez, todo parece indicar la existencia de una cierta relación pues el 48,6 % de los mayores que actualmente practican, realizó Educación Física. Y sólo el 33 % de los mayores, que ni practican, ni lo desean, realizó Educación Física.

Así pues estos resultados parecen confirmar e inscribirse en:

- los planteamientos globales de Levinson (1978), Vuolle (1985), Lefrancois, Lecrec y Poulin (1998) en torno a la influencia de la experiencias en actividad física durante el ciclo de vida.
- el planteamiento específico de García Ferrando, Lagardera y Puig (2002), del papel de la escuela en el logro de actitudes positivas frente a la práctica deportiva.

Ahora bien, los resultados obtenidos también parecen confirmar que la realización de Educación Física durante la niñez aumenta las probabilidades de practicar o desear hacerlo durante la vejez, pero no determina dicha conducta. Así lo refleja ese 33 % de personas que sí realizaron Educación Física en su infancia, pero que ahora de mayores, ni hacen actividad física ni desean hacerlo. Y a la inversa, de los actuales practicantes deportivos mayores de 65 años, un 38 % no realizó Educación Física y un 12 % incluso no acudió a la escuela.

5. CONCLUSIONES

En el municipio de Madrid casi la mitad de la población mayor ha incorporado la realización de actividad física entre sus metas de calidad de vida. Si bien hasta ahora sólo había satisfecho esta necesidad el 17,6% de esta población, mientras que el 24,3% todavía no había podido hacerlo. Se observan grandes diferencias con las menores tasas de práctica deportiva observadas en estudios anteriores en mayores. Diferencias probablemente motivadas entre otros factores, porque dicho municipio registra en mayor medida que los universos heterogéneos abordados en otros estudios los diferentes procesos y características de las sociedades fuertemente urbanizadas. Para confirmar este supuesto, sería interesante investigar específicamente esta cuestión en municipios similares desde un punto de vista social, económico y cultural.

En la realización de Educación Física por parte de las personas mayores residentes en Madrid, se aprecia un bajo grado de socialización hacia la actividad física durante la etapa escolar y en los respectivos centros escolares. Tendencia que se presenta de manera diferenciada según el género y la clase social, pues los varones y las clases medias altas y altas, realizaron Educación Física en mayor medida que las mujeres y las clases bajas, como expresan las relaciones significativas encontradas.

Asimismo parece observarse cierta relación (que convendría seguir estudiando en futuras investigaciones) entre realización de Educación Física en la niñez y práctica deportiva en la vejez: los resultados sugieren que la realización de Educación Física durante la niñez aumenta las probabilidades de practicar actividad física o desear hacer actividad física durante la vejez, pero de ello no se puede inferir que determinen dichas conductas o metas. Además cabe sugerir la conveniencia de medir también en futuros estudios la valoración y las percepciones de la Educación Física recibida (Viciano et al., 2003; Torre, Cárdenas, García, 2001) a fin de contrastar su posible influencia en los hábitos de actividad física durante la vejez.

REFERENCIAS

- Alexandris, K., Barkoukis, V., Tsorbatzoudis, H., y Grouios, G. (2003). A study of perceived constraints on a community-based physical activity program for the elderly in Greece. *Journal of Aging and Physical Activity*, 11, 305-318.
- Delgado Noguera, M. A. (2002). Las concepciones previas de las personas mayores acerca de la actividad física como base para la intervención didáctica. En A. Merino, J. De la Cruz, P. Montiel (Coords.) *1º Congreso Internacional de actividad física y deportiva para personas mayores* (pp. 227-262). Málaga: Diputación de Málaga.

- García Ferrando, M. (2001). *Los españoles y el deporte: prácticas y comportamientos en la última década del siglo XX*. Madrid: MECD – CSD.
- García Ferrando, M., Lagardera, F., y Puig, N. (2002). Cultura deportiva y socialización. En M. García Ferrando, F. Lagardera, y N. Puig (comps.), *Sociología del Deporte* (pp. 13-39). Madrid: Alianza Editorial.
- García, M. E., Hernández, A. I., Oña, A., Godoy, J.F. y Rebollo, S. (2001). La práctica física de tiempo libre en la mujer. *Motricidad*, 7, 145-186.
- García, M. E., Rebollo, S., Martínez, M., y Oña, A. (1996). Estudio de los hábitos deportivos de la provincia de Granada. *Motricidad*, 2, 55-74.
- IMERSO (2000). *Las personas mayores en España. Informe*. Madrid: Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales.
- Jiménez-Beatty, J.E., Graupera Sanz, J.L., y Martínez del Castillo, J. (2002). Hábitos y demandas deportivas de las mujeres mayores en el municipio de Madrid. *Serie ICD de Investigación en Ciencias del Deporte*, 35, 223-253.
- Lefrancois, R., Leclerc, G., y Poulin, N. (1998). Predictors of activity involvement among older adults. *Activities, Adaptation and Aging*, 22(4), 15-29.
- Levinson, D. (1978). *The seasons of man's life*. New York: Alfred A. Knopp.
- Martínez del Castillo, J. (2001). Las organizaciones deportivas en la sociedad y el territorio madrileño. En M. Latiesa, P. Martos, y J.L. Paniza (comps.), *Deporte y Cambio Social en el umbral del siglo XXI* (pp. 321-334). Madrid: Librerías Deportivas Esteban Sanz.
- Martínez del Castillo, J. (comp.) (1998). *Deporte y Calidad de Vida*. Madrid: Librerías Deportivas Esteban Sanz.
- Mosquera, M.J., y Puig, N. (2002). Género y edad en el deporte. En M. García Ferrando, F. Lagardera, y N. Puig (comps.), *Sociología del Deporte* (pp. 114-141). Madrid: Alianza Editorial.
- Oña, A. (2002). Longevidad y beneficios de la actividad física como calidad de vida en las personas mayores. En A. Merino, J. De la Cruz, P. Montiel (Coords.) *1º Congreso Internacional de actividad física y deportiva para personas mayores* (pp. 13-36). Málaga: Diputación de Málaga.
- Rebollo, S. (2003). La práctica física de tiempo libre en la mujer. *Motricidad*, 10, 191-205.
- Torre, E., Cárdenas, D., y García, E. (2001). Las percepciones que se derivan de las experiencias recibidas en las clases de educación física y su repercusión en los hábitos deportivos en el alumnado de bachillerato. *Motricidad*, 7, 95-112.
- Viciano, J., Cervelló, E., Ramírez, J., San-Matías, J., y Requena, B. (2003). Influencia del feedback positivo y negativo en alumnos de secundaria sobre

el clima ego-tarea percibido, la valoración de la ef y la preferencia en la complejidad de las tareas de clase. *Motricidad*, 10, 99-116.

Vuolle, P. (1985). Social motives as determinants of physical recreation at various life stages. En *AIESEP Congress, An international dialogue on research on physical education and sport: myths, models and methods*. New York: Adelphi University.