

Torres, G.; Carrasco, L. & Medina, J. (2000)

*Investigación sobre los motivos por los que los estudiantes universitarios practican deporte. El caso de la Universidad de Granada*

6, 95-105

## INVESTIGACIÓN SOBRE LOS MOTIVOS POR LOS QUE LOS ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS PRACTICAN DEPORTE. EL CASO DE LA UNIVERSIDAD DE GRANADA

Torres, G.; Carrasco, L. & Medina, J.  
Departamento de Educación Física y Deportiva.  
Universidad de Granada

### RESUMEN

A través de este trabajo se pretende conocer cuál es la motivación de los estudiantes de la Universidad de Granada por la actividad física dentro de las actividades deportivas organizadas por dicho organismo. Con este fin, se seleccionó una muestra de 50 jóvenes universitarios que realizan deporte dentro de estas actividades, empleando para ello una escala de opinión tipo Lickert con 6 categorías y 26 motivos hacia los cuales los cuestionados debían mostrar su grado de conformidad. Después del análisis estadístico, se comprobó cómo la categoría mejor puntuada fue la denominada como Forma Física - Salud, restando importancia a los aspectos relacionados con las Razones Situacionales y de Autorrealización. A su vez, se determinaron las diferencias en cuanto al sexo por la práctica deportiva en estas actividades organizadas por la Universidad de Granada, comprobando que las chicas valoran más los aspectos socializadores y de práctica en grupo que los chicos.

**PALABRAS CLAVE:** Motivación, actividad física, jóvenes, deporte universitario

### ABSTRACT

Through this paper, the motivation of Granada University's students for the physical activity in the sport program of this organization has tried to be known. With this aim, fifty-five students who are participants in these activities were selected to complete a Lickert's Scale with six factors and twenty-six items. Next to statistic analysis, the best factor chosen was "Fitness - Health", taking away importance to the aspects related with "Situational Reasons" and "Self-realization". At the same time, sexual differences related with physical activity in these activities organized by Granada University were determined, verifying that girls value more the socializators and group practice aspects than boys.

**KEY WORDS:** Motivation, physical activity, youngsters, university sports.

La motivación hacia la práctica deportiva ha sido tradicionalmente una de las preocupaciones principales por parte de los profesionales del deporte y de la actividad física, existiendo diversas investigaciones sobre qué motiva a los jóvenes a practicar o abandonar deportes concretos (Orlick y Botterill, 1975; García Ferrando, 1991; Balaguer y Atienza, 1994; Rodríguez, 1998). Mrozek (1989) desde un punto de vista histórico, analizó los motivos por los que la sociedad americana realizaba actividad física desde finales del siglo XIX, comprobando como estos evolucionaban desde los beneficios sociales que tenía esta práctica, hasta nuestros días donde existe un culto al cuerpo. Acercándonos al objetivo de este estudio, los motivos de la práctica deportiva

es variable, se destaca el "divertirse" (Sapp y Haubenstricker, 1978; García Ferrando, 1986; Gould, 1988; Buonamano y col., 1993) y "mejorar sus habilidades" (Sapp y Haubenstricker, 1978; Gill y col., 1983; Balaguer y Atienza, 1994; Taberero, 1998). Centrándonos en estudios en edades próximas a las universitarias, Heartbeat (1987), descubrió como lo que motivaba a jóvenes galeses de entre 16 y 24 años, a la práctica deportiva, era la mejora física, pérdida de peso y mantener buena salud. García Ferrando (1986) observó como los criterios de los jóvenes gijoneses para participar en actividades deportivas no eran otros que el mantenimiento de la salud, la diversión y socialización.

## 1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Las actividades deportivas organizadas por la Universidad, se han encuadrado dentro de "Deporte para todos", pero en muy pocas ocasiones se ha reflejado los motivos por los cuales los universitarios realmente realizan deporte dentro de estas actividades. Por otro alado, consideramos interesante poder determinar que es lo que motiva a las personas de edad universitaria a hacer deporte. El conocimiento de estos motivos serán de gran importancia de cara a la organización y planificación de las actividades deportivas por el organismo pertinente dentro de la oferta deportiva de la Universidad de Granada. De este modo, los objetivos de este estudio son:

- Utilizar un cuestionario que nos permita concretar los motivos por los cuales los universitarios practican deporte dentro de las actividades deportivas de la Universidad de Granada.
- Determinar los motivos principales por los que los universitarios practican deporte dentro de estas actividades.
- Comprobar las diferencias que existen sobre estos motivos en cuanto al sexo.

## 2. MATERIAL Y MÉTODO

### 2.1. Sujetos

La muestra está compuesta por 50 jóvenes universitarios, 22 chicos y 28 chicas, con una edad comprendida entre los 20 a 40 años (con una media de 24,44 años). Todos ellos pertenecen a la Universidad de Granada y que practican distintos deportes dentro de la oferta que el C.E.P.A.D. (Centro de Planificación y Actividades Deportivas) ofrece a todos los estudiantes de dicha Universidad. El único requisito para

poder formar parte de la muestra, era estar matriculado como estudiante en la Universidad de Granada, y ser alumno de alguna actividad del C.E.PAD., existiendo aleatoriedad en la elección, es decir, cualquier sujeto tenía la misma posibilidad de ser seleccionado como muestra. Los deportes seleccionados fueron: padel, natación, badminton, esgrima, tenis, bailes de salón y fitness.

## 2.2. Cuestionario

El cuestionario utilizado ha sido la versión en español presentada en el libro de Durand (1988) del "*Participation Motivation Inventory*" elaborado por Gill y col., (1983), modificado con el fin de lograr una mayor aproximación a las características e intereses de los estudiantes universitarios. La modificación realizada implica la eliminación de los motivos de rendimiento y aquellos que hacen referencia a los padres, incluyéndose varios relacionados con la estética y salud.

Los factores o categorías valoradas en este cuestionario han sido: Autorrealización, Práctica en Grupo, Forma Física - Salud, Razones Situacionales, Desarrollo de Habilidades y Relaciones Amistosas. Estas categorías se han reducido respecto al cuestionario Gill y col. (1983), uniendo lo que él consideraba diferenciadas "Forma física" y "Gasto Energía", uniéndolas en una única categoría "Forma física-salud" (Cuadro 1). Por otro lado, se ha obviado la categoría de "Búsqueda de esparcimiento", la cual no aparece, ya que los items referentes a esta categoría, no están acorde con las características de los universitarios, debido a que las edades de las que hablamos tienen una media de 24 años, y el cuestionario original estaba destinado a edades más tempranas. Las categorías definitivas con sus motivos correspondientes se muestran en el Cuadro 1.

Por lo tanto, el cuestionario fue modificado sólo en aquellos items que hacían referencia a la competitividad como fin, ya que estas las actividades organizadas por la Universidad de Granada no tienen ese objetivo, y a la aparición de la influencia de los padres, debido también a que se considera a los universitarios sin ningún tipo de presión ante la decisión de realizar una actividad deportiva sin fin competitivo como es el caso de la oferta universitaria.

Así, el cuestionario empleado para este estudio es una escala de opinión tipo Lickert, quedando conformada por 6 categorías y 26 motivos, donde los sujetos han de valorar con un 1 punto los motivos "muy importantes", con 2 los motivos "algo importantes" y con un 3 los "nada importantes". El cuestionario, quedó conformado y presentado a los sujetos, como se muestra en el Cuadro 2.

### 2.3. Procedimiento

Los cuestionarios se administraron con la colaboración de los responsables de cada una de las actividades seleccionadas (padel, natación, badminton, esgrima, tenis, bailes de salón y fitness) y fueron cumplimentados de forma voluntaria por los estudiantes asistentes a las mismas. La Escala de Opinión tipo Likert, se distribuyó entre los alumnos, al finalizar su actividad. Después de obtener el permiso del encargado de la actividad, se realizaba una pequeña explicación sobre el objetivo, así como una aclaración de las dudas que pudiesen surgir respecto al cuestionario. El cuestionario se cumplimentaba en presencia de los investigadores, supervisando que las respuestas fuesen totalmente personales.

## 3. RESULTADOS

Una vez aplicado el cuestionario a toda la muestra y a todas las actividades seleccionadas, los datos obtenidos fueron tratados estadísticamente, determinándose la media y la desviación típica de cada uno de los 26 motivos y siendo clasificados por orden de importancia.

En la Tabla 1 se muestra los valores medios para todas las actividades e individuos y las desviaciones típicas de cada uno de los 26 ítems analizados para todas las actividades e individuos, presentándose de forma ordenada según su importancia. De esta forma se puede apreciar que los motivos mejor valorados son: "quiero mantenerme en forma", "quiero estar físicamente bien", "me gusta salir de casa" y "me siento mucho más sano". Por otra parte, los ítems o motivos menos valorados son: "quiero mejorar para participar en el Trofeo Rector", "pretendo perder peso", "tengo cerca la actividad de casa" y "me gusta utilizar ropa deportiva".

Por tanto, las categorías más valoradas son: Forma física-salud, obteniendo la gran mayoría de ítems, y Razones situacionales. Las categorías menos valoradas son:

Autorrealización, Razones Situacionales y Desarrollo de habilidades, observando que ninguna de ellas destaca sobre las otras, apareciendo los ítems de una forma mucho más dispersa.

La Tabla 2 muestra los valores medios del total de actividades e individuos diferenciándose en función del sexo, y las desviaciones típicas para cada ítem tanto para chicos como para chicas. El análisis estadístico empleado para determinar las diferencias respecto al sexo fue la prueba t de Student, considerando valores significativos a  $p < 0.05$ . Estas diferencias aparecen en motivos que hacen relación a categorías como: "Razones Situacionales", "Relaciones Amistosas" y "Práctica en Grupo", siendo estos motivos mejor valorados por las chicas. Los datos referidos al resto de motivos y categorías no presentan apenas diferencias aunque los chicos valoran más el motivo "quiero mejorar para participar en el Trofeo Rector", que el 100% de las chicas califica como "nada importante".

#### 4. DISCUSIÓN

Los datos obtenidos en este estudio muestran cómo los motivos más importantes por los que los estudiantes universitarios practican deporte dentro de las actividades organizadas por la Universidad de Granada son, sobre todo, aquellos relacionados con la salud ("quiero mantenerme en forma", "quiero estar físicamente bien", "me siento mucho más sano") y la ejecución ("quiero mejorar mis habilidades"), no mostrando ningún interés por los resultados. Así, todo parece indicar que, al igual que en otros estudios realizados con niños (Balaguer y Atienza, 1994; Taberero, 1998), los jóvenes universitarios se vinculan más al deporte por motivos intrínsecos (estado de forma, salud...) que extrínsecos (tener contacto con gente de otras carreras). Destaca como la persecución de una buena salud prima sobre cualquier otro, coincidiendo esto con los estudios llevados a cabo por García Ferrando (1986) en los jóvenes gijonenses. Por otro lado, en el estudio sobre deporte y los ciudadanos españoles (García Ferrando, 1997), desde 1980 a 1995, se puede apreciar como el motivo "mantener y/o mejorar la salud" ha sido el que más ha evolucionado en ese periodo de tiempo, manteniéndose en una línea más o menos estable los motivos "por hacer ejercicio" y "por mantener la línea", datos que contrastan las opiniones encontradas en este estudio sobre la población universitaria granadina (Tabla 1)

Por otra parte, se han dado diferencias significativas en relación al sexo en los motivos pertenecientes a la categoría de relaciones amistosas, siendo mejor puntuados

estos motivos por las chicas, lo que da muestras de la importancia que tienen las relaciones que se establecen dentro del grupo para las chicas.

Por último hay que indicar que el ítem "tengo la actividad cerca de casa", correspondiente a la categoría de Razones Situacionales, presenta diferencias significativas entre chicos y chicas, siendo éste un factor de mayor incidencia en las chicas. Esto puede deberse a las características de tipo sociocultural, en la cuál una chica se siente más segura asistiendo a una actividad que está cerca de casa, sobre todo si acude a la actividad en horas nocturnas.

## 5. CONCLUSIONES

- La motivación intrínseca tiene un papel predominante en los estudiantes universitarios en lo que se refiere a su práctica deportiva, prevaleciendo así los motivos relacionados con la forma física, la salud, el bienestar y la propia ejecución.
- Se le resta importancia a las motivaciones derivadas de los resultados y de la competición (motivación extrínseca).
- Las chicas valoran más las relaciones personales generadas en la práctica de estas actividades deportivas. Lo que implica un factor socializador destacable.
- Es importante el conocimiento, por parte de los organismos implicados al efecto, de las motivaciones, expectativas y necesidades de los estudiantes universitarios frente a la actividad físico - deportiva para así poder planificar y organizar una buena oferta y asegurar el éxito en este tipo de actividades.

## REFERENCIAS

- BALAGUER, I. Y ATIENZA, F. (1994). Principales motivos de los jóvenes para jugar al tenis. *Apunts*, 31, 285-299.
- BUONAMANO, R.; CEI, A. Y MUSSINO, A. (1993). Participation motivation in Italian youth sport. *8<sup>th</sup> World Congress of Sport Psychology*, Lisbon. Portugal.
- DURAND, M. (1988). *El niño y el deporte*. Madrid. Paidós.
- GARCÍA FERRANDO, M. (1985). *Socioestadística. Introducción a la estadística en sociología*. Madrid. Alianza.
- GARCÍA FERRANDO, M. (1986). *Hábitos deportivos de los españoles*. Madrid. Ministerio de Cultura.
- GARCÍA FERRANDO, M. (1991). *Los españoles y el deporte (1980 - 1990)*. Un análisis sociológico. Consejo Superior de Deportes.
- GARCÍA FERRANDO, M. (1993). *Tiempo libre y actividades deportivas de la juventud en España*. Madrid. Ministerio de Asuntos Sociales.
- GARCÍA FERRANDO, M. (1997). *Los españoles y el deporte (1980 - 1995)*. Un análisis sociológicos sobre los comportamientos, actitudes y valores) CDS y Tirant lo Blanch.
- GILL, D.L., GROSS, J.B., HUDDLESTON, S. (1983). Participation motivation in youth sports. *International Journal Sport Psychology*. 14, 1-4.
- GOULD, D. Y PETLICHKOFF, L. (1988). *Participation motivation in young athletes*. E.F.L. Small, R.A. Magill y M.J. Ash (Eds.) *Children in sport* (3<sup>rd</sup> ed.) 161-178. Champaign, Illinois. Human Kinetics.
- HEARTBEAT, W. (1987). *Exercise for health-related fitness in Wales*. Cardiff.
- MROZEK, D. J. (1989). "Sport in american life: from National Health to Personal Fulfillment, 1890 - 1940" en Sánchez, F. (1989). *La actividad física orientada hacia la salud*. Madrid. Biblioteca Nueva.
- ORLICK, T. Y BOTTERILL, C. (1975). *Every kid can win*. Chicago. Nelson - Hall
- RODRÍGUEZ, A. (1998). *Estudio de las causas de abandono de la práctica deportiva habitual en la población de 14,15 y 16 años*. Tesis Doctoral. Universidad de Granada.

SAPP, M. Y HAUBENSTRICKER, J. (1978). Motivation for joining and reasons for not continuing in young sport programs in Michigan. *AAHPER Conference*, Kansas City, M.O.

TABERNERO, B. (1998). Motivos para practicar tenis en la iniciación deportiva. *Actas del II Congreso Internacional sobre la Enseñanza de la Educación Física y el Deporte Escolar*. IAD. Almería.

Cuadro 1. Categorías contempladas en la confección del cuestionario

<p><b>1. Autorrealización.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Quiero mejorar mi nivel.</li> <li>- Me gusta hacer ejercicio.</li> <li>- Me gusta utilizar ropa deportiva.</li> <li>- Quiero relajarme.</li> <li>- Quiero entretenerme.</li> </ul> <p><b>2. Práctica en grupo.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Me gusta pertenecer a un grupo.</li> <li>- Me gusta el deporte en equipo.</li> <li>- Me gusta el espíritu de equipo.</li> </ul> <p><b>3. Forma física - salud.</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Quiero gastar energía.</li> <li>- Pretendo perder peso.</li> <li>- Me gusta sudar haciendo ejercicio físico.</li> </ul> <p><b>4. Razones situacionales.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Quiero estar con mis amigos.</li> <li>- Me gustan los entrenadores o instructores.</li> <li>- Me gusta salir de casa.</li> <li>- Me gusta tener algo que hacer.</li> <li>- Tengo cerca la actividad de casa.</li> </ul>	<p><b>5. Desarrollo de habilidades.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Quiero mejorar mis habilidades.</li> <li>- Quiero aprender nuevos movimientos o habilidades.</li> <li>- Me gusta variar de actividad.</li> <li>- Quiero mejorar para participar en el Trofeo Rector.</li> </ul> <p><b>6. Relaciones amistosas.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Me gusta hacer nuevos amigos.</li> </ul>
--	---	---

## Cuadro 2. Cuestionario

Estamos realizando un estudio sobre "La motivación de los estudiantes universitarios ante la práctica deportiva en la Universidad de Granada" y para su desarrollo es muy importante que contestes a la siguiente *Escala de Opinión* de forma totalmente anónima, por tanto te rogamos que seas sincero/a y la rellenes con la mayor atención y seriedad posible.

Las afirmaciones que a continuación se detallan representan opiniones. Desearíamos saber tu grado de acuerdo o desacuerdo con ellas sobre la base de tus convicciones personales. Marca con cuidado tu opinión según la primera impresión que te produzca cada afirmación. Indica lo que tú crees y no lo que piensas que debería ser.

1: Muy importante 2: Algo importante 3: Nada importante

Edad: \_\_\_\_\_ Sexo: \_\_\_\_\_ Actividad: \_\_\_\_\_

Facultad en la que estudias: \_\_\_\_\_

¿Eres de Granada? \_\_\_\_\_

- |   |   |   |   |
|---|---|---|---|
| - Quiero mejorar mi nivel.                            | 1 | 2 | 3 |
| - Me gusta utilizar ropa deportiva                    | 1 | 2 | 3 |
| - Me gusta el deporte en equipo.                      | 1 | 2 | 3 |
| - Quiero relajarme.                                   | 1 | 2 | 3 |
| - Me gusta salir de casa.                             | 1 | 2 | 3 |
| - Quiero estar físicamente bien.                      | 1 | 2 | 3 |
| - Me gusta el espíritu de equipo.                     | 1 | 2 | 3 |
| - Quiero mantenerme en forma.                         | 1 | 2 | 3 |
| - Me siento mucho más sano.                           | 1 | 2 | 3 |
| - Me gusta hacer amigos nuevos.                       | 1 | 2 | 3 |
| - Me gusta sudar haciendo ejercicio físico.           | 1 | 2 | 3 |
| - Quiero estar con mis amigos.                        | 1 | 2 | 3 |
| - Me gusta hacer ejercicio.                           | 1 | 2 | 3 |
| - Me gustan los entrenadores o instructores.          | 1 | 2 | 3 |
| - Me gusta tener algo que hacer.                      | 1 | 2 | 3 |
| - Quiero aprender nuevos movimientos o habilidades.   | 1 | 2 | 3 |
| - Tengo cerca la actividad de casa.                   | 1 | 2 | 3 |
| - Quiero entretenerme.                                | 1 | 2 | 3 |
| - Quiero mejorar mis habilidades.                     | 1 | 2 | 3 |
| - Quiero encontrarme estéticamente mejor.             | 1 | 2 | 3 |
| - Me gusta variar de actividad.                       | 1 | 2 | 3 |
| - Quiero mejorar para participar en el trofeo rector. | 1 | 2 | 3 |
| - Me gusta pertenecer a un grupo.                     | 1 | 2 | 3 |
| - Quiero gastar energía.                              | 1 | 2 | 3 |
| - Pretendo perder peso.                               | 1 | 2 | 3 |
| - Quiero tener contacto con gente de otras carreras.  | 1 | 2 | 3 |

Tabla 1. Medias y desviaciones típicas de los motivos contemplados en el cuestionario

ITEMS	MEDIA	D.T.
8 Quiero mantenerme en forma	1.26	0.45
6 Quiero estar físicamente bien	1.26	0.55
5 Me gusta salir de casa	1.32	0.57
8 Me siento mucho más sano	1.39	0.55
19 Quiero mejorar mis habilidades	1.39	0.59
13 Me gusta hacer ejercicio	1.42	0.55
1 Quiero mejorar mi nivel	1.53	0.56
8 Me gusta hacer amigos nuevos	1.53	0.69
16 Quiero aprender nuevos movimientos o habilidades	1.53	0.73
3 Me gusta el espíritu de equipo	1.55	0.60
12 Quiero estar con mis amigos	1.55	0.69
15 Me gusta tener algo que hacer	1.55	0.76
24 Quiero gastar energía	1.61	0.68
4 Quiero relajarme	1.66	0.71
20 Quiero encontrarme estéticamente mejor	1.66	0.78
7 Me gusta el deporte en equipo	1.68	0.74
21 Me gusta variar de actividad	1.68	0.74
18 Quiero entretenerme	1.71	0.73
14 Me gustan los entrenadores o instructores	1.79	0.62
26 Quiero tener contacto con gente de otras carreras	1.89	0.76
11 Me gusta sudar haciendo ejercicio físico	1.92	0.75
23 Me gusta pertenecer a un grupo	2.05	0.66
2 Me gusta utilizar ropa deportiva	2.05	0.84
17 Tengo cerca la actividad de casa	2.08	0.82
25 Pretendo perder peso	2.26	0.76
22 Quiero mejorar para participar en el trofeo rector	2.76	0.54

Tabla 2. Diferencias en relación al sexo

ITEMS	HOMBRES		MUJERES		p<0.05
	MEDIA	D.T.	MEDIA	D.T.	
Quiero mejorar mi nivel	1.53	0.63	1.46	0.51	
Me gusta utilizar ropa deportiva	2.13	0.91	1.93	0.79	
Me gusta el deporte en equipo	1.93	0.79	1.53	0.74	
Quiero relajarme	1.86	0.63	1.60	0.73	
Me gusta salir de casa	1.46	0.74	1.20	0.41	
Quiero estar físicamente bien	1.33	0.61	1.26	0.59	
Me gusta el espíritu de equipo	1.73	0.70	1.40	0.50	
Quiero mantenerme en forma	1.40	0.50	1.13	0.35	
Me siento mucho más sano	1.46	0.51	1.40	0.63	
Me gusta hacer amigos nuevos	1.80	0.77	1.26	0.59	*
Me gusta sudar haciendo ejercicio físico	1.93	0.88	1.93	0.70	
Quiero estar con mis amigos	1.80	0.67	1.33	0.48	*
Me gusta hacer ejercicio	1.46	0.51	1.33	0.48	
Me gustan los entrenadores o instructores	1.80	0.67	1.93	0.59	
Me gusta tener algo que hacer	1.80	0.86	1.40	0.63	
Quiero aprender nuevos movimientos o habilidades	1.60	0.82	1.40	0.63	
Tengo cerca la actividad de casa	2.53	0.63	1.73	0.88	*
Quiero entretenerme	1.73	0.79	1.66	0.72	
Quiero mejorar mis habilidades	1.60	0.73	1.20	0.41	*
Quiero encontrarme estéticamente mejor	1.93	0.88	1.46	0.63	
Me gusta variar de actividad	1.53	0.74	1.66	0.72	
Quiero mejorar para participar en el trofeo rector	2.46	0.74	3.00	0.25	*
Me gusta pertenecer a un grupo	2.33	0.72	1.80	0.56	*
Quiero perder energía	1.93	0.70	1.53	0.63	
Pretendo perder peso	2.60	0.50	2.00	0.84	
Quiero tener contacto con gente de otras carreras	2.20	0.86	1.53	0.51	*