

[Número publicado el 01 de enero del 2017]

doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.21-1.6>

URL: <http://www.una.ac.cr/educare>

CORREO: [educare@una.cr](mailto:educare@una.cr)

## Influencia del tipo de centro en la práctica deportiva y las actividades de tiempo libre de escolares

### Influence of Type of School on Sport Practice and Leisure Activities of Schoolchildren



*Víctor Arufe-Giráldez*<sup>1</sup>

Universidad de A Coruña

La Coruña, España

[v.arufe@udc.es](mailto:v.arufe@udc.es)

<http://orcid.org/0000-0002-6440-048X>

*Ramón Chacón-Cuberos*<sup>2</sup>

Universidad de Granada

Granada, España

[ramonchaconcuberos@correo.ugr.es](mailto:ramonchaconcuberos@correo.ugr.es)

<http://orcid.org/0000-0003-0937-1089>

*Félix Zurita-Ortega*<sup>3</sup>

Universidad de Granada

Granada, España

[felixzo@ugr.es](mailto:felixzo@ugr.es)

<http://orcid.org/0000-0002-1189-894X>

*Amador Lara-Sánchez*<sup>4</sup>

Universidad de Jaén

Jaén, España

[alara@ujaen.es](mailto:alara@ujaen.es)

<http://orcid.org/0000-0002-6590-9173>

*Denís Castro-García*<sup>5</sup>

Universidad de A Coruña

La Coruña, España

[denis.castro@udc.es](mailto:denis.castro@udc.es)

Recibido 6 de diciembre de 2015 • Corregido 10 de octubre de 2016 • Aceptado 20 de noviembre de 2016

<sup>1</sup> Profesor Doctor de la Facultad de Educación de la Universidad de A Coruña (España). Grupo de investigación Política Educativa, Historia y Sociedad.

<sup>2</sup> Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad de Granada. Grupo Investigación HUM-238 (España).

<sup>3</sup> Profesor Doctor del Departamento de Didáctica de la Expresión Musical, Plástica y Corporal de la Universidad de Granada (España). Grupo Investigación HUM-238 (España).

<sup>4</sup> Profesor Doctor del Departamento de Didáctica de la Expresión Musical, Plástica y Corporal de la Universidad de Jaén (España).

<sup>5</sup> Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad de A Coruña (España).



doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.21-1.6>

URL: <http://www.una.ac.cr/educare>

CORREO: [educare@una.cr](mailto:educare@una.cr)

**Resumen:** Introducción: Recientes investigaciones han demostrado la importancia de las actividades extraescolares y de ocupación del tiempo libre en los niños y niñas en edad escolar, especialmente en el seno de la sociedad actual donde la creciente ocupación laboral de las familias apenas permite pasar tiempo con sus menores. En este sentido, presenta un papel central la práctica deportiva, pues ayudará a combatir el ocio digital sedentario tan extendido en los últimos años. Objetivos: Este estudio pretende determinar la práctica deportiva extraescolar y actividades de tiempo libre en una muestra de estudiantes de educación primaria, analizando su relación con el tipo de centro educativo en el que se encuentran matriculados o matriculadas. Diseño: Se realizó un estudio descriptivo de corte transversal de diseño multifactorial univariado. Participantes: Participaron un total de 786 estudiantes de educación primaria que se seleccionaron mediante muestreo aleatorio por conglomerados. Instrumentos: Se empleó un cuestionario Ad-hoc compuesto por 12 ítems relacionados con la práctica deportiva extraescolar. Análisis de datos: Se empleó SPSS 22.0 para los análisis estadísticos, con el empleo de tablas de contingencia, ANOVA o T de Student, dependiendo de la naturaleza de las variables. Resultados: Los resultados arrojaron medias aceptables de práctica deportiva, porcentajes considerablemente elevados de ocio de pantalla y significativamente bajos de lectura y tiempo invertido con pares y amistades. Según la tipología del colegio, se reveló que los grupos escolares de centros privados practican mayor número de deportes, adhiriéndose principalmente a los deportes colectivos. El alumnado de centros públicos se posiciona en deportes individuales e invierte más tiempo en ocio digital y con las amistades. De este modo, se demuestra la relación entre el tipo de centro y las actividades no curriculares, principalmente por motivos de ideario e instalaciones.

**Palabras claves:** Escolares; deporte; tiempo libre; tipo de centro.

**Abstract:** Background: Recent researches have shown the importance of extracurricular activities and leisure time in children of school age, especially within today's society where the increasing labour activity of families makes difficult to spend time with children. In this sense, sport practice has a central role, as it will help to combat sedentary lifestyle produced by digital leisure. Aims: This study aims to determine the extracurricular sports and leisure activities done by a sample of primary school students, analysing its relation to the type of school in which they are enrolled. Design: A descriptive and cross-sectional study of multifactorial and univariate design was conducted. Respondents: A total of 786 students from Primary Education participated in this research. They were selected by using a random cluster sampling. Measurements: This study employed an Ad-hoc questionnaire consisting of 12 items related to extra-curricular sport practice. Analysis: SPSS 22.0 software was used for statistical analyses by using cross tables, ANOVA or T of Student depending on the nature of the variables. Results: The results showed acceptable measures of sports practiced, high percentages of screen leisure and low measurements of time which is spent in reading and with peers. According to the type of school, it was revealed that the schoolchildren of private schools practiced more sports, mainly in teams. Students in public schools preferred individual sports and spending more time with friends and in digital entertainment. Thus, the relationship between the type of school and non-curricular activities is shown, mainly for reasons of ideology and facilities.

**Keywords:** Schoolchildren; Sport; Leisure time; School.

## Introducción

Las actividades extraescolares, entendidas como las prácticas desarrolladas fuera del horario lectivo y con orientación al aprendizaje de alguna competencia con un fin práctico y creativo, han tomado protagonismo en las últimas décadas. De hecho, múltiples estudios han valorado su importancia para el desarrollo integral de los niños y niñas en edades tempranas (Blomfield y Barber, 2011; Bundick, 2011; Trudeau y Shephard, 2008), pues resulta de gran importancia ocupar el tiempo libre escolar, especialmente mediante actividades de tipo educativo, formativo o lúdico (Argüelles, Campos y López, 2015). Por otro lado, su creciente popularidad no solo reside en su componente beneficioso para el alumnado, sino que el complejo entramado laboral de la sociedad actual ha propiciado que el sector parental y familiar de escolares pase cada vez menos tiempo con sus familias, haciendo necesario ocupar gran parte de su tiempo libre con algún tipo de actividad (Cabriles, 2013; Rodríguez-López et al., 2013).

En este sentido, muchas familias inscriben a sus hijos e hijas en actividades lúdico-formativas relacionadas con los idiomas, el deporte o el refuerzo de asignaturas escolares. No obstante, en muchos casos se permite a los escolares y las escolares ocupar este tiempo libre con ocio digital de pantalla sin supervisión, lo que se traduce en hábitos sedentarios que desembocan en sobrepeso y obesidad, con consecuencias negativas para la salud (Alonso, Carranza, Rueda, Naranjo, 2014; San Mauro et al., 2015). De hecho, Chacón et al. (2015) demostraron, en su estudio, la elevada presencia de ocio digital en escolares de educación primaria, tanto a través de videojuegos como de televisión. Por ello, resulta el interés por sustituir este tiempo de pantalla por otro tipo de actividades, ya sean deportivas o lúdico-formativas, que a la vez que divierten a los grupos escolares permitan su desarrollo integral, enriquecimiento y estilo de vida saludable, principalmente a través de la práctica de actividad física y deportiva (Arriscado, Muros, Zabala y Dalmau, 2015), de forma individual o colectiva (Parlebas, 1989).

Por otro lado, no se debe olvidar que el rendimiento académico es otro de los factores que puede ser afectado por las actividades de tiempo libre que realiza la niñez escolar. De hecho, Cladellas, Clariana, Badia y Gotzens (2013) demuestran cómo escolares que no realizan ningún tipo de actividad extracurricular presentan valores más bajos en habilidades percibidas que quienes realizan alguna. Por ello, resultan de gran interés las actividades de ocio de tipo mixto, pues se ha demostrado que aquellos niños y niñas que practican algún deporte y desempeñan actividades académicas de forma conjunta, obtienen mejores resultados en ambas categorías que los que realizan actividades de solo un tipo (Cladellas et al., 2013; Ramos, Rivera y Moreno, 2012).

En torno a la ocupación del tiempo libre y la elección de actividades extraescolares, Alfonso-Benlliure y Valdez (2013) ponen en relieve la importancia de la motivación hacia estas por parte del escolar, basándose en la teoría de la autodeterminación (Ryan y Deci, 2000). En este sentido, deberá ser la niñez la que elija la actividad de ocio, con el fin de que se genere motivación intrínseca

doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.21-1.6>

URL: <http://www.una.ac.cr/educare>

CORREO: [educare@una.cr](mailto:educare@una.cr)

hacia sí y no decaiga el interés a corto plazo con la consecuencia del abandono (Moreno-Murcia, Sicilia, Sáenz-López, González-Cutre, Almagro y Conde, 2014). Por ello, resulta fundamental que los sectores parental y escolar desarrollen un papel protagonista en la promoción y fomento de actividades, así como en la creación de intereses desde las aulas (Barca-Lozano, Almeida, Porto-Riobo, Peralbo-Uzquiano y Brenlla-Blanco, 2012); para poder influir el tipo de centro en la elección de los grupos escolares de una actividad extraescolar determinada.

Además, la tipología del centro educativo puede constituir un factor modulador en torno a las actividades de tiempo libre desempeñadas por el alumnado (González y Campos, 2011; Hermoso, García y Chinchilla, 2010), tanto por las actividades ofertadas por los centros educativos como por las actitudes y prácticas promovidas por sus docentes a partir de su ideario. Por tanto, resulta interesante conocer la tipología de centros escolares que vienen clasificados principalmente en función de su naturaleza y fuente de financiación (Bonaf, 2002) en centros de tipo público, concertado o privado. Especificando sus características, Vilches (2015) determina los centros escolares de tipo público como aquellos centros laicos en los que su gestión y financiación es realizada por el Estado, mientras que los privados son aquellos en los que estos procesos son llevados a cabo por particulares, con una mayor flexibilidad en el currículo y en el reparto de plazas. Asimismo, los centros concertados serán aquellos de régimen privado que reciben subvenciones en función del grado de concierto al que se adhieran, situándose en un punto intermedio entre los dos anteriores (Espada, Campos, González y Calero, 2010; Rogero-García y Andrés-Candelas, 2014).

Es por ello que algunas investigaciones han demostrado la influencia de la tipología del centro educativo en las actividades extraescolares realizadas por el alumnado. Por ejemplo, Espada et al. (2010) destacan, en su estudio, cómo los centros escolares amplían su intervención educativa fuera del horario lectivo con el fin aprovechar sus recursos y favorecer el interés en diversas áreas, especialmente en la práctica deportiva. En una línea similar, Moreno y Hellín (2002) estudiaron la influencia de la tipología de centro en la valoración por parte del alumnado de la asignatura de Educación Física (EF); al respecto demostraron variaciones en las actividades que este alumnado realizaba fuera del horario lectivo, según la tipología del centro. Por otro lado, otros trabajos de investigación han demostrado la relación entre las actividades extraescolares y el régimen de los centros educativos, clasificados en régimen externo –en los que sus escolares residen con sus familias– o interno –dentro de los cuales sus escolares pernoctan– (Rogero-García y Andrés-Candelas, 2014; Vilches, 2015). En este sentido, el alumnado pasará gran parte de su tiempo diario en las instalaciones del centro, lo que, junto a su nivel de permisibilidad, influirá en el tiempo de ocio digital y el dedicado a los pares. Asimismo, las instalaciones deportivas y horarios podrán influir en la práctica deportiva, tanto de sus internos como de quienes acudan al recinto para su utilización.

Por tanto, este estudio persigue como principales objetivos:

- Determinar el tipo de práctica deportiva extraescolar del alumnado, su nivel de desempeño en el área de EF y su preferencia en torno a la realización de actividades de tiempo libre.
- Establecer relaciones entre la tipología del centro educativo del alumnado, las actividades de tiempo libre y la práctica deportiva de este y concretar su influencia.

## Método

### Diseño

El estudio realizado se caracteriza por ser de tipo cuantitativo no experimental, con un diseño descriptivo, comparativo y de corte transversal. Para el análisis comparativo se estableció la tipología de centro como variable independiente, constituyendo las referidas a la práctica deportiva y el ocio de tiempo libre las variables dependientes; se concretó un diseño unifactorial multivariado. En torno a la muestra, participaron en este estudio un total de 786 estudiantes de educación primaria de la provincia de La Coruña, con una edad comprendida entre los 10 y 14 años ( $M=11.17$ ;  $DT= .440$ ). Dado que estudios previos han demostrado que el género de los sujetos participantes constituye una variable extraña que influye en la práctica deportiva, se igualó el número de sujetos de ambos sexos, representando un 50% ( $n=393$ ) al masculino y un 50% ( $n=393$ ) al femenino. Finalmente, la selección de participantes fue realizada mediante un muestreo aleatorio por conglomerados, a partir de escolares con matrícula en tercer ciclo de educación primaria de La Coruña, se consideraron centros públicos (59.2%) y privados (40.8%).

### Instrumentos

La recogida de datos fue realizada mediante un cuestionario *Ad hoc*, instrumento de elaboración propia en el que se incluyeron aspectos sociodemográficos y las variables relacionadas con la práctica deportiva y de tiempo libre de ocio. Este instrumento se compuso de 12 ítems, tres de los cuales eran de respuesta abierta, cinco de respuesta cerrada y cuatro puntuados mediante una escala tipo Likert de 5 opciones. La fiabilidad del instrumento fue determinada mediante el coeficiente alpha de Cronbach, que resultó aceptable ( $\alpha = .712$ ). Las variables que configuran el cuestionario se detallan a continuación.

doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.21-1.6>

URL: <http://www.una.ac.cr/educare>

CORREO: [educare@una.cr](mailto:educare@una.cr)

## Variables

Las variables utilizadas en el estudio han sido:

- Tipo de centro: determinado según fuese la titularidad del centro educativo (público o privado).
- Deporte: por el tipo de deporte practicado por el alumnado, categorizado en "No realiza", "Individual sin contacto", "Individual con contacto", "Colectivo sin contacto" y "Colectivo con contacto".
- Nº de deportes: se determinan los deportes practicados por los sujetos participantes.
- Días semanales: se concreta el número de días que se dedican semanalmente a la práctica deportiva.
- Tiempo diario: se establece la duración en minutos de cada sesión de práctica deportiva.
- Recreo: deporte: establece si el alumnado realiza o no algún deporte durante el recreo.
- Recreo: pasear y hablar: establece si el alumnado dedica el recreo a pasear y hablar con sus pares.
- Desempeño en EF: determina si el alumnado afronta, o no, las tareas realizadas en la asignatura de EF, con esfuerzo y entusiasmo.
- Ocio digital: puntuada por una escala Likert de 5 opciones donde 1 = Nunca y 5 = Siempre.
- Ocio deportivo: puntuada por una escala Likert de 5 opciones donde 1 = Nunca y 5= Siempre.
- Lectura como ocio: puntuada por una escala Likert de 5 opciones donde 1 = Nunca y 5 = Siempre.
- Ocio con pares: puntuada por una escala Likert de 5 opciones donde 1 = Nunca y 5= Siempre.

## Procedimiento

En primer lugar se elaboró una carta informativa desde la Facultad de Ciencias de Educación de la Universidad de La Coruña con el fin de informar a los centros educativos de la naturaleza del estudio a realizar y solicitar su colaboración. Cuando los centros escolares aceptaron participar en el estudio y obtuvieron el consentimiento informado de los padres y

doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.21-1.6>URL: <http://www.una.ac.cr/educare>CORREO: [educare@una.cr](mailto:educare@una.cr)

madres del alumnado, se procedió a la aplicación del instrumento citado. Este proceso se realizó durante el horario lectivo, con la presencia de los investigadores –previamente instruidos en dos reuniones–, y del tutor de cada grupo, sin ningún tipo de contratiempo y resolviendo las dudas que pudiesen surgir a los escolares en torno a la cumplimentación del cuestionario. Finalmente, hay que destacar el cumplimiento de las normas éticas de la Declaración de Helsinki de 1975 y el respeto al derecho de confidencialidad del alumnado. Asimismo, se ha informado a los centros educativos participantes de los resultados y conclusiones obtenidas en la investigación.

### Análisis de los datos

Para el análisis de datos se ha utilizado el programa estadístico SPSS Statistics 22.0, con el propósito de obtener las frecuencias y medias para el análisis descriptivo y tablas cruzadas y ANOVA o T de Student para el estudio relacional. Para establecer la significatividad de las relaciones se utilizó la prueba del Chi-Cuadrado de Pearson ( $p \leq .05$ ).

### Resultados

Los descriptivos básicos de este estudio realizado sobre 786 escolares de tercer ciclo de educación primaria de La Coruña quedan reflejados en la [Tabla 1](#). La distribución por tipología de centro arrojó un 59.8% (n=465) de participantes con matrícula en colegios públicos, y un 40.2% (n=321) en centros educativos privados. En torno a la práctica deportiva del alumnado se obtuvo que un 43.6% practicaba deportes colectivos con contacto, un 36% realizaba deportes individuales sin contacto, un 8% colectivos sin contacto y un 6.6% individuales con contacto; solo un 5.7% no practicaba ningún deporte. Sobre las actividades realizadas en el recreo se concretó que un 27.4% de participantes realizaba algún tipo de deporte durante el recreo: un 26.5% casi siempre y solo un 18.6% casi nunca o nunca. Del mismo modo, se demostró que un 27.9% paseaba en ocasiones en los recreos, un 14.4% siempre y un 15.3% nunca.

Siguiendo con los descriptivos, el nivel de desempeño en la asignatura de EF determinó que un 68.2% de escolares se esforzaba siempre y un 24.7% lo hacía casi siempre. Finalmente se establecieron actividades de ocio de tiempo libre, de tal forma que los resultados arrojaron en torno al ocio digital que un 27% de escolares veía la tele o jugaba a los videojuegos siempre o casi siempre. Del mismo modo, el ocio deportivo determinó un valor del 41.7% englobando ambas categorías, mientras que el ocio con pares obtuvo valores del 3.7% y 11.7% respectivamente. La lectura como ocio reflejó la mayor porcentualidad en la categoría "A veces", con un 39.9%.



doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.21-1.6>

URL: <http://www.una.ac.cr/educare>

CORREO: [educare@una.cr](mailto:educare@una.cr)

**Tabla 1:** Descriptivos básicos

Tipo de centro			
Público		59.8% (n=465)	
Privado		40.2% (n=321)	
Deporte		Recreo: deporte	
No realiza	5.7% (n=45)	Siempre	27.4% (n=215)
Individual S/C	36% (n=283)	Casi siempre	26.5% (n=208)
Individual C/C	6.6% (n=52)	A veces	27.6% (n=217)
Colectivo S/C	8.0% (n=63)	Casi nunca	10.8% (n=85)
Colectivo C/C	43.6% (n=343)	Nunca	7.8% (n=61)
Desempeño en EF		Recreo: pasear y hablar	
Siempre	68.2% (n=536)	Siempre	14.4% (n=113)
Casi siempre	24.7% (n=194)	Casi siempre	20.0% (n=157)
A veces	5.9% (n=46)	A veces	27.9% (n=219)
Casi nunca	0.8% (n=6)	Casi nunca	22.5% (n=177)
Nunca	0.5% (n=4)	Nunca	15.3% (n=120)
Ocio digital		Lectura como ocio	
Siempre	8.3% (n=65)	Siempre	6.0% (n=47)
Casi siempre	18.7% (n=147)	Casi siempre	12.8% (n=101)
A veces	45.9% (n=361)	A veces	39.9% (n=314)
Casi nunca	21.6% (n=170)	Casi nunca	28.6% (n=225)
Nunca	5.5% (n=43)	Nunca	12.5% (n=98)
Ocio deportivo		Ocio con pares	
Siempre	7.0% (n=55)	Siempre	3.7% (n=29)
Casi siempre	34.7% (n=273)	Casi siempre	11.7% (n=92)
A veces	45.4% (n=357)	A veces	31.3% (n=246)
Casi nunca	10.8% (n=85)	Casi nunca	30.4% (n=239)
Nunca	2.0% (n=16)	Nunca	22.9% (n=180)





doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.21-1.6>URL: <http://www.una.ac.cr/educare>CORREO: [educare@una.cr](mailto:educare@una.cr)

El nivel de práctica deportiva (Tabla 2) fue valorado utilizando medias, se alcanzó, en la muestra estudiada, una media de 1.84 ( $DT=1.213$ ) deportes practicados. Los días semanales que se realizaba algún deporte obtuvieron una media de 2.46 ( $DT=1.465$ ) y el tiempo invertido en las sesiones fue establecido en 75.31 ( $DT=46.662$ ) minutos.

**Tabla 2:** Frecuencia media de práctica deportiva

	Práctica deportiva		
	N	Media	DT
Nº Deportes	786	1.84	1.213
Días semanales	786	2.46	1.465
Tiempo diario	786	75.31	46.662

Tal y como se apuntó anteriormente, para el estudio comparativo se determinó el tipo de centro educativo como variable independiente, con la pretensión de concretar su influencia en aquellas variables relacionadas con la práctica deportiva. En este sentido, el valor para las diferencias estadísticamente significativas fue establecido mediante el Chi-cuadrado de Pearson en  $p \leq .05$ .

En primer lugar, fue analizada la relación entre la tipología del centro educativo y el deporte practicado por escolares fuera del horario lectivo (Tabla 3), y se determinó una correspondencia  $p = .000^*$ . Estas diferencias estadísticas pueden observarse en los porcentajes dados para los deportes individuales con contacto y sin tal, los cuales son practicados en mayores porcentualidades en los centros públicos (8.8% y 38.1% frente a 3.4% y 33%, respectivamente). Del mismo modo, los deportes colectivos con contacto y sin contacto son más practicados en los centros privados, con un 46.7% y 11.8% frente a un 41.5% y 5.4% respectivamente.

**Tabla 3:** Deporte practicado según tipología de centro

		Tipo de centro		Sig.
		Público	Privado	
<b>Deporte practicado</b>	No realiza	6.2% (n=29)	5.0% (n=16)	.000*
	Individual S/C	38.1% (n=177)	33.0% (n=106)	
	Individual C/C	8.8% (n=41)	3.4% (n=11)	
	Colectivo S/C	5.4% (n=25)	11.8% (n=38)	
	Colectivo C/C	41.5% (n=193)	46.7% (n=150)	



doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.21-1.6>URL: <http://www.una.ac.cr/educare>CORREO: [educare@una.cr](mailto:educare@una.cr)

Sobre la frecuencia de práctica deportiva en relación con el tipo de centro (Tabla 4), solo el número de deportes practicados determinó diferencias estadísticamente significativas ( $p=.045^*$ ), de lo que se concluye una media superior para los centros de tipo privado. Las asociaciones establecidas entre tipología de centro escolar, días semanales de práctica deportiva y tiempo dedicado a cada sesión no mostraron significatividad ( $p=.394$  y  $p=.264$ ).

**Tabla 4:** Frecuencia deportiva según tipología de centro

		N	Media (DT)	IC 95%		Sig.
				Lím. Inf.	Lím. Sup.	
Nº deportes	Público	465	1.77 (1.084)	1.60	1.80	.045*
	Privado	321	1.94 (1.375)	1.75	2.05	
Días semanales	Público	465	2.49 (1.529)	2.26	2.53	.394
	Privado	321	2.40 (1.368)	2.19	2.49	
Tiempo diario	Público	465	73.76 (46.970)	66.86	75.43	.264
	Privado	321	77.55 (46.192)	70.51	80.71	

La Tabla 5, que determina las asociaciones entre las actividades realizadas en el recreo por el estudiantado, el desempeño en EF y el tipo de centro, concretó diferencias estadísticas para las dos primeras variables ( $p=.008^*$  y  $p=.013^*$ ). De hecho, los grupos escolares de centros privados obtuvieron mayores porcentajes para la práctica de deportes durante el recreo en las categorías "Siempre", "Casi siempre" y "A veces". Del mismo modo, se obtuvieron en los centros de tipo privado mayores porcentualidades (23.7% y 16.2% frente a 21.7% y 14.6%) para las categorías "Casi nunca" y "Nunca" de la variable referida al tiempo dedicado a andar y hablar con los pares. La relación establecida entre la tipología del centro escolar y el desempeño del alumnado en las sesiones de EF no determinó asociaciones estadísticas ( $p=.328$ ).

doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.21-1.6>URL: <http://www.una.ac.cr/educare>CORREO: [educare@una.cr](mailto:educare@una.cr)**Tabla 5:** Práctica deportiva dentro del centro según su titularidad

		Tipo de centro		Sig.
		Público	Privado	
Recreo: deporte	Siempre	26.9% (n=125)	28.0% (n=90)	.008*
	Casi siempre	25.6% (n=119)	27.7% (n=89)	
	A veces	25.6% (n=119)	30.5% (n=98)	
	Casi nunca	11.4% (n=53)	10.0% (n=32)	
	Nunca	10.5% (n=49)	3.7% (n=12)	
Recreo: pasear y hablar	Siempre	18.1% (n=84)	9.0% (n=29)	.013*
	Casi siempre	18.9% (n=88)	21.5% (n=69)	
	A veces	26.7% (n=124)	29.6% (n=95)	
	Casi nunca	21.7% (n=101)	23.7% (n=76)	
	Nunca	14.6% (n=68)	16.2% (n=52)	
Desempeño en EF	Siempre	68.4% (n=318)	67.9% (n=218)	.328
	Casi siempre	23.7% (n=110)	26.2% (n=84)	
	A veces	6.9% (n=32)	4.4% (n=14)	
	Casi nunca	0.4% (n=2)	1.2% (n=4)	
	Nunca	0.6% (n=3)	0.3% (n=1)	

Para concluir el estudio relacional, se analizan, mediante tablas cruzadas, las asociaciones existentes entre las actividades de tiempo libre que realiza el estudiantado fuera del horario lectivo y el tipo de centro educativo (Tabla 6), sin determinar diferencias estadísticamente significativas con el deporte practicado y el tiempo dedicado a la lectura ( $p = .648$  y  $p = .718$ ). Se encontró significatividad para las actividades de ocio digital ( $p = .038^*$ ), que mostraron porcentajes superiores en las categorías "Siempre y Casi siempre" (10.3 % frente a 5.3% y 20.2% frente a 16.5%) en los centros públicos, y las actividades realizadas con amigos ( $p = .032^*$ ), también con porcentajes superiores de los centros públicos en las categorías "Siempre y Casi siempre" (4.9% frente a 1.9% y 13.3% frente a 9.3% respectivamente).

doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.21-1.6>

URL: <http://www.una.ac.cr/educare>

CORREO: [educare@una.cr](mailto:educare@una.cr)

**Tabla 6:** Actividades de tiempo libre según titularidad de centro

		Tipo de centro		Sig.
		Público	Privado	
Ocio digital	Siempre	10.3% (n=48)	5.3% (n=17)	.038*
	Casi siempre	20.2% (n=94)	16.5% (n=53)	
	A veces	42.6% (n=198)	50.8% (n=163)	
	Casi nunca	21.7% (n=101)	21.5% (n=69)	
	Nunca	5.2% (n=24)	5.9% (n=19)	
Deporte	Siempre	7.7% (n=36)	5.9% (n=19)	.648
	Casi siempre	35.5% (n=165)	33.6% (n=108)	
	A veces	43.7% (n=203)	48.0% (n=154)	
	Casi nunca	10.8% (n=50)	10.9% (n=35)	
	Nunca	2.4% (n=11)	1.6% (n=5)	
Leer	Siempre	6.9% (n=32)	4.7% (n=15)	.718
	Casi siempre	12.3% (n=57)	13.8% (n=44)	
	A veces	39.6% (n=184)	40.6% (n=130)	
	Casi nunca	28.4% (n=132)	29.1% (n=93)	
	Nunca	12.9% (n=60)	11.9% (n=38)	
Amigos	Siempre	4.9% (n=23)	1.9% (n=6)	.032*
	Casi siempre	13.3% (n=62)	9.3% (n=30)	
	A veces	31.2% (n=145)	31.5% (n=101)	
	Casi nunca	27.5% (n=128)	34.6% (n=111)	
	Nunca	23.0% (n=107)	22.7% (n=73)	

## Discusión

Dada la importancia de las actividades extraescolares y deportivas en el desarrollo integral del escolar, así como en la ocupación del tiempo libre con el fin de evitar hábitos sedentarios perjudiciales para la salud, este estudio pretendió estudiar la relación existente entre la tipología del centro educativo y las actividades de ocio y tiempo libre de escolares con el fin de determinar



posibles influencias por parte de los centros educativos. En este sentido, algunos trabajos de investigación previos en torno a esta temática han sido los realizados por [Cladellas et al. \(2013\)](#), [Espada et al. \(2010\)](#), [Hermoso et al. \(2010\)](#) o [Moreno y Hellín \(2002\)](#).

En primera instancia, se valoró la práctica deportiva de escolares, tanto en el tiempo libre de ocio fuera del contexto escolar como dentro de este mismo a través del recreo, y se obtuvieron elevados porcentajes para los deportes practicados, pues nueve de cada diez estudiantes realizaba alguno, con mayores porcentajes en los colectivos con contacto. Sobre estos resultados, [Isorna, Rial y Vaquero-Cristóbal \(2014\)](#) ya obtuvieron porcentajes similares en torno a la actividad deportiva desempeñada por grupos escolares federados y no federados, con especial protagonismo de deportes colectivos como el fútbol o el baloncesto. De hecho, puede establecerse el gusto por la competición, la búsqueda del rendimiento y el componente socializador como algunas de las principales causas que justifican la adhesión a estos ([Isorna et al., 2014](#); [McCarthy, Jones y Clark-Carter, 2008](#)).

Abordando la práctica deportiva realizada durante el recreo, se concretó que la mitad de participantes solía realizar algún deporte, mientras que un 30% prefería pasear y hablar. [Abraldes y Argudo \(2008\)](#), en un estudio comparativo de las actividades realizadas en el recreo entre escolares de cuarto y sexto curso, concluyeron una práctica deportiva más elevada en el alumnado de mayor edad, los menores se posicionaban en actividades lúdicas. Estos resultados se justifican en la preferencia de actividades que requieren mayor esfuerzo a medida que avanza la edad, lo que cimienta las elevadas frecuencias obtenidas en este trabajo de investigación sobre el deporte realizado durante el recreo. En torno a estos datos, se demostró que nueve de cada diez escolares se esforzaban y tenían un elevado desempeño en las clases de EF, lo que puede deberse a la motivación intrínseca que genera esta área, así como su componente lúdico ([Eime et al., 2015](#); [González y Campos, 2011](#)).

En torno a las actividades de ocio y tiempo libre, se determinó que el ocio digital de pantalla era la opción más común en uno de cada cinco estudiantes, optando por él más de un 40% de escolares de forma esporádica. Justifican estos resultados estudios como el de [Borges, de la Vega y Ruiz \(2012\)](#) o [Chacón et al. \(2015\)](#), que ya han demostrado elevados porcentajes de uso de televisión y videojuegos con especial prevalencia de sedentarismo y sobrepeso entre los sectores más jóvenes, lo que pone en relieve la importancia de desempeñar estilos de vida más activos. No obstante, el ocio deportivo obtuvo porcentajes elevados en comparación con el estudio realizado por [Martínez, Contreras, Aznar y Lera \(2012\)](#), lo cual supone un factor que ayuda a regular la práctica de actividad física recomendada por la [Organización Mundial de la Salud, OMS \(2015\)](#) y, por tanto, combatir los niveles de ocio digital sedentario ([Borges et al., 2012](#); [Martínez et al., 2012](#)).

doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.21-1.6>

URL: <http://www.una.ac.cr/educare>

CORREO: [educare@una.cr](mailto:educare@una.cr)

Por otro lado, la lectura como ocio obtuvo porcentajes bajos, pues solo un 20% de los participantes solía leer a menudo. De hecho, [Gil \(2011\)](#) obtuvo en su estudio los menores porcentajes de lectura, independientemente de su formato, para las categorías “Siempre” y “Casi siempre”, y determinó como principales causas su sustitución por lecturas de pantalla, hábitos de ocio digital como la televisión o la falta de promoción de hábitos lectores por parte de las familias. En este punto hay que hacer mención a un trabajo en las clases de EF, en el que se pedía al alumnado que buscara en cualquier obra de la literatura infantil algún tipo de actividad física, para motivar la lectura en los escolares ([Zagalaz y Sancho, 2004](#)).

Por último, se observó que más de la mitad de la muestra casi nunca invertía tiempo de ocio con sus pares, lo que para escolares con una edad comprendida entre los 10 y 12 años resulta sorprendente. De hecho, varios estudios han demostrado como la sociedad actual genera tendencias que hacen menos sociales y más introvertidas a las personas, y en este caso a los grupos más jóvenes, como pueden ser el uso de redes sociales, videojuegos o la promoción de la competitividad en la vida diaria ([Carbonell, 2014](#); [Chamarro et al., 2014](#); [Hale y Guan, 2015](#)).

Abordando el estudio relacional por tipo de centro, se concretó que aquellos grupos escolares que estaban matriculados en un centro educativo privado practicaban, de forma extraescolar, una media de deportes más elevada –concretando diferencias estadísticas–, sin encontrar significatividad en días semanales y tiempo dedicado. Del mismo modo, se obtuvo que los niños y niñas adheridos a centros públicos practicaban más deportes individuales, mientras que los matriculados en centros privados practicaban más deportes colectivos. A pesar de la notoria escasez de estudios que aborden esta línea, sí se pueden observar trabajos de investigación como el de [Espada et al. \(2010\)](#), quienes establecen que los centros de tipo privado suelen ofertar deportes que requieren de instalaciones más costosas, como el fútbol, fútbol siete o baloncesto; lo que justifica la mayor porcentualidad de escolares adheridos a deportes colectivos en nuestro estudio. Además, el que los centros de tipología privada cuenten con mejores instalaciones puede representar una de las principales causas de que sus escolares practiquen un mayor número de deportes.

Del mismo modo, también se observó una mayor práctica deportiva en los recreos de los centros privados. Entre las razones que justifican estos resultados pueden destacarse, por un lado, la dotación de unas mejores instalaciones, así como de un mayor número de personal docente ([Espada et al., 2010](#); [Vilches, 2015](#)), ya que por regla general, este tipo de centros suele tener una mayor proporción de docentes por estudiante, lo que facilita la supervisión de dichas actividades. Por otro lado, el ideario del centro puede constituir un factor regulador de las actividades realizadas, pues tal y como establece [Alfonso-Benlliure y Valadez \(2013\)](#), el centro educativo puede influir, mediante sus programas y desarrollo cotidiano, en los intereses académicos y extraescolares de su alumnado. Aun así, no se determinó diferenciación en el desempeño del alumnado en la asignatura de EF, a pesar de que estudios como el de [Moreno y](#)

doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.21-1.6>URL: <http://www.una.ac.cr/educare>CORREO: [educare@una.cr](mailto:educare@una.cr)

Hellín (2002) y Zagalaz, Pantoja, Martínez y Romero (2009), establecen que escolares de centros públicos suelen valorar más la asignatura y al profesorado de EF, principalmente por motivos de empatía, retos y dificultad.

Asimismo, el estudio comparativo de las actividades de ocio y tiempo libre estableció que escolares de centros públicos invertían más tiempo en ocio de pantalla y en la calle jugando con sus pares. Entre las razones que pueden justificar estas diferencias estadísticas, Espada et al. (2010) y Reverter, Plaza, Jové y Hernández (2014) establecen que los centros educativos de tipo privado suelen ofertar un mayor número de actividades extraescolares, lo que puede traducirse en una disminución del tiempo libre dedicado a las amistades y el ocio digital, el cual aumenta en los centros públicos. Por otro lado, González y Campos (2011) recuerdan que en muchos casos suele existir una conexión entre las actividades extraescolares deportivas realizadas por escolares y la asignatura de EF, ello podría constituir uno de los factores influyentes a favor de los centros privados en los porcentajes obtenidos.

Resulta interesante, para finalizar, destacar algunas de las principales limitaciones que se adhieren a este estudio: en primer lugar, la consideración de actividades de tiempo libre y no la de actividades extracurriculares concretas, lo que limita las posibilidades de respuesta pudiendo generar confusión en algunos casos. Por otro lado, el diseño del estudio fue de corte transversal, lo que da una visión estática de los resultados obtenidos, pues en muchas ocasiones las actividades de tiempo libre o extracurriculares varían en función de la fase del curso escolar. En este sentido y como perspectivas futuras, sería de interés realizar un estudio longitudinal que permitiese salvar las limitaciones antes mencionadas, así como incluir ítems que permitiesen aumentar el número de actividades extraescolares realizadas.

## Conclusiones

Las principales conclusiones obtenidas en este estudio han sido:

El estudio de la práctica deportiva concretó que la mayoría de los escolares practicaban dos deportes, lo cual hacen en una media de dos o tres días semanales con una duración de 75 minutos aproximadamente. Del mismo modo, los deportes más populares fueron los individuales sin contacto y los colectivos con contacto, y sobre las actividades realizadas en el recreo, se estableció que la mitad del alumnado solía realizar algún deporte, mientras que tres de cada diez optaba por pasear y hablar. Asimismo, se obtuvo un elevado desempeño en la asignatura de EF de forma generalizada. En torno a las actividades de tiempo libre, la lectura como ocio y el tiempo con los pares fueron las menos valoradas, y las más populares fueron el ocio digital y el deportivo.

Las asociaciones por tipología de centro educativo determinaron que escolares de centros



doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.21-1.6>

URL: <http://www.una.ac.cr/educare>

CORREO: [educare@una.cr](mailto:educare@una.cr)

privados optaban por la práctica de deportes colectivos de forma extraescolar, mientras que el alumnado de centros públicos se adhería a deportes individuales. Asimismo, se concretó que escolares de centros privados practicaban un mayor número de deportes, a la vez que solían invertir en mayor medida los recreos en dichas prácticas físicas. Sobre las actividades de tiempo libre, se determinó que escolares de centros públicos dedicaban más tiempo al ocio digital y a jugar con los amigos o amigas.

Por tanto, se demuestra que la tipología del centro educativo puede influir en las actividades extraescolares y de tiempo libre realizadas por sus escolares, principalmente por motivos de ideario, programas desarrollados e instalaciones disponibles.

## Referencias

- Abraldes, J. A. y Argudo, F. M. (2008). Utilización del recreo escolar por niños de 4º y 6º de primaria. *Retos. Nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, 14, 88-91. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3311335>
- Alfonso-Benlliure, V. y Valadez, M. (2013). Intereses académicos, extraescolares y desempeño creativo en educación primaria según género, tipo de escuela y contexto escolar. *Revista Mexicana de Psicología*, 30(1), 41-52. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=243033028005>
- Alonso, F. J., Carranza, M. D., Rueda, J. D. y Naranjo, J. (2014). Composición corporal en escolares de primaria y su relación con el hábito nutricional y la práctica reglada de actividad deportiva. *Revista Andaluza de Medicina del Deporte*, 7(4), 137-142. doi: <https://doi.org/10.1016/j.ramd.2014.08.001>
- Argüelles, I., Campos, A. y López, J. A. (2015). Análisis de las actividades extraescolares en función de la variable género en el alumnado de primaria de la provincia de Granada. *European Scientific Journal*, 11(13), 480-498. Recuperado de <http://eujournal.org/index.php/esj/article/view/5665/5491>
- Arriscado, D., Muros, J. J., Zabala, M. y Dalmau, J. M. (2015). Hábitos de práctica física en escolares: Factores influyentes y relaciones con la condición física. *Nutrición Hospitalaria*, 31(3), 1232-1239. Recuperado de [http://www.aulamedica.es/gdcr/index.php/nh/article/view/8186/pdf\\_7907](http://www.aulamedica.es/gdcr/index.php/nh/article/view/8186/pdf_7907)
- Barca-Lozano, A., Almeida, L. S., Porto-Rioboo, A. M., Peralbo-Uzquiano, M. y Brenlla-Blanco, J. C. (2012). Motivación escolar y rendimiento: Impacto de metas académicas, de estrategias de aprendizaje y autoeficacia. *Anales de Psicología*, 28(3), 848-859. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=16723774023>
- Blomfield, C. J. y Barber, B. L. (2011). Developmental experiences during extracurricular





doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.21-1.6>

URL: <http://www.una.ac.cr/educare>

CORREO: [educare@una.cr](mailto:educare@una.cr)

activities and Australian adolescents' self-concept: Particularly important for youth from disadvantaged school. *Journal of Youth and Adolescence*, 40(5), 582-594. doi: <https://doi.org/10.1007/s10964-010-9563-0>

Bonal, X. (2002). El balance público-privado en el sistema de enseñanza español: Evolución y efectos sobre las desigualdades educativas. *Educar*, 29, 11-29. doi: <https://doi.org/10.5565/rev/educar.323>

Borges, P. J., de la Vega, R. y Ruiz, R. (2012). Descripción de los hábitos de práctica física y uso de videojuegos en escolares, en función de su nivel percibido de autoeficacia motriz y en videojuegos. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 7(2), 323-337. Recuperado de <http://www.webs.ulpgc.es/riped/docs/20120207.pdf>

Bundick, M. J. (2011). Extracurricular activities, positive youth development, and the role of meaningfulness of engagement. *The Journal of Positive Psychology*, 6(1), 57-74. doi: <https://doi.org/10.1080/17439760.2010.536775>

Cabriles (2013). Aspectos socioeconómicos y familiares asociados en niños y adolescentes obesos. *Revista de Ciencias Sociales*, 19(1), 120-130. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=28026467016>

Carbonell, X. (2014). La adicción a los videojuegos en el DSM-5. *Adicciones*, 26(2), 91-95. doi: <https://doi.org/10.20882/adicciones.10>

Chacón, R., Espejo, T., Cabrera, Á., Castro, M., López, J. F. y Zurita, F. (2015). "Exergames" para la mejora de la salud en niños y niñas en edad escolar: Estudio a partir de hábitos sedentarios e índices de obesidad. *RELATEC*, 14(2), 40-50. Recuperado de <http://relatec.unex.es/article/view/1471/1301>

Chamarro, A., Carbonell, X., Manresa, J. M., Muñoz-Miralles, R., Ortega-González, R., López-Morrón, M. R., ... Toran-Monserrat, P. (2014). El cuestionario de experiencias relacionadas con los videojuegos (CERV): Un instrumento para detectar el uso problemático de videojuegos en adolescentes españoles. *Adicciones*, 26(4), 303-311. doi: <https://doi.org/10.20882/adicciones.31>

Cladellas, R., Clariana, M., Badia, M. y Gotzens, C. (2013). Actividades extraescolares y rendimiento académico en alumnos de primaria. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, 3(2), 87-97. doi: <http://dx.doi.org/10.1989/ejihpe.v3i2.26>

Eime, R. M., Casey, M. M., Harvey, J. T., Sawyer, N. A., Symons, C. M. y Payne, W. R. (2015). Sociological factors potentially associated with participation in physical activity and sport: A longitudinal study of adolescent girls. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 18(6), 684-690. doi: <https://doi.org/10.1016/j.jsams.2014.09.012>



doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.21-1.6>

URL: <http://www.una.ac.cr/educare>

CORREO: [educare@una.cr](mailto:educare@una.cr)

- Espada, M., Campos, A., González, M. D. y Calero, J. C. (2010). El deporte escolar según la titularidad de los centros educativos. *Tendencias Pedagógicas*, 16, 207-220. Recuperado de <https://revistas.uam.es/tendenciaspedagogicas/article/view/1950/2061>
- Gil, J. (2011). Hábitos lectores y competencias básicas en el alumnado de educación secundaria obligatoria. *Education XXI*, 14(1), 117-134. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=70618224005>
- González, M. D. y Campos, A. (2011). Coordinación entre la materia de educación física y las actividades físico-deportivas extraescolares. *Contextos Educativos*, 14, 31-47. doi: <https://doi.org/10.18172/con.638>
- Hale, L. y Guan, S. (2015). Screen time and sleep among school-aged children and adolescents: A systematic literature review. *Sleep Medicine Reviews*, 21, 50-58. doi: <https://doi.org/10.1016/j.smrv.2014.07.007>
- Hermoso, Y., García, V. y Chinchilla, J. L. (2010). Estudio de la ocupación del tiempo libre de los escolares. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 18, 9-13. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=345732284002>
- Isorna, M., Rial, A. y Vaquero-Cristóbal, 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.
- Martínez, J., Contreras, O. R., Aznar, S. y Lera, Á. (2012). Niveles de actividad física medido con acelerómetro en alumnos de 3º ciclo de educación primaria: Actividad física diaria y sesiones de educación física. *Revista de Psicología del Deporte*, 21(1), 117-123. Recuperado de <http://www.rpd-online.com/article/view/939/832>
- McCarthy, P. J., Jones, M. V. y Clark-Carter, D. (2008). Understanding enjoyment in youth sport: A developmental perspective. *Psychology of Sport and Exercise*, 9(2), 142-156. doi: <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2007.01.005>
- Moreno-Murcia, J. A., Sicilia, A., Sáenz-López, P., González-Cutre, D., Almagro, B. J. y Conde, C. (2014). Análisis motivacional comparativo en tres contextos de actividad física. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 14(56), 665-668. Recuperado de <https://revistas.uam.es/rimcafd/article/view/184/168>
- Moreno, J. A. y Hellín, P. (2002). ¿Es importante la educación física? Su valoración según la edad del alumno y el tipo de centro. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 2(8), 298-319. Recuperado de <http://cdeporte.rediris.es/revista/revista8/artedad.pdf>
- Organización Mundial de la Salud (OMS). (2015). *Estrategia mundial sobre régimen alimentario, actividad física y salud. Sobrepeso y obesidad infantil*. Recuperado de <http://www.who.int/dietphysicalactivity/childhood/es/>



doi: <http://dx.doi.org/10.15359/ree.21-1.6>URL: <http://www.una.ac.cr/educare>CORREO: [educare@una.cr](mailto:educare@una.cr)

- Parlebas, P. (1989). *Perspectivas para una educación física moderna*. Málaga: Unisport.
- Ramos, P., Rivera, F. y Moreno, C. (2012). Beneficios del contexto asociativo en las actividades de tiempo libre de los adolescentes españoles. *Infancia y Aprendizaje*, 35(3), 365-378. doi: <https://doi.org/10.1174/021037012802238984>
- Reverter, J., Plaza, D., Jové, M. C. y Hernández, V. (2014). Actividad físico-deportiva extraescolar en alumnos de primaria: El caso de Torreveja (Alicante). *Retos. Nuevas tendencias en EF, Deporte y Recreación*, 25, 48-52. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=345732291010>
- Rodríguez-López, C., Villa-González, E., Pérez-López, I. J., Delgado-Fernández, M., Ruiz, J. R. y Chillón, P. (2013). Los factores familiares influyen en el desplazamiento activo al colegio de los niños españoles. *Nutrición Hospitalaria*, 28(3), 756-763. doi: <http://dx.doi.org/10.3305/nh.2013.28.3.6399>
- Rogero-García, J. y Andrés-Candelas, M. (2014). Gasto público y de las familias en educación en España: Diferencias entre centros públicos y concertados. *REIS Revista Española de Investigaciones Sociológicas*, 147, 121-130. doi: <https://doi.org/10.5477/cis/reis.147.121>
- Ryan, R. M. y Deci, E. L. (2000). Intrinsic and extrinsic motivations: Classic definitions and new directions. *Contemporary Educational Psychology*, 25(1), 54-67. doi: <https://doi.org/10.1006/ceps.1999.1020>
- San Mauro, I., Megias, A., García, B., Bodega, P., Rodríguez, P., Grande, G. ... Garicano, E. (2015). Influencia de hábitos saludables en el estado ponderal de niños y adolescentes en edad escolar. *Nutrición Hospitalaria*, 31(5), 1996-2005. doi: <http://dx.doi.org/10.3305%2Fnh.2015.31.5.8616>
- Trudeau, F. y Shephard, R. (2008). Physical education, school physical activity, school sports and academic performance. *The International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 5, 1-12. doi: <https://doi.org/10.1186/1479-5868-5-10>
- Vilches, J. M. (2015). *Centros especializados y normalizados de secundaria: Relación entre autoestima, agresividad, victimización y calidad de vida en estudiantes de Granada capital* (Tesis doctoral). Universidad de Granada. Recuperado de <http://digibug.ugr.es/bitstream/10481/39859/1/24589007.pdf>
- Zagalaz, M. L. y Sancho, M. I. (2004). *La actividad física en la literatura infantil y juvenil*. Málaga: Centro Andaluz de las Letras (Consejería de Cultura de la Junta de Andalucía).
- Zagalaz, M. L., Pantoja, A., Martínez, E. J. y Romero, S. (2009). La educación física escolar desde el punto de vista del alumnado de educación primaria y del estudiante de magisterio. *Revista de Investigación Educativa*, 26(2), 347-369. Recuperado de <http://revistas.um.es/rie/article/view/93961/90601>

