

Autoconcepto multidimensional según práctica deportiva en estudiantes universitarios de Educación Física de Andalucía

Multidimensional self-concept depending on sport practice in university students of Physical Education from Andalucía

Ramón Chacón-Cuberos, Félix Zurita-Ortega, Eduardo García-Marmol, Manuel Castro-Sánchez
Universidad de Granada (España)

Resumen. El presente estudio se realiza en una muestra de 775 estudiantes universitarios que cursan la mención en Educación Física (EF) del Grado en Educación Primaria en la comunidad autónoma de Andalucía. Se pretende analizar las diferentes dimensiones del autoconcepto en base al tipo de deporte practicado y la frecuencia de práctica de Actividad Física (AF) en una muestra de futuros docentes en EF. Como principales instrumentos se emplean los cuestionarios Autoconcepto Forma-5 y PAQ-A. Los resultados muestran que los jóvenes que poseen un mayor autoconcepto general son los que practican deportes colectivos sin contacto. En relación al autoconcepto social, se observó que los participantes que practicaban deportes colectivos sin contacto obtenían las puntuaciones más elevadas, dándose la misma tendencia en la dimensión familiar del autoconcepto. Para la dimensión emocional son los estudiantes que practican deportes colectivos con contacto los que reflejan las mayores puntuaciones, observándose la misma tendencia para el autoconcepto físico. En relación al nivel de práctica de AF, se ha demostrado que aquellos estudiantes que practican deportes individuales con contacto son los que muestran la mayor frecuencia. Asimismo, poseer un mayor autoconcepto físico, social y emocional se asociaba a mayores niveles de práctica de AF.

Palabras clave: Actividad física; Deporte; Autoconcepto; Universidad; Educación Física.

Abstract. The present study was carried out in a sample of 775 university students who attend the Physical Education in Primary Education degree from the Autonomous Community of Andalusia. It aims to analyse the different dimensions of self-concept based on the type of sport practiced and the frequency of Physical Activity in a sample of future teachers in Physical Education. The instruments used were the Self-concept Form-5 and PAQ-A questionnaires. The results show that respondents who have a greater general self-concept are those who practice collective sports without contact. Regarding social self-concept, the participants who practiced collective sports without contact obtained the highest scores, the same tendency being observed in the family dimension of self-concept. Regarding the emotional dimension, students who practice collective sports with contact display the highest scores, the same tendency being observed in physical self-concept. In relation to physical activity levels, students who practice individual sports with contact show the highest frequency. Moreover, having a greater physical, social, and emotional self-concept was associated with higher levels of physical activity.

Key words: Physical activity; Sport; Self-concept; University; Physical Education.

Introducción

La etapa universitaria representa un periodo en el que los jóvenes inician los estudios superiores que permiten obtener las titulaciones profesionalizantes con el fin de iniciarse en el mundo laboral (Regehr, Glancy, & Pitts, 2013). Este periodo se caracteriza por un cambio total en el estilo de vida del estudiante, ya que comprende la configuración de nuevos grupos de pares, el abandono del núcleo familiar o el desarrollo de alguna actividad profesional junto con sus estudios académicos (Lepp, Barkley, & Karpinski, 2014). Asimismo, este periodo ha sido caracterizado por varios autores como una etapa de cierta inestabilidad, pues además de lo expuesto supone el fin de la adolescencia, por lo que aún puede no estar afianzada su identidad personal, pueden exhibirse comportamientos inestables, así como hábitos no saludables como es el consumo de sustancias dañinas o altos índices de sedentarismo (Chacón et al., 2017; Lepp et al., 2014).

La práctica físico-deportiva supone un hábito cuyos efectos positivos han sido demostrados por diversos estudios, tanto a nivel fisiológico como cognitivo y socio-afectivo (Muros et al., 2016; Ng et al., 2014). El desempeño de Activi-

dad Física (AF) cotidiana y deporte permite la prevención de numerosas patologías como la obesidad, hipertensión, diabetes o ciertos tipos de cáncer (Ng et al., 2014). Su realización permitirá lidiar con situaciones de estrés, estados depresivos o mejorar la autoestima y el autoconcepto, además de permitir la configuración de relaciones sociales más eficaces (Chacón et al., 2017; Plotnikoff et al., 2015). En base a lo expuesto, la promoción de este tipo de hábitos será esencial para mejorar la calidad de vida del estudiante universitario, y especialmente en aquellos cuya actividad profesional futura se asocia al campo de las ciencias de la AF y el deporte.

Llegados a este punto, resulta de interés definir las diferencias existentes entre el concepto de AF y deporte. El primer concepto se refiere al conjunto de movimientos corporales que implican un gasto energético en el individuo, asociándose a cualquier tipo de actividad cotidiana (Bryant, Bolton, & Fleming, 2015; Plotnikoff et al., 2015; Van Poppel, Chinapaw, Mokkink, Van Mechelen, & Terwee, 2010). De hecho, la OMS (2017) destaca la importancia de seguir un estilo de vida activo basado en la realización de al menos 150 minutos semanales de AF moderada a partir de los 18 años de edad. Por otro lado, el deporte comprende una situación motriz a veces institucionalizada, regulada por un reglamento y que pretende la consecución de unos objetivos deportivos concretos que implican técnica, táctica, destrezas y azar (Bryant et al., 2015; Castro-Sánchez et al., 2016).

Actualmente existe un número elevado de disciplinas

deportivas, las cuales pueden clasificarse según Parlebás (2003) en deportes individuales y colectivos. Los deportes individuales hacen referencia a una situación deportiva en la que el deportista debe cumplir unos objetivos superándose a sí mismo o a otros contrincantes en términos de distancia, tiempo, etc. Por otro lado, los deportes colectivos son aquellos en los que para lograr los objetivos deportivos se requieren de varios deportistas que deben colaborar para superarse a sí mismos o bien a otro conjunto o equipo (Elías & Dunning, 2015; Zurita et al., 2016). Dentro de estas modalidades han surgido varias clasificaciones según la participación de los jugadores, distinguiéndose las disciplinas de cooperación o de adversario. Estas últimas pueden clasificarse en deportes con y sin contacto (Elías & Dunning, 2015; Parlebás, 2003).

Considerando los factores cognitivos implicados en la adultez joven, junto con las consecuencias negativas derivadas de comportamientos adictivo-patológicos y la importancia de seguir un estilo de vida saludable, resulta imprescindible estudiar algunos de los procesos cognitivos que operan en esta etapa. El autoconcepto es entendido por la psicología moderna como una imagen mental, compuesta por diferentes factores, de lo que un individuo piensa de sí mismo (Platow, Mavor, & Grace, 2012). Según el modelo propuesto por García & Musitu (1999) a partir del trabajo Shavelson, Hubner, & Stanton (1976), este constructo comprende cinco dimensiones -social, emocional, física, familiar y académica-, pretendiendo aportar una visión más aproximada de todas las realidades cotidianas.

Múltiples autores han estudiado en los últimos años las relaciones existentes entre la práctica físico-deportiva y el autoconcepto, tanto en la etapa adolescente como adulta. En un estudio realizado en estudiantes universitarios, Lemoyne, Valois, & Guay (2015) muestran la existencia de una relación positiva entre el autoconcepto de los jóvenes y el nivel de práctica de AF, destacando la importancia de desarrollar programas de intervención destinados a la mejora del autoconcepto con el fin de promocionar estilos de vida saludables. En una línea similar, Serpa, Castillo, Gama, & Giménez realizan un estudio en jóvenes universitarios sobre la relación existente la práctica de AF y la imagen corporal -la cual guarda una estrecha relación con el autoconcepto físico y general-, concretando como los sujetos más activos poseen una composición corporal más saludable y se sienten más satisfechos con su imagen corporal.

Se puede observar una línea similar al analizar los estudios de Murgui, García y García (2016) o Babic et al. (2014). En el primero se pudo observar como diversas habilidades motoras, como la psicomotriz o la segmentaria óculo-manual guardaban una relación positiva con varias dimensiones del autoconcepto, tales como la académica, la emocional o la física, mostrando esta última una fuerte correlación con todas las habilidades analizadas. En este sentido, parece evidente que el nivel de AF y el tipo de deporte practicado actúen como mediadores en el desarrollo del autoconcepto, y en especial en su dimensión física tal y como demuestra la investigación desarrollada por Babic et al. (2014). Considerando estas premisas, Sibley & Bergman (2016) hacen especial énfasis en la importancia de promocionar factores motivacionales hacia la práctica de AF que permitan crear

adherencia hacia la misma en el contextos universitario, y por consiguiente, mejorar su salud física y mental. De hecho, demuestran como las metas de los contenidos de Educación Física (EF) y el tipo de motivación trabajada actuaban como predictores de la condición física.

En base a lo expuesto, este estudio persigue como principales objetivos describir y analizar las relaciones entre la frecuencia de práctica de AF, el tipo de deporte practicado y los niveles de autoconcepto en una muestra de estudiantes universitarios que cursan la mención en EF del Grado en Educación Primaria en la comunidad autónoma andaluza.

Material y método

Diseño y participantes

Se realizó un estudio no experimental, ex post-facto, de carácter descriptivo y medición única en un único grupo. La muestra estuvo compuesta por 775 estudiantes universitarios de las ocho provincias que componen Andalucía (España), con una representación por sexo del 58,7% (n=455) de varones y del 41,3% (n=320) de mujeres y una edad comprendida entre los 21 y 35 años (22,22±3,76). Como criterio de selección de la muestra se consideró cursar la Mención de EF en el Grado de Educación Primaria en cualquier de las ocho provincias que componen Andalucía. De un total de 1167 estudiantes matriculados para el curso académico 2016/2017 (datos provistos por la secretaría de las diferentes universidades), se estableció una muestra representativa de 775 estudiantes universitarios (error muestral de .05; IC = 95,5%) usando técnicas de muestreo aleatorio estratificado.

Instrumentos

Autoconcepto. Cuestionario Autoconcepto Forma-5 (AF-5). Este instrumento fue elaborado por García & Musitu (1999), el cual se fundamenta en el modelo teórico de Shavelson et al. (1976) y ha sido validado en diversos contextos y etapas en España (García, Musitu, & Veiga, 2006; García, Musitu, Riquelme, & Riquelme, 2011). Se compone de 30 ítems (p.e. «1. Hago bien los trabajos académicos») que se puntúan mediante una escala tipo Likert de 5 opciones, donde 1 es «Nunca» y 5 es «Siempre». El autoconcepto queda agrupado en cinco dimensiones según este instrumento, las cuales son: autoconcepto académico (ítems 1, 6, 11, 16, 21 y 26), autoconcepto social (ítems 2, 7, 12, 17, 22 y 27), autoconcepto emocional (ítems 3, 8, 13, 18, 23 y 28), autoconcepto familiar (ítems 4, 9, 14, 19, 24 y 29) y autoconcepto físico (ítems 5, 10, 15, 20, 25 y 30). En el estudio de García y Musitu (1999) se estableció una fiabilidad (determinada mediante el coeficiente alfa de Cronbach) de $\alpha = .810$, valor similar al detectado en este trabajo de investigación ($\alpha = .864$).

Práctica de AF. Se utilizó el «Physical Activity Questionnaire for Adolescents» (PAQ-A), el cual fue validado por Kowalski, Crocker, & Donen (2004) y validado al castellano por Martínez-Gómez et al. (2009). Concretamente, la validez de este instrumento ha sido contrastada a través de acelerometría tal y como demuestra Rodríguez-Muñoz, Corella, Abarca-Sos, & Zaragoza (2017). Este instrumento evalúa la práctica de AF que fue realizada en los últimos siete días por los participantes, a partir de 10 ítems (p.e. «1. ¿Has

hecho alguna de estas actividades en los últimos 7 días?) que son evaluados mediante una escala tipo Likert de seis opciones (0 = Nunca; 5 = Siempre). Posteriormente se realiza una sumatoria que permite conocer el nivel de práctica de AF de los sujetos. Para este instrumento se obtuvo una consistencia interna de $\alpha = 0.803$, la cual fue aceptable.

Tipo de práctica deportiva y aspectos sociodemográficos. Se elaboró un cuestionario Ad Hoc para el registro de las variables de tipo sociodemográfico (sexo y edad), así como el tipo de práctica deportiva realizada siguiendo la clasificación dada por Parlebás (2003). Se considera (1 = No practica; 2 = Deporte Individual Sin Contacto; 3 = Deporte Individual Con Contacto; 4 = Deporte Colectivo Sin Contacto; 5 = Deporte Colectivo Con Contacto).

Procedimiento

En primer lugar, se procedió a solicitar la colaboración de los participantes a través de una carta informativa elaborada desde el Área de Corporal de la Universidad de Granada, y facilitada a los estudiantes universitarios que cursaban la Mención de EF en el Grado de Educación Primaria en las ocho provincias andaluzas a través del cuerpo docente de los departamentos de Didáctica de la Expresión Musical, Plástica y Corporal y EF y Deportiva de las diferentes universidades. En esta se detallaba la naturaleza y objetivos del estudio a realizar, además de solicitar su consentimiento informado para participar en esta investigación.

Posteriormente se realizó la recogida de datos. Un total 839 estudiantes universitarios tomaron parte en el estudio, teniendo que invalidar 64 cuestionarios por encontrarse mal cumplimentados; configurando una muestra final de 775 participantes. La aplicación de los instrumentos se realizó en horario lectivo en los diferentes centros universitarios de las ocho provincias andaluzas sin que ocurriese ningún tipo de incidencia. Asimismo, los investigadores estuvieron presentes con el fin de asegurar una correcta aplicación de los instrumentos.

Se aseguró el anonimato a todos los estudiantes, los cuales participaron de manera voluntaria y respetando el acuerdo sobre ética de Investigación de Helsinki. El Comité Ético de Investigación de la Universidad de Granada aprobó este estudio.

Análisis de datos

El análisis estadístico se ha realizado a través del software IBM SPSS® 22.0. Para los descriptivos básicos se emplearon frecuencias y medias, mientras que para el estudio de relaciones entre variables se ha utilizado T de Student, ANOVA de un factor y correlaciones bivariadas de Pearson, dependiendo de la naturaleza de las variables. La normalidad de los datos se realizó mediante el test de Kolmogorov-Smirnov, utilizando la corrección de Lillieforts y la homocedasticidad a través del test de Levene. La fiabilidad interna de los instrumentos empleados fue valorada mediante el coeficiente alfa de Cronbach, fijando el Índice de Confiabilidad en el 95,5%.

Resultados

La Tabla 1 muestra los niveles de práctica físico-deporti-

va de los estudiantes universitarios que cursan la mención en EF en el Grado de Educación Primaria en Andalucía. En relación al tipo de práctica, se observa que los deportes más comunes en los varones son los colectivos con contacto e individuales sin contacto, con un 47,7% (n=217) y un 38,0% (n=173) respectivamente. En las mujeres el tipo práctica más común son los deportes individuales sin contacto, con un 47,8% (n=153), obteniéndose un valor similar en el resto de las categorías. La inactividad física es más común en las mujeres, con un 3,8% (n=12) frente a un 1,3% (n=6) en los varones.

La Tabla 2 refleja el autoconcepto de la muestra de estudio según su sexo, obteniéndose diferencias estadísticamente significativas ($p = 0,000$). Se muestra que el autoconcepto general es más elevado en los varones ($3,94 \pm 0,39$ vs. $3,80 \pm 0,40$), así como su dimensión emocional ($3,42 \pm 0,74$ vs. $3,03 \pm 0,77$), familiar ($4,53 \pm 0,51$ vs. $4,47 \pm 0,67$) y física ($3,91 \pm 0,58$ vs. $3,58 \pm 0,63$). El autoconcepto académico es más elevado en las mujeres ($3,82 \pm 0,47$ vs. $3,71 \pm 0,55$).

A continuación, se estudian los niveles de autoconcepto según el tipo de deporte que practica la muestra (Tabla 3), obteniéndose diferencias estadísticamente significativas para todas las dimensiones excepto para la académica. Atendiendo al autoconcepto general ($p = 0,000$), poseen mayores niveles de autoconcepto aquellos estudiantes que practican deportes colectivos sin contacto ($3,95 \pm 0,35$) y con contacto ($3,95 \pm 0,40$), dándose la menor puntuación para aquellos que practican deportes individuales con contacto ($3,76 \pm 0,46$). En relación al autoconcepto social ($p = 0,000$), las diferencias estadísticamente significativas se observan en los participantes que practicaban deportes colectivos sin contacto ($4,27 \pm 0,55$) y colectivos con contacto ($4,19 \pm 0,62$) con respecto a los estudiantes que practicaban deportes individuales con contacto que obtuvieron la menor puntuación media para esta dimensión ($3,93 \pm 0,76$). Se observa una tendencia similar en la dimensión familiar del autoconcepto ($p = 0,007$), obteniendo los mayores valores medios los sujetos que practican deportes colectivos sin contacto ($4,65 \pm 0,37$) y se obtiene la menor puntuación en los deportes individuales con contacto ($4,36 \pm 0,79$). Para la dimensión emocional ($p = 0,002$) son los estudiantes universitarios que practican deportes colectivos con contacto los que reflejan las mayores puntuaciones ($3,41 \pm 0,73$), obteniéndose la menor para los deportes individuales con contacto ($3,09 \pm 0,77$). Finalmente, se halló que el mayor autoconcepto físico ($p = 0,002$) se daba en los jóvenes que practicaban deportes colectivos con contacto ($3,92 \pm 0,58$), observándose diferencias estadísticamente significativas con los sujetos que practicaban deportes individuales sin contacto ($3,71 \pm 0,61$). Señalar que se observa la menor puntuación en los participantes que no practicaban ningún deporte ($3,50 \pm 0,49$).

La Tabla 4 revela los niveles de práctica de AF en base al tipo de deporte practicado, mostrando diferencias estadísticamente significativas ($p = 0,000$) entre los no practicantes con los que realizan algún deporte, así como entre los que practican deportes colectivos sin contacto con los practicantes de deportes individuales con contacto y colectivos con contacto. De este modo, se muestra que aquellos estudiantes que practican deportes individuales con contacto son los que realizan esta AF con mayor frecuencia

Tabla 1.

Autoconcepción y práctica deportiva de la muestra				
		Hombre	Mujer	Sig.
Deporte	No practica	1,3% (n=6)	3,8% (n=12)	
	Individual SC	38,0% (n=173)	47,8% (n=153)	
	Individual CC	5,5% (n=25)	14,7% (n=47)	0,000
	Colectivo SC	7,5% (n=34)	17,5% (n=56)	
	Colectivo CC	47,7% (n=217)	16,2% (n=52)	

Tabla 2.

Autoconcepción de la muestra										
Autoconcepción	Hombre	Mujer	Test de Levene		Prueba T		I.C. (95%)		F	Sig.
			F	Sig.	T	Sig.	Inferior	Superior		
AA	3,71±0,55	3,82±0,47	5,349	0,021	-2,802	0,005	-0,18	-0,03		
AS	4,12±0,58	4,10±0,67	2,423	0,120	0,652	0,514	-0,05	0,11		
AE	3,42±0,74	3,03±0,77	0,750	0,387	6,943	0,000	0,27	0,49		
AFA	4,53±0,51	4,47±0,67	11,083	0,001	1,391	0,165	-0,02	0,14		
AFI	3,91±0,56	3,58±0,63	3,157	0,076	7,620	0,000	0,24	0,41		
AG	3,94±0,39	3,80±0,40	1,283	0,258	4,808	0,000	0,00	0,19		

Nota 1: AA, Autoconcepción Académico; AS, Autoconcepción Social; AE, Autoconcepción Emocional; AFA, Autoconcepción Familiar; AFI, Autoconcepción Físico; AG, Autoconcepción General.

Nota 2: I.C., Intervalo de Confianza

Tabla 3.

Autoconcepción según tipo de práctica deportiva									
	N	M	DT	I.C. (95%)		F	Sig.		
				Inferior	Superior				
AA	No practica	18	3,84	0,54	3,56	4,11			
	Individual SC	326	3,75	0,47	3,70	3,80			
	Individual CC	72	3,76	0,50	3,64	3,87	2,184	0,069	
	Colectivo SC	90	3,89*	0,50	3,79	4,00			
	Colectivo CC	269	3,71*	0,57	3,64	3,78			
AS	No practica	18	4,14	0,63	3,83	4,46			
	Individual SC	326	4,05	0,58	3,98	4,11			
	Individual CC	72	3,93*	0,76	3,75	4,10	5,104	0,000	
	Colectivo SC	90	4,27*	0,55	4,15	4,38			
	Colectivo CC	269	4,19*	0,62	4,12	4,27			
AE	No practica	18	3,24	0,88	2,80	3,68			
	Individual SC	326	3,18	0,80	3,09	3,27			
	Individual CC	72	3,09*	0,77	2,90	3,27	4,365	0,002	
	Colectivo SC	90	3,23*	0,72	3,08	3,39			
	Colectivo CC	269	3,41*	0,73	3,32	3,50			
AFA	No practica	18	4,64	0,54	4,37	4,91			
	Individual SC	326	4,47	0,63	4,40	4,53			
	Individual CC	72	4,36*	0,79	4,17	4,54	3,545	0,007	
	Colectivo SC	90	4,65*	0,37	4,58	4,73			
	Colectivo CC	269	4,54	0,51	4,48	4,61			
AFI	No practica	18	3,50	0,49	3,26	3,75			
	Individual SC	326	3,71*	0,61	3,64	3,77			
	Individual CC	72	3,70	0,70	3,53	3,86	6,021	0,000	
	Colectivo SC	90	3,71	0,62	3,58	3,84			
	Colectivo CC	269	3,92*	0,58	3,85	3,99			
AG	No practica	18	3,87	0,45	3,65	4,10			
	Individual SC	326	3,83	0,38	3,79	3,87			
	Individual CC	72	3,76*	0,46	3,66	3,87	5,832	0,000	
	Colectivo SC	90	3,95*	0,35	3,88	4,03			
	Colectivo CC	269	3,95*	0,40	3,91	4,00			

Nota 1: AA, Autoconcepción Académico; AS, Autoconcepción Social; AE, Autoconcepción Emocional; AFA, Autoconcepción Familiar; AFI, Autoconcepción Físico; AG, Autoconcepción General.

Nota 2: I.C., Intervalo de Confianza.

Nota 3: *, Bonferroni para diferencias entre grupos.

Tabla 4.

Nivel de AF según tipo de práctica deportiva							
	N	M	DT	I.C. (95%)		F	Sig.
				Inferior	Superior		
No practica	18	2,19*	0,50	1,93	2,44		
Individual SC	326	3,02*	0,64	2,95	3,09		
Individual CC	72	3,16*	0,52	3,04	3,28	12,435	0,000
Colectivo SC	90	2,84*	0,53	2,73	2,96		
Colectivo CC	269	3,09*	0,58	3,02	3,16		

Nota 1: I.C., Intervalo de Confianza.

Nota 2: *, Bonferroni para diferencias entre grupos.

Tabla 5.

Asociación entre autoconcepción y nivel de práctica de AF					
	AS	AE	AFA	AFI	PAQ
AA	H (0,406**)	H (0,052)	H (0,368**)	H (0,382**)	H (0,106**)
	M (0,338**)	M (0,023)	M (0,200**)	M (0,476**)	M (0,138**)
AS	H (0,406**)	H (0,377**)	H (0,399**)	H (0,169**)	
	M (0,235**)	M (0,239**)	M (0,305**)	M (0,065)	
AE	H (0,303**)	H (0,105*)	H (0,006)		
	M (0,243**)	M (0,136*)	M (0,011)		
AFA	H (0,263**)	H (-0,012)			
	M (0,247**)	M (-0,075)			
AFI	H (0,279**)				
	M (0,319**)				

H = Hombre, M = Mujer

Nota 1: AA, Autoconcepción Académico; AS, Autoconcepción Social; AE, Autoconcepción Emocional; AFA, Autoconcepción Familiar; AFI, Autoconcepción Físico; AG, Autoconcepción General.

Nota 2: **, La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral).

Nota 3: *, La correlación es significativa al nivel 0,05 (bilateral).

(3,16±0,52), seguidos de los deportes colectivos con contacto (3,09±0,58). Aquellos participantes que reflejan una menor frecuencia de práctica de AF fueron los no practicantes (2,19±0,50), seguidos de los jóvenes que realizaban algún deporte colectivo sin contacto (2,84±0,53).

Finalmente se realizan correlaciones bivariadas entre las diferentes dimensiones del autoconcepción y el nivel de prác-

tica de AF según el sexo (Tabla 5). En este sentido, la práctica de AF estuvo positivamente relacionada con el autoconcepción académico mostrando una mayor fortaleza en las mujeres ($r = 0,106$ vs. $r = 0,138$), mientras que para el autoconcepción social solo se encontró una relación positiva y significativa en varones ($r = 0,169$ vs. $r = 0,065$). También se muestra una correlación más elevada en mujeres para la relación entre práctica de AF y autoconcepción físico ($r = 0,279$ vs. $r = 0,319$), sin encontrar significatividad para el autoconcepción emocional y familiar. También señalar que todas las dimensiones del autoconcepción estuvieron positivamente relacionadas entre ellas con el mismo nivel de significatividad en ambos sexos, excepto la relación entre autoconcepción académico y emocional.

Discusión

El presente estudio pretende definir el tipo de práctica físico-deportiva y su relación con el autoconcepción en una muestra representativa a nivel andaluz de estudiantes universitarios que cursan la mención de EF del Grado en Educación Primaria. Estos objetivos radican en el interés de estudiar los procesos cognitivos que operan en la práctica deportiva con el fin de lograr que esta se prolongue en el tiempo de forma saludable y se mejoren los resultados deportivos, además de promover una práctica multidisciplinar que permita desarrollar equilibradamente las diferentes dimensiones del autoconcepción. En este sentido, algunos estudios que muestran una línea similar son los realizados por Babic et al., (2014), Lemoyne et al. (2015), Murgui et al. (2016) o Serpa et al. (2017).

Se reveló que los deportes más practicados en los varones eran los colectivos con contacto e individuales sin contacto. En las mujeres el tipo práctica más común son los deportes individuales sin contacto, siendo los niveles de inactividad física más altos en las mujeres. Justificando estos resultados, Eime et al. (2015) y Bryant et al. (2015) atribuyen la elección de ciertas disciplinas deportivas a los factores motivacionales que operan en la práctica físico-deportiva según el sexo. En el caso de los varones resulta común la práctica de deportes colectivos con contacto, ya que buscan tanto motivaciones intrínsecas como extrínsecas, principalmente asociadas tanto a motivos hedonistas como de competición, además de otros de tipo social (Eime et al., 2015). Por el contrario, las mujeres suelen practicar deporte por motivaciones más extrínsecas como es la mejora de la salud y el cuidado de la imagen corporal, los cuales se pueden lograr a través de deportes individuales como el atletismo, running o el fitness (Amado, Sánchez-Miguel, Leo, Sánchez-Olivía, & García-Calvo, 2014; Eime et al., 2015).

El autoconcepción general fué más elevado en los varones, así como sus dimensiones emocional, familiar y física. Únicamente la dimensión académica del autoconcepción fue más elevada en las mujeres. Estos resultados son similares a los obtenidos por otros estudios excepto en la dimensión emocional y familiar, las cuales suelen ser más elevadas en las mujeres debido a factores sociales, afectivos y contextuales (Babic et al., 2014; Guedea, Solano, Blanco, Ceballos, & Zueck, 2017). Atendiendo a los niveles de autoconcepción en base al tipo de deporte practicado, los jóvenes que poseían

un mayor autoconcepto general eran los que practicaban deportes colectivos sin contacto, dándose la menor puntuación para aquellos que practican deportes individuales con contacto. Dado que se estudia el modelo multidimensional del autoconcepto –el cual depende de dimensiones sociales, emocionales o familiares entre otras– (García & Musitu, 1999) y no el modelo de autoconcepto físico exclusivamente –asociado a hábitos saludables, atractivo físico, etc.–, parece lógico que aquellos jóvenes que practican deportes colectivos posean un mayor autoconcepto general, ya que el componente social y la regulación emocional son inherentes a este tipo de modalidad, siendo su desarrollo más débil en los deportes individuales (Amado et al., 2014; González-Calvo, & Fernández-Río, 2017; Guedea et al., 2017).

Apoyando las premisas anteriores y en relación a los hallazgos dados para la dimensión social del autoconcepto, los universitarios que practicaban deportes colectivos sin contacto obtuvieron las puntuaciones más elevadas, dándose el menor valor medio para los deportes individuales con contacto. Asimismo, se observa la misma tendencia en la dimensión familiar del autoconcepto. Los deportes colectivos llevan implícita la necesidad de cooperación para el logro de fines comunes (Parlebás, 2003), lo que permite la concreción de relaciones socio-afectivas entre los miembros de un mismo equipo. Además, esta práctica ayuda a regular de forma más eficaz situaciones estresantes, miedo o ansiedad (Elías & Dunning, 2015; Wagstaff, 2014). Tal y como sucede con el autoconcepto general, la práctica de deportes colectivos permite a los jóvenes desarrollar tanto la dimensión social como familiar del autoconcepto. De hecho, se ha demostrado que la práctica físico-deportiva familiar también puede influenciar en los hábitos deportivos de los hijos (Lavielle-Sotomayor, Pineda-Aquino, Jáuregui-Jiménez, & Castillo-Trejo, 2014).

El autoconcepto físico fue más elevado en los jóvenes que practican deportes colectivos con contacto, reflejando la menor puntuación en los no practicantes. Se observó una tendencia similar a las dimensiones restantes, asociándose los mayores valores medios a los deportes colectivos por motivos de socialización, mejor regulación emocional, apoyo en situaciones adversas y refuerzo entre pares (Dorsch, Smith, & Dotterer, 2016; Wagstaff, 2014). No obstante, la dimensión física y emocional fueron más elevadas en los deportes colectivos con contacto, mientras que el resto lo hace para las disciplinas sin contacto. Autores como Babic et al. (2014) y Méndez-Giménez, Fernández-Río, & Cecchini-Estrada (2013) atribuyen estas premisas a aquellos aspectos que integran el autoconcepto físico, muchos de los cuales se relacionan con metas de logro asociadas al clima ego y al ámbito competitivo, y que están más presentes en las disciplinas de contacto (Van de Pol, Kavussanu, & Ring, 2012). Entre estas se destaca cuidarse físicamente, tener un rol importante tanto para el equipo como para el entrenador o considerarse una persona atractiva (García & Musitu, 1999; Vand de Pol et al., 2012).

En relación al nivel de práctica de AF, los estudiantes que practican deportes individuales con contacto eran los que mostraban la mayor frecuencia, dándose la menor en los realizaban algún deporte colectivo sin contacto. Esto puede asociarse tanto a las características propias de la modalidad

–un deporte colectivo necesita de varios jugadores, mientras que un deporte individual puede practicarse sin la necesidad de otros participantes– (Elías & Dunning, 2015), como por aspectos motivacionales, ya que las modalidades individuales suelen asociarse en mayor medida a motivaciones extrínsecas vinculadas al rendimiento y que requieren una mayor frecuencia de práctica (Jöesaar, Hein, & Hagger, 2012). Asimismo, se ha revelado que practicar más AF se asociaba a poseer un mayor autoconcepto físico, social y académico, ya que las situaciones implicadas en la práctica de AF y deporte permiten la mejora de la composición corporal y el atractivo (González-Calvo & Fernández-Fío, 2017), la configuración de relaciones socio-afectivas (Lemoyne et al., 2015), la disminución del estrés y la mejora del rendimiento académico (Singh, Uijtdewilligen, Twisk, Van Mechelen, & Chinapaw, 2012).

Considerando la relación entre práctica de AF y el autoconcepto según el sexo, se pudo observar que la relación entre autoconcepto social y AF solo se producía en los varones, lo cual podría ser justificado por las motivaciones que se adhieren a esta práctica de AF. De hecho, Castro-Sánchez et al. (2019) y Franco, Coterón, Gómez, & Laura de Franza (2017) establecen que en los hombres priman altos niveles de motivación intrínseca, la cual podría vincularse a los procesos socializadores y lúdicos del deporte. Por el contrario, en las mujeres están más presentes motivaciones de orientación intrínseca, como es el cuidado de la salud o el atractivo (Franco et al., 2017). También se pudo observar una mayor fortaleza de correlación en las mujeres para la relación entre AF y autoconcepto físico, lo cual podría deberse a un mayor desarrollo de sus componentes en los hombres, tales como la condición física, la habilidad física o la fuerza (Álvarez, Cuevas, Lara, & González, 2015). Asimismo, el sexo femenino otorga una mayor relevancia al atractivo físico, el cual se incrementaría al presentar mayores niveles de AF (Reigal, Videra, Parra, & Juárez, 2012). Por último, señalar que la relación entre autoconcepto académico y AF fue ligeramente más elevada en las mujeres, pues según establece Zurita, Castro, Álvaro, Rodríguez, & Pérez (2016), ellas suelen presentar un mayor desempeño académico de tal forma que mayores niveles de AF disminuirían elementos negativos que operarían contra el autoconcepto académico, tales como el estrés y ansiedad académica (Redondo-Garrido, Gómez-Carmona, Bastida-Castillo, Mancha-Triguero, & Gamonal-Puerto, 2019).

Resulta de interés conocer algunas de las principales limitaciones que presenta este estudio. La primera de ellas reside en el diseño, el cual es de tipo descriptivo y corte transversal, el cual no permite determinar conclusiones causa-efecto; lo que sí permitirá un estudio longitudinal. Otra limitación de este estudio reside en las variables empleadas en el mismo, las cuales no comprenden algunos factores psicológicos imprescindibles para conocer las motivaciones implicadas en la práctica deportiva. Como perspectivas futuras, resultaría de interés realizar un estudio longitudinal que incluyese estudiantes universitarios de otras comunidades autónomas que permitiese una mejor visión del tipo de práctica físico-deportiva en esta etapa, incluyendo otros factores psicosociales de relevancia para el deporte como es el clima motivacional hacia el deporte, la satisfacción con la

vida o los niveles de autoestima.

Finalmente, cabe señalar como principales conclusiones que los deportes más practicados en los varones son los colectivos con contacto, mientras que las mujeres optan por los individuales sin contacto. El autoconcepto general es más elevado en los varones, así como sus dimensiones emocional, familiar y física. Asimismo, los jóvenes que poseen un mayor autoconcepto general son los que practican deportes colectivos sin contacto. En relación al autoconcepto social, se observó que los participantes que practicaban deportes colectivos sin contacto obtenían las puntuaciones más elevadas, dándose la misma tendencia en la dimensión familiar del autoconcepto. Para la dimensión emocional y física son los estudiantes que practican deportes colectivos con contacto los que reflejan las mayores puntuaciones. En relación al nivel de práctica de AF, se ha demostrado que aquellos estudiantes que practican deportes individuales con contacto son los que muestran la mayor frecuencia. Asimismo, poseer un mayor autoconcepto físico, social y académico se asociaba a mayores niveles de práctica de AF. Se concluye que el tipo de práctica deportiva se asocia a factores psicológicos diferenciados en los practicantes, destacando la importancia de desempeñar una práctica multidisciplinar que permita desarrollar equilibradamente las diferentes dimensiones del autoconcepto.

Referencias

- Álvarez, L., Cuevas, R., Lara, A., & González, J. (2015). Diferencias del autoconcepto físico en practicantes y no practicantes de actividad física en estudiantes universitarios. *Cuadernos de Psicología del deporte*, 15(2), 27-34.
- Amado, D., Sánchez-Miguel, P.A., Leo, F.M., Sánchez-Olivia, D., & García-Calvo, T. (2014). Diferencias de género en la motivación y percepción de utilidad del deporte escolar. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 14(56), 651-664.
- Babic, M.J., Morgan, P.J., Plotnikoff, R.C., Lonsdale, C., White, R.L., ..., & Lubans, D.R. (2014). Physical activity and physical self-concept in youth: systematic review and meta-analysis. *Sports Medicine*, 44(11), 1589-1601. doi: 10.1007/s40279-014-0229-z.
- Bryant, A., Bolton, N., & Fleming, S. (2015). Extracurricular sport and physical activity in Welsh secondary schools: Leisure lifestyles and Young people. *Journal of Physical Education and Sports Management*, 2(2), 1-17. doi: 10.15640/jpsm.
- Castro-Sánchez, M., Zurita-Ortega, F., Martínez-Martínez, A., Chacón-Cuberos, R., & Espejo-Garcés, T. (2016). Motivational climate of adolescents and their relationship to gender, physical activity, sport, federated sport and physical activity family. *RICYDE*, 12(45), 262-277. doi: 10.5232/ricyde2016.04504.
- Castro-Sánchez, M., Zurita-Ortega, F., Zafra-Santos, E., Rodríguez-Fernández, S., Chacón-Cuberos, R., & Valdivia-Moral, P. (2019) Motivación en la práctica del judo en deportistas no profesionales. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 19(74), 243-258. doi: 10.15366/rimcafd2019.74.005.
- Chacón, R., Zurita, F., Castro, M., Espejo, T., Martínez, A., & Pérez, A.J. (2017). Clima motivacional hacia el deporte y su relación con hábitos de ocio digital sedentario en estudiantes universitarios. *Saude e Sociedade*, 26(1), 29-39. doi: 10.1590/S0104-12902017166561.
- Dorsch, T.E., Smith, A.L., & Dotterer, A.M. (2016). Individual, relationship, and context factors associated with parent support and pressure in organized youth sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 23, 132-141. doi: 10.1016/j.psychsport.2015.12.003.
- Eime, R., Casey, M., Harvey, J., Sawyer, N., Symons, C., & Payne, W. (2015). Socioecological factors potentially associated with participation in physical activity and sport: A longitudinal study of adolescent girls. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 18, 684-690. doi: 10.1016/j.jsams.2014.09.012.
- Elías, N. & Dunning, E. (2015). *Deporte y ocio en el proceso de la civilización*. Fondo de Cultura Económica.
- Franco, E., Coterón, J., Gómez, V., & Laura de Franza, A. (2017). Relación entre motivación, actividad física realizada en el tiempo libre y la intención futura de práctica de actividad física. Estudio comparativo entre adolescentes argentinos y españoles. *SPORT TK-Revista EuroAmericana de Ciencias del Deporte*, 6(1), 25-34. doi: 10.6018/280371.
- García, F. & Musitu, G. (1999). *AF5: Autoconcepto Forma 5*. Madrid: TEA Ediciones.
- García, J.F., Musitu, G., Riquelme, E., & Riquelme, P. (2011). A confirmatory factor analysis of the «Autoconcepto Forma 5» Questionnaire in young adults from Spain and Chile. *The Spanish Journal of Psychology*, 14(2), 648-658. doi: 10.5209/rev_SJOP.2011.v14.n2.13
- García, J. F., Musitu, G., & Veiga, F. (2006). Autoconcepto en adultos de España y Portugal. *Psicothema*, 18(3), 551-556.
- González-Calvo, G. & Fernández-Fío, F. (2017). Perspectiva cualitativa y cuantitativa del autoconcepto físico y la imagen corporal de los diferentes profesionales de la actividad física del deporte. *Revista de Psicología del Deporte*, 26(2), 105-111.
- Gudea, J.C., Solano, N., Blanco, J.R., Ceballos, O., & Zueck, M.C. (2017). Autoconcepto físico, género y cuidado de la salud en universitarios mexicanos. *Revista de Psicología del Deporte*, 26(Supl 2), 51-59.
- Jöesaar, H., Hein, V., & Hagger, M.S. (2012). Youth athletes' perception of autonomy support from the coach, peer motivational climate and intrinsic motivation in sport setting: One-year effects. *Psychology of Sport and Exercise*, 13(3), 257-262. doi: 10.1016/j.psychsport.2011.12.001.
- Kowalski, K.C., Crocker, P.R., & Donen, R.M. (2004). The physical activity questionnaire for older children (PAQ-C) and adolescents (PAQ-A) manual (2004). *College of Kinesiology, University of Saskatchewan*, 87(1), 1-38.
- Lavielle-Sotomayor, P., Pineda-Aquino, V., Jáuregui-Jiménez, O., & Castillo-Trejo, M. (2014). Determinantes sociodemográficos, familiares y su impacto en la salud del adolescente. *Journal of Public Health*, 16(2), 161-172.
- Lemoyne, J., Valois, P., & Guay, F. (2015). Physical self-concept and participation in physical activity in college students. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 47(1),

- 142-150. doi: 10.1249/MSS.0000000000378.
- Lepp, A., Barkley, J., & Karpinski, A. (2014). The relationship between cell phone use, academic performance, anxiety, and Satisfaction with Life in college students. *Computers in Human Behavior, 31*, 343-350. doi: 10.1016/j.chb.2013.10.049.
- Martínez-Gómez, D., Martínez-de-Haro, V., Pozo, T., Welk, G. J., Villagra, A., Calle, M. E., ... & Veiga, O. L. (2009). Fiabilidad y validez del cuestionario de actividad física PAQ-A en adolescentes españoles. *Revista Española de Salud Pública, 83*, 427-439.
- Méndez-Giménez, A., Fernández-Río, J., & Cecchini-Estrada, J.A. (2013). Papel importante del alumnado, necesidades psicológicas básicas, regulaciones motivacionales y autoconcepto físico en educación física. *Cuadernos de Psicología del Deporte, 13*(1), 71-82.
- Murgui, S., García, C., & García, A. (2016). Efecto de la práctica deportiva en la relación entre las habilidades motoras, el autoconcepto físico y el autoconcepto multidimensional. *Revista de Psicología del Deporte, 25*(1), 19-25.
- Muros, J., Cofre-Bolados, C., Salvador-Pérez, S., Castro-Sánchez, M., Valdivia-Moral, P., & Pérez-Cortés, A. (2016). Relación entre nivel de actividad física y composición corporal en escolares de Santiago (Chile). *Journal of Sport & Health Research, 8*(1), 65-74.
- Ng, N., Fleming, T., Robinson, M., Thomson, B., Graetz, N., Margono, C. ..., & Abraham, J.P. (2014). Global, regional, and national prevalence of overweight and obesity in children and adults during 1980-2013: a systematic analysis of the Global Burden of Disease Study 2013. *The Lancet, 384*(9945), 766-781. doi: 10.1016/S0140-6736(14)60460-8.
- Organización Mundial de la Salud (2017). Recomendaciones mundiales sobre la actividad física para la salud. Recuperado de la World Wide Web el 28 de agosto de 2017: http://www.who.int/dietphysicalactivity/factsheet_recommendations/es/
- Parlebas, P. (2003). *Elementos de sociología del deporte*. Málaga: Unisport.
- Platow, M.J., Mavor, K.I., & Grace, D.M. (2012). On the role of discipline-related self-concept in Deep and Surface approaches to learning among university students. *Instructional Science, 41*(2), 271-285. doi: 10.1007/s11251-012-9227-4.
- Plotnikoff, R.C., Costigan, S.A., Williams, R.L., Hutchesson, M.J., Kennedy, S.G., Robards, S.L., ... & Germov, J. (2015). Effectiveness of interventions targeting physical activity, nutrition and healthy weight for university and college students: a systematic review and meta-analysis. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity, 12*(1), 45-55. doi: 10.1186/s12966-015-0203-7.
- Redondo-Garrido, M.A., Gómez-Carmona, C.D., Bastida-Castillo, A., Mancha-Triguero, D., & Gamonal-Puerto, J.M. (2019). Are there differences in the emotions perceived by secondary education students because of sex and academic year in body expression sessions? *ESHPA - Education, Sport, Health and Physical Activity, 3*(1), 15-28. doi: <http://hdl.handle.net/10481/53212>
- Regehr, C., Glancy, D., & Pitts, A. (2013). Interventions to reduce stress in university students: A review and meta-analysis. *Journal of Affective Disorders, 148*(1), 1-11. doi: 10.1016/j.jad.2012.11.026.
- Reigal, R., Viderra, A., Parra, J.L., & Juárez, R. (2012). Actividad físico deportiva, autoconcepto físico y bienestar psicológico en la adolescencia. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación, (22)*, 19-23.
- Rodríguez-Muñoz, S., Corella, C., Abarca-Sos, A., & Zaragoza, J. (2017). Validation of three short physical activity questionnaires with accelerometers among university students in Spain. *Journal of Sports Medicine and Physical Fitness, 57*(12), 1660-1668. doi: 10.23736/S0022-4707.17.06665-8.
- Serpa, J.C., Castillo, E., Gama, A.P., & Giménez, F.J. (2017). Relación entre actividad física, composición corporal e imagen corporal en estudiantes universitarios. *Sport TK, 6*(2), 39-48.
- Shavelson, J., Hubner, J. J., & Stanton, G. C. (1976). Self-concept: validation of construct interpretations. *Review of Educational Research, 46*(3), 407-442.
- Sibley, B. A. & Bergman, S. M. (2016). relationships among goal contents, exercise motivations, physical activity, and aerobic fitness in university physical education courses. *Perceptual and Motor Skills, 122*(2), 678-700. doi: 10.1177/0031512516639802.
- Singh, A., Uijtdewilligen, L., Twisk, J.W., Van Mechelen, W., & Chinapaw, M.J. (2012). Physical activity and performance at school: a systematic review of the literature including a methodological quality assessment. *Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine, 166*(1), 49-55. doi: 10.1001/archpediatrics.2011.716.
- Van de Pol, P.K., Kavussanu, M., & Ring, C. (2012). Goal orientations, perceived motivational climate, and motivational outcomes in football: A comparison between training and competition contexts. *Psychology of Sport and Exercise, 13*(4), 491-499. doi: 10.1016/j.psychsport.2011.12.002.
- Wagstaff, C.R. (2014). Emotion regulation and sport performance. *Journal of Sport and Exercise Psychology, 36*(4), 401-412. doi: 10.1123/jsep.2013-0257.
- Zurita, F., Pérez, A.J., González, G., Castro, M., Chacón, R., & Ambris, J. (2016). Estilos de enseñanza de entrenadores y su relación con la ansiedad de las diferentes categorías de fútbol base. *Sportis, 2*(3), 390-411. doi: 10.17979/sportis.2016.2.3.1721.
- Zurita, F., Castro, M., Álvaro, J.I., Rodríguez, S., & Pérez, A.J. (2016). Autoconcepto, Actividad física y Familia: Análisis de un modelo de ecuaciones estructurales. *Revista de Psicología del Deporte, 25*(1), 97-104.