

**Hàbits esportius  
dels estudiants de  
la UIB**

Palou Sampol, P.;  
Ponseti Verdaguer, X.;  
Borràs, P. A.  
*Universitat de les Illes  
Balears*

*Educació i Cultura*  
(2001), 14:  
163-180

# Hàbits esportius dels estudiants de la UIB

**Palou Sampol, P.; Ponseti Verdaguer, X.; Borràs, P. A.**

## **Resumen**

En este trabajo realizado por el Area de Educación Física de la UIB, pretende conocer los hábitos deportivos de los estudiantes, utilizando una muestra aleatoria de 863 jóvenes universitarios de las Islas Baleares con una media de edad de 19,7 años (nivel de confianza 95,5 %, error = 3,2 %). También se analizan los motivos aducidos para iniciar, mantener o abandonar la práctica deportiva, las actividades deportivas más demandadas, conocer el concepto que tienen los estudiantes sobre su forma física y los efectos positivos de su práctica. El instrumento utilizado fue un cuestionario de elaboración propia. El estudio está realizado en función del género.

## **Summary**

The next study performed by the Physical Education and sports Area of the university of the Balearic Islands, shows the habits in practice of sport for 863 young university students from the U.I.B. with an average age of 19,7 years (confidence level 95,5%, error=3,2%). The aspects or motions explained by the students in the initiation, participation or abandon of practice of sport are analysed and the most wanted activities. To know the concept of the students about their physical fitness and the positive effects of it. The tool used in the study was a custom questionnaire. The study is made related to the gender.

La pràctica esportiva, encara que no té un caràcter obligatori ni tan sols opcional en els plans d'estudis, sí que té molt a veure amb les aportacions per facilitar les interaccions socials que enriqueixen les persones i faciliten la comunicació des de la integració.

L'esport com a activitat de lleure s'ha convertit per a amplis sectors de la societat en un passatemps molt apreciat. En aquest context el consum de l'espectacle esportiu en directe o bé a través dels mitjans de comunicació i el consum d'articles esportius per a ús personal o familiar, han començat un desenvolupament imparable i situen l'esport com un dels protagonistes de les actuals societats de masses (Heineman, 1994).

Qualsevol persona que decideix practicar un esport perquè li agrada, o perquè es distreu practicant-lo, converteix aquesta pràctica en una activitat d'oci. Existeixen moltes modalitats de pràctica esportiva que varien segons els grups de població.

L'univers objecte d'estudi en la nostra investigació és format pels estudiants universitaris de la UIB (N = 13.358). La distribució de la mostra es va fer segons la matrícula existent durant el curs acadèmic 1998-99, realitzant una afixació proporcional per estudis. El nivell de confiança fixat és del 95,5% i el marge d'error del 3,2%. Una vegada obtingut el conjunt mostral, es va enquestar aleatòriament tots els estudiants dels diferents estudis. Els estrats que conformen la mostra els podem observar a la taula 1.

T A U L A 1						
ESTRATS QUE CONFORMEN LA MOSTRA OBJECTE D'ESTUDI						
Estudis	(n) (%)		Homes (%)		Dones (%)	
	863	100	362	42,2	499	57,8
Administració i Direcció d'Empreses	45	5,2	22	6,1	23	4,6
Biologia	42	4,9	18	5	24	4,8
Bioquímica (segon cicle)	7	0,8	4	1,1	3	0,6
Dret	100	6,8	38	10,5	62	12,4
Educació Social	22	2,5	4	1,1	18	3,6
Empresarials	59	6,8	28	7,7	31	6,2
Filologia Catalana	26	3	8	2,2	18	3,6
Filologia Hispànica	27	3,1	7	1,9	20	4
Filosofia	15	1,7	9	2,5	6	1,2
Física	30	3,5	23	6,4	7	1,4
Geografia	20	2,3	11	3	9	1,8
Història	16	1,9	7	1,9	9	1,8
Història de l'Art	31	3,6	11	3	19	3,8
Infermeria	16	1,9	2	0,6	14	2,8
Informàtica	15	1,7	8	2,2	7	1,4
Informàtica de Gestió	30	3,5	24	6,4	7	1,4
Informàtica de Sistemes	14	1,6	13	3,6	1	0,2
Mestre						
Educació Física	22	2,5	13	3,6	8	1,6
Educació Infantil	43	5	3	0,8	40	8
Educació Musical	12	1,4	4	1,1	8	1,6
Educació Primària	29	3,4	4	1,1	25	5
Llengua Estrangera	7	0,8	3	0,8	4	0,8
Pedagogia	39	4,5	5	1,4	34	6,8
Psicologia	47	5,4	5	1,7	41	8,2
Psicopedagogia (segon cicle)	9	1	1	0,3	8	1,6
Química	15	1,7	9	2,5	6	1,2
Telemàtica	41	4,8	28	7,7	13	2,6
Tècnic d'Empreses i Activitats	76	8,8	44	12,2	32	6,4
Turístiques						
Títol Superior de Turisme	8	0,9	6	1,7	2	0,4

Enquesta realitzada a una mostra de 863 estudiants de la UIB durant el curs 1998-99.

Les característiques de la mostra les podem observar de forma resumida a la taula 2.

### Pràctica esportiva

Pel que fa a la pràctica esportiva, que és el tema rellevant per a la investigació, podem observar a la taula 3 que el 62% dels enquestats practiquen esport. Es tracta d'una pràctica de freqüència setmanal i no excepcional per a tots dos gèneres. D'aquesta manera, veiem que fer esport per als joves universitaris és una activitat freqüent i quotidiana. En funció del gènere podem observar que un 76,8% dels homes es manifesten com a practicants i un 53,3% de les dones també. Existeixen diferències estadísticament significatives en funció del gènere.

T A U L A 2			
CARACTERÍSTIQUES SOCIODEMOGRÀFIQUES DE LA MOSTRA			
		n	%
N.		861	
Edat			X = 19,7.
Gènere			
	Home	362	42,1
	Dona	499	57,9
Lloc de residència			
	Palma =	508	59
	Pobles =	168	19,5
	Ns/Nc =	185	21,5

T A U L A 3							
PRACTIQUES QUALQUE ESPORT?							
TOTAL		HOMES		DONES		Significació	
(N)	%	(N)	%	(N)	%		
861	100	362	100	499	100	$\chi^2 = 28,67$ P < 0.0000	
SÍ	526	62	260	71,8	266	53,3	
NO	319	37	97	26,8	222	44,5	
Ns/Nc	16	1,9	5	1,4	11	2,2	

Enquesta realitzada a una mostra de 861 estudiants de la UIB durant el curs 1998-99. mitjana d'edat 19,7 anys; 42,1 % homes i 57,9 % dones.

### Freqüència de pràctica

Quant a la freqüència de pràctica, vegem la taula 4, que, sumant els percentatges de pràctica esportiva setmanal, dona una freqüència de 81,5% per als homes i un 76,7% per a les dones. Aquest resultat converteix la pràctica esportiva en una de les activitats de temps lliure que es realitza més freqüentment dins les activitats habituals fora de la llar i que no tenen un caràcter excepcional. Pel que fa al gènere, no existeixen diferències significatives quant a la pràctica diària o setmanal.

T A U L A 4							
FREQUÈNCIA DE PRÀCTICA ESPORTIVA							
TOTAL		HOMES		DONES		Significació	
(N)	%	(N)	%	(N)	%		
	526	100	260	100	266	100	$\chi^2 = 5,893$ P = 0.1170
Diàriament	92	17,5	50	19,2	42	15,8	
3 vegades setmanals	189	35,9	87	33,5	102	38,3	
Setmanalment	135	25,8	75	28,8	60	22,6	
Ocasionalment	104	19,7	44	16,9	60	22,6	
Ns/Nc	6	1,1	4	1,5	2	0,8	

Ara analitzarem les freqüències amb què es practiquen els diferents esports i que definirien la «pràctica real». Per a l'anàlisi dels esports més practicats pels universitaris tindrem en compte dues categories de compromís: per un costat, els esports amb més percentatge de pràctica regular, és a dir, aquells que es practiquen setmanalment, «tres o més vegades» i «una o dues vegades».

### Esports més practicats

Els esports més practicats pels universitaris, com podem observar a la taula 5, són l'aeròbic amb un 13,4% i el futbol amb un 13,3%; natació amb un 11,2%; futbol sala amb un 11%; bàsquet i ciclisme amb un 7,7%; atletisme un 6,9%; excursionisme 4,9%, tennis un 4,8%; voleibol amb un 2,4%. Els altres percentatges no són significatius. Per l'altre costat, hi ha els esports amb més percentatges de pràctica irregular o esporàdica. Aquells que no es practiquen setmanalment o que es practiquen majoritàriament durant les vacances. S'aprecia que els esports que impliquen un contacte amb la natura i que poden ser practicats a l'aire lliure, com la natació, en primer lloc, amb un 16,1%; voleibol amb un 14,2%; ciclisme amb un 11,6%, ocupen les preferències esportives associades a períodes de vacances.

T A U L A 5										
FREQUÈNCIA SETMANAL DE PRÀCTICA DELS DIFERENTS ESPORTS										
	3 vegades o més		1 o 2 vegades		Menys		Vacances		Mai	
	(n)	(%)	(n)	(%)	(n)	(%)	(n)	(%)	(n)	(%)
Aeròbic	54	10,2	17	3,2	8	1,5	16	3	431	82
Atletisme	22	4,2	14	2,7	19	3,6	8	1,5	463	88,1
Arts marcial	14	2,7	6	1,1	4	0,8	4	0,8	498	94,7
Bàsquet	33	6,2	8	1,5	21	4	31	5,9	433	82,4
Ciclisme	11	2,1	23	4,4	23	4,4	38	7,2	431	82
Dansa	4	1,1	15	2,8	6	1,1	8	1,5	491	93,4
Excursionisme	10	1,9	16	3	48	9,1	47	8,9	405	77,1
Futbol	38	7,2	32	6,1	27	5,1	26	4,9	403	76,7
Futbol sala	11	2,1	47	8,9	22	4,2	13	2,5	433	82,4
Gimnàstica	8	1,5	11	2,1	10	1,9	8	1,5	489	93
Handbol	2	0,4	4	0,8	3	0,6	4	0,8	513	97,5
Hoquei	0	0	0	0	1	0,2	3	0,6	522	99,2
Fúting	5	0,9	9	1,7	14	2,7	10	1,9	488	92,8
Natació	29	5,5	30	5,7	23	4,4	62	11,7	382	72,7
Patinatge	6	1,1	5	0,9	11	2,1	36	6,8	468	89
Piragüisme	3	0,6	7	1,3	6	1,1	5	0,9	505	96
Esquaix	3	0,6	3	0,6	8	1,5	15	2,8	497	94,5
Tennis	4	0,8	21	4	31	5,9	44	8,3	426	81,1
Vela	2	0,4	4	0,8	8	1,5	12	2,3	502	95,1
Voleibol	7	1,3	6	1,1	16	3	31	5,9	466	88,6
Altres	31	5,9	31	5,9	21	4	28	5,3	415	79

En funció del gènere podem observar a la taula 6 que les dades obtingudes reflecteixen diferències, la qual cosa també permet establir diferències entre la tipologia d'esports preferits per cada gènere. Es fa palès que a l'hora d'implicar-se d'una manera regular dins la pràctica esportiva, la població femenina prefereix l'aeròbic amb un 33,4%; natació amb un 32,3%; excursió amb un 28,2%; patinatge amb un 16,9%; ciclisme amb un 16,1%; tennis amb un 13,5%; voleibol amb un 11,6%; bàsquet amb un 11,3%; dansa amb un 10,1% i gimnàstica amb un 8,3%. Aquests percentatges són els més significatius. Quant als esports més practicats, s'aprecia que els esports que impliquen un contacte amb la natura i que poden ser practicats a l'aire lliure, com la natació, l'excursionisme, el patinatge, el tennis, el ciclisme i el voleibol, ocupen les preferències esportives associades a períodes de vacances, similars a les obtingudes per la mostra total.

FREQUÈNCIA SETMANAL DE PRÀCTICA DELS DIFERENTS ESPORTS (Dones)										
	3 vegades o més		1 o 2 vegades		Menys		Vacances		Mai	
	(n)	(%)	(n)	(%)	(n)	(%)	(n)	(%)	(n)	(%)
Aeròbic	53	19,9	14	5,3	8	3	14	5,3	177	66,5
Atletisme	5	1,9	3	1,1	6	2,3	3	1,1	249	93,6
Arts marcial	5	1,9	1	0,4	1	0,4	2	0,8	257	99,6
Bàsquet	13	4,9	3	1,1	7	2,6	7	2,6	236	88,7
Ciclisme	4	1,5	12	4,5	10	3,8	17	6,4	223	83,8
Dansa	5	1,9	12	4,5	4	1,5	6	2,3	239	89,8
Excursionisme	3	1,1	10	3,8	33	12,4	29	10,9	191	71,8
Futbol	1	0,4	1	0,4	2	0,8	7	2,6	255	95,9
Futbol sala	0	0	0	0	1	0,4	1	0,4	264	99,2
Gimnàstica	5	1,9	4	1,5	8	3	5	1,9	244	91,7
Handbol	0	0	2	0,8	2	0,8	1	0,4	261	98,1
Hoquei	0	0	0	0	0	0	1	0,4	265	99,6
Jogging	3	1,1	4	1,5	9	3,4	5	1,9	245	92,1
Natació	24	9	21	7,9	10	3,8	31	11,7	180	67,7
Patinatge	5	1,9	5	1,9	11	4,1	24	9	221	83,1
Piragüisme	1	0,4	3	1,1	3	1,1	3	1,1	256	96,2
Esquaix	0	0	0	0	3	1,1	4	1,5	259	97,4
Tennis	1	0,4	7	2,6	11	4,1	17	6,4	230	86,5
Vela	2	0,8	1	0,4	2	0,8	4	1,5	257	96,6
Voleibol	5	1,9	5	1,9	9	3,4	12	4,5	235	88,3
Altres	15	5,6	12	4,5	10	3,8	9	3,4	220	82,7

Quant a l'hora d'implicar-se d'una manera regular dins la pràctica esportiva, la població masculina, com observam a la taula 7, prefereix el futbol amb un 43%; futbol sala, 35%; tennis, 24,6%; bàsquet, 24,2%; natació, 21,5%; ciclisme, 20%; excursió, 17,7%; voleibol, 11,1%, esquaix, 8,4% i fúting, un 6,5%. Els altres percentatges no són significatius.

T A U L A 7										
FREQUÈNCIA SETMANAL DE PRÀCTICA DELS DIFERENTS ESPORTS (Homes)										
	3 vegades o més		1 o 2 vegades		Menys		Vacances		Mai	
	(n)	(%)	(n)	(%)	(n)	(%)	(n)	(%)	(n)	(%)
Aeròbic	1	0,4	3	1,2	0	0	2	0,8	254	97,7
Atletisme	17	6,5	11	4,2	12	4,6	5	1,9	215	82,7
Arts marcial	9	3,5	5	1,9	3	1,2	2	0,8	241	92,7
Bàsquet	20	7,7	5	1,9	14	5,4	24	9,2	197	75,8
Ciclisme	7	2,7	11	4,2	13	5	21	8,1	208	80
Dansa	0	0	3	1,2	2	0,8	2	0,8	253	97,3
Excursionisme	7	2,7	6	2,3	15	5,8	18	6,9	214	82,3
Futbol	37	14,2	31	11,9	25	9,6	19	7,3	148	56,9
Futbol sala	11	4,2	46	17,7	21	8,1	13	5	169	65
Gimnàstica	3	1,2	6	2,3	2	0,8	3	1,2	246	94,6
Handbol	0	0	2	0,8	3	0,6	4	1,5	252	96,9
Hoquei	0	0	0	0	0	0	3	1,2	257	98,8
Jogging	2	0,8	5	1,9	5	1,9	5	1,9	243	93,5
Natació	4	1,5	9	3,5	12	4,6	31	11,9	204	78,5
Patinatge	1	0,4	0	0	0	0	12	4,6	247	95
Piragüisme	2	0,8	4	1,5	3	1,2	2	0,8	249	95,8
Esquaix	3	1,2	3	1,2	5	1,9	11	4,2	238	91,5
Tennis	3	1,2	14	5,4	20	7,7	27	10,4	196	75,4
Vela	0	0	3	1,2	6	2,3	8	3,1	243	93,5
Voleibol	2	0,8	1	0,4	7	2,7	19	7,3	231	88,8
Altres	16	6,2	19	7,3	11	4,2	19	7,3	195	75

D'una altra banda, hi ha els esports amb més percentatges de pràctica irregular o esporàdica. Aquells que no es practiquen setmanalment, o que es practiquen durant les vacances, són els següents: natació, ciclisme, excursionisme, tennis, voleibol, bàsquet. Comparant els percentatges de pràctica esportiva dels homes i les dones, podem concloure que:

1) Existeixen diferències en funció del gènere en la pràctica de les diferents especialitats esportives.

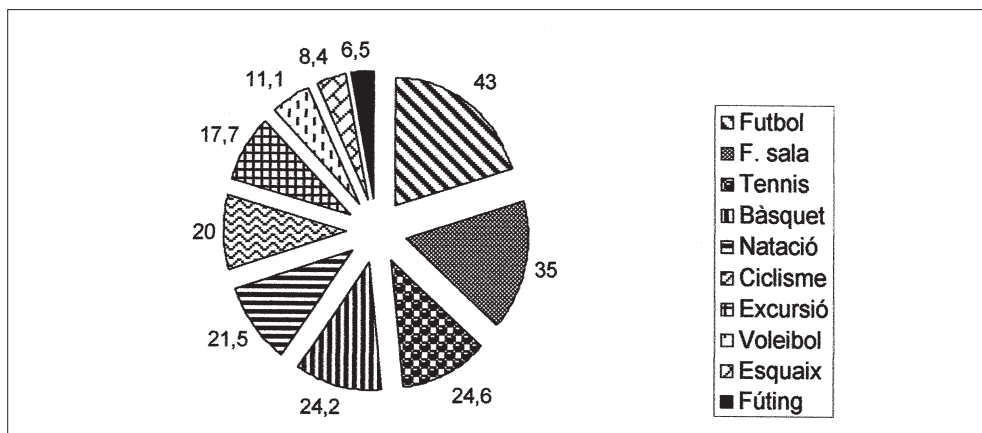
2) El nombre d'esports practicats amb percentatges elevats per homes és superior al de les dones. També els homes practiquen més varietat d'esports.

3) Els percentatges de pràctica esportiva regular dels homes són superiors als de les dones, la qual cosa corrobora les diferències trobades en la freqüència de pràctica esportiva global.

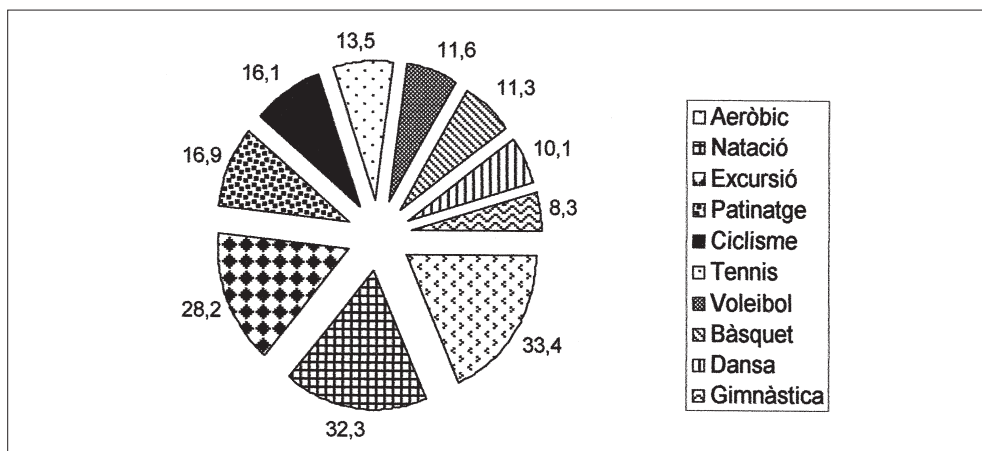
4) Els esports preferits pels homes i per les dones estan també diferenciats.

Com podem veure, aquestes dades coincideixen amb les obtingudes per tota la mostra i no difereixen de les obtingudes per a les dones. Analitzant la pràctica esportiva no regular o esporàdica, s'observa un percentatge superior en les dones, ja que els homes s'agrupen en freqüències més regulars de pràctica. Durant les vacances s'observa que els esports més practicats són: la natació, el ciclisme i l'excursionisme, i voleibol i tennis, per a ambdós gèneres.

Als gràfics 1 i 2 podem observar el rànquing d'esports més practicats en funció del gènere.



Gràfic 1. Esports més practicats segons el gènere (homes).



Gràfic 2. Esports més practicats segons el gènere (dones).

### Com practiquen l'esport

Encara que la pràctica d'un esport és un comportament individual, la dimensió social és tan important que s'ha convertit en un important agent de socialització. Per tant, ens interessa conèixer la manera com es duu a terme aquesta activitat. Com podem veure a la taula 8, el 39,4% dels enquestats afirma practicar esport amb els amics; un 32,2% en practica com a membre d'un club o associació i un 25,6% pel seu compte.

En funció del gènere, podem observar que majoritàriament les dones amb un 33,1% i els homes amb un 45,8%, practiquen esport amb els amics, la qual cosa no fa més que fer constar que practicar exercici físic permet ampliar i mantenir notablement les relacions personals, tan importants, durant la vida. Les situacions produïdes durant la pràctica fan intensificar les relacions i la comunicació entre els joves dels dos gèneres.

Per consegüent, tot això no fa més que evidenciar que la pràctica esportiva realitzada pels joves de la nostra comunitat es duu a terme amb persones amb les quals mantenen, preferentment, un lligam afectiu.



T A U L A 8							
COM PRACTIQUEN L'ESPORT							
	TOTAL		HOMES		DONES		Significació
	(N)	%	(N)	%	(N)	%	
	526	100	260	100	266	100	$\chi^2 = 10.923$ P = 00042
Pel teu compte	135	25,6	53	20,4	82	30,8	
Amb amics	207	39,4	119	45,8	88	33,1	
Membre club, federació, associació	169	32,2	83	31,9	86	32,3	
Altres	7	1,3	1	0,4	6	2,3	
Ns/Nc	8	1,5	4	1,5	4	1,5	

La importància que els joves atorguen a la pràctica esportiva, lligada a institucions o clubs, es veu reflectida clarament en aquestes dades. Els joves també practiquen esport com a activitat d'un club o d'una associació. Un 31,9% dels homes en practiquen com a activitat d'un club o federació i un 32,3% de dones també.

El fet de pertànyer a una entitat esportiva en un percentatge general elevat, més de la meitat de joves, permet afirmar que la pràctica esportiva organitzada o d'associació té més presència entre els nostres joves que la pràctica esportiva improvisada o per compte propi. Aleshores, podem observar dues formes de pràctica, per un costat un grup de joves dels dos gèneres que en practica pel seu compte i per un altre, els integrats en un marc associatiu. No existeixen diferències estadísticament significatives en funció del gènere.

### Utilització d'instal·lacions esportives

Molt lligat a la pràctica esportiva es troba el fet de la utilització d'instal·lacions esportives. Com hi accedeixen i com utilitzen els joves els diferents tipus d'instal·lacions esportives, segons el gènere, és un factor important que cal tenir en compte.

Tenint en compte la taula 9, el 44,2% dels enquistats afirma utilitzar instal·lacions públiques; un 18,8%, els llocs públics; un 37,1%, instal·lacions.

En funció del gènere, els homes utilitzen més les instal·lacions públiques, 39,7% davant un 36,1% de dones. Pel que fa a la utilització d'instal·lacions privades, els homes

T A U L A 9							
QUINES INSTAL·LACIONS ESPORTIVES UTILITZES HABITUALMENT?							
	TOTAL		HOMES		DONES		Significació
	(N)	%	(N)	%	(N)	%	
	526	100	260	100	266	100	$\chi^2 = 7.377$ P = 0.0250
I. públiques	221	42,2	125	48,1	96	36,1	
I. privades	196	37,1	90	34,6	106	39,8	
Llocs públics	99	18,8	42	16,2	57	21,4	
Ns/Nc	10	1,9	3	1,2	7	2,6	

les utilitzen un 34,6% davant un 39,8% de les dones. En la utilització de llocs públics no hi ha diferències significatives. Això confirma la qüestió anterior que l'associació esportiva és un fet lligat a la forma de dur a terme la pràctica esportiva.

L'associacionisme esportiu continua sent la forma més eficaç per garantir la regularitat i la continuïtat de la pràctica esportiva. No existeixen diferències estadísticament significatives.

### Època de l'any en què practiquen més esport

La regularitat de pràctica esportiva es pot contrastar a l'hora d'observar l'època de l'any en què es practica més esport. A la taula 10 observam que el 39,6% afirma mantenir una pràctica regular tot l'any; un 27,5% durant les vacances i un 13,6% durant el curs escolar.

En funció del gènere podem observar que els homes mantenen una pràctica esportiva més regular que les dones. Un 45,8% dels homes practiquen tot l'any davant només un 33,4% de les dones. Les diferències no són estadísticament significatives. De cada deu joves que practiquen l'esport, quatre ho fan tot l'any i dos durant les vacances.

T A U L A 10							
A QUINA ÈPOCA DE L'ANY PRACTIQUES MÉS ESPORT?							
	TOTAL		HOMES		DONES		Significació
	(N)	%	(N)	%	(N)	%	$\chi^2=15.725$ P = 0.034
A l'estiu	145	27,5	62	23,8	83	31,2	
A l'hivern	60	11,4	19	7,3	41	15,4	
Durant el curs escolar	71	13,6	38	14,6	33	12,4	
Durant les vacances	33	6,2	17	6,5	16	6	
Durant tot l'any	208	39,6	119	45,8	89	33,4	
Ns/Nc	9	1,7	5	1,9	4	1,5	

### Autopercepció de la forma física

La competència autopercebuda és un factor important per mantenir o abandonar la pràctica esportiva. A la taula 11 observam que el 3,1% es considera molt bo fent esport; un 23,6% bo; un 49,5% acceptable, un 18,4% dolent i un 3,7% molt dolent.

En funció del gènere podem observar que el 6,4% dels homes es considera molt bo i de les dones, un 2,2%; un 29,6% bo enfront d'un 19,4% de les dones; un 42,3% acceptable davant un 54,7% de les dones; un 16,6% es considera dolent enfront d'un 19,6% de les dones i només un 4,4% dels homes es considera molt dolent davant un 2,2% de les dones. El 36% dels homes es considera molt bo o bo, enfront del 21,6% de dones.

Existeixen diferències significatives quant a la competència autopercebuda. Sembla que l'autoestima quant a l'habilitat percebuda és inferior en les dones o excessivament alta en els homes.

### Encreuament pràctica esport - forma física

Com podem observar a la taula 12, en encreuar la pràctica autopercebuda amb l'estat de forma física, trobam diferències estadísticament significatives; en augmentar el

nivell de forma física, augmenta el percentatge de joves universitaris que practiquen l'esport; tenir una bona condició física sembla que anima o reforça els joves per practicar-lo.

T A U L A 11							
COM CONSIDERES LA TEVA FORMA FÍSICA?							
	TOTAL		HOMES		DONES		Significació $\chi^2 = 38038$ P < 0.0000
	(N)	%	(N)	%	(N)	%	
	861	100	362	100	499	100	
Excel·lent	28	3,1	23	6,4	4	2,2	
Bona	204	23,6	107	29,6	97	19,4	
Acceptable	426	49,5	153	42,3	273	54,7	
Dolenta	158	18,4	60	16,6	98	19,6	
Molt dolenta	32	3,7	16	4,4	16	3,2	
Ns/Nc	14	1,6	3	0,8	11	2,2	

T A U L A 12							
PRÀCTICA ESPORT – FORMA FÍSICA							
	TOTAL		SÍ		NO		Significació $\chi^2 = 120.796$ P < 0.0000
Forma física	(N)	%	(N)	%	(N)	%	
	27	3,2	25	4,8	2	0,6	
Excel·lent	201	24,1	169	32,6	32	10,1	
Bona	416	49,9	260	50,2	156	49,4	
Acceptable	158	18,9	58	11,2	100	31,6	
Dolenta	32	3,8	6	1,2	26	8,2	
Molt dolenta							
Ns/Nc							

### Motius d'inici, manteniment i abandó de la pràctica esportiva

Conèixer els motius que han induït una persona a practicar esport proporciona el coneixement dels elements que es troben implicats en aquesta pràctica. Una altra raó, segons García Ferrando (1990), és que, una vegada descobertes les actituds de comportament referides a l'esport i coneixent les motivacions de les col·lectivitats, es podran reorientar polítiques esportives amb garanties d'èxit. Així doncs, una vegada determinades les actituds i motivacions a les quals responen els joves, podrem millorar els programes. Tenint en compte aquesta problemàtica, esperam trobar diferències d'actitud en funció del gènere.

### Iniciació a l'esport

Podem observar que, en els motius adduïts pels joves d'ambdós gèneres, es determina que l'inici de la pràctica esportiva té un component lúdic importantíssim.

El primer contacte amb l'esport, com es veu a la taula 13, per a un 36,7% dels joves és degut a la influència dels amics, seguit per un 25,6% per la influència escolar i per altres motius un 15,7%; pels pares és un 14,2%.

T A U L A 13								
COM VARES INICIAR-TE EN L'ESPORT?								
		TOTAL		HOMES		DONES		Significació
		(N)	%	(N)	%	(N)	%	$\chi^2 = 9.073$ P = 0.0283
MOTIUS D'INICI		526	100	260	100	266	100	
Pels meus pares		74	14,2	33	12,7	41	15,4	
A l'escola		134	25,6	76	29,6	59	21,8	
Pels meus amics		194	36,7	97	36,9	97	36,5	
Per recomanació mèdica		26	4,9	7	2,7	19	7,1	
Altres		83	15,7	39	15	44	16,5	
Ns/Nc		15	2,9	8	3,1	7	2,7	

En funció del gènere no existeixen diferències significatives: els amics són el primer motiu. No existeixen diferències estadísticament significatives.

### Motius aduïts per mantenir la pràctica esportiva

A la taula 14 observam que el primer motiu és la diversió: un 55,5%, el segon, mantenir la forma un 25,9%; el tercer, evasió, un 5,1%; i el quart els amics, un 4,2%.

En funció del gènere, la diversió continua com a primer motiu per a ambdós gèneres: homes amb un 61,5% i dones un 49,2%; mantenir la forma, homes un 18,1% i dones un 33,8%. Les diferències entre els gèneres a l'hora de mantenir la pràctica esportiva no s'accentuen gaire. L'únic ítem que difereix és el de «mantenir la forma», al qual les dones atorguen més importància que els homes i hi existeixen diferències estadísticament significatives.

### Motius aduïts per no practicar esport

És important conèixer els motius que addueixen els universitaris per no practicar esport. Com podem observar a la taula 15, el primer motiu és la manca de temps amb un

T A U L A 14								
PRIMER MOTIU DE MANTENIMENT DE LA PRÀCTICA ESPORTIVA								
		TOTAL		HOMES		DONES		Significació
PRIMER MOTIU		(N)	%	(N)	%	(N)	%	$\chi^2 = 17.393$ P = 0.0079
Per diversió		291	55,5	160	61,5	131	49,2	
Amics		22	4,2	13	5	9	3,4	
Mantenir la forma		137	25,9	47	18,1	90	33,8	
Evasió		27	5,1	12	4,6	15	5,6	
Gaudir d'un cos atractiu		9	1,7	5	1,9	4	1,5	
Esportista		4	0,8	2	0,8	2	0,8	
Professionalment		15	2,8	8	3,1	7	2,6	
Altres		9	1,3	5	1,9	4	1,5	
Ns/Nc		12	2,3	8	3,1	4	1,5	

57,7%, els estudis amb un 11,9%, la peresa un 11% i no m'agrada amb un 8,7%; en funció del gènere es manté com a primer motiu la manca de temps amb un 52,5% dels homes i un 59,9% de les dones, en segon lloc per als homes amb un 16,4% és que no els agrada i per a les dones, els estudis amb un 15,7%, en tercer lloc es troba per als homes, amb un 12,3%, la peresa i per a les dones també amb un 10,3%. No existeixen diferències estadísticament significatives en funció del gènere.

TAULA 15							
MOTIUS ADDUÏTS PER NO PRACTICAR ESPORT							
	TOTAL		HOMES		DONES		Significació
	(N)	%	(N)	%	(N)	%	
	319	100	97	100	222	100	$\chi^2 = 12.69$ P = 0.177
No m'agrada	28	8,7	15	16,4	13	5,8	
No tenc temps	184	57,7	51	52,5	13	59,9	
No tenc instal·lacions esportives a prop	15	4,7	9	9,3	6	2,7	
Per peresa	35	11	12	12,3	23	10,3	
És car	4	1,2	1	1	3	1,3	
No hi trob cap profit	4	1,2	2	2	2	0,9	
Pels estudis	38	11,9	3	3	35	15,7	
Altres	10	3,1	4	4,1	6	2,7	
Ns/Nc	1	0,3			1	0,4	

### Motius adduïts per a l'abandó de la pràctica esportiva

Nombrosos estudis i la mateixa pràctica quotidiana de qui viu el món de l'esport identifiquen l'abandonament com un dels problemes cabdals de la pràctica esportiva juvenil. Les estadístiques mostren, per exemple, que es produeix un descens de la pràctica esportiva en deixar l'escola.

Existeix un estudi realitzat a la Comunitat Autònoma de les Illes Balears per Escudero, Serra, Servera (1992): «Sembla clar que l'abandonament i el desinterès cap a l'esport és un tema real i important dins el món dels joves de la nostra comunitat. Hem vist com l'esport femení i l'esport escolar tenen problemes de base francament greus i avui dia quasi són símbol d'abandonament prematur de l'esport. Tal vegada, comença a ser hora que investigadors, tècnics, esportistes i la societat en general, ens posem a cercar solucions. Després de tot, en un futur proper, a les societats de l'oci, el grau de desenvolupament d'una societat es podrà començar a mesurar pel grau de pràctica esportiva que registri. De moment a la nostra comunitat ja tenim el primer pas fet. Ja sabem quin nivell de pràctica tenim, ara es qüestió de posar-se a corregir defectes» (Escudero et al. 1992: 135).

Caldria, doncs, fer una revisió sobre la forma d'introduir un nin a l'esport. Cal no tenir solament en compte el sistema de competència, com una activitat on només els millors i més dotats són vàlids, ja que sempre posam el llistó per damunt de les possibilitats del nin. I d'aquesta forma és molt probable que estiguem induint un bon percentatge dels alumnes a perdre les ganes de fer esport, prenent com a base el desinterès que proporciona la competició (per la base d'estrès que comporta) o també la frustració que proporciona el fet de no veure's capaç de ser un gran campió fent esport. Seguint amb aquest argument, cal manifestar que aquests dos fets, molt probablement, afecten molt més les nines que els

nins, ja que socialment la idea de competència i lluita s'inculca molt més entre els nins que no entre les nines. Per tant, si nosaltres entenem l'esport únicament com una lluita i competència i no com una forma de desenvolupament psicofísic de la persona, en què és molt més important superar-se a si mateix que no superar els altres, sempre afavorirem trobar índexs d'abandonament tan alts entre les dones, i prou importants entre els homes. Existeixen altres investigacions consultades que coincideixen amb els mateixos resultats. Rudaa (1974), Engstrom i Eriksson (1981) i Brow (1985), citats per Puig, N. (1986: 16), donen com la causa principal d'abandonament el desig de participar en altres activitats o el fet de tenir altres interessos. Per la seva banda, García Ferrando (1986b), Missaglia (1986) i White i Coackley (1986) reflexionen sobre els abusos de la competició i les preferències d'alguns sectors de la població juvenil per activitats informals, no tradicionals i no competitives. Ambdós grups de motius no es poden estudiar de manera aïllada, sinó que tenen relació entre si.

Si ens centram a analitzar el cas espanyol, segons la FEDU (1984), entre els estudiants universitaris espanyols, un 40% no practica esport. Els motius que al·leguen són els següents: 1) la manca de temps 61% (com a més majoritari); 2) no agrada fer esport 13%; 3) la manca d'instal·lacions 8%; 4) cansament després de les classes 6%; 5) problemes de salut 3%; 6) no té utilitat 1%; 7) resulta car 0,7%; 8) l'edat 0,2%; 9) altres motius 4%.

Cal destacar que no es troben diferències significatives en considerar el gènere i l'edat dels estudiants que no fan esport en l'exposició dels motius per justificar la seva inactivitat. Només una petita tendència a esmentar la manca de temps lliure a mesura que avança el curs. Quant als factors referents a la manca d'infraestructures, així com també als que ens remetent a l'aspecte econòmic, cal puntualitzar que quasi no s'esmenten per justificar la inactivitat. Aquestes conclusions són molt semblants a les de García Ferrando, M. (1990) amb referència als motius de pràctica i abandó.

Dues causes són les principals culpables de l'abandó de l'esport, segons els joves: «manca de temps» amb un 36,4% i «els estudis» amb un 26,6%. Com observem a la taula 16, els dos gèneres coincideixen quant al primer motiu d'abandó: «manca de temps», dones amb un 38,6% i homes amb un 31,3%, encara que pens que aquesta resposta pot amagar altres motius, ja que els joves disposen de molt de temps lliure i els estudis són una bona excusa. Al segon motiu també coincideixen; és: «pels estudis», homes un 30,4% i dones un 24,9%. El tercer motiu per a dones són altres respostes variades: canvis de domicili, problemes de desplaçament, és car.

Al segon motiu també coincideixen, és: «per avorriment»: pot ser que els interessos dels joves s'allunyin de la pràctica esportiva. El tercer motiu per a les dones són altres respostes variades: canvis de domicili, problemes de desplaçament, és car, salut, etc.

### **Futur de la pràctica esportiva**

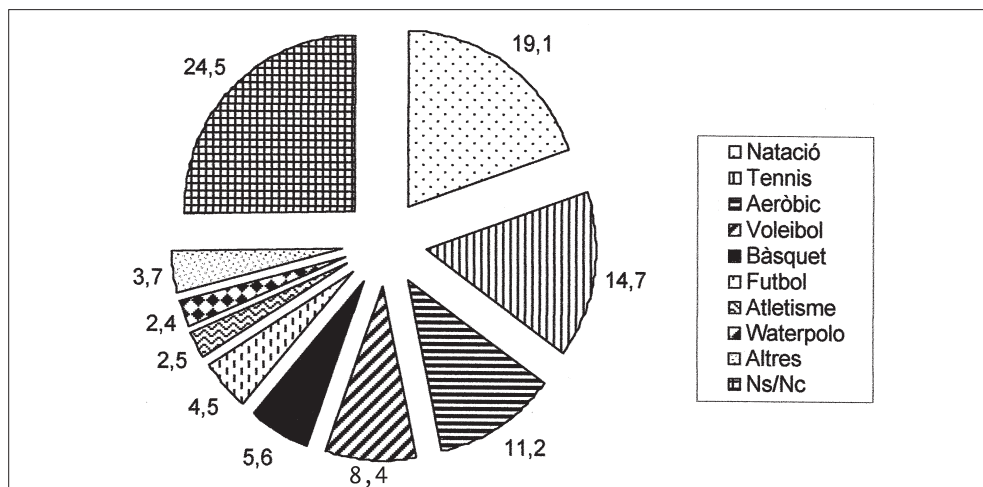
Quant al futur de pràctica esportiva, observem a la taula 17 que un 55,3% afirma: «Sí, si els estudis m'ho permeten», un 38,3%: «sempre». En funció del gènere es manté aquesta opció amb un 48,5% d'homes per un 62% de dones. En segon lloc, «sempre» amb un 43,8% d'homes i un 32,7% de dones. No existeixen diferències estadísticament significatives en funció del gènere.

### **Activitats esportives més demandades**

Les activitats esportives més demandades que podem veure a la gràfica 7 són: natació un 19,1%; tennis amb un 14,7%; aeròbic amb un 11,2%; voleibol amb un 8,4%; bàsquet amb un 5,6% i futbol 4,5 %.

TAULA 16						
MOTIUS D'ABANDONAMENT DE LA PRÀCTICA ESPORTIVA						
MOTIUS	TOTAL		HOMES		DONES	
	(N)	%	(N)	%	(N)	%
	335	100	102	100	233	100
No m'agrada	20	5,9	8	7,8	12	5,1
No tenc temps	122	36,4	32	31,3	90	38,6
No tenc instal·lacions esportives a prop	31	9,2	10	9,8	21	9
Per peresa	26	7,7	9	8,8	17	7,3
És car	12	3,6	5	4,9	7	3
No hi trob cap profit	8	2,4	3	2,9	5	2,1
Pels estudis	89	26,6	31	30,4	58	24,9
Altres	16	4,8	4	3,9	12	5,1
Ns/Nc	11	3,2			11	4,7

T A U L A 17							
FUTUR DE LA PRÀCTICA ESPORTIVA							
	TOTAL		HOMES		DONES		Significació
	(N)	%	(N)	%	(N)	%	
	528	100	260	100	266	100	$\chi^2 = 9,323$ P = 0,0095
Sempre	202	38,3	114	43,8	151	32,7	
Sí, si els estudis m'ho permeten	292	55,3	126	48,5	165	62	
No, perquè	5	1,2	4	1,5	2	0,8	
Ns/Nc	31	6,1	16	6,2	12	4,5	



Gràfic 3. Activitats esportives més demanades.



## Conclusions

La pràctica esportiva és un fet important per als joves universitaris, ja que s'ha consolidat com un estil de vida de la societat actual i ocupa un lloc privilegiat dins el seu temps d'oci. Els resultats obtinguts pel que fa a la població total, permeten afirmar que els universitaris són un grup compromès amb la pràctica esportiva i que els universitaris que fan esport ho fan amb una regularitat elevada.

En termes generals podem afirmar també que en funció del gènere existeixen diferències significatives quant al nombre de practicants. Ara bé, aquí també hauríem de reflexionar sobre la tipologia de les pràctiques esportives ofertes i els antecedents escolars de pràctica: no podem oblidar que l'escola és un lloc de socialització importantíssim i que influeix en la presa de decisions esportives. Els joves practiquen esport amb amics majoritàriament i això no fa més que justificar i confirmar el caràcter socialitzador de la pràctica esportiva.

La distribució de les diferents pràctiques esportives no és aleatòria: segueix unes pautes marcades pel gènere, i els estereotips marcats socialment. Encara que els darrers temps les oportunitats de participació de les dones en moltes activitats esportives ha augmentat notablement, existeix un acord a reconèixer que la pràctica esportiva de les dones està encara molt enfora d'aconseguir igualar-se amb la dels homes. Les diferències trobades són qualitatives quant al tipus d'esports practicats. Les dones canalitzen les seves preferències en els esports següents: aeròbic, natació, excursió, patinatge, ciclisme, etc.

Els homes, al contrari, es dediquen als esports següents: futbol, futbol sala, tennis, bàsquet, natació, etc.

Aquestes diferències corroboren que unes determinades pràctiques estan estereotipades per un determinant genèric. Les activitats esportives més demanades coincideixen amb les que habitualment no es poden realitzar a la Universitat i necessiten unes instal·lacions específiques.

En analitzar els motius que addueixen els universitaris per explicar l'inici i el manteniment de la pràctica esportiva, podem afirmar que els aspectes lúdics i el manteniment de la forma en són els pilars bàsics. Per altre costat, l'abandonament es produeix per causes com els estudis i la manca de temps. Els que no practiquen esport addueixen el mateix.

Quant a la valoració de la seva condició física, sembla important sentir-se competent i gaudir de suport per reforçar la pràctica esportiva.

## Bibliografia

- ESCUADERO LÓPEZ, J. i altres. (1992) *Estudi dels hàbits esportius de la joventut de les Illes Balears*. Conselleria de Cultura, Educació i Esport, Govern Balear.
- FEDERACIÓN ESPAÑOLA DEL DEPORTE UNIVERSITARIO (1984) *Las prácticas deportivas de los estudiantes universitarios*. Madrid: Consejo Superior de Deportes y Secretaría de Estado de Universidades y Investigación.
- GARCÍA FERRANDO, M. (1982) *Deporte y Sociedad*. Madrid: Ministerio de Cultura.
- (1986) «Un únic model: l'esport de competició». *Apunts Educació Física i Esports*, 3, 15-18.
- (1986) *Hábitos deportivos de los españoles. Sociología del comportamiento deportivo*. Madrid, Ministerio de Cultura, Consejo Superior de Deportes.



- (1990) *Aspectos sociales del deporte. Una reflexión sociológica*. Madrid: Alianza Deporte.
- (1992) Cambio y permanencia de los hábitos deportivos de los españoles. *Sistema*, 110-111(novembre), 55-84.
- (1993) *Tiempo libre y actividades deportivas de la juventud en España*. Ministerio de Asuntos Sociales. Instituto de la Juventud.
- (1996) *Las prácticas deportivas de la población española. 1976-1996*. Madrid: Aeisad.
- GILI-PLANAS, M. i altres (1994) «Práctica deportiva y estereotipos de género: Un estudio en la Comunidad Autónoma de las Islas Baleares (CAIB)». *Revista de Psicología del Deporte*, 5, 81-88.
- HEINEMAN, K. i PUIG, N. (1994) «L'esport en la perspectiva de l'any 2000». A Puig, N. i Zaragoza, A. (1994) *Lectures en sociologia de l'oci i de l'esport*. Universitat de Barcelona. Barcelona.
- HEINEMAN, K. (1994) «L'esport com a consum». *Apunts*, 37, 49-56.
- HENDRY, L. B. (1978) «Le sport, les loisirs et les jeunes qui quittent l'école. Resultats des recherches effectuées en Grande-Bretagne». A *Rapport final du Séminaire pour les jeunes qui quittent l'école*. Bosön. Stockholm, F.S.S. et C.E.
- MASNOU F. M. (1986) «Com viuen l'esport els joves, a la ciutat de Barcelona». *Apunts Educació Física i Esports*, 3, 19-29.
- MASNOU F. M. i PUIG, N. (1995) «El acceso al deporte. Los itinerarios deportivos», pàg. 371-394. A *La iniciación deportiva y el deporte escolar*. Dirigit per D. Blázquez. Barcelona: Inde.
- MISSAGLIA, M. (1986) «L'organització de la participació, vers un nou model associatiu». *Apunts Educació Física i Esports*, 3, 5-19.
- PALOU, P. (1998) *Perfil psicossocial de l'esportista adolescent mallorquí*. Memòria d'investigació.
- PONSETI, X. (1998) *Anàlisi de la pràctica esportiva dels joves de Mallorca en el segon cicle d'ESO*. Tesi doctoral.
- PUIG, N. (1986) «El deporte y los estereotipos femeninos». *Revista de Occidente*, 62-63, 71-84.
- (1996) *Joves i esport. Barcelona*. Secretaria General de l'Esport.
- PUIG, N. i altres (1986) «Una relació conflictiva: els joves i l'esport». *Apunts Educació Física i Esports*, 3, 5-8.
- PUIG, N., HEINEMAN, K. (1991) «El deporte en la perspectiva del año 2000». *Papers. Revista de Sociologia*, 38, 123-142.
- PUIG, N. i altres (1987) *Los jóvenes. La oferta asociativa y el deporte*. Madrid: Ministerio de Cultura.
- PUIG, N. i MASNOU, M. (1988) «Los itinerarios deportivos de la población juvenil». *Revista de estudios de la juventud*, 32, 45-46.
- WHITE, A. i COACKLEY, J. (1986) «Young people in transition: An exploration of how young men and women make decision about their sport involment». Conferència presentada a *Sport, sex and gender*. Norwegian Society for Sport Research, Lillehamer, Noruega.