

La percepción del ocio saludable en la práctica físico-deportiva juvenil. Un análisis cualitativo¹

RAFAEL RAMOS ECHAZARRETA*

Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte. Profesor Ayudante

EVA SANZ ARAZURI**

Doctora en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte. Profesora Colaboradora

ANA PONCE DE LEÓN ELIZONDO***

Doctora en Ciencias de la Educación. Profesora TU

M^a ÁNGELES VALDEMOROS SAN EMETERIO****

Doctora en Ciencias de la Educación. Profesora Asociada a TP

Departamento de Ciencias de la Educación. Universidad de La Rioja

Correspondencia con autores/as

* rafael.ramos@unirioja.es

** eva.sanz@unirioja.es

*** ana.ponce@unirioja.es

**** maria-de-los-angeles.valdemoros@unirioja.es

Resumen

El presente artículo presenta un análisis de contenido sobre la percepción del ocio saludable en la práctica físico-deportiva, que muestran padres, profesores y jóvenes riojanos. Se integra en una investigación que pretende conocer y valorar la demanda real y potencial de actividades físico-deportivas de ocio de los adolescentes y jóvenes estudiantes de Secundaria, Ciclos Formativos y Bachillerato de la Comunidad Autónoma de La Rioja.

En los resultados se observa cómo la práctica físico-deportiva, entendida como experiencia de ocio saludable, es percibida, entre los colectivos analizados, con un matiz más preventivo de la salud de nuestros jóvenes que rehabilitador. Es el grupo de profesores de Educación Física los que otorgan, a las actividades físico-deportivas, un carácter más orientado a la mejora y prevención de la salud de los practicantes, que el resto de colectivos; a estos les siguen los profesores de otras áreas y los propios jóvenes. Por el contrario, son los padres de los alumnos los que perciben, en menor medida, las prácticas físico-deportivas como experiencias de un ocio saludable, concediendo a estas prácticas funciones más orientadas a la productividad o a la identificación social.

Palabras clave

Ocio, Actividad físico-deportiva, Salud.

Abstract

The perception of the healthy leisure in the physical-sports juvenile practice. A qualitative analysis

This research presents a content analysis about the physical-sportive practice perception, that parents, teachers and young riojanos show. It is integrated in a research that tries to know and assess the real and potencial demand of leisure physical-sportive activities requested by adolescents and young students of Secondary School, Formative Cycles and High School in the Autonomous Region of La Rioja.

According to the results, it is observed that the physical-sportive practice, as an experience of healthy leisure, it is perceived among the analysed collectives with a more preventive nuance of our youngs health than a curative one.

The group of Physical Education teachers grant a nature more orientated to the health's improvement and prevention of the practising to the physical-sportive activities than the rest of the collectives. This group is followed by the other subjects teachers and the youngs. On the other hand, students' parents perceive, in a better extent, the physical-sportive practices as healthy leisure experiences, giving to these practices functions more orientated to the productivity or to the social identification.

Key words

Leisure, Physical-sportive activity, Health.

¹ Esta investigación ha recibido el soporte y la ayuda del Plan Riojano de I+D+I del Gobierno de La Rioja en los años 2005-2007 y de una ayuda a la investigación de la Universidad de La Rioja.

Introducción

El presente artículo se inserta en una investigación que busca conocer y valorar la práctica físico-deportiva como experiencia de ocio de los jóvenes riojanos.

En una primera fase, Sanz y Ponce de León (2005) llegaron a obtener y definir una serie de perfiles en los jóvenes universitarios riojanos en función de sus comportamientos, actitudes y motivaciones y, asimismo, constataron la existencia de determinadas variables predictoras de la práctica físico-deportiva en los universitarios riojanos.

En esta segunda fase, el estudio se centra en adolescentes y jóvenes de Educación Secundaria Obligatoria, Ciclos Formativos y Bachillerato.

En este trabajo se pretende analizar la dimensión saludable del ocio físico-deportivo, en general, y el espacio que ocupa el valor de la salud en la práctica físico-deportiva de los jóvenes riojanos, en particular. Se aborda desde una doble perspectiva:

- La percepción de la población objeto de estudio (jóvenes y adolescentes).
- La percepción de los agentes más cercanos a ellos (padres y profesores).

Previamente, se llevará a cabo una conceptualización de los términos salud y ocio que nos permita reflexionar sobre la interrelación existente entre ambos campos y extraer conclusiones, a su vez, sobre el lugar que ocupa la dimensión saludable en la práctica físico-deportiva de los jóvenes riojanos.

Objeto

La Salud es una dimensión que históricamente ha preocupado y que, en la actualidad, ha llegado a convertirse en uno de nuestros grandes referentes.

Por un lado, la Constitución Española (1978) promueve “el derecho a la protección de la salud” (art. 43.1).

Asimismo, el Dr. Lee Jong-Wook, Director General de la Organización Mundial de la Salud (OMS), afirma que el mejoramiento de la salud es esencial para que se adelante hacia el logro de los demás Objetivos de Desarrollo del Milenio (Organización Mundial de la Salud: <http://www.who.int>, enlace <http://www.who.int/mdg/es/>). Tres de los ocho objetivos, ocho de las dieciséis metas y dieciocho de los cuarenta y ocho indicadores se relacionan directamente con la salud. La salud también contribuye de manera considerable a otros varios objetivos.

En lo que a legislación educativa se refiere, la Ley Orgánica de Educación (LOE, 2006) en su título preliminar, incluye entre sus fines, “(...) el desarrollo de hábitos saludables, el ejercicio físico y el deporte” (Cap. I, art. 2, punto h).

En el colectivo que nos ocupa se destaca, además, alguno de los objetivos relacionados con el ámbito de la salud:

[...] afianzar los hábitos de cuidado y salud corporales e incorporar la educación física y la práctica del deporte para favorecer el desarrollo personal y social... Valorar críticamente los hábitos sociales relacionados con la salud... (LOE, 2006. Cap. III. ESO. Art. 23, punto k).

Utilizar la educación física y el deporte para favorecer el desarrollo personal y social. (LOE 2006. Cap. IV. Bachillerato. Art. 33, punto m).

Trabajar en condiciones de seguridad y salud, así como prevenir los posibles riesgos derivados del trabajo. (LOE 2006. Cap. V. Formación profesional. Art. 40, punto d).

Por otra parte, la relación entre la actividad físico-deportiva y la salud ha suscitado el interés de numerosas disciplinas y ha sido objeto de múltiples investigaciones.

El ámbito de la Medicina se ha centrado en constatar los efectos que, sobre la salud, tanto física como mental, proporciona este tipo de prácticas. En concreto, diversos estudios epidemiológicos han constatado, en los últimos años, los efectos negativos de la vida sedentaria, así como los beneficios que se obtienen de la práctica regular y controlada del ejercicio físico. (Perea, Bouché, Vázquez, Calderón, Garrido, Fuentes, Fontecha, y García, 2000):

El ejercicio es una necesidad natural del cuerpo que favorece el bienestar y contribuye a la prevención de numerosas enfermedades tanto físicas como psíquicas (p. 7).

La Psicología busca analizar los comportamientos de la población en este tipo de prácticas con el fin de interferir sobre ellos, generando una adherencia, convencidos de esos efectos beneficiosos. (Duda, Fox, Biddle y Armstrong (1992); Blasco, Capdevila, Cruz, Pintanel y Valiente (1996).

Estos y otros muchos estudios constatan que la dimensión saludable es inherente a la propia práctica; pero ¿son conscientes los jóvenes de estos efectos?, ¿son consecuentes los padres, como formadores y principales implicados en el desarrollo de sus hijos, con este tipo de prácticas?, ¿trabajamos todos los agentes implicados en una misma dirección?, ¿se han unificado criterios para conseguir los

fines deseados?, ¿se educa para lo que no es tiempo escolar –ocio– desde los centros educativos?, ¿se alienta desde el área de Educación Física a introducir a los jóvenes en la práctica físico-deportiva?, ¿el profesor de Educación Física ayuda a interesarse por este tipo de ocio?

Estos datos, preguntas y reflexiones evidencian la importancia que ha de concederse a la dimensión de la salud; por una parte, como derecho a proteger en la persona; por otra, como ámbito multidimensional en el que cada una de sus parcelas se interrelacionan y condicionan, y que favorecen, no sólo el bienestar integral de la persona, sino también la prevención de actitudes y hábitos negativos para la salud en su amplio sentido; y, por último, como un bien susceptible y necesario de ser considerado en el currículum escolar y extraescolar por todos los agentes implicados en la educación para favorecer el objetivo último de desarrollar plenamente al individuo.

El objetivo concreto que se expone en este artículo se centra en conocer la percepción que, sobre la dimensión saludable del ocio físico-deportivo, tiene la población a estudio (adolescentes y jóvenes), así como la de los agentes más cercanos a ellos que, potencialmente, deberían inducirles a unas prácticas saludables; por estos agentes nos referimos a padres, profesores de Educación Física, así como los de otras áreas.

Conceptualización

Tanto la concepción de salud como la de ocio han ido evolucionando con el paso del tiempo. Son varios los conceptos que aparecen en el campo socio-semántico de la palabra salud. Casares (1984), en la parte onomasiológica de su diccionario, recoge varios conceptos-términos de salud que la interrelacionan con otros como sanidad, lozanía, robustez, buena disposición, euforia, higiene...

Según el Diccionario de la Real Academia de la Lengua Española (DRAE, 2001), salud, en su acepción primera, es el “estado en el que el ser orgánico ejerce normalmente todas sus funciones”; en su acepción segunda, son las “condiciones físicas en que se encuentra un organismo en un momento determinado”; en su acepción tercera, es “libertad o bien público o particular de cada uno”; en la cuarta, “estado de gracia espiritual”.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 1948), la salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades. (Organización Mundial de la Salud; acerca de la OMS: <http://www.who.int/about/es/>).

Si bien esta definición supuso grandes cambios para

el sistema sanitario, algunos autores, como Perea, Quintana, Murga, Limón, y Corbella (1997), la amplían y modifican considerando la salud como:

El conjunto de condiciones físicas, psíquicas y sociales que permitan a la persona desarrollar y ejercer todas sus facultades en armonía y relación con su propio entorno (p. 30).

Del mismo modo, la concepción del ocio ha ido evolucionando con el transcurso de los años, atribuyéndose una gran variedad de significados que se modelan en función de los cambios de tipo político, religioso, económico y socio-cultural acaecidos a lo largo de la historia.

Frecuentemente se ha utilizado de forma indistinta los términos tiempo libre y recreación, otorgándoles el mismo significado. Confusión conceptual que ha dado lugar a una utilización indiferenciada de términos diferentes.

Uno de los creadores de la denominada sociología del ocio es Dumazedier (1964) que nos lo define como:

El conjunto de ocupaciones a las que el individuo puede entregarse de manera completamente voluntaria, sea para descansar, sea para divertirse, sea para desarrollar su información o su formación desinteresada, su participación social voluntaria, tras haberse liberado de sus obligaciones profesionales, familiares y sociales (p. 30).

En el 6º Congreso Mundial de Ocio celebrado en la Universidad de Deusto en julio del 2000, se defendió el concepto de ocio como un área específica de la experiencia humana que cuenta con sus propios beneficios; asimismo se delimitó como una fuente importante para el desarrollo personal, social y económico y un aspecto clave de la calidad de vida.

Somos conscientes de que las experiencias de ocio no siempre están enfocadas hacia un ocio valioso y positivo que fomenten el desarrollo de la persona, sino que se produce, también, otro amplio bagaje de experiencias consideradas, unas, como utilitarias, y percibidas, otras, como aburridas e incluso dañinas. Por este motivo sentimos la necesidad de emplazar nuestro ocio en la dirección u orientación adecuada. Para tal fin, Cuenca (2004) establece cuatro coordenadas distintas que hacen referencia a distintas áreas de acción en las que la que la vivencia del ocio se manifiesta de diferentes maneras y en las cuales podemos ubicar nuestras experiencias de ocio. Estas coordenadas son: autotélica, exotélica, ausente y nociva.

La coordenada ausente o el ocio ausente se manifiesta a través de una carencia de experiencias de ocio y en el que el sujeto percibe de manera negativa el tiempo sin obligaciones. En esta coordenada del ocio es palpable una gran sensación de aburrimiento.

Por ocio nocivo, nos referimos a aquellas experiencias de ocio de resultados perjudiciales, dañinos, negativos, tanto para el practicante como para la sociedad.

Por ocio autotélico, considerado como el verdadero ocio y el que debemos buscar y perseguir, tiene como características fundamentales, la percepción de elección libre, ser un fin en sí mismo y una sensación satisfactoria y gratificante, que no busca un propósito utilitario.

Por último, en el ocio exotélico, se aglutinan aquellas experiencias de ocio que no tienen un fin en sí mismo, sino que se constituyen en un medio para lograr un objetivo, considerado por los practicantes, de mayor importancia. Objetivos que pueden atender al desarrollo social, cultural, educativo o saludable y que configuran las dimensiones de identificación social, consuntiva, educativa, productiva y saludable. Dimensión, esta última, en la que vamos a centrar la discusión de este artículo y en la que el objeto será la salud, como prevención y como rehabilitación.

Al adentrarnos en la conceptualización de las actividades físico-deportivas como vivencias de ocio, éstas son situaciones motrices, lo que deja patente la necesidad e influencia de la intervención corporal en el éxito de la acción. Las situaciones motrices comprenden dos ámbitos: la ergomotricidad y la ludomotricidad y en este estudio nos centramos en el segundo, la ludomotricidad, como término opuesto lingüísticamente a la ergomotricidad, y en el que se incluyen a todas las prácticas motrices realizadas en el tiempo libre.

Profundizando en estas actividades ludomotrices, como actividades de tiempo libre, es preciso detenerse en la categorización desarrollada por Parlebas (2001) que es la que se ha considerado en esta investigación.

La tipificación basada en la presencia o ausencia de criterios, como el reglamento y la institucionalización, diferencia cinco tipos de situaciones motrices: deportes, casi deportes, juegos tradicionales, ejercicios didácticos y actividades libres, y es a todas ellas a las que se atiende en este estudio.

Hoy en día, existen numerosas investigaciones que se han centrado en el individuo como participante, prac-

ticante o usuario de las distintas formas de ocupación del tiempo libre, entre las que se destaca la práctica físico-deportiva. Entre ellas, se ha cotejado una notable cantidad de estudios nacionales y varios extranjeros; algunos de estos últimos son los llevados a cabo por Dumazedier (1964) sobre la ocupación del tiempo libre y el ocio en general, así como los realizados por Duda, Fox, Biddle y Armstrong (1992) y Duda y White (1992) que aportan datos muy relevantes sobre la motivación en las prácticas físico-deportivas de tiempo libre.

Material y método

Para servir al objetivo de conocer la percepción que los profesores de EF, así como los de otras áreas, los padres y los propios jóvenes de ESO, CF y Bachillerato, tienen sobre el ocio físico-deportivo (primera parte de la II fase de nuestra investigación), se ha utilizado una metodología cualitativa a través de una técnica abierta, como es la de los grupos de discusión, con el fin de aportar una mayor profundidad en los resultados finales. De esta manera se busca alcanzar matices y significados de determinados fenómenos sociales que quedan fuera de las técnicas cuantitativas.

Dado que esta II fase de la investigación se desarrolla en las etapas educativas de ESO, CF y Bachillerato se configuraron 4 grupos de discusión: profesores de estas etapas y de Educación Física, profesores de otras áreas, padres y jóvenes. La muestra fue estructural y no estadística bajo criterios de pertenencia. En la configuración de los grupos se respetó unos mínimos de homogeneidad y heterogeneidad, buscando que cada uno de ellos estuviera equilibrado en cuanto al sexo, edad, tipo de contexto (rural/urbano, privado/público), diferentes niveles de práctica físico-deportiva, etc.

Quedaron pues configurados cuatro grupos con 10, 8, 8 y 12 sujetos respectivamente, número ideal defendido por Suárez (2005).

El debate fue incentivado con imparcialidad a través de preguntas abiertas sobre la práctica físico-deportiva.

Todo el discurso quedó registrado en una cinta de audio, previo el consenso de todos los miembros del grupo de discusión, para su posterior transcripción y análisis.

Para el desarrollo del análisis de la investigación, se empleó el programa NUD*IST;² paquete informático que fue específicamente creado para analizar datos

² Programa NUD*IST o Non-numerical Unstructured Data, Index, Searching and Theorising (indexación, búsqueda y teorización de y sobre datos no numéricos y no estructurados).

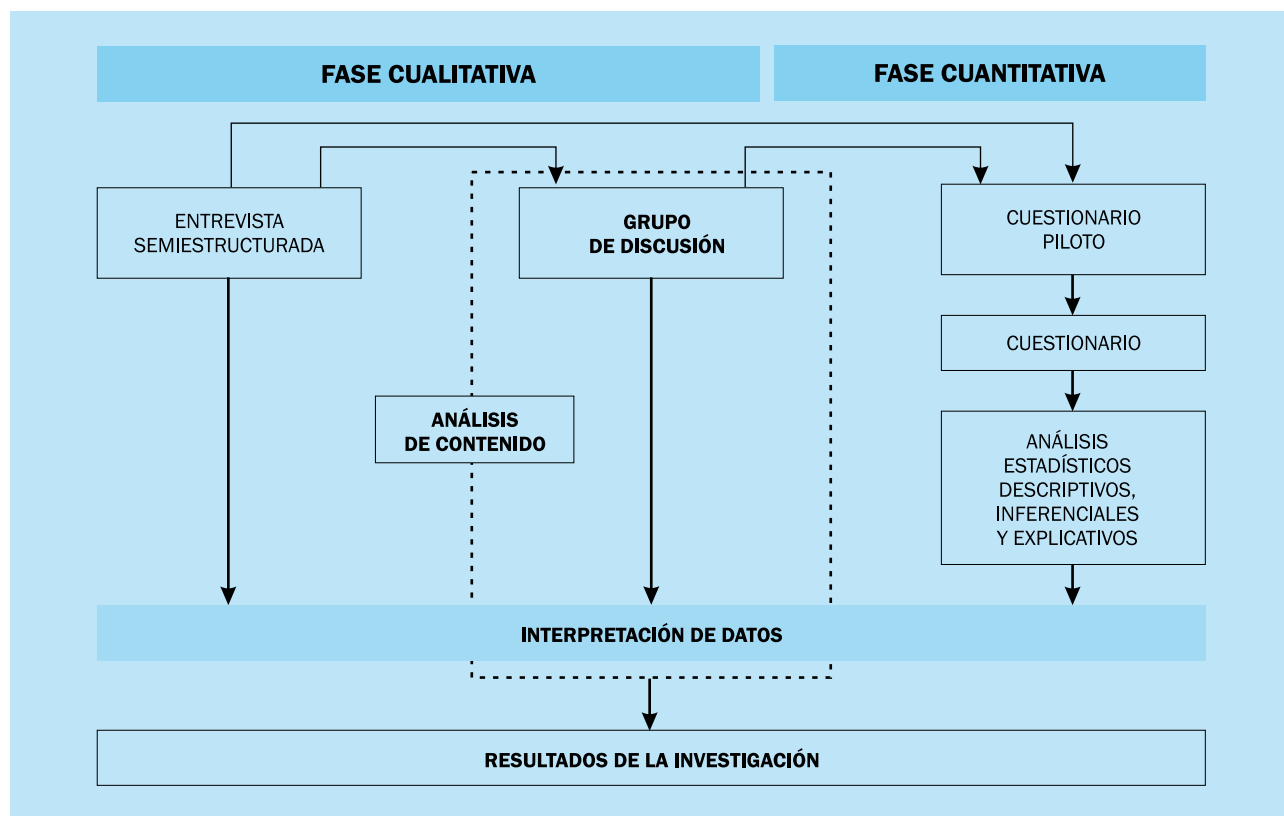


Figura 1

Esquema de la investigación.

cualitativos que se obtienen por medio de instrumentos cualitativos, entre los que destacan la entrevista oral o escrita, las conversaciones, los documentos escritos y los grupos de discusión, entre otros.

La ventaja principal que tiene la aplicación de este programa en el análisis cualitativo de la información, es que permite manejar gran cantidad de documentos textuales comparándolos entre sí de forma resumida, en matrices de intersección, de tal manera que se agilizan las tareas más mecánicas de la investigación, difíciles de realizar de forma manual, en las que habría que invertir tremendos esfuerzos y grandes cantidades de tiempo.

Así pues, el NUD*IST facilita la búsqueda y recuperación de la información de textos y codificaciones y permite trabajar con un número casi ilimitado de categorías y subcategorías.

Pero conozcamos los pasos seguidos en la aplicación de este programa informático.

Como paso previo se hace necesario preparar la información que conforma el cuerpo de la investigación.

Con tal fin, se han transcrito todos los comentarios de cada uno de los cuatro grupos de discusión efectuados, evitando todo tipo de formatos. Posteriormente, se ha guardado cada una de estas cuatro transcripciones en documentos independientes, con formato RTF.

Para comenzar con la aplicación del NUD*IST se ha creado un nuevo proyecto dentro del programa y en él se ha generado una base de datos documental, para lo cual se han importado, los cuatro textos en formato RTF, las cuatro transcripciones de los cuatro grupos de discusión, a dicho proyecto.

A partir de aquí se ha creado un árbol de nodos para agrupar los datos analizados en categorías y subcategorías estableciendo las relaciones jerárquicas entre los conceptos. La construcción del árbol de nodos ha dado comienzo con la creación de dos ramas bien diferenciadas: una para albergar a la categoría demográfica *colectivo* y otra para almacenar las categorías conceptuales o teóricas que se recogen en el siguiente apartado dedicado a los resultados. La primera nos ha permitido organizar la variabilidad del análisis a partir de los distintos

colectivos intervinientes, mientras que las segundas nos permiten describir el fenómeno estudiado.

Para un análisis de la información fructífero la codificación fue realizada de manera exhaustiva y minuciosa efectuando búsquedas a partir de las unidades textuales codificadas o agrupadas en los distintos nodos específicos.

Finalmente, se ha llevado a cabo el análisis e interpretación de la información a partir de las distintas categorías y subcategorías cuyas aportaciones se sintetizan en el apartado de discusión. (Fig. 1)

Resultados

El proceso del análisis ha tenido de sustento dos tipos de categorías: demográfica y conceptuales o teóricas.

Las categorías agrupadas bajo la denominación de demográficas abarcan los colectivos con los que se ha trabajado: jóvenes, padres, profesores de EF y de otras áreas.

Dentro de las categorías denominadas conceptuales o teóricas se establecen las siguientes: *Configuración del Ocio, Influencias, Idiosincrasia y Filosofía subyacente.*

Con la categoría *Configuración del Ocio*, se pretende identificar la práctica físico-deportiva como experiencia de ocio. Para ello se han establecido 4 subcategorías coincidentes con las cuatro coordenadas defendidas por Cuenca (2004): *Autotélico, Exotélico, Nocivo y Ausente.* Cada una de estas cuatro subcategorías se subdivide en otras coincidentes con las dimensiones defendidas por el mismo autor.

Este estudio se va a centrar en la coordenada *Ocio Exotélico* y, en concreto, en su dimensión saludable.

En la *tabla 1* quedan reflejados los resultados obtenidos en cada una de las coordenadas de la categoría *Configuración del Ocio*. Se consignan en el eje de abscisas los valores totales de cada subcategoría conceptual teórica relativa a la *Configuración del Ocio* y en el eje de ordenadas las correspondientes a los distintos *colectivos*.

Se han registrado un total de 135 unidades textuales que hacen referencia a la *Configuración del Ocio*, de las

que el 41% se corresponde con la coordenada autotélica, el 36% con el ocio exotélico y el 13% y el 10% con las coordenadas ausente y nocivo respectivamente. (Fig. 2)

Son los padres-madres los que más perciben este tipo de actividades como experiencias de un ocio exotélico, seguido, de cerca, por los profesores de Educación Física. Esto se traduce con expresiones como (Tabla 2):

Categoría demográfica	Configuración del ocio					
	Colectivo	Total	Autotélico	Exotélico	Nocivo	Ausente
Alumnos		27	8	8	8	3
Padres		44	23	17	2	2
Profesores E.F.		39	17	14	2	6
Profesores otras áreas		25	9	9	1	6
Total		135	57	48	13	17

Tabla 1

Resultados de cada una de las coordenadas de la categoría ocio.

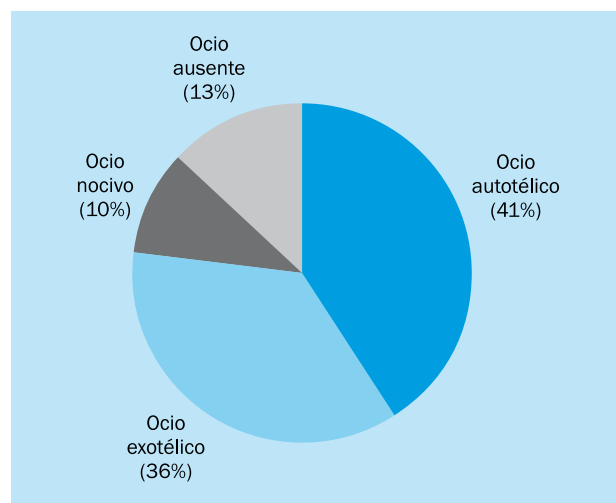


Figura 2

Distribución de las dimensiones del ocio.

Tabla 2
Resultados de las dimensiones del ocio exotélico.

	Productiva	Consuntiva	Educativa	Saludable	Identificación social	Total
Alumnos	1	–	–	6	1	8
Padres	11	–	–	2	4	17
Profesores E.F.	2	–	–	9	3	14
Profesores otras áreas	1	–	1	6	1	9
Total	15	0	1	24	8	48

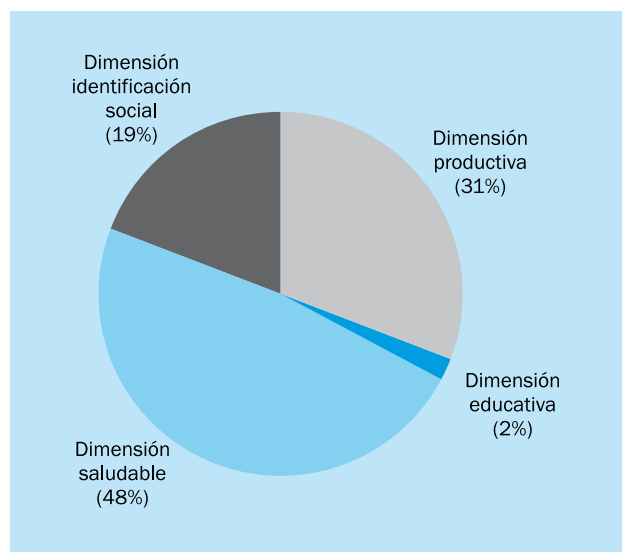


Figura 3

Categorías Inferiores-Dimensiones del Ocio Exotético.

[...] nosotros intentamos que practiquen deporte o hacer planes físico-deportivos orientados hacia la salud siempre, lógicamente (Colectivo Profesores de Educación Física).

La mayor frecuencia de citas, que nuestros colectivos presentan en la subcategoría del ocio exotético, la encontramos en la dimensión terapéutica-saludable del ocio físico-deportivo, presentando un 50% de la unidades textuales registradas en el ocio exotético. (Fig. 3)

En relación con los colectivos analizados, son los profesores de Educación Física, seguidos por los profesores de otras áreas y por los jóvenes estudiantes, quienes perciben un carácter predominantemente saludable de las actividades físico-deportivas, frente al carácter productivo que predomina en el colectivo de padres.

Consideraciones finales y conclusiones

La práctica físico-deportiva, entendida como experiencia de ocio saludable, es percibida entre los colectivos analizados, con un matiz más preventivo de la salud de nuestros jóvenes, que de rehabilitación.

Observamos que dentro de ese aspecto preventivo, unos buscan más los efectos físicos y psicológicos que aporta la práctica físico-deportiva, es el caso de los profesores de Educación Física y profesores de otras áreas, constatado con expresiones como:

Los chavales lo primero que tienen que meterse en la cabeza es que hacer deporte, hacer ejercicio físico, es bue-

no para su salud y su calidad de vida (Colectivo de profesores de Educación Física).

[...] hacer deporte, hacer actividad física porque es sano, porque es saludable, bueno para su desarrollo, sin buscar otro objetivo (Colectivo de profesores de Educación Física).

[...] evitar el sedentarismo, tienen que hacer una actividad deportiva, tienen que moverse (Colectivo de profesores de otras Áreas).

[...] les digo (a los padres): "no le quite usted el deporte, que es su válvula de escape, que es su salida" (Colectivo de profesores de otras Áreas).

Otros ven la dimensión saludable como escape o argumento para apartarse de otros hábitos nocivos y perjudiciales para la salud presente en la sociedad de hoy e intensificado en el contexto juvenil. Esta apreciación es más notable en el colectivo de alumnos y de padres, con expresiones como:

[...] una práctica deportiva que es sana y te evita, o por lo menos te ayuda a evitar ese tipo de caminos (fumar, beber, otro tipo de drogas). (Colectivo de alumnos).

Mucha gente le motiva hacer deporte, yo he estado muchos años en el fútbol, y gente reventada con 12 años, fumando porros y de todo, y ellos querían ir al fútbol para limpiarse los pulmones y todo eso. (Colectivo de alumnos).

Los chavales que practican deporte, no pueden estar metiéndose cosas (tabaco, alcohol, drogas) aunque beben, mi hijo bebe algo. Entonces son conscientes de que no pueden estar metiéndose cosas malas para el cuerpo (Colectivo de Padres).

El análisis de contenido realizado sobre los grupos de discusión mantenidos en esta investigación ha servido para delimitar las principales variables que han guiado la elaboración del cuestionario, instrumento utilizado en la segunda fase del estudio. Asimismo servirá para realzar las conclusiones generales del estudio.

A la vista de la percepción que los distintos colectivos han manifestado sobre la práctica físico-deportiva de los jóvenes, las variables que se han controlado están referidas, por una parte, a las cuatro coordenadas del ocio físico-deportivo, de ahí que ha interesado constatar la vivencia del ocio físico-deportivo como disfrute, desarrollo personal, contacto con la naturaleza, implicación desinteresada y voluntaria o como participación en eventos físico-deportivos; pero también nuestro interés se ha visto orientado hacia la práctica físico deportiva como desarrollo de la identidad o como consumo o como medio terapéutico y de prevención, de salud y calidad de vida, de ocio formativo y educativo, sin olvi-

darnos de la vivencia de otras experiencias negativas o del aburrimiento provocado por la ausencia de práctica, etc. Somos conscientes de que estas manifestaciones forman parte inherente del ocio en general y, en particular, nos interesa constatarlo en el ocio físico-deportivo.

A la luz de los resultados, se considera relevante destacar como conclusiones de este trabajo:

- La evidencia sobre la importancia que conceden todos los colectivos a la dimensión saludable de la práctica físico-deportiva.
- La dimensión saludable es percibida por los alumnos, profesores y padres más desde el punto de vista preventivo que rehabilitador.
- La prevención se estima desde dos vertientes diferentes, avaladas por distintos colectivos. Los padres y alumnos fundamentan el espíritu saludable del ocio físico-deportivo desde una vertiente sustitutiva de hábitos nocivos, mientras que profesores de Educación Física y de otras Áreas, sustentan el poder saludable como un fin propio de las prácticas físico-deportivas. (Fig. 4)

Los resultados obtenidos pueden ayudar a elevar la consideración de la dimensión saludable de la práctica físico-deportiva y fomentar su inclusión en los programas escolares y extraescolares. Cultivando la salud, favorecemos el desarrollo pleno del individuo.

Corroborada, asimismo, la importancia que concede la familia a este ámbito, y siendo ella el principal agente educativo, sería positivo incluir en las Escuelas de Padres temarios referentes al fomento de actitudes positivas hacia la actividad físico-deportiva de sus hijos, como espacio de fomento de hábitos saludables.

Se considera necesario seguir profundizando en este tema, analizando los valores implícitos en la práctica físico-deportiva de los jóvenes riojanos a través del análisis de las actitudes y pautas de comportamiento que muestran los mismos. Uno de estos valores es el de la Salud. Los resultados nos ofrecerán conclusiones que pueden enriquecer las ya obtenidas.

Bibliografía

- Blasco, T.; Capdevila, L.; Cruz, J.; Pintanel, M. y Valiente L. (1996). Evolución de los patrones de actividad física en estudiantes universitarios. *Revista de psicología del deporte* (9-10), 51-63.
- Casares, J. (1994). *Diccionario ideológico de la Lengua Española*. Barcelona: Gil y Gaya, S.A.

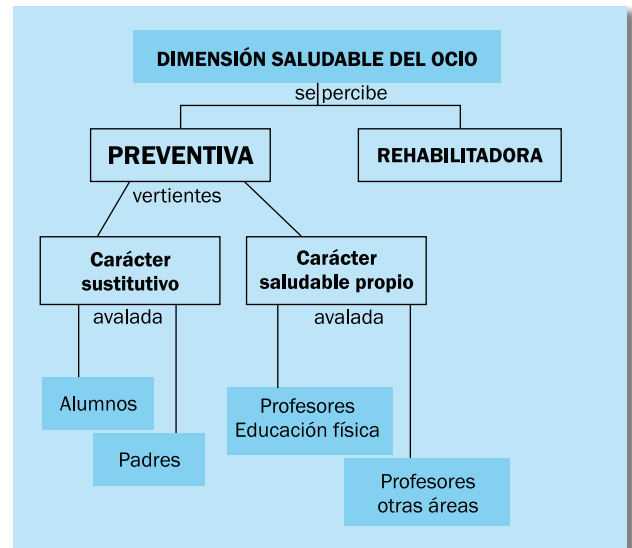


Figura 4

Percepción de la dimensión saludable.

- Constitución Española (1978). Capítulo Tercero. De los principios rectores de la política social y económica. *Artículo 43.1*.
- Cuenca Cabeza, M. (2004). *Pedagogía del Ocio: Modelos y Propuestas*. Bilbao: Universidad de Deusto.
- Duda, J. L.; Fox, K. R.; Biddle, S. J. H. y Armstrong, N. (1992). Childrens' achievement goals and beliefs about success in sport. *British journal of educational pshychology* (62), 313-323.
- Duda, J. L. y White, S. A. (1992). Goal orientations and beliefs about the causes of sport success among elite skiers. *The sport psychologist* (6) 334-343.
- Dumazedier, J. (1964). *Hacia una civilización del ocio*. Barcelona: Estela.
- Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación. (BOE núm. 106, de 4 mayo).
- Organización Mundial de la Salud: <http://www.who.int>.
- Organización Mundial de la Salud y los Objetivos de Desarrollo del Milenio: <http://www.who.int/mdg/es/Organización Mundial de la Salud>; acerca de la OMS: <http://www.who.int/about/es/>
- Parlebas, P. (2001). *Juegos, deporte y sociedad. Léxico de praxiología motriz* (trad.: F. González del Campo Román). Barcelona: Paidotribo.
- Perea, R.; Quintana, J. M.; Murga, M. A.; Limón, M. R. y Corbella, M. (1997) (Edición restringida). *Curso de Educación para la Salud: Fundamentos y justificación de la Educación para la Salud*. Madrid: UNED-FUE.
- Perea, R.; Bouché, H.; Vázquez, B.; Calderón, F. J.; Garrido, G.; Fuentes, F.; Fontecha, C. y García, M. I. (2000). *Curso de Educación para la Salud: Educación para la salud y actividad física*. Madrid: UNED-FUE.
- Real Academia Española (2001). *Diccionario de la Lengua Española*. Madrid: Espasa Calpe
- Sanz, E. y Ponce de León, A. (2005). La necesidad de educar la dimensión del ocio físico-deportivo. Propuesta surgida de un estudio centrado en la comunidad universitaria. *Tándem: Didáctica de la Educación Física* (20), 73-88.
- Suárez Ortega, M. (2005). *El grupo de discusión. Una herramienta para la investigación cualitativa*. Barcelona: Laertes.