

# Promoción de la condición física y salud a través de la mención de Educación Física: las #Olimprimarias

GID Procesos y contextos

Vílchez, M. P.<sup>1</sup>; Sánchez, S.<sup>2</sup>; De Francisco, C.<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Universidad Católica de Murcia.

<sup>2</sup>Universidad de Burgos

Departamento de CC de la Educación



## Introducción

La obesidad infantil es la nueva epidemia del s. XXI según la OMS (2006). Cada vez los niños en edad escolar practican menos actividad física y llevan un estilo de vida menos saludable. Los alumnos del grado de primaria deben ser no solo conscientes de ello, sino llevar a cabo durante su formación actividades que les permitan aprender de esta promoción de la condición física y la salud en la edad escolar. El objetivo principal de este trabajo es analizar el autoconcepto físico en estos alumnos para orientar la promoción de la actividad física y salud en su contexto cercano a través de un evento físico-deportivo.

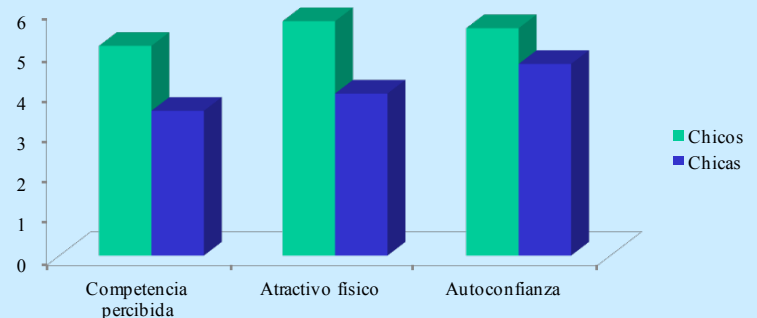
## Métodos

La muestra estuvo compuesta por 24 estudiantes de segundo curso del grado de educación primaria, con una media de 21 años de edad ( $\pm 2,55$  años). La mayoría eran chicas (79,8 %) con respecto a los chicos (20,2 %). Un 50 % practicaba deportes como fútbol, atletismo, pádel o bailes, pero solo un 8,3 % estaba federado en algún deporte respecto al 91,7 % de no federados. El instrumento utilizado fue la Escala de Autoconcepto físico para jóvenes (C-PSQ; Moreno et al., 2007). El análisis de datos se realizó con el paquete estadístico SPSS.

## Resultados

La competencia percibida fue mayor en chicos con una media de  $5.1 (\pm 1.8; p=.002)$  que en chicas ( $3.52 \pm 0.98; p<.001$ ). En el atractivo físico también se encontraron diferencias significativas por género, en chicos  $5.7 \pm 2.4 (p=.011)$  y en chicas  $3.94 \pm 1.24 (p<.001)$ . La autoconfianza en chicos fue de  $5.53 \pm 0.80 (p=.018)$  y en chicas  $4.66 \pm 1.31 (p=0.96)$ . En general, el autoconcepto observado fue mayor en chicos que en chicas, con diferencias significativas.

Autoconcepto físico en función del género



## Discusión

La competencia percibida fue mayor en chicos que en chicas, coincidiendo con todos los estudios consultados sobre esta variable a lo largo de las últimas décadas (Vílchez y Ruiz-Juan, 2016). En el atractivo físico también fue mayor en chicos que en chicas, al igual que la autoconfianza aunque en chicas no se encontraron diferencias significativas. En general, el autoconcepto es mejor percibido por los chicos que por las chicas y se requiere una labor de mejora del autoconcepto a través de la actividad física y el deporte en el género femenino. Desde las clases de Educación Física, el objetivo primordial debe ser que estos escolares no pierdan la motivación intrínseca y asienten unos hábitos activos y saludables que puedan mantenerse a lo largo de su vida. Por tanto, la actividad propuesta innovadora para el trabajo del autoconcepto será un evento llamado #Olimprimarias (utilizando este hashtag en twitter) para la promoción de la actividad física y salud, siendo conscientes de la importancia de llevar a cabo estas tareas de promoción. El evento consiste en los siguientes pasos a grandes rasgos: 1. Búsqueda bibliográfica sobre estilos de vida de los escolares, hábitos y programas de promoción desarrollados (nacionales e internacionales), 2. Asignación de tareas de los alumnos para el evento, 3. Síntesis de las características y necesidades de los hábitos de los escolares, 4. Resumen de los principales programas de promoción analizados, destacando puntos fuertes y débiles, 5. Organización de las actividades físico-deportivas a desarrollar en el evento, así como la previsión de material, supervisión y clasificación de las pruebas realizadas, Cada grupo de alumnos se encargará de su prueba, tanto en la planificación, puesta en marcha, publicación de clasificaciones y análisis del proceso de desarrollo.

## Referencias

Moreno, J. A., Cervelló, E., Vera, J. A., y Ruiz, L. M. (2007). Physical self-concept of Spanish schoolchildren: Differences by gender, sport practicing and levels of sport involvement. *Journal of Education and Human Development*, 1(2). Disponible en: <http://www.scientificjournals.org/journals2007/articles/1180.pdf>