

### 3. ANÁLISIS DE LOS MOTIVOS DE PRÁCTICA

#### 3.1. RESULTADOS SEGÚN LA OPINIÓN QUE TIENEN DE SÍ MISMOS

Se consideraron variables dependientes los motivos de los encuestados para justificar su relación con las actividades físico-deportivas desarrolladas en su tiempo libre, es decir, las motivaciones de los universitarios que practican actividades físico-deportivas, las motivaciones de los universitarios que nunca han practicado ningún tipo de actividad físico-deportiva, y los motivos de los alumnos que manifiestan haber practicado deporte con anterioridad durante su tiempo libre, pero que en la actualidad han dejado de practicarlo. Correspondiendo la variable independiente a las opiniones que tienen los alumnos universitarios de sí mismos respecto a la práctica de actividades físicas o deportes.

##### **3.1.1. No se me da bien la práctica deportiva**

Los practicantes de actividades físico-deportivas que opinan que se les da bien la práctica, se sienten motivados porque les gusta competir (24,9%) ( $p<.001$ ), les gusta superarse (36,3%) ( $p<.001$ ), para relacionarse y conocer gente (38,1%) ( $p<.05$ ), porque les gusta estar en forma (72,2%) ( $p<.01$ ), y para liberar la energía y las tensiones acumuladas (66,2%) ( $p<.01$ ), mientras que todos los practicantes a los que no se les da bien la práctica deportiva rechazan estas motivaciones (93,6%, 83,3%, 75,6%, 47,4% y 50%, respectivamente), tal y como se observa en la tabla 68.

Entre los que nunca han practicado actividades físico-deportivas durante su tiempo libre, encontramos alumnos que consideran que no se les da bien la práctica por lo que citan como motivación que el deporte no se les da bien (55,6%) ( $p<.001$ ), frente a aquellos que opinan que se les da bien la práctica y que, sin embargo, se consideran demasiado mayores para practicar (2,5%) ( $p<.05$ ).

Los alumnos que han abandonado la práctica en la actualidad y que consideran que no se les da bien, justifican su decisión por la edad (7,2%) ( $p<.05$ ), por las malas experiencias en prácticas anteriores (8,7%) ( $p<.01$ ), y porque dejó de interesarles (24,6%) ( $p<.001$ ). No obstante, para aquellos alumnos a los que se les da bien la práctica, aunque en la actualidad no realizan actividad física, la falta de asociaciones para realizar deporte a nivel de ocio es la principal causa de abandono (12%) ( $p<.05$ ).

**Tabla 68. Distribución porcentual, total,  $\chi^2$  y p valor de la opinión de los universitarios a los que no se les da bien la práctica deportiva.**

<b>Motivaciones físico-deportivas</b>	<b>Sí</b>		<b>No</b>		<b>Total</b>	<b><math>\chi^2</math></b>	<b>p</b>
	(%)	Residuo	(%)	Residuo	(%)		
<b>Practicantes de actividades físicas</b>							
Porque me gusta competir							
Sí	6,4	- 3,7	24,9	3,7	23	13,495	.000
No	93,6	3,7	75,1	- 3,7	77		
Porque me gusta superarme							
Sí	16,7	- 3,5	36,3	3,5	34,4	12,043	.000
No	83,3	3,5	63,7	- 3,5	65,6		
Para relacionarme y conocer gente							
Sí	24,4	- 2,4	38,1	2,4	36,8	5,749	.018
No	75,6	2,4	61,9	- 2,4	63,2		
Porque me gusta estar en forma							
Sí	52,6	- 3,6	72,2	3,6	70,3	13,021	.001
No	47,4	3,6	27,8	- 3,6	29,7		
Para liberar energía y tensiones							
Sí	50	- 2,8	66,2	2,8	64,6	8,068	.006
No	50	2,8	33,8	- 2,8	35,4		
<b>No practicantes de actividad física</b>							
Por considerarse demasiado mayor							
Sí	,0	- 1,7	2,5	1,7	1	2,993	.048
No	100	1,7	97,5	- 1,7	99		
Porque el deporte no se me da bien							
Sí	55,6	6,1	12,7	- 6,1	38,3	36,735	.000
No	44,4	- 6,1	87,3	6,1	61,7		
<b>Han abandonado la actividad física</b>							
Por la edad							
Sí	7,2	2,1	3,1	- 2,1	4,2	4,271	.048
No	92,8	- 2,1	96,9	2,1	95,8		
Por la falta de asociaciones de ocio							
Sí	5,8	- 2	12	2	10,3	4,183	.049
No	94,2	2	88	- 2	89,7		
Por malas experiencias anteriores							
Sí	8,7	3,1	2,6	- 3,1	4,2	9,331	.005
No	91,3	- 3,1	97,4	3,1	95,8		
Porque dejó de interesarme							
Sí	24,6	4	10,7	- 4	14,4	16,081	.000
No	75,4	- 4	89,3	4	85,6		

### **3.1.2. Me siento competente para la práctica de la actividad física y el deporte**

Tal y como figura en la tabla 69, los practicantes que opinan que son competentes en la realización de actividades físico-deportivas, eligen como motivos de práctica el gusto por la competición (29,3%) ( $p < .001$ ), el gusto por superarse (40,7%) ( $p < .001$ ), el hecho de relacionarse y conocer gente (40,2%) ( $p < .05$ ), por diversión y pasar el tiempo (63,2%) ( $p < .05$ ), porque les gusta estar en forma (75%) ( $p < .01$ ), para liberar las tensiones acumuladas (70,2%) ( $p < .001$ ), y por los beneficios que tiene el ejercicio para la salud (72,5%) ( $p < .05$ ). Opinión totalmente contraria a la de los practicantes que no se sienten competentes para

la práctica de actividades físicas o deportes, con valores del 84,9%, 73,5%, 67,5%, 45,3%, 35,6%, 42,5% y 32,8%.

**Tabla 69. Distribución porcentual, total,  $\chi^2$  y p valor de la opinión de los universitarios que se sienten competentes para la práctica.**

<b>Motivaciones físico-deportivas</b>	<b>Sí</b>		<b>No</b>		<b>Total</b>	<b><math>\chi^2</math></b>	<b>p</b>
	(%)	Residuo	(%)	Residuo	(%)		
<b>Practicantes de actividades físicas</b>							
Porque me gusta competir							
Sí	29,3	4,7	15,1	- 4,7	23	22,092	.000
No	70,7	- 4,7	84,9	4,7	77		
Porque me gusta superarme							
Sí	40,7	4,2	26,5	- 4,2	34,4	17,415	.000
No	59,3	- 4,2	73,5	4,2	65,6		
Para relacionarme y conocer gente							
Sí	40,2	2,2	32,5	- 2,2	36,8	5,041	.026
No	59,8	- 2,2	67,5	2,2	63,2		
Por diversión y pasar el tiempo							
Sí	63,2	2,4	54,7	- 2,4	59,4	5,824	.016
No	36,8	- 2,4	45,3	2,4	40,6		
Porque me gusta estar en forma							
Sí	75	3,2	64,4	- 3,2	70,3	10,530	.001
No	25	- 3,2	35,6	3,2	29,7		
Para liberar energía y tensiones							
Sí	70,2	3,7	57,5	- 3,7	64,6	13,722	.000
No	29,8	- 3,7	42,5	3,7	35,4		
Por los beneficios para la salud							
Sí	72,5	1,6	67,2	- 1,6	70,2	2,584	.049
No	27,5	- 1,6	32,8	1,6	29,8		
<b>No practicantes de actividad física</b>							
Por falta de medios económicos							
Sí	12,9	1,9	4,2	- 1,9	5,6	3,695	.046
No	87,1	- 1,9	95,8	1,9	94,4		
Falta de instalaciones y horarios							
Sí	41,9	3,1	17	- 3,1	20,9	9,833	.003
No	58,1	- 3,1	83	3,1	79,1		
Porque el deporte no se me da bien							
Sí	6,5	- 4	44,2	4	38,3	15,777	.000
No	93,5	4	55,8	- 4	61,7		
Porque los amigos no practican							
Sí	22,6	1,9	10,3	- 1,9	12,2	3,661	.049
No	77,4	- 1,9	89,7	1,9	87,8		
Por falta de interés							
Sí	35,5	- 1,9	53,9	1,9	51	3,557	.049
No	64,5	1,9	46,1	- 1,9	49		
<b>Han abandonado la actividad física</b>							
Por la edad							
Sí	2,4	- 1,7	5,4	1,7	4,2	2,867	.049
No	97,6	1,7	94,6	- 1,7	95,8		
Porque no existe estímulo familiar							
Sí	8,1	2,5	3,2	- 2,5	5,2	6,233	.015
No	91,9	- 2,5	96,8	2,5	94,8		
Porque dejó de interesarme							
Sí	9,6	- 2,6	17,6	2,6	14,4	6,523	.011
No	90,4	2,6	82,4	- 2,6	85,6		

Los estudiantes que nunca han practicado aunque se sienten competentes para la práctica (tabla 69), explican su falta de motivación por la carencia de instalaciones y horarios adecuados (41,9%) ( $p < .01$ ) y porque los amigos no practican deporte (22,6%) ( $p < .05$ ). Mientras que, para los que no se sienten competentes, los motivos por los que no practican debemos buscarlos en que el deporte nunca se les dio bien (44,2%) ( $p < .001$ ) y en la falta de interés (53,9%) ( $p < .05$ ).

La falta de apoyo y estímulo familiar (8,1%) es el motivo que influyó en la decisión de los alumnos que se sienten competentes para la práctica, a la hora de abandonar la práctica físico-deportiva en la actualidad. Sin embargo, los estudiantes que no se sienten competentes manifestaron que la edad (5,4%) y la falta de interés (17,6%) fueron los principales motivos de abandono ( $p < .05$ ).

### ***3.1.3. Los demás piensan que soy coordinado cuando practico actividad física o deporte***

Observando la tabla 70, comprobamos que para los practicantes que piensan que son coordinados ante los demás ( $p < .05$ ), los motivos de práctica se centran en relacionarse y conocer gente (43,9%), porque está de moda (2,8%) y liberar la energía y las tensiones acumuladas durante el resto del día (72%).

Los universitarios que nunca han practicado actividades físico-deportivas pero que se sienten coordinados ante los ojos de los demás, explican que el tiempo que quita para el estudio (87,5%) y los motivos de salud (12,5%) son las principales motivaciones por las que no practican ( $p < .05$ ).

En cuanto a los alumnos que en la actualidad no practican actividades físico-deportivas a pesar de sentirse coordinados, los motivos de abandono son la falta de instalaciones deportivas adecuadas o cercanas al domicilio (46,5%) ( $p < .01$ ) y la falta de asociaciones para realizar deporte a nivel de ocio (20,9%) ( $p < .05$ ).

**Tabla 70. Distribución porcentual, total,  $\chi^2$  y p valor de la opinión de los universitarios que piensan que son coordinados para los demás.**

Motivaciones físico-deportivas	Sí		No		Total	$\chi^2$	p
	(%)	Residuo	(%)	Residuo	(%)		
<b>Practicantes de actividades físicas</b>							
Para relacionarme y conocer gente							
Sí	43,9	1,6	35,7	- 1,6	36,8	2,710	.049
No	56,1	- 1,6	64,3	1,6	63,2		
Porque está de moda						5,194	.046
Sí	2,8	2,3	,6	- 2,3	,9		
No	97,2	- 2,3	99,4	2,3	99,1		
Para liberar la energía y tensiones						2,932	.049
Sí	72	1,7	63,5	- 1,7	64,6		
No	28	- 1,7	36,5	1,7	35,4		
<b>No practicantes de actividad física</b>							
Porque quita tiempo para el estudio						4,441	.045
Sí	87,5	2,1	49,5	- 2,1	51		
No	12,5	- 2,1	50,5	2,1	49		
Por motivos de salud						2,504	.049
Sí	12,5	1,6	2,7	- 1,6	3,1		
No	87,5	- 1,6	97,3	1,6	96,9		
<b>Han abandonado la actividad física</b>							
Falta de instalaciones adecuadas						7,800	.008
Sí	46,5	2,8	26,5	- 2,8	28,2		
No	53,5	- 2,8	73,5	2,8	71,8		
Falta de asociaciones de ocio						5,661	.031
Sí	20,9	2,4	9,4	- 2,4	10,3		
No	79,1	- 2,4	90,6	2,4	89,7		

### 3.1.4. Domino con eficacia la práctica de actividades físicas o deportes

Para los practicantes que dominan con eficacia la práctica físico-deportiva (tabla 71), las motivaciones debemos buscarlas en el gusto por competir (38,2%) ( $p < .001$ ), el gusto por superarse (47,6%) ( $p < .001$ ), en relacionarse y conocer gente (46%) ( $p < .001$ ), por diversión y pasar el tiempo (63,5%) ( $p < .05$ ), porque les gusta estar en forma (80,2%) ( $p < .001$ ), y por los beneficios para la salud (78,2%) ( $p < .01$ ). Mientras que, aquellos practicantes que no dominan la práctica van a mostrarse disconformes con estas motivaciones (84%, 71,8%, 67,5%, 42,5%, 34,3% y 33,6%, respectivamente).

Los universitarios que nunca han practicado aunque consideran que dominan la ejecución de actividades físicas y deportes, enumeran como motivos por los que no practican, las dificultades de acceso al deporte (20%) y los motivos de salud (20%), frente a los estudiantes que no consideran que dominan la práctica, que alegan como motivos de su comportamiento físico-deportivo el hecho de salir cansado del trabajo y/o clase (40,8%).

Finalmente, los alumnos que han abandonado la práctica aunque sienten que la dominan con eficacia, explican como principal causa de su actitud: los

problemas de salud (15,1%). Sin embargo, para los que no dominan la práctica de actividades físicas, los motivos de abandono se centran en los problemas económicos (10,9%) y la pérdida de interés (15,4%).

**Tabla 71. Distribución porcentual, total,  $\chi^2$  y p valor de la opinión de los universitarios que dominan con eficacia la práctica deportiva.**

<b>Motivaciones físico-deportivas</b>	<b>Sí</b>		<b>No</b>		<b>Total</b>	<b><math>\chi^2</math></b>	<b>p</b>
	(%)	Residuo	(%)	Residuo	(%)		
<b>Practicantes de actividades físicas</b>							
Porque me gusta competir							
Sí	38,2	6,9	16	- 6,9	23	47,995	.000
No	61,8	- 6,9	84	6,9	77		
Porque me gusta superarme							
Sí	47,6	5,4	28,2	- 5,4	34,4	28,699	.000
No	52,4	- 5,4	71,8	5,4	65,6		
Para relacionarme y conocer gente							
Sí	46	3,7	32,5	- 3,7	36,8	13,586	.000
No	54	- 3,7	67,5	3,7	63,2		
Por diversión y pasar el tiempo							
Sí	63,5	1,6	57,5	- 1,6	59,4	2,545	.049
No	36,5	- 1,6	42,5	1,6	40,6		
Porque me gusta estar en forma							
Sí	80,2	4,2	65,7	- 4,2	70,3	17,245	.000
No	19,8	- 4,2	34,3	4,2	29,7		
Por los beneficios para la salud							
Sí	78,2	3,4	66,4	- 3,4	70,2	11,335	.001
No	21,8	- 3,4	33,6	3,4	29,8		
<b>No practicantes de actividad física</b>	(%)	Residuo	(%)	Residuo	(%)	$\chi^2$	p
Es difícil acceder al deporte							
Sí	20	2,5	2,1	- 2,5	2,6	6,284	.042
No	80	- 2,5	97,9	2,5	97,4		
Por salir cansado del trabajo / clase							
Sí	,0	- 1,8	40,8	1,8	39,8	3,392	.048
No	100	1,8	59,2	- 1,8	60,2		
Por motivos de salud							
Sí	20	2,2	2,6	- 2,2	3,1	4,961	.045
No	80	- 2,2	97,4	2,2	96,9		
<b>Han abandonado la actividad física</b>	(%)	Residuo	(%)	Residuo	(%)	$\chi^2$	p
Por problemas económicos							
Sí	4,1	- 1,8	10,9	1,8	10	3,240	.047
No	95,9	1,8	89,1	- 1,8	90		
Por problemas de salud							
Sí	15,1	1,6	8,9	- 1,6	9,8	2,703	.049
No	84,9	- 1,6	91,1	1,6	90,2		
Porque dejó de interesarme							
Sí	8,2	- 1,6	15,4	1,6	14,4	2,608	.048
No	91,8	1,6	84,6	- 1,6	85,6		

### 3.2. RESULTADOS SEGÚN EL CONCEPTO DE PRÁCTICA FÍSICO-DEPORTIVA

Para el análisis de los resultados se han cruzado como variables dependientes, los motivos de los alumnos para justificar su relación con las

actividades físico-deportivas desarrolladas en su tiempo libre, y como variables independientes, las opiniones que tienen los universitarios de lo que es el deporte.

### 3.2.1. El deporte es salud

En la tabla 72, los practicantes que opinan que el deporte es salud, nombran como motivos de práctica mejorar su imagen y aspecto físico (53,7%) ( $p < .001$ ), que les gusta estar en forma (72,8%) ( $p < .01$ ), la necesidad de liberar las tensiones acumuladas durante el día (67,8%) ( $p < .001$ ), y los beneficios que se obtienen para la salud (75,3%) ( $p < .001$ ). Mientras que aquellos que no consideran que el deporte es salud, se van a decantar por los motivos vinculados al gusto por competir (28,9%) ( $p < .05$ ).

**Tabla 72. Distribución porcentual, total,  $\chi^2$  y p valor de la opinión de los universitarios de que el deporte es salud.**

<b>Motivaciones físico-deportivas</b>	<b>Sí</b>		<b>No</b>		<b>Total</b>	<b><math>\chi^2</math></b>	<b>p</b>
	(%)	Residuo	(%)	Residuo	(%)		
<b>Practicantes de actividades físicas</b>							
Porque me gusta competir							
Sí	21,8	- 1,8	28,9	1,8	23	3,144	.048
No	78,2	1,8	71,1	- 1,8	77		
Para mejorar mi imagen							
Sí	53,7	4,2	33,8	- 4,2	50,3	17,870	.000
No	46,3	- 4,2	66,2	4,2	49,7		
Porque me gusta estar en forma							
Sí	72,8	3,4	58,1	- 3,4	70,3	11,711	.001
No	27,2	- 3,4	41,9	3,4	29,7		
Para liberar las tensiones							
Sí	67,8	4,1	49,3	- 4,1	64,6	16,894	.000
No	32,2	- 4,1	50,7	4,1	35,4		
Por los beneficios para la salud							
Sí	75,3	6,9	45,6	- 6,9	70,2	47,386	.000
No	24,7	- 6,9	54,4	6,9	29,8		
<b>No practicantes de actividad física</b>	(%)	Residuo	(%)	Residuo	(%)	$\chi^2$	p
Porque quita tiempo para el estudio							
Sí	55	2	38,3	- 2	51	4,005	.045
No	45	- 2	61,7	2	49		
Han abandonado la actividad física	(%)	Residuo	(%)	Residuo	(%)	$\chi^2$	p
Falta de instalaciones adecuadas							
Sí	31,3	2,8	18	- 2,8	28,2	8,073	.004
No	68,8	- 2,8	82	2,8	71,8		
Por falta de tiempo libre							
Sí	67	1,9	57,4	- 1,9	64,8	3,793	.049
No	33	- 1,9	42,6	1,9	35,2		
Falta de asociaciones de ocio							
Sí	12	2,2	4,9	- 2,2	10,3	5,055	.026
No	88	- 2,2	95,1	2,2	89,7		

Cuando encuestamos a los alumnos que no practican ninguna actividad físico-deportiva en su tiempo libre, observamos que los que opinan que el deporte

es salud van a justificar la ausencia de práctica porque el deporte quita tiempo para el estudio (55%), frente a la respuesta contraria de los que piensan que el deporte no es salud (61,7%) ( $p < .05$ ).

Para los que han abandonado la práctica física en el tiempo libre a pesar de estar de acuerdo con la idea de que el deporte es salud, los motivos de abandono seleccionados son la falta de instalaciones deportivas adecuadas o cercanas al domicilio (31,3%) ( $p < .01$ ), la falta de tiempo libre (67%) ( $p < .05$ ), y la falta de asociaciones para realizar deporte a nivel de ocio (12%) ( $p < .05$ ).

### **3.2.2. El deporte es una válvula de escape**

Analizando los datos de la tabla 73, los practicantes que consideran que el deporte es una válvula de escape se sienten motivados hacia la práctica porque les gusta superarse (40,2%) ( $p < .001$ ), para relacionarse y conocer gente (40,5%), por diversión y pasar el tiempo (68,4%) ( $p < .001$ ), para mejorar su imagen y aspecto físico (53,3%), y para liberar la energía y las tensiones cotidianas (77,4%) ( $p < .001$ ).

Cuando hablamos de los alumnos que nunca han practicado ninguna actividad físico-deportiva, observamos diferencias significativas ( $p < .05$ ), comprobando que los que están a favor de que el deporte sea una válvula de escape no practican por la falta de apoyo y tradición familiar (18,9%), porque el deporte no se les da bien (47,2%), porque los amigos no practican (18,9%) y por falta de interés (66%), mientras que, los que están en contra de que el deporte sea una válvula de escape no practican por la falta de instalaciones y horarios adecuados (24,5%).

Por otra parte, los que han abandonado la práctica aunque consideran que el deporte es una válvula de escape, citan como motivos de abandono que no existe un apoyo y estímulo familiar (7,3%) ( $p < .05$ ), que los estudios le exigen demasiado (63,1%) ( $p < .05$ ), y que los amigos dejaron de practicar (17%) ( $p < .01$ ).



**Tabla 73. Distribución porcentual, total,  $\chi^2$  y p valor de la opinión de los universitarios de que el deporte es una válvula de escape.**

<b>Motivaciones físico-deportivas</b>	<b>Sí</b>		<b>No</b>		<b>Total</b>	<b><math>\chi^2</math></b>	<b>p</b>
	(%)	Residuo	(%)	Residuo	(%)		
<b>Practicantes de actividades físicas</b>							
Porque me gusta superarme							
Sí	40,2	3,8	27,4	- 3,8	34,4	14,270	.000
No	59,8	- 3,8	72,6	3,8	65,6		
Para relacionarme y conocer gente							
Sí	40,5	2,3	32,4	- 2,3	36,8	5,476	.022
No	59,5	- 2,3	67,6	2,3	63,2		
Por diversión y pasar el tiempo							
Sí	68,4	5,6	48,8	- 5,6	59,4	31,325	.000
No	31,6	- 5,6	51,2	5,6	40,6		
Para mejorar mi imagen							
Sí	53,3	1,8	46,8	- 1,8	50,3	3,257	.045
No	46,7	- 1,8	53,2	1,8	49,7		
Para liberar las tensiones							
Sí	77,4	8,2	49,3	- 8,2	64,6	67,928	.000
No	22,6	- 8,2	50,7	8,2	35,4		
<b>No practicantes de actividad física</b>							
Por falta de apoyo familiar							
Sí	18,9	1,6	10,5	- 1,6	12,8	2,439	.048
No	81,1	- 1,6	89,5	1,6	87,2		
Falta de instalaciones y horarios							
Sí	11,3	- 2	24,5	2	20,9	4,045	.049
No	88,7	2	75,5	- 2	79,1		
Porque el deporte no se me da bien							
Sí	47,2	1,6	35	- 1,6	38,3	2,438	.048
No	52,8	- 1,6	65	1,6	61,7		
Porque los amigos no practican							
Sí	18,9	1,7	9,8	- 1,7	12,2	2,965	.049
No	81,1	- 1,7	90,2	1,7	87,8		
Por falta de interés							
Sí	66	2,6	45,5	- 2,6	51	6,556	.015
No	34	- 2,6	54,5	2,6	49		
<b>Han abandonado la actividad física</b>							
Porque no existe estímulo familiar							
Sí	7,3	1,8	3,8	- 1,8	5,2	3,086	.045
No	92,7	- 1,8	96,2	1,8	94,8		
Los estudios exigen demasiado							
Sí	63,1	2	54,1	- 2	57,7	4,131	.046
No	36,9	- 2	45,9	2	42,3		
Los amigos dejaron de practicar							
Sí	17	3	8,2	- 3	11,7	9,278	.003
No	83	- 3	91,8	3	88,3		

### 3.2.3. Permite relacionarse con los demás

Para los practicantes que afirman que el deporte permite relacionarse con los demás, los motivos de práctica son el gusto por competir (31,5%) ( $p < .001$ ), el gusto por superarse (42,6%) ( $p < .001$ ), relacionarse y conocer gente (58,9%) ( $p < .001$ ), la diversión y pasar el tiempo (72,1%) ( $p < .001$ ), porque lo hacen sus amigos (5,7%) ( $p < .05$ ), por influencia de sus profesores y entrenadores (2,8%)

( $p < .05$ ), porque les gusta estar en forma (77,5%) ( $p < .001$ ), para liberar las tensiones (73,6%) ( $p < .001$ ), y por los beneficios para la salud (77,3%) ( $p < .001$ ), tal y como se aprecia en la tabla 74.

**Tabla 74. Distribución porcentual, total,  $\chi^2$  y p valor de la opinión de los universitarios de que el deporte permite relacionarse con los demás.**

<b>Motivaciones fisico-deportivas</b>	<b>Sí</b>		<b>No</b>		<b>Total</b>	<b><math>\chi^2</math></b>	<b>p</b>
	(%)	Residuo	(%)	Residuo	(%)		
<b>Practicantes de actividades físicas</b>							
Porque me gusta competir							
Sí	31,5	5,6	14,9	- 5,6	23	30,816	.000
No	68,5	- 5,6	85,1	5,6	77		
Porque me gusta superarme							
Sí	42,6	4,8	26,5	- 4,8	34,4	22,851	.000
No	57,4	- 4,8	73,5	4,8	65,6		
Para relacionarse y conocer gente							
Sí	58,9	12,6	15,6	- 12,6	36,8	159,513	.000
No	41,1	- 12,6	84,4	12,6	63,2		
Por diversión y pasar el tiempo							
Sí	72,1	7,1	47,3	- 7,1	59,4	50,480	.000
No	27,9	- 7,1	52,7	7,1	40,6		
Porque lo hacen mis amigos							
Sí	5,7	1,7	3,2	- 1,7	4,4	2,844	.049
No	94,3	- 1,7	96,8	1,7	95,6		
Por influencia de mis profesores							
Sí	2,8	1,6	1,2	- 1,6	2	2,568	.049
No	97,2	- 1,6	98,8	1,6	98		
Porque me gusta estar en forma							
Sí	77,5	4,4	63,4	- 4,4	70,3	18,959	.000
No	22,5	- 4,4	36,6	4,4	29,7		
Para liberar las tensiones							
Sí	73,6	5,2	55,9	- 5,2	64,6	27,088	.000
No	26,4	- 5,2	44,1	5,2	35,4		
Por los beneficios para la salud							
Sí	77,3	4,3	63,4	- 4,3	70,2	18,229	.000
No	22,7	- 4,3	36,6	4,3	29,8		
<b>No practicantes de actividad física</b>							
Falta de instalaciones y horarios							
Sí	31,4	1,7	18,6	- 1,7	20,9	2,845	.048
No	68,6	- 1,7	81,4	1,7	79,1		
Han abandonado la actividad física							
Porque no existe estímulo familiar							
Sí	7,7	2	3,7	- 2	5,2	3,937	.047
No	92,3	- 2	96,3	2	94,8		
Los estudios le exigen demasiado							
Sí	65,3	2,7	53,1	- 2,7	57,7	7,510	.006
No	34,7	- 2,7	46,9	2,7	42,3		
Por falta de información							
Sí	9,2	2,6	3,7	- 2,6	5,7	6,842	.011
No	90,8	- 2,6	96,3	2,6	94,3		
Falta de asociaciones de ocio							
Sí	13,8	2	8,3	- 2	10,3	3,983	.046
No	86,2	- 2	91,7	2	89,7		
Los amigos dejaron de practicar							
Sí	17,3	3,1	8,3	- 3,1	11,7	9,746	.003
No	82,7	- 3,1	91,7	3,1	88,3		

Los alumnos que nunca han practicado aunque valoran los aspectos de relación de las actividades deportivas, explican la ausencia de actividad física por la falta de instalaciones y horarios adecuados (31,4%) ( $p < .05$ ). Sin embargo, para los que han abandonado las actividades físico-deportivas en la actualidad, los motivos de abandono se centran en que no existe un apoyo y estímulo familiar (7,7%), en que los estudios les exigen demasiado (65,3%) ( $p < .01$ ), en la falta de información (9,2%), en la carencia de asociaciones para realizar deporte a nivel de ocio (13,8%), y en que los amigos dejaron de practicar (17,3%) ( $p < .01$ ).

#### **3.2.4. Permite mantenerse en forma**

En este apartado se detalla, en primer lugar, la opinión de los universitarios que piensan que el deporte permite mantenerse en forma, dependiendo de su nivel de práctica (tabla 75). Así, las motivaciones de los practicantes se centran en el gusto por competir (24,8%), el gusto por superarse (40,4%), relacionarse y conocer gente (41,7%), la diversión y pasar el tiempo (65,2%), mejorar su imagen y aspecto físico (57,9%), el gusto por estar en forma (81,3%), la catarsis (72,1%), y los beneficios del ejercicio para la salud (79,8%) ( $p < .001$ ). Para los alumnos que no practican, la falta de medios económicos (8,2%), la falta de apoyo familiar (17,5%), que quita tiempo para el estudio (58,8%), y salir cansado del trabajo y/o clase (48,5%), son los motivos que justifican su alejamiento de la práctica físico-deportiva en su tiempo libre ( $p < .05$ ). Y, para los que ya no practican en la actualidad aunque antes sí lo hacían, los motivos de abandono son la carencia de apoyo y estímulo familiar (7,6%) ( $p < .01$ ), la exigencia de los estudios (62,5%) ( $p < .01$ ), la falta de información (7,6%) ( $p < .05$ ), y la falta de asociaciones para realizar deporte a nivel de ocio (14,1%) ( $p < .01$ ). Además, en la misma tabla también se incluyen las opiniones del alumnado que piensa que el deporte no permite mantenerse en forma, totalmente contrarias a las del grupo anterior.

**Tabla 75. Distribución porcentual, total,  $\chi^2$  y p valor de la opinión de los universitarios para los que el deporte permite mantenerse en forma.**

<b>Motivaciones físico-deportivas</b>	<b>Sí</b>		<b>No</b>		<b>Total</b>	<b><math>\chi^2</math></b>	<b>p</b>
	(%)	Residuo	(%)	Residuo	(%)		
<b>Practicantes de actividades físicas</b>							
Porque me gusta competir							
Sí	24,8	1,6	19,6	- 1,6	23	2,688	.049
No	75,2	- 1,6	80,4	1,6	77		
Porque me gusta superarme							
Sí	40,4	4,9	22,9	- 4,9	34,4	24,199	.000
No	59,6	- 4,9	77,1	4,9	65,6		
Para relacionarme y conocer gente							
Sí	41,7	4	27,3	- 4	36,8	15,940	.000
No	58,3	- 4	72,7	4	63,2		
Por diversión y pasar el tiempo							
Sí	65,2	4,6	48,3	- 4,6	59,4	20,984	.000
No	34,8	- 4,6	51,7	4,6	40,6		
Para mejorar mi imagen							
Sí	57,9	5,9	35,8	- 5,9	50,3	34,779	.000
No	42,1	- 5,9	64,2	5,9	49,7		
Porque me gusta estar en forma							
Sí	81,3	9,4	49,1	- 9,4	70,3	88,832	.000
No	18,7	- 9,4	50,9	9,4	29,7		
Para liberar las tensiones							
Sí	72,1	6,1	50,2	- 6,1	64,6	37,470	.000
No	27,9	- 6,1	49,8	6,1	35,4		
Por los beneficios para la salud							
Sí	79,8	8,2	51,7	- 8,2	70,2	67,424	.000
No	20,2	- 8,2	48,3	8,2	29,8		
<b>No practicantes de actividad física</b>							
Por falta de medios económicos							
Sí	8,2	1,6	3	- 1,6	5,6	2,517	.049
No	91,8	- 1,6	97	1,6	94,4		
Por falta de apoyo familiar							
Sí	17,5	2	8,1	- 2	12,8	3,928	.047
No	82,5	- 2	91,9	2	87,2		
Porque quita tiempo para el estudio							
Sí	58,8	2,1	43,4	- 2,1	51	4,607	.034
No	41,2	- 2,1	56,6	2,1	49		
Por salir cansado del trabajo / clase							
Sí	48,5	2,5	31,3	- 2,5	39,8	6,008	.019
No	51,5	- 2,5	68,7	2,5	60,2		
<b>Han abandonado la actividad física</b>							
Porque no existe estímulo familiar							
Sí	7,6	2,9	1,8	- 2,9	5,2	8,501	.004
No	92,4	- 2,9	98,2	2,9	94,8		
Los estudios le exigen demasiado							
Sí	62,5	2,6	50,9	- 2,6	57,7	6,977	.009
No	37,5	- 2,6	49,1	2,6	42,3		
Por falta de información							
Sí	7,6	2,1	3,2	- 2,1	5,7	4,445	.037
No	92,4	- 2,1	96,8	2,1	94,3		
Falta de asociaciones de ocio							
Sí	14,1	3,4	5	- 3,4	10,3	11,333	.001
No	85,9	- 3,4	95	3,4	89,7		

### 3.2.5. Es una parte importante de nuestra educación

En la tabla 76, los practicantes para los que el deporte es parte importante de nuestra educación, afirman sentirse atraídos hacia la práctica por la competición (33,1%) ( $p < .001$ ), por el ansia de superación (46,6%) ( $p < .001$ ), por relacionarse y conocer gente (49,4%) ( $p < .001$ ), por diversión y pasar el tiempo (66,1%) ( $p < .05$ ), porque está de moda (2%) ( $p < .05$ ), por estar en forma (82,1%) ( $p < .001$ ), por liberar tensiones (72,9%) ( $p < .01$ ), y por los beneficios para la salud (81,3%) ( $p < .001$ ).

**Tabla 76. Distribución porcentual, total,  $\chi^2$  y p valor de la opinión de los universitarios para los que el deporte es parte importante de nuestra educación.**

Motivaciones físico-deportivas	Sí		No		Total	$\chi^2$	p
	(%)	Residuo	(%)	Residuo	(%)		
<b>Practicantes de actividades físicas</b>							
Porque me gusta competir							
Sí	33,1	4,6	18,4	- 4,6	23	20,872	.000
No	66,9	- 4,6	81,6	4,6	77		
Porque me gusta superarme							
Sí	46,6	4,9	28,7	- 4,9	34,4	24,361	.000
No	53,4	- 4,9	71,3	4,9	65,6		
Para relacionarme y conocer gente							
Sí	49,4	5	30,9	- 5	36,8	25,155	.000
No	50,6	- 5	69,1	5	63,2		
Por diversión y pasar el tiempo							
Sí	66,1	2,6	56,3	- 2,6	59,4	6,880	.010
No	33,9	- 2,6	43,7	2,6	40,6		
Porque está de moda							
Sí	2	2,3	,4	- 2,3	,9	5,137	.036
No	98	- 2,3	99,6	2,3	99,1		
Porque me gusta estar en forma							
Sí	82,1	4,9	64,8	- 4,9	70,3	24,436	.000
No	17,9	- 4,9	35,2	4,9	29,7		
Para liberar las tensiones							
Sí	72,9	3,3	60,7	- 3,3	64,6	11,094	.001
No	27,1	- 3,3	39,3	3,3	35,4		
Por los beneficios para la salud							
Sí	81,3	4,7	65	- 4,7	70,2	21,681	.000
No	18,7	- 4,7	35	4,7	29,8		
<b>Han abandonado la actividad física</b>							
Por problemas de salud							
Sí	16,2	2,7	7,9	- 2,7	9,8	7,159	.012
No	83,8	- 2,7	92,1	2,7	90,2		
Mis amigos dejaron de practicar							
Sí	16,2	1,7	10,4	- 1,7	11,7	3,030	.049
No	83,8	- 1,7	89,6	1,7	88,3		
Porque dejó de interesarme							
Sí	6	- 2,9	16,8	2,9	14,4	8,617	.003
No	94	2,9	83,2	- 2,9	85,6		

No obstante, para los que han abandonado la práctica pero consideran que el deporte es parte importante de nuestra educación, las motivaciones van

encaminadas hacia los problemas de salud (16,2%) ( $p < .05$ ), y al hecho de que los amigos dejaron de practicar (16,2%) ( $p < .05$ ), mientras que, los alumnos que no consideran importante los aspectos educativos del deporte, citan como motivo de abandono que dejó de interesarles (16,8%) ( $p < .01$ ).

### **3.2.6. El deporte me permite poner a prueba mis capacidades físicas**

Los estudiantes que opinan que el deporte les permite poner a prueba las capacidades físicas (tabla 77), y que se consideran practicantes de actividades físico-deportivas, citan como motivos de práctica el placer de competir (36,5%) ( $p < .001$ ), la necesidad de superación (59,4%) ( $p < .001$ ), el hecho de relacionarse y conocer gente (48,6%) ( $p < .001$ ), la diversión y pasar el tiempo (72,3%) ( $p < .001$ ), la influencia de sus profesores y entrenadores (3,6%) ( $p < .05$ ), el mejorar su imagen y aspecto físico (59,8%) ( $p < .001$ ), estar en forma (81,9%) ( $p < .001$ ), liberar las tensiones (76,7%) ( $p < .001$ ), y los beneficios saludables del ejercicio (79,9%) ( $p < .001$ ).

La falta de práctica de los universitarios que no se ejercitan físicamente, a pesar de pensar que el deporte les permite poner a prueba sus capacidades físicas, se explica por salir cansado del trabajo y/o clase (70,8%), y porque los amigos no practican (33,3%) ( $p < .01$ ). Frente a los estudiantes que no piensan lo mismo del deporte, y que van a fundamentar la carencia de práctica en que el deporte nunca se les dio bien (41,3%) ( $p < .05$ ).

Para los encuestados que han abandonado la práctica aunque el deporte les permite poner a prueba sus capacidades físicas (tabla X), las motivaciones de su abandono son la falta de apoyo y estímulo familiar (11,7%) ( $p < .01$ ), el gran nivel de exigencia de los estudios (66,7%) ( $p < .05$ ), la falta de asociaciones para practicar deporte de ocio (17,1%) ( $p < .05$ ), y que los amigos dejaron de practicar (17,1%) ( $p < .05$ ).

**Tabla 77. Distribución porcentual, total,  $\chi^2$  y p valor de la opinión de los universitarios para los que el deporte permite poner a prueba las capacidades físicas.**

<b>Motivaciones físico-deportivas</b>	<b>Sí</b>		<b>No</b>		<b>Total</b>	<b><math>\chi^2</math></b>	<b>p</b>
	(%)	Residuo	(%)	Residuo	(%)		
<b>Practicantes de actividades físicas</b>							
Porque me gusta competir							
Sí	36,5	6,1	16,8	- 6,1	23	37,420	.000
No	63,5	- 6,1	83,2	6,1	77		
Porque me gusta superarme							
Sí	59,4	10,1	22,9	- 10,1	34,4	101,074	.000
No	40,6	- 10,1	77,1	10,1	65,6		
Para relacionarme y conocer gente							
Sí	48,6	4,7	31,4	- 4,7	36,8	21,779	.000
No	51,4	- 4,7	68,6	4,7	63,2		
Por diversión y pasar el tiempo							
Sí	72,3	5	53,5	- 5	59,4	24,965	.000
No	27,7	- 5	46,5	5	40,6		
Por la influencia de mis profesores							
Sí	3,6	2,2	1,3	- 2,2	2	4,645	.042
No	96,4	- 2,2	98,7	2,2	98		
Para mejorar mi imagen							
Sí	59,8	3,6	45,9	- 3,6	50,3	13,183	.000
No	40,2	- 3,6	54,1	3,6	49,7		
Porque me gusta estar en forma							
Sí	81,9	4,9	64,9	- 4,9	70,3	23,565	.000
No	18,1	- 4,9	35,1	4,9	29,7		
Para liberar las tensiones							
Sí	76,7	4,8	59	- 4,8	64,6	23,285	.000
No	23,3	- 4,8	41	4,8	35,4		
Por los beneficios para la salud							
Sí	79,9	4,1	65,7	- 4,1	70,2	16,520	.000
No	20,1	- 4,1	34,3	4,1	29,8		
<b>No practicantes de actividad física</b>							
El deporte nunca se me dio bien							
Sí	16,7	- 2,3	41,3	2,3	38,3	5,401	.024
No	83,3	2,3	58,7	- 2,3	61,7		
Por salir cansado del trabajo / clase							
Sí	70,8	3,3	35,5	- 3,3	39,8	10,996	.001
No	29,2	- 3,3	64,5	3,3	60,2		
Porque los amigos no practican							
Sí	33,3	3,4	9,3	- 3,4	12,2	11,319	.003
No	66,7	- 3,4	90,7	3,4	87,8		
<b>Han abandonado la actividad física</b>							
Porque no existe estímulo familiar							
Sí	11,7	3,5	3,4	- 3,5	5,2	12,291	.001
No	88,3	- 3,5	96,6	3,5	94,8		
Los estudios le exigen demasiado							
Sí	66,7	2,2	55,2	- 2,2	57,7	4,682	.031
No	33,3	- 2,2	44,8	2,2	42,3		
Falta de asociaciones de ocio							
Sí	17,1	2,6	8,5	- 2,6	10,3	6,971	.013
No	82,9	- 2,6	91,5	2,6	89,7		
Mis amigos dejaron de practicar							
Sí	17,1	2	10,2	- 2	11,7	4,030	.045
No	82,9	- 2	89,8	2	88,3		

### 3.2.7. El deporte no me aporta nada positivo

En la tabla 78, los practicantes para los que el deporte no aporta nada positivo, van a realizar actividades físico-deportivas porque les gusta superarse (100%) y por la influencia recibida de sus profesores y entrenadores (33,3%), con diferencias significativas ( $p < .05$ ). Mientras que, los que piensan que el deporte aporta valores positivos rechazan estos motivos, con valores del 65,9% y 98,1%, respectivamente.

Cuando los universitarios no practican ninguna actividad física en su tiempo libre y creen que el deporte no aporta nada positivo, los motivos alegados son la falta de instalaciones y horarios adecuados (75%) y el hecho de considerarse demasiado mayor (en edad) para la práctica (25%) ( $p < .05$ ).

Para finalizar, los alumnos que han abandonado la práctica en la actualidad para los que el deporte no posee nada positivo, mencionan como motivos que influyeron en su decisión de abandono, los problemas económicos (42,9%), la falta de información (28,6%), y la falta de asociaciones para realizar deporte a nivel de ocio (42,9%) ( $p < .05$ ).

**Tabla 78. Distribución porcentual, total,  $\chi^2$  y p valor de la opinión de los universitarios para los que el deporte no aporta nada positivo.**

Motivaciones físico-deportivas	Sí (%)	Residuo	No (%)	Residuo	Total (%)	$\chi^2$	p
Practicantes de actividades físicas	(%)	Residuo	(%)	Residuo	(%)		
Porque me gusta superarme							
Sí	100	2,4	34,1	- 2,4	34,4	5,746	.040
No	,0	- 2,4	65,9	2,4	65,6		
Por la influencia de mis profesores							
Sí	33,3	3,9	1,9	- 3,9	2	14,897	.042
No	66,7	- 3,9	98,1	3,9	98		
No practicantes de actividad física	(%)	Residuo	(%)	Residuo	(%)	$\chi^2$	p
Falta de instalaciones y horarios							
Sí	75	2,7	19,8	- 2,7	20,9	7,220	.029
No	25	- 2,7	80,2	2,7	79,1		
Por considerarse demasiado mayor							
Sí	25	4,8	,5	- 4,8	1	23,248	.041
No	75	- 4,8	99,5	4,8	99		
Han abandonado la actividad física	(%)	Residuo	(%)	Residuo	(%)	$\chi^2$	p
Por problemas económicos							
Sí	42,9	2,9	9,5	- 2,9	10	8,560	.025
No	57,1	- 2,9	90,5	2,9	90		
Por falta de información							
Sí	28,6	2,6	5,4	- 2,6	5,7	6,824	.046
No	71,4	- 2,6	94,6	2,6	94,3		
Falta de asociaciones de ocio							
Sí	42,9	2,8	9,9	- 2,8	10,3	8,086	.027
No	57,1	- 2,8	90,1	2,8	89,7		



### 3.3. RESULTADOS SEGÚN EL MOMENTO DE MAYOR SATISFACCIÓN AL PRACTICAR

Se ha tomado como variable dependiente los motivos de los practicantes de actividades físico-deportivas, y como variable independiente los momentos de mayor satisfacción dados en la práctica de actividades físicas o deportes, tal y como se detalla a continuación.

#### 3.3.1. Jugar mejor que en prácticas anteriores

Los practicantes, que muestran satisfacción por jugar mejor que en prácticas anteriores, alegan como motivos de práctica: porque les gusta competir (40,2%) ( $p < .001$ ), porque les gusta superarse (56,1%) ( $p < .001$ ), para relacionarse y conocer gente (49,5%) ( $p < .001$ ), por diversión y pasar el tiempo (75,2%) ( $p < .001$ ), por la influencia de sus profesores y entrenadores (3,7%) ( $p < .05$ ), y porque les gusta estar en forma (75,7%) ( $p < .05$ ). Sin embargo, aquellos universitarios a los que jugar mejor que en prácticas anteriores no les proporciona satisfacción, rechazan todos estos motivos de práctica con valores del 83,3%, 73,6%, 67,9%, 46,4%, 98,6% y 31,8%, respectivamente (tabla 79).

Tabla 79. Distribución porcentual, total,  $\chi^2$  y p valor de la satisfacción por jugar mejor que en prácticas anteriores.

Motivos de práctica	Sí		No		Total	$\chi^2$	p
	(%)	Residuo	(%)	Residuo	(%)		
Porque me gusta competir							
Sí	40,2	7	16,7	- 7	23,1	48,497	.000
No	59,8	- 7	83,3	7	76,9		
Porque me gusta superarme						$\chi^2$	p
Sí	56,1	7,8	26,4	- 7,8	34,4	60,907	.000
No	43,9	- 7,8	73,6	7,8	65,6		
Para relacionarme y conocer gente						$\chi^2$	p
Sí	49,5	4,5	32,1	- 4,5	36,8	20,338	.000
No	50,5	- 4,5	67,9	4,5	63,2		
Por diversión y pasar el tiempo						$\chi^2$	p
Sí	75,2	5,5	53,6	- 5,5	59,5	30,174	.000
No	24,8	- 5,5	46,4	5,5	40,5		
Por influencia de mis profesores						$\chi^2$	p
Sí	3,7	2,1	1,4	- 2,1	2	4,340	.047
No	96,3	- 2,1	98,6	2,1	98		
Porque me gusta estar en forma						$\chi^2$	p
Sí	75,7	2	68,2	- 2	70,3	4,168	.044
No	24,3	- 2	31,8	2	29,7		

#### 3.3.2. Mostrar que soy mejor que otros de mi edad o equipo

Tal y como se refleja en la tabla 80, entre los estudiantes practicantes de actividades físicas o deportes que han seleccionado el hecho de mostrar que son

mejores que otros de su edad o equipo como momento de gran satisfacción durante la práctica, las motivaciones se centran en que les gusta competir (55,4%) ( $p < .001$ ), les gusta superarse (71,4%) ( $p < .001$ ), para relacionarse y conocer gente (53,6%) ( $p < .01$ ), por la influencia de sus profesores y entrenadores (5,4%) ( $p < .05$ ), y por estar en forma (80,4%) ( $p < .05$ ). Mientras que, los practicantes que no sienten satisfacción en dicho momento se muestran reacios ante estos motivos de práctica (79,4%, 68,4%, 64,4%, 98,2% y 30,5%, respectivamente).

**Tabla 80. Distribución porcentual, total,  $\chi^2$  y p valor de la satisfacción por mostrar que soy mejor que otros de mi edad o equipo.**

Motivos de práctica	Sí (%)	Residuo	No (%)	Residuo	Total (%)	$\chi^2$	p
Porque me gusta competir	(%)	Residuo	(%)	Residuo	(%)		
Sí	55,4	6	20,6	- 6	23,1	35,415	.000
No	44,6	- 6	79,4	6	76,9		
Porque me gusta superarme	(%)	Residuo	(%)	Residuo	(%)	$\chi^2$	p
Sí	71,4	6	31,6	- 6	34,4	36,546	.000
No	28,6	- 6	68,4	6	65,6		
Para relacionarme y conocer gente	(%)	Residuo	(%)	Residuo	(%)	$\chi^2$	p
Sí	53,6	2,7	35,6	- 2,7	36,8	7,256	.009
No	46,4	- 2,7	64,4	2,7	63,2		
Por influencia de mis profesores	(%)	Residuo	(%)	Residuo	(%)	$\chi^2$	p
Sí	5,4	1,8	1,8	- 1,8	2	3,372	.048
No	94,6	- 1,8	98,2	1,8	98		
Porque me gusta estar en forma	(%)	Residuo	(%)	Residuo	(%)	$\chi^2$	p
Sí	80,4	1,7	69,5	- 1,7	70,3	2,944	.046
No	19,6	- 1,7	30,5	1,7	29,7		

### 3.3.3. Por motivos de salud

Los motivos vinculados a los aspectos saludables del deporte proporcionan satisfacción a los practicantes interesados en mejorar su imagen y aspecto físico (59,9%) ( $p < .001$ ), en mantenerse en forma (76,4%) ( $p < .001$ ), en liberar la energía y las tensiones acumuladas el resto del día (69,5%) ( $p < .01$ ), y en los beneficios que se obtienen para la salud (80,7%) ( $p < .001$ ). No obstante, de forma totalmente opuesta, los practicantes que no se interesan por los motivos de salud se muestran motivados por la competición (29,7%) ( $p < .001$ ), por relacionarse y conocer gente (41,5%) ( $p < .05$ ), por diversión y pasar el tiempo (63%) ( $p < .05$ ), y porque practican sus amigos (5,9%) ( $p < .05$ ), tal y como se observa en la tabla 81.

Tabla 81. Distribución porcentual, total,  $\chi^2$  y p valor de la satisfacción por motivos de salud.

Motivos de práctica	Sí (%)	Residuo	No (%)	Residuo	Total (%)	$\chi^2$	p
Porque me gusta competir	17,7	- 4	29,7	4	23,1	15,731	.000
Sí	17,7	- 4	29,7	4	23,1		
No	82,3	4	70,3	- 4	76,9		
Para relacionarme y conocer gente	33	- 2,5	41,5	2,5	36,8	6,064	.015
Sí	33	- 2,5	41,5	2,5	36,8		
No	67	2,5	58,5	- 2,5	63,2		
Por diversión y pasar el tiempo	56,7	- 1,8	63	1,8	59,5	3,262	.040
Sí	56,7	- 1,8	63	1,8	59,5		
No	43,3	1,8	37	- 1,8	40,5		
Porque lo hacen mis amigos	3,2	- 1,8	5,9	1,8	4,4	3,417	.041
Sí	3,2	- 1,8	5,9	1,8	4,4		
No	96,8	1,8	94,1	- 1,8	95,6		
Por mejorar mi imagen y aspecto	59,9	6	38,4	- 6	50,3	35,938	.000
Sí	59,9	6	38,4	- 6	50,3		
No	40,1	- 6	61,6	6	49,7		
Porque me gusta estar en forma	76,4	4,2	62,7	- 4,2	70,3	17,455	.000
Sí	76,4	4,2	62,7	- 4,2	70,3		
No	23,6	- 4,2	37,3	4,2	29,7		
Para liberar la energía y tensiones	69,5	3,2	58,5	- 3,2	64,6	10,371	.002
Sí	69,5	3,2	58,5	- 3,2	64,6		
No	30,5	- 3,2	41,5	3,2	35,4		
Por los beneficios para la salud	80,7	7,2	57,1	- 7,2	70,1	52,259	.000
Sí	80,7	7,2	57,1	- 7,2	70,1		
No	19,3	- 7,2	42,9	7,2	29,9		

### 3.3.4. Placer por el hecho de practicar en sí mismo

Para los practicantes, el placer proporcionado por el hecho de practicar en sí mismo, está vinculado a los motivos de superación (36,7%) ( $p < .05$ ), diversión y pasar el tiempo (66%) ( $p < .001$ ), estar en forma (76,7%) ( $p < .001$ ), y liberación de energía y tensiones acumuladas durante el día (69,9%) ( $p < .001$ ), mientras que los estudiantes a los que no satisface el hecho de practicar en sí mismo, se sienten motivados porque está de moda (1,6%) ( $p < .05$ ) a la hora de practicar actividades físico-deportivas (tabla 82).

**Tabla 82. Distribución porcentual, total,  $\chi^2$  y p valor de la satisfacción por el placer de practicar en sí mismo.**

Motivos de práctica	Sí		No		Total	$\chi^2$	p
	(%)	Residuo	(%)	Residuo	(%)		
Porque me gusta superarme							
Sí	36,7	1,7	30,8	- 1,7	34,4	2,869	.041
No	63,3	- 1,7	69,2	1,7	65,6		
Por diversión y pasar el tiempo	(%)	Residuo	(%)	Residuo	(%)	$\chi^2$	p
Sí	66	4,7	49,2	- 4,7	59,5	21,928	.000
No	34	- 4,7	50,8	4,7	40,5		
Porque está de moda	(%)	Residuo	(%)	Residuo	(%)	$\chi^2$	p
Sí	,4	- 1,8	1,6	1,8	,9	3,210	.045
No	99,6	1,8	98,4	- 1,8	99,1		
Porque me gusta estar en forma	(%)	Residuo	(%)	Residuo	(%)	$\chi^2$	p
Sí	76,7	5	60	- 5	70,3	24,992	.000
No	23,3	- 5	40	5	29,7		
Para liberar la energía y tensiones	(%)	Residuo	(%)	Residuo	(%)	$\chi^2$	p
Sí	69,9	4	56,1	- 4	64,6	15,656	.000
No	30,1	- 4	43,9	4	35,4		

### 3.3.5. Por trabajar duro en la práctica

Para los practicantes que no se sienten satisfechos por trabajar duro durante la actividad físico-deportiva, los motivos de práctica están vinculados al hecho de que lo hagan sus amigos (4,9%) ( $p < .05$ ) (tabla 83).

**Tabla 83. Distribución porcentual, total,  $\chi^2$  y p valor de la satisfacción por trabajar duro en la práctica.**

Motivos de práctica	Sí		No		Total	$\chi^2$	p
	(%)	Residuo	(%)	Residuo	(%)		
Porque me gusta superarme							
Sí	62,6	6,3	30,4	- 6,3	34,4	39,858	.000
No	37,4	- 6,3	69,6	6,3	65,6		
Porque lo hacen mis amigos	(%)	Residuo	(%)	Residuo	(%)	$\chi^2$	p
Sí	1	- 1,8	4,9	1,8	4,4	3,127	.041
No	99	1,8	95,1	- 1,8	95,6		
Por influencia de mis profesores	(%)	Residuo	(%)	Residuo	(%)	$\chi^2$	p
Sí	8,1	4,6	1,2	- 4,6	2	20,916	.000
No	91,9	- 4,6	98,8	4,6	98		
Por mejorar mi imagen y aspecto	(%)	Residuo	(%)	Residuo	(%)	$\chi^2$	p
Sí	59,6	2	48,9	- 2	50,3	3,952	.043
No	40,4	- 2	51,1	2	49,7		
Porque me gusta estar en forma	(%)	Residuo	(%)	Residuo	(%)	$\chi^2$	p
Sí	82,8	2,9	68,5	- 2,9	70,3	8,564	.003
No	17,2	- 2,9	31,5	2,9	29,7		
Para liberar la energía y tensiones	(%)	Residuo	(%)	Residuo	(%)	$\chi^2$	p
Sí	79,8	3,4	62,4	- 3,4	64,6	11,490	.001
No	20,2	- 3,4	37,6	3,4	35,4		
Por los beneficios para la salud	(%)	Residuo	(%)	Residuo	(%)	$\chi^2$	p
Sí	84,8	3,4	68	- 3,4	70,1	11,710	.000
No	15,2	- 3,4	32	3,4	29,9		

Por el contrario, entre los practicantes interesados por trabajar duro en la práctica, los motivos por los que realizan algún tipo de actividad físico-deportiva durante su tiempo libre se centran en el gusto por superarse (62,6%) ( $p < .001$ ), en la influencia de sus profesores y entrenadores (8,1%) ( $p < .001$ ), en mejorar su imagen y aspecto físico (59,6%) ( $p < .05$ ), en la satisfacción por mantenerse en forma (82,8%) ( $p < .01$ ), en liberar la energía y las tensiones acumuladas (79,8%) ( $p < .01$ ), y en los beneficios que proporciona el ejercicio para la salud (84,8%) ( $p < .001$ ).

### 3.3.6. Por la tensión de la competición

La satisfacción proporcionada durante la práctica de actividades físico-deportivas por la tensión que conlleva la competición (tabla 84), está vinculada al interés manifestado por el 72,9% de los practicantes hacia el gusto por competir ( $p < .001$ ), por el 65,3% a los que les gusta superarse ( $p < .001$ ), por el 57,6% interesados en relacionarse y conocer gente ( $p < .001$ ), y por el 5,1% que practica por la influencia de sus entrenadores y profesores ( $p < .05$ ). Por otra parte, cuando la tensión de la competición no es un motivo de satisfacción para los practicantes, éstos demuestran su falta de interés por estos motivos (85,7%, 71%, 66,8% y 98,5%, respectivamente).

Tabla 84. Distribución porcentual, total,  $\chi^2$  y p valor de la satisfacción por la tensión de la competición.

Motivos de práctica	Sí		No		Total	$\chi^2$	p
	(%)	Residuo	(%)	Residuo	(%)		
Porque me gusta competir							
Sí	72,9	13,9	14,3	- 13,9	23,1	194,016	.000
No	27,1	- 13,9	85,7	13,9	76,9		
Porque me gusta superarme						$\chi^2$	p
Sí	65,3	7,6	29	- 7,6	34,4	58,381	.000
No	34,7	- 7,6	71	7,6	65,6		
Para relacionarme y conocer gente						$\chi^2$	p
Sí	57,6	5,1	33,2	- 5,1	36,8	25,774	.000
No	42,4	- 5,1	66,8	5,1	63,2		
Por influencia de mis profesores						$\chi^2$	p
Sí	5,1	2,6	1,5	- 2,6	2	6,544	.022
No	94,9	- 2,6	98,5	2,6	98		

### 3.3.7. Por el sentimiento de equipo y de estar con los amigos

Los practicantes que demuestran su satisfacción al practicar por el sentimiento de equipo y de estar con sus amigos, se muestran motivados hacia la práctica porque les gusta competir (38,7%) ( $p < .001$ ), les gusta superarse (40,3%) ( $p < .05$ ), para relacionarse y conocer gente (64%) ( $p < .001$ ), por diversión y pasar el tiempo (75,9%) ( $p < .001$ ), por complacer a su familia (1,2%) ( $p < .05$ ), y porque lo

hacen sus amigos (7,5%) ( $p < .01$ ). Mientras que, los practicantes insatisfechos por el sentimiento de compañerismo y amistad durante la práctica no sienten interés por estos motivos a la hora de practicar actividades físico-deportivas (84,3%, 68,3%, 76%, 48,2%, 99,8% y 97%, respectivamente) (tabla 85).

**Tabla 85. Distribución porcentual, total,  $\chi^2$  y p valor de la satisfacción por el sentimiento de compañerismo y amistad.**

Motivos de práctica	Sí		No		Total	$\chi^2$	p
Porque me gusta competir	(%)	Residuo	(%)	Residuo	(%)		
Sí	38,7	7,2	15,7	- 7,2	23,1	51,517	.000
No	61,3	- 7,2	84,3	7,2	76,9		
Porque me gusta superarme	(%)	Residuo	(%)	Residuo	(%)	$\chi^2$	p
Sí	40,3	2,4	31,7	- 2,4	34,4	5,711	.020
No	59,7	- 2,4	68,3	2,4	65,6		
Para relacionarme y conocer gente	(%)	Residuo	(%)	Residuo	(%)	$\chi^2$	p
Sí	64	10,9	24	- 10,9	36,8	118,318	.000
No	36	- 10,9	76	10,9	63,2		
Por diversión y pasar el tiempo	(%)	Residuo	(%)	Residuo	(%)	$\chi^2$	p
Sí	75,9	6,4	51,8	- 6,4	59,5	41,518	.000
No	24,1	- 6,4	48,2	6,4	40,5		
Por complacer a mi familia	(%)	Residuo	(%)	Residuo	(%)	$\chi^2$	p
Sí	1,2	1,8	,2	- 1,8	,5	3,411	.049
No	98,8	- 1,8	99,8	1,8	99,5		
Porque lo hacen mis amigos	(%)	Residuo	(%)	Residuo	(%)	$\chi^2$	p
Sí	7,5	2,9	3	- 2,9	4,4	8,336	.005
No	92,5	- 2,9	97	2,9	95,6		

### 3.3.8. Por el apoyo y el estímulo de mis padres

El valor atribuido por los practicantes al apoyo y estímulo de los padres durante la realización de actividades físico-deportivas, se asocia con las motivaciones de práctica vinculadas a relacionarse y conocer gente (63,6%), a complacer a la familia (9,1%), a la influencia de los profesores y entrenadores (9,1%), y a los beneficios que se obtienen para la salud (100%), con diferencias significativas ( $p < .05$ ).

Opinión rechazada por aquellos practicantes que no sienten satisfacción por el apoyo y el estímulo familiar, con valores del 63,5%, 99,6%, 98,15 y 30,3% (tabla 86).

**Tabla 86. Distribución porcentual, total,  $\chi^2$  y p valor de la satisfacción por el apoyo y el estímulo de los padres.**

Motivos de práctica	Sí (%)	Residuo	No (%)	Residuo	Total (%)	$\chi^2$	p
Para relacionarme y conocer gente	(%)	Residuo	(%)	Residuo	(%)		
Sí	63,6	1,9	36,5	- 1,9	36,8	3,444	.049
No	36,4	- 1,9	63,5	1,9	63,2		
Por complacer a mi familia	(%)	Residuo	(%)	Residuo	(%)	$\chi^2$	p
Sí	9,1	4	,4	- 4	,5	16,319	.045
No	90,9	- 4	99,6	4	99,5		
Por influencia de mis profesores	(%)	Residuo	(%)	Residuo	(%)	$\chi^2$	p
Sí	9,1	1,7	1,9	- 1,7	2	2,807	.049
No	90,9	- 1,7	98,1	1,7	98		
Por los beneficios para la salud	(%)	Residuo	(%)	Residuo	(%)	$\chi^2$	p
Sí	100	2,2	69,7	- 2,2	70,1	4,752	.040
No	,0	- 2,2	30,3	2,2	29,9		

### 3.4. RESULTADOS SEGÚN LAS CLASES ESCOLARES DE EDUCACIÓN FÍSICA

Se han sometido al análisis de independencia, como variables dependientes, los motivos de los alumnos para justificar su relación con las actividades físico-deportivas desarrolladas en su tiempo libre, y como variables independientes, las opiniones que tienen los universitarios de las clases de Educación Física recibidas en su etapa escolar.

#### 3.4.1. Le resultaron fáciles

Los practicantes que piensan que las clases escolares de Educación Física le resultaban fáciles, son los más motivados por la competición (28,6%) ( $p < .01$ ), por superarse (38%), por la diversión y pasar el tiempo (64,4%) ( $p < .01$ ), por practicar con sus amigos (5,7%), por mejorar su imagen y aspecto físico (53,4%), y porque les gusta estar en forma (73%). Sin embargo, aquellos practicantes que no consideraban fáciles las clases de Educación Física recibidas, destacan como motivo de práctica la influencia de sus profesores y entrenadores (2,9%) (tabla 87).

Para aquellos alumnos a los que les resultaron fáciles las clases de Educación Física y que, sin embargo, no practican actividades físicas durante su tiempo libre, el motivo principal que justifica su comportamiento físico-deportivo es que le quita tiempo para el estudio (64,2%) ( $p < .05$ ). Por el contrario, cuando los alumnos consideran que las clases escolares de Educación Física no eran fáciles, sus motivaciones se centran en que las instalaciones están muy lejos del domicilio (26,4%) ( $p < .05$ ).

Los universitarios que han abandonado la práctica, a pesar de que las clases recibidas de Educación Física eran fáciles, se sienten desmotivados porque no existe un apoyo y un estímulo familiar (8,3%) ( $p < .05$ ).

**Tabla 87. Distribución porcentual, total,  $\chi^2$  y p valor de los motivos de los universitarios a los que les resultaron fáciles.**

<b>Motivaciones fisico-deportivas</b>	<b>Sí</b>		<b>No</b>		<b>Total</b>	<b><math>\chi^2</math></b>	<b>p</b>
	(%)	Residuo	(%)	Residuo	(%)		
Practicantes de actividades físicas							
Porque me gusta competir							
Sí	28,6	3,5	18,2	- 3,5	23,1	11,955	.001
No	71,4	- 3,5	81,8	3,5	76,9		
Porque me gusta superarme							
Sí	38	2	31,3	- 2	34,4	3,960	.047
No	62	- 2	68,7	2	65,6		
Por diversión y pasar el tiempo							
Sí	64,4	2,7	54,9	- 2,7	59,4	7,405	.007
No	35,6	- 2,7	45,1	2,7	40,6		
Porque lo hacen mis amigos							
Sí	5,7	1,6	3,3	- 1,6	4,4	2,499	.049
No	94,3	- 1,6	96,7	1,6	95,6		
Por influencia de mis profesores							
Sí	1,1	- 1,8	2,9	1,8	2	3,162	.048
No	98,9	1,8	97,1	- 1,8	98		
Para mejorar mi imagen							
Sí	53,4	1,6	47,7	- 1,6	50,4	2,501	.049
No	46,6	- 1,6	52,3	1,6	49,6		
Porque me gusta estar en forma							
Sí	73	1,6	67,8	- 1,6	70,3	2,610	.049
No	27	- 1,6	32,2	1,6	29,7		
No practicantes de actividad física	(%)	Residuo	(%)	Residuo	(%)	$\chi^2$	p
Las instalaciones están muy lejos							
Sí	16,4	- 1,6	26,4	1,6	23	2,463	.049
No	83,6	1,6	73,6	- 1,6	77		
Porque quita tiempo para el estudio							
Sí	64,2	2,7	44,2	- 2,7	51	7,054	.010
No	35,8	- 2,7	55,8	2,7	49		
Han abandonado la actividad física	(%)	Residuo	(%)	Residuo	(%)	$\chi^2$	p
Porque no existe estímulo familiar							
Sí	8,3	2,6	3,1	- 2,6	5,2	6,821	.014
No	91,7	- 2,6	96,9	2,6	94,8		

### 3.4.2. Eran motivantes

Tal como aparece en la tabla 88, los practicantes que opinan que las clases de Educación Física recibidas en la etapa escolar eran motivantes, se sienten impulsados hacia la práctica para relacionarse y conocer gente (43,6%), por diversión y pasar el tiempo (65,6%), por la influencia de sus profesores y entrenadores (4,1%), y para liberar la energía y las tensiones acumuladas el resto del día (71,4%). Mientras que los practicantes, que no veían las clases recibidas



como una actividad motivante, se muestran contrarios a estos motivos de práctica (66,1%, 43,4%, 98,9% y 38,4%) ( $p < .05$ ).

Además, entre los universitarios que nunca practican durante su tiempo libre, los que opinan que las clases escolares de Educación Física no eran motivantes van a señalar que el deporte nunca se les dio bien (43%), como motivo que justifica su no participación en las actividades físico-deportivas ( $p < .05$ ).

Los alumnos que han abandonado la práctica en la actualidad y que no consideran motivantes las clases de Educación Física recibidas antes de su etapa universitaria, van a basar su abandono en los problemas de salud (11,1%) ( $p < .05$ ).

**Tabla 88. Distribución porcentual, total,  $\chi^2$  y p valor de los motivos de los universitarios para los que eran motivantes.**

<b>Motivaciones físico-deportivas</b>	<b>Sí</b>		<b>No</b>		<b>Total</b>	<b><math>\chi^2</math></b>	<b>p</b>
	(%)	Residuo	(%)	Residuo	(%)		
Practicantes de actividades físicas							
Para relacionarme y conocer gente							
Sí	43,6	2,6	33,9	- 2,6	36,8	6,757	.010
No	56,4	- 2,6	66,1	2,6	63,2		
Por diversión y pasar el tiempo							
Sí	65,6	2,3	56,6	- 2,3	59,4	5,514	.022
No	34,4	- 2,3	43,4	2,3	40,6		
Por influencia de mis profesores							
Sí	4,1	2,8	1,1	- 2,8	2	7,885	.010
No	95,9	- 2,8	98,9	2,8	98		
Para liberar energía y tensiones							
Sí	71,4	2,7	61,6	- 2,7	64,6	7,034	.010
No	28,6	- 2,7	38,4	2,7	35,4		
No practicantes de actividad física	(%)	Residuo	(%)	Residuo	(%)	$\chi^2$	p
Porque el deporte no se me da bien							
Sí	22,2	- 2,5	43	2,5	38,3	6,364	.014
No	77,8	2,5	57	- 2,5	61,7		
Han abandonado la actividad física	(%)	Residuo	(%)	Residuo	(%)	$\chi^2$	p
Por problemas de salud							
Sí	6,7	- 1,6	11,1	1,6	9,8	2,455	.049
No	93,3	1,6	88,9	- 1,6	90,2		

### 3.4.3. Las consideraba útiles

En la tabla 89, los datos nos dicen que los practicantes que consideraban útiles las clases de Educación Física van a centrar su motivación en el gusto por competir (32,1%) ( $p < .001$ ), el gusto por superarse (43,7%) ( $p < .001$ ), en relacionarse y conocer gente (46,6%) ( $p < .001$ ), en la diversión y pasar el tiempo (66%) ( $p < .05$ ), porque está de moda (1,7%) ( $p < .05$ ), porque les gusta estar en forma (81,1%) ( $p < .001$ ), para liberar las tensiones acumuladas (75,2%) ( $p < .001$ ), y por los beneficios que obtienen para la salud (79,4%) ( $p < .001$ ). Motivos

rechazados por los practicantes que no consideraban útiles las clases de Educación Física recibidas en la etapa escolar, con valores del 80,8%, 69,6%, 67,4%, 43,5%, 99,5%, 34,4%, 40% y 33,9%, respectivamente.

**Tabla 89. Distribución porcentual, total,  $\chi^2$  y p valor de los motivos de los universitarios que las consideraban útiles.**

<b>Motivaciones fisico-deportivas</b>	<b>Sí</b>		<b>No</b>		<b>Total</b>	<b><math>\chi^2</math></b>	<b>p</b>
	(%)	Residuo	(%)	Residuo	(%)		
<b>Practicantes de actividades físicas</b>							
Porque me gusta competir							
Sí	32,1	3,9	19,2	- 3,9	23,1	15,463	.000
No	67,9	- 3,9	80,8	3,9	76,9		
Porque me gusta superarme							
Sí	43,7	3,6	30,4	- 3,6	34,4	12,957	.000
No	56,3	- 3,6	69,6	3,6	65,6		
Para relacionarse y conocer gente							
Sí	46,6	3,8	32,6	- 3,8	36,8	14,069	.000
No	53,4	- 3,8	67,4	3,8	63,2		
Por diversión y pasar el tiempo							
Sí	66	2,5	56,5	- 2,5	59,4	6,149	.014
No	34	- 2,5	43,5	2,5	40,6		
Porque está de moda							
Sí	1,7	1,6	,5	- 1,6	,9	2,449	.049
No	98,3	- 1,6	99,5	1,6	99,1		
Porque me gusta estar en forma							
Sí	81,1	4,4	65,6	- 4,4	70,3	19,150	.000
No	18,9	- 4,4	34,4	4,4	29,7		
Para liberar las tensiones							
Sí	75,2	4,1	60	- 4,1	64,6	16,894	.000
No	24,8	- 4,1	40	4,1	35,4		
Por los beneficios para la salud							
Sí	79,4	3,7	66,1	- 3,7	70,1	14,018	.000
No	20,6	- 3,7	33,9	3,7	29,9		
<b>No practicantes de actividad física</b>							
Instalaciones están muy lejos							
Sí	38,1	2,6	18,8	- 2,6	23	6,924	.013
No	61,9	- 2,6	81,2	2,6	77		
Porque quita tiempo para el estudio							
Sí	64,3	1,9	47,4	- 1,9	51	3,764	.047
No	35,7	- 1,9	52,6	1,9	49		
<b>Han abandonado la actividad física</b>							
Porque no existe estímulo familiar							
Sí	7,5	1,6	4,1	- 1,6	5,2	2,629	.049
No	92,5	- 1,6	95,9	1,6	94,8		
Por problemas de salud							
Sí	14,5	2,4	7,7	- 2,4	9,8	5,718	.024
No	85,5	- 2,4	92,3	2,4	90,2		
Falta de asociaciones de ocio							
Sí	14,5	2	8,5	- 2	10,3	4,186	.045
No	85,5	- 2	91,5	2	89,7		

El hecho de que las instalaciones estén muy lejos del domicilio (38,1%) y el tiempo que quita para el estudio (64,3%), son los motivos indicados por los

alumnos que no practican para explicar su comportamiento físico-deportivo, a pesar de que consideraban útiles las clases de Educación Física ( $p<.05$ ).

Por el contrario, para los alumnos que no practican en la actualidad aunque antes sí lo hacían, los motivos de abandono se centran en que no existe un apoyo y estímulo familiar (7,5%), en los problemas de salud (14,5%), y en la falta de asociaciones para realizar deporte a nivel de ocio (14,5%) ( $p<.05$ ).

#### **3.4.4. El profesor le animaba a practicar en horario extraescolar**

Los universitarios a los que el profesor de Educación Física en su etapa escolar les animaba a practicar en horario extraescolar, van a manifestar diferentes motivos para explicar su relación actual con la práctica de actividades físico-deportivas (tabla 90).

Así, los practicantes van a mencionar como motivos de práctica, que les gusta competir (28%) ( $p<.05$ ), superarse (40,3%) ( $p<.05$ ), relacionarse y conocer gente (49,5%) ( $p<.001$ ), la diversión y pasar el tiempo (68,3%) ( $p<.01$ ), y mantenerse en forma (73,5%) ( $p<.05$ ). Los alumnos que nunca han practicado actividad físico-deportiva en su tiempo libre, explican que se consideran demasiado mayores en edad para la práctica (4%) ( $p<.05$ ). Mientras que, los estudiantes que han abandonado la práctica, citan como motivos de abandono la edad (7,3%) ( $p<.05$ ), la exigencia de los estudios (66,4%) ( $p<.05$ ), la falta de asociaciones para realizar deporte a nivel de ocio (15,3%) ( $p<.05$ ), y que los horarios ofertados son incompatibles con sus ocupaciones cotidianas (43,1%) ( $p<.05$ ).

Por otra parte, decir que los universitarios que no se sintieron animados a practicar por su profesor de Educación Física, se van a manifestar en contra de los motivos a los que acabamos de hacer referencia.

**Tabla 90. Distribución porcentual, total,  $\chi^2$  y p valor de los motivos de los universitarios a los que el profesor les animaba a practicar.**

<b>Motivaciones físico-deportivas</b>	<b>Sí</b>		<b>No</b>		<b>Total</b>	<b><math>\chi^2</math></b>	<b>p</b>
Practicantes de actividades físicas	(%)	Residuo	(%)	Residuo	(%)		
Porque me gusta competir							
Sí	28	1,8	21,6	- 1,8	23,1	3,279	.048
No	72	- 1,8	78,4	1,8	76,9		
Porque me gusta superarme							
Sí	40,3	1,9	32,6	- 1,9	34,4	3,741	.047
No	59,7	- 1,9	67,4	1,9	65,6		
Para relacionarme y conocer gente							
Sí	49,5	4,1	32,9	- 4,1	36,8	16,671	.000
No	50,5	- 4,1	67,1	4,1	63,2		
Por diversión y pasar el tiempo							
Sí	68,3	2,8	56,6	- 2,8	59,4	8,011	.005
No	31,7	- 2,8	43,4	2,8	40,6		
Porque me gusta estar en forma							
Sí	73,5	1,7	68,7	- 1,7	70,3	2,929	.049
No	24,7	- 1,7	31,3	1,7	29,7		
No practicantes de actividad física	(%)	Residuo	(%)	Residuo	(%)	$\chi^2$	p
Por considerarse demasiado mayor							
Sí	4	1,6	,6	- 1,6	1	2,519	.049
No	96	- 1,6	99,4	1,6	99		
Han abandonado la actividad física	(%)	Residuo	(%)	Residuo	(%)	$\chi^2$	p
Por la edad							
Sí	7,3	2,1	3,1	- 2,1	4,2	4,378	.047
No	92,7	- 2,1	96,9	2,1	95,8		
Por la exigencia de los estudios							
Sí	66,4	2,4	54,5	- 2,4	57,7	5,839	.016
No	33,6	- 2,4	45,5	2,4	42,3		
Falta de asociaciones de ocio							
Sí	15,3	2,2	8,6	- 2,2	10,3	4,974	.033
No	84,7	- 2,2	91,4	2,2	89,7		
Los horarios son incompatibles							
Sí	43,1	1,7	35,1	- 1,7	37,2	2,770	.049
No	56,9	- 1,7	64,9	1,7	62,8		

### **3.4.5. La Educación Física era más importante que el resto de asignaturas**

En este apartado únicamente han aparecido diferencias significativas ( $p < .05$ ) entre los estudiantes que han abandonado la práctica físico-deportiva (tabla 91).

De esta manera, los universitarios que opinaban que la Educación Física era más importante que el resto de las asignaturas, van a explicar las causas de su abandono por los problemas económicos (50%), porque no existe un apoyo y estímulo familiar (50%), por la falta de instalaciones deportivas adecuadas o cercanas al domicilio (75%), por la falta de asociaciones para realizar deporte a nivel de ocio (50%), porque los horarios que se ofertan son incompatibles con sus ocupaciones (100%), y por las malas experiencias en prácticas anteriores (25%).

**Tabla 91. Distribución porcentual, total,  $\chi^2$  y p valor de los motivos de los universitarios para los que la E.F. era más importante que el resto de asignaturas.**

<b>Motivaciones físico-deportivas</b>	<b>Sí</b>		<b>No</b>		<b>Total</b>	<b><math>\chi^2</math></b>	<b>p</b>
Han abandonado la actividad física	(%)	Residuo	(%)	Residuo	(%)		
Por problemas económicos							
Sí	50	2,7	9,7	- 2,7	10	7,204	.049
No	50	- 2,7	90,3	2,7	90		
Porque no existe estímulo familiar							
Sí	50	4,1	4,8	- 4,1	5,2	16,514	.015
No	50	- 4,1	95,2	4,1	94,8		
Falta de instalaciones adecuadas							
Sí	75	2,1	27,8	- 2,1	28,2	4,371	.040
No	25	- 2,1	72,2	2,1	71,8		
Falta de asociaciones de ocio							
Sí	50	2,6	10	- 2,6	10,3	6,834	.045
No	50	- 2,6	90	2,6	89,7		
Los horarios son incompatibles							
Sí	100	2,6	36,7	- 2,6	37,2	6,815	.019
No	,0	- 2,6	63,3	2,6	62,8		
Por malas experiencias anteriores							
Sí	25	2,1	4,1	- 2,1	4,2	4,314	.038
No	75	- 2,1	95,9	2,1	95,8		

### **3.4.6. Eran suficientes**

Para los practicantes que consideran suficientes las clases escolares de Educación Física (tabla 92), los motivos de práctica señalados son la mejora del aspecto físico (58,3%) ( $p < .01$ ), y la liberación de la energía y las tensiones acumuladas (70,9%) ( $p < .05$ ).

Los alumnos que nunca han practicado y que consideran suficientes las clases recibidas, mencionan la falta de interés (58,2%) y que el deporte nunca se les dio bien (45,1%), mientras que, los estudiantes que opinan que las clases recibidas eran insuficientes basan la falta de práctica en la carencia de instalaciones y horarios adecuados (27,6%).

La falta de apoyo y estímulo familiar, la falta de asociaciones para realizar deporte a nivel de ocio y que los amigos dejaron de practicar, son los motivos de abandono mencionados por el 7,6%, 13,2% y 16,2% de los universitarios que ya no practican en la actualidad, y que consideran suficientes las clases de Educación Física recibidas en su etapa escolar ( $p < .05$ ). Frente a la opinión contraria del 96,3%, 91,4% y 91,1% de los estudiantes que consideran insuficientes las clases de Educación Física.

**Tabla 92. Distribución porcentual, total,  $\chi^2$  y p valor de los motivos de los universitarios para los que eran suficientes.**

<b>Motivaciones físico-deportivas</b>	<b>Sí</b>		<b>No</b>		<b>Total</b>	<b><math>\chi^2</math></b>	<b>p</b>
Practicantes de actividades físicas	(%)	Residuo	(%)	Residuo	(%)		
Para mejorar mi aspecto físico							
Sí	58,3	3	46,8	- 3	50,4	9,017	.003
No	41,7	- 3	53,2	3	49,6		
Para liberar energía y tensiones							
Sí	70,9	2,5	61,7	- 2,5	64,6	6,220	.013
No	29,1	- 2,5	38,3	2,5	35,4		
No practicantes de actividad física	(%)	Residuo	(%)	Residuo	(%)	$\chi^2$	p
Falta de instalaciones y horarios							
Sí	13,2	- 2,5	27,6	2,5	20,9	6,138	.014
No	86,8	2,5	72,4	- 2,5	79,1		
El deporte nunca se me dio bien							
Sí	45,1	1,8	32,4	- 1,8	38,3	3,315	.048
No	54,9	- 1,8	67,6	1,8	61,7		
Por falta de interés							
Sí	58,2	1,9	44,8	- 1,9	51	3,545	.044
No	41,8	- 1,9	55,2	1,9	49		
Han abandonado la actividad física	(%)	Residuo	(%)	Residuo	(%)	$\chi^2$	p
Porque no existe estímulo familiar							
Sí	7,6	2	3,7	- 2	5,2	3,846	.045
No	92,4	- 2	96,3	2	94,8		
Falta de asociaciones de ocio							
Sí	13,2	1,7	8,6	- 1,7	10,3	2,777	.048
No	86,8	- 1,7	91,4	1,7	89,7		
Mis amigos dejaron de practicar							
Sí	16,2	2,5	8,9	- 2,5	11,7	6,369	.016
No	83,8	- 2,5	91,1	2,5	88,3		