



Actividad físico-deportiva en la Educación Secundaria Obligatoria: diferencias entre sexos en el abandono de la práctica regular de actividad física

Physical-sports activity in compulsory secondary education: gender differences in the abandonment of regular physical activity

Martín Barcala-Furelos^{1,2}; Lorenzo Cendoya Ochoa¹; Andrés Pascual Torre¹; Oliver Ramos-Álvarez^{1,2,3,4}

¹ Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad Europea del Atlántico, 39011 Santander, Spain

² Facultad de Ciencias Sociales, Universidad Europea del Atlántico, 39011 Santander, Spain

³ Departamento de Educación. Área de Educación Física y Deportiva. Universidad de Cantabria. Los Castros Avenue, 50, 39005 Santander, Spain. ROR: <https://ror.org/046ffzj20>

⁴ Health Economics Research Group - Valdecilla Biomedical Research Institute (IDIVAL), 39011 Santander, Spain

Autor de correspondencia: Oliver Ramos Álvarez (oliver.ramos@unican.es)

Cronograma editorial: *Artículo recibido 12/03/2024 Aceptado: 18/04/2024 Publicado: 01/07/2024*

Para citar este artículo utilice la siguiente referencia:

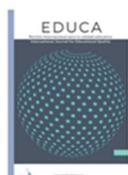
Barcala-Furelos, M., Cendoya Ochoa, L., Pascual Torre, A., & Ramos-Álvarez, O. (2024). Actividad físico-deportiva en la Educación Secundaria Obligatoria: diferencias entre sexos en el abandono de la práctica regular de actividad física. *EDUCA International Journal*, 4(2), 329–342. <https://doi.org/10.55040/educa.v4i2.118>

Contribución específica de los autores: Los autores han participado conjuntamente en todas las fases de la investigación.

Financiación: No existió financiación para este proyecto.

Consentimiento informado participantes del estudio: Se obtuvo consentimiento informado de los participantes.

Conflicto de interés: Los autores no señalan ningún conflicto de interés.



Resumen

El objetivo de este estudio fue conocer la diferencia de abandono de actividad físico-deportiva entre sexos en el alumnado de ESO de un colegio de Cantabria. Para ello se realizó un estudio descriptivo transversal con una muestra por conveniencia de 98 alumnos de la ESO, 57 chicos (58,2%) y 41 chicas (41,8%) con edades entre los 12 y 17 años y distribuidos en 22 alumnos de 1º curso (22,5%), 30 alumnos de 2º (30,6%), 26 alumnos de 3º (26,5%) y 20 alumnos de 4º (20,4%). Se realizó una encuesta *ad-hoc* que incluía variables relativas a la práctica de actividad físico-deportiva y motivos de abandono de la misma. Se realizó un análisis estadístico descriptivo y se aplicó la prueba de chi-cuadrado. Los resultados mostraron que el 44,9% de los sujetos practicaban habitualmente actividad físico-deportiva, sin embargo, el 55,1% de los encuestados reportaron que no practicaban ningún tipo de actividad. Por otro lado, el 65,9% de la muestra del sexo femenino no practicaba ningún tipo de actividad físico-deportiva de forma habitual. En cuanto al sexo masculino, se registró que un 47,4 % no realizaba actividad físico-deportiva. Respecto a diferenciación entre sexos $P=0,070$ no se encontraron diferencias significativas ($p > 0,05$) pero sí se mostró una tendencia más elevada en las chicas. Entre los principales motivos por los cuales los adolescentes abandonan la actividad físico-deportiva, se encontraron la de realizar otra actividad en su tiempo libre 29,6%, seguido de que no tenían tiempo por los estudios 27,8% y por pereza 24,1%. Se concluye con esta investigación, que el porcentaje del abandono de actividad físico-deportiva entre el alumnado es alto. Este alta tasa de abandono se produce en todos los cursos estudiados y con mayor incidencia en las mujeres. Entre los principales motivos de abandono que se dan en el centro escolar son debidos a la preferencia por otras actividades, la falta de tiempo por los estudios y la pereza.

Palabras clave: práctica regular, actividad física, género, adolescentes, motivos.

Abstract

The aim of this study was to determine the difference between sexes in the dropout rate of physical-sporting activity among ESO students in a school in Cantabria. A descriptive cross-sectional study was carried out with a convenience sample of 98 ESO students, 57 boys (58.2%) and 41 girls (41.8%) aged between 12 and 17 years, distributed among 22 students in the first year (22.5%), 30 students in the second year (30.6%), 26 students in the third year (26.5%) and 20 students in the fourth year (20.4%). An *ad-hoc* survey was carried out which included variables related to the practice of physical-sports activity and reasons for dropping out. A descriptive statistical analysis was performed and the chi-square test was applied. The results showed that 44.9% of the subjects habitually practiced physical-sports activity; however, 55.1% of the respondents reported that they did not practice any type of activity. On the other hand, 65.9% of the female sample did not habitually practice any type of physical-sports activity. As for the male sample, 47.4% reported that they did not engage in any physical-sports activity. With respect to differentiation between sexes $P=0.070$, no significant differences were found ($P>0.05$), but a higher tendency was found in girls. Among the main reasons for adolescents abandoning physical-sports activities were 29.6% for doing another activity in their free time, followed by the fact that they did not have time for their studies 27.8% and laziness 24.1%. It is concluded with this research that the percentage of abandonment of physical-sports activity among students is high. This high dropout rate occurs in all the courses studied and with a higher incidence among women. Among the main reasons for dropping out of school are due to the preference for other activities, lack of time for studies and laziness.

Keywords: regular practice, physical activity, gender, adolescents, motives.



Introducción

Merino y González (2006) afirman que una práctica habitual de actividad físico-deportiva debería ser realizada durante toda vida por sus beneficios sobre la salud, aunque actualmente predomina el sedentarismo y la falta de actividad físico-deportiva. Estos autores afirman que la practica regular de actividad física proporciona al individuo un crecimiento y desarrollo saludable a nivel del sistema cardiorrespiratorio y músculo esquelético, así como ayudar a mantener el peso saludable gracias al mantenimiento efectivo del gasto calórico. Igualmente, afirman que facilita las relaciones sociales saludables así como la prevención de posibles enfermedades no transmisibles (ENT) de carácter cardiovascular, como por ejemplo, la diabetes mellitus tipos II o la hipertensión. En esta misma línea, la Organización Mundial de la Salud (OMS) aprobó una Estrategia Mundial sobre Régimen Alimentario, Actividad Física y Salud como consecuencia de los bajos niveles de práctica de actividad física y el incremento en las tasas de sobrepeso y obesidad a edades cada vez más tempranas. Igualmente, esta misma institución publicó sus recomendaciones mundiales de práctica de actividad física (2020), estableciendo 60 minutos de práctica de actividad física (AF) diaria de intensidad moderada a vigorosa en jóvenes de entre 5 y 17 años, pero actualmente no se llega a esos niveles en esta franja de edad (Spronston y Primatesta, 2003; Ramos-Álvarez et al., 2021). Añadido a esto, diferentes países han diseñado y establecido diferentes estrategias para abordar esta problemática global. En el caso de España, conllevó el diseño e instauración de la la estrategia NAOS (Nutrición, Actividad Física y Prevención de la Obesidad) (Gil et al., 2012).

Algunas investigaciones llevadas a cabo en estudiantes de Educación Secundaria Obligatoria con edades comprendidas entre los 12 y los 15 años, evidenciaron que el 44,8% del alumnado que no practican ninguna actividad físico-deportiva extraescolar son el alumnado entre los 14 y los 15 años de edad. A edades inferiores, entre los 12 y los 13 años de edad, este abandono disminuye hasta el 38,1%, por lo que de evidencia la relación existente entre la edad del alumnado y la práctica físico-deportiva: evidencia que las mayores tasas de práctica se dan entre el alumnado de 12-13 años, frente a los de 14-15 años (Moreno et al., 2006a).

El abandono de la práctica de actividad físico-deportiva en los varones es menor que el abandono en las mujeres, practicando ejercicio físico y deporte con mayor frecuencia, intensidad y duración (Alvariñas et al., 2009). Y es que en los últimos años la actividad físico-

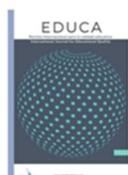


deportiva ha sufrido un gran descenso por parte de los adolescentes, principalmente en las chicas (Dwyer et al., 2006; Fernández, 2011). Una de las causas más importantes a la hora de comparar el abandono de actividad físico-deportiva entre géneros, se debe a la socialización del rol de género, debido a que desde pequeños los niños y las niñas soportan una presión social y cultural que les inculcan en las actividades más adecuadas a su género (Hamzeh, 2007). Esto puede promover que la práctica deportiva, haya estado más vinculado al sexo masculino. Afortunadamente, en los últimos años esta tendencia parece estar cambiando y la mujer tiene mayor presencia en el ámbito deportivo, no sólo como practicantes sino desde otros ámbitos afines (Moreno-Llamas et al., 2022).

Una de las posibles causas de esta alta tasa de abandono de práctica físico-deportiva puede ser que la propuesta actual de práctica de actividad físico-deportiva no responde a ninguno de los intereses y motivaciones de los jóvenes (Moreno et al., 2005). Algunos autores indican que es necesario realizar un análisis de los factores influyentes para, finalmente, poder analizar las causas de abandono y mantenimiento de actividad físico-deportiva a lo largo de los años (Quevedo-Blasco et al., 2009).

Sobre la problemática de los motivos de abandono de la práctica de actividad físico-deportiva de la población, Cervelló (1995) ejecuto un análisis completo y resaltó que entre los principales motivos se encuentran: conflicto de intereses, falta de diversión, competencia, problemas con los otros significativos, problemas relativos al programa y lesiones. El principal motivo de abandono de la práctica de actividad físico-deportiva en los adolescentes es por la falta de tiempo, no habiendo una diferencia significativa entre ambos géneros (Macarro et al., 2008). Sin embargo, el tiempo dedicado a las tareas escolares se localiza entre los menos importantes (Bodson, 1997; García, 1993; Nuviala, 2003; Ruiz, 2001).

Esta investigación es fundamental para comprender los principales motivos de los adolescentes a la hora de abandonar la práctica de actividad físico-deportiva es de gran interés, debido a que los profesionales del ámbito de la educación física pueden adaptar sus prácticas a un contexto de aprendizaje que pueda llegar a ser más eficaz para minimizar la tasa de abandono de la práctica de actividad físico-deportiva, además de inculcar un modelo de vida saludable en los adolescentes (Méndez et al., 2005).



Es por ello que se estableció como objetivo principal de esta investigación el conocer la diferencia de abandono de actividad físico-deportiva entre sexos en el alumnado de Educación Secundaria Obligatoria (ESO) en un centro educativo de Cantabria (España). De este objetivo principal, se desprenden dos objetivos secundarios o específicos: identificar los principales motivos de abandono de la actividad física-deportiva y determinar los cursos más críticos a la hora de abandonar la actividad físico-deportiva en los estudiantes de secundaria.

Material y métodos

Método y muestra

El diseño del estudio es de carácter descriptivo transversal por una muestra por conveniencia. La muestra estuvo constituida por 98 participantes entre 1º y 4º de ESO, 57 chicos (58,2%) y 41 chicas (41,8%) con edades comprendidas entre los 12 y 17 años y distribuidos en 22 alumnos de 1º curso (22,5%), 30 alumnos de 2º (30,6%), 26 alumnos de 3º (26,5%) y 20 alumnos de 4º (20,4%) de un centro educativo del norte de España.

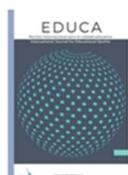
Instrumento

Para la recogida de datos de la investigación se ha diseñado un cuestionario *ad hoc* compuesto por 4 preguntas, basándonos en el modelo de Macarro y su equipo de trabajo (Macarro et al., 2008). Las variables estudiadas son las siguientes:

- Curso académico.
- Sexo.
- Práctica actividad físico-deportiva.
- Motivos de abandono de actividad físico-deportiva (10 ítems).

Proceso

Se ha realizado una búsqueda bibliográfica sobre artículos relacionados con la temática de los motivos de abandono de actividad físico-deportiva en adolescentes, el género y la edad. Para ello, se ha llevado a cabo la consulta en distintas bases de datos como, Google Académico, PubMed, Dialnet, OMS... Una vez que se ha realizado el estudio de la cuestión, se procedió a la recogida de datos y su posterior análisis estadístico.



Análisis estadístico

El análisis estadístico ha sido descriptivo. Se ha utilizado para dicho análisis el programa estadístico JASP (Versión 0.14.1.0) para macOS. En dicho análisis se analizaron los datos extraídos del cuestionario y se realizó un análisis comparativo entre las diferentes variables: curso académico (1º E.S.O., 2º E.S.O., 3º E.S.O. y 4º E.S.O.), sexo (masculino y femenino), práctica actividad físico-deportiva (si o no) y motivos de abandono de la actividad físico-deportiva (no tengo tiempo, prefiero hacer otras actividad en mi tiempo libre, por pereza, los demás eran mejor que yo, no me gustaba como se planteaban las clases o entrenamientos, por lesiones, por mis padres, por la presión, no me divierte, me aburre y otros).

Además, se realizó una tabla de contingencias, de la cual se ha obtenido un análisis estadístico chi-cuadrado para conocer si existe dependencia entre las variables, tanto del sexo y práctica de actividad físico-deportiva como del curso y práctica de actividad físico-deportiva.

Aspectos éticos

La investigación se ha regido por los principios éticos y deontológicos establecidos por la Asociación Americana de Psicología (American Psychological Association, 2020). Igualmente, se han seguido durante todo el proceso investigativo las recomendaciones éticas para la investigación educativa (Paz, 2018).

Le protocolo de la investigación fue aprobado por el Comité de Ética de Investigación de la Universidad Europea del Atlántico con el código CEI 05/21 con fecha de 22 de abril de 2021.

Resultados

Los resultados evidenciaron que el 44,9% de la muestra (n = 44) practican habitualmente actividad físico-deportiva a una intensidad moderada o vigorosa, sin embargo, el 55,1% (n = 54) no practican actualmente ningún tipo de actividad (Tabla 1).

Actividad física	Frecuencia	Porcentaje	% Valido	% Acumulado
No	54	55.102	55.102	55.102
Si	44	44.898	44.898	100.000
Datos perdidos	0	0.000		
TOTAL	98	100.000		

Tabla 1. Práctica de actividad físico-deportiva

En referencia a los resultados obtenidos sobre los principales motivos por los cuales los adolescentes abandonan la actividad físico-deportiva, los resultados evidencia que la muestra prefiere hacer otra actividad en su tiempo libre por encima de otras razones, con un 29,6% de la muestra estudiada ($n = 16$). La segunda razón es que no tienen tiempo por los estudios 27,8% ($n = 15$), destaca como tercera razón la pereza para hacer este tipo de actividades con un 24,1% ($n = 13$). Con menores porcentajes, los resultados evidencian que una parte de la muestra abandona la práctica físico-deportiva por la presión 3,7% ($n = 2$), por los padres 3,7% ($n = 2$), no me divierte o me aburre 3,7% ($n = 2$), por lesiones 1,9% ($n = 1$) y finalmente otros motivos 5,5% (3) (Tabla 2).

Motivo	Frecuencia	%	% válido	% acumulado
No me divierte, me aburre	2	2.041	3.704	3.704
No tengo tiempo por los estudios	15	15.306	27.778	31.481
Otro	3	3.061	5.556	34.037
Por la presión	2	2.041	3.704	40.741
Por lesiones	1	1.020	1.852	42.593
Por mis padres	2	2.041	3.704	46.296
Por pereza	13	13.265	24.074	70.370
Prefiero hacer otras actividades en mi tiempo libre	16	16.327	29.630	100.000
Datos perdidos	44	44.898		
TOTAL	98	100.000		

Tabla 2. Motivos de abandono de actividad físico-deportiva

Por otro lado, un 65,9% de la muestra estudiada ($n = 27$) del sexo femenino no practicó ningún tipo de actividad físico-deportiva habitualmente y solamente el 34,1% ($n = 14$) realizó algún tipo de actividad. Respecto al sexo masculino se ha registrado un 47,4 % ($n = 27$) que no realizó actividad físico-deportiva, mientras que el 52,6 % de la muestra (30) si lo han practicado (Tabla 3).

Sexo		Actividad física		Total
		No	Si	
Femenino	Cuenta	27.000	14.000	41.000
	% fila	65.854	34.146	100.000
	% columna	50.000	31.818	41.837
Masculino	Cuenta	27.000	30.000	57.000
	% fila	47.368	52.632	100.000
	% columna	50.000	68.182	58.163
Total	Cuenta	54.000	44.000	98.000
	% fila	55.102	44.898	100.000
	% columna	100.000	100.000	100.000

Tabla 3. Práctica de actividad físico-deportiva en función del sexo

Cabe destacar el resultado obtenido al aplicar el estadístico chi-cuadrado con las variables sexo y práctica de actividad físico-deportiva, ha evidenciado un resultado con un valor de la P de 0,070. Este valor al ser $>0,05$ evidencia que no hay relación entre las variables estudiadas, es decir, no han existido una interacción entre dichas variables (Tabla 4).

Valor	df	p
X^2 3.294	1	0.070
N 98		

Nota. df: grados de libertad; p: probabilidad.

Tabla 4. Chi cuadrado de las variables sexo y actividad físico-deportiva

De los 22 alumnos y alumnas de 1º ESO, han practicado actividad físico-deportiva un 36,4% (n = 8), mientras que el 63,6% (n = 14) no lo practicaron. Por otro lado, de los 30 alumnos y alumnas de 2º de ESO, un 46,7 % (n = 14) de alumnos y alumnas de 2º ESO han practicado algún tipo de actividad y el 53,3% (n = 16) no lo han practicado. En referencia a los 26 alumnos de 3º ESO, el 42,3% (n = 11) han practicado actividad frente al 57,7% (n = 15) que no lo practicaron. Finalmente, de los 20 alumnos de 4º ESO, el 55% (n = 11) practicaron algún tipo de actividad habitualmente frente al 45% (n = 9) de la muestra de este curso que no han practicado ningún tipo de actividad físico-deportiva (Tabla 5).

Sexo		Actividad física		Total
		No	Si	
1º ESO	Cuenta	14.000	8.000	22.000
	% fila	63.636	36.364	100.000
	% columna	25.926	18.182	22.449
2º ESO	Cuenta	16.000	14.000	30.000
	% fila	53.333	46.667	100.000
	% columna	29.630	31.818	30.612
3º ESO	Cuenta	15.000	11.000	26.000
	% fila	57.692	42.308	100.000
	% columna	27.778	25.000	26.531
4º ESO	Cuenta	9.000	11.000	20.000
	% fila	45.000	55.000	100.000
	% columna	16.667	25.000	20.408
Total	Cuenta	54.000	44.000	98.000
	% fila	55.102	44.898	100.000
	% columna	100.000	100.000	100.000

Tabla 5. Práctica de actividad físico-deportiva en función del curso

Cabe señalar que en la prueba de chi-cuadrado con el curso y la práctica de actividad físico-deportiva, evidenció que el valor de p fue de 0,664. Este valor $>0,05$ ha significado que no existe relación entre las variables del estudio, es decir, no existieron interacción entre las variables (Tabla 6).

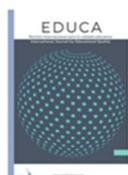
	Valor	df	p
X ²	1.581	3	0.664
N	98		

Tabla 6. Chi cuadrado de las variables curso y actividad físico-deportiva

Discusión

El objetivo principal esta investigación es conocer la diferencia de abandono de actividad físico-deportiva entre géneros en el alumnado de Educación Secundaria Obligatoria de un centro educativo de la comunidad autónoma de Cantabria. Asociado a este objetivo principal, se establecieron dos objetivos secundarios o específicos: identificar los principales motivos de abandono de la actividad física-deportiva y determinar los cursos más críticos a la hora de abandonar la actividad físico-deportiva en los y las estudiantes de ESO.

Esta investigación ha evidenciado que el 51,1% no practica ningún tipo de actividad físico-deportiva habitualmente. Por tanto, existe un gran índice de abandono en los adolescentes, al igual que en el estudio de Macarro et al. (2008), donde aborda los motivos de abandono de la actividad físico-deportiva en los estudiantes de Bachillerato de la provincia de Granada y que evidenció que el 50,5% de la muestra estudiada abandonaron o no practicaron ningún tipo de actividad. No obstante, otro estudio (Moreno et al., 2003) relacionado con los intereses y las actitudes del alumnado de secundaria hacia la asignatura de Educación Física, evidenció un menor porcentaje de abandono de actividad físico-deportiva (24,6%). Este estudio evidencia unos resultados por debajo de los resultados obtenidos en esta investigación, indicando que con el paso de los años el abandono de la actividad físico-deportiva ha sufrido un aumento.



Igualmente, otras investigaciones han evidenciado la influencia que el contexto familiar puede tener en la práctica de actividad físico-deportivo en el tiempo de ocio de los jóvenes y adolescentes (Varela y Maroñas, 2019). Este estudio ha evidenciado que el nivel de estudios de los progenitores es determinante para otorgar la importancia del tiempo de ocio a actividades de carácter físico-deportivo, especialmente en el caso de los niños. En el caso de las niñas, estos autores afirman que se da más importancia a la ocupación de su tiempo de ocio a actividades artístico-culturales o ir de compras (Varela y Maroñas, 2019).

Se evidencia en los resultados de la investigación que en el caso de los chicos, el total de los que no practican ningún tipo de actividad físico-deportiva, es de un 47,4%, un valor muy alto en comparación con los resultados del estudio de Macarro et al. (2008) en los que observamos un abandono del género masculino del 29,2%. En el caso del género femenino, los resultados obtenidos evidencian un índice de abandono del 65,9%, valor muy similar al 67,9% recogido en el estudio de Macarro et al. (2008). Esta diferencia entre sexos es debido principalmente a la relación social que existe entre deporte y masculinidad, y a las connotaciones negativas que esto supone para el sexo femenino (Moreno et al., 2006b). Cabe destacar que los resultados de esta investigación no han evidenciado diferencias significativas en el abandono de la actividad físico-deportiva entre sexos, aunque el porcentaje de abandono del sexo femenino sigue estando por encima del masculino. La tendencia de estos datos también se ven reflejados en diferentes informes gubernamentales, como los informes de la Encuesta de hábitos deportivos en España (Ministerio de Cultura y Deporte, 2015; 2020; 2022).

Respecto a los motivos de abandono de la actividad físico-deportiva, destaca que la muestra prefiere hacer otras actividades en su tiempo libre (29,6%), no tener tiempo por los estudios (27,8%) y por pereza (24,1%), datos coincidentes con los resultados expuestos en el estudio de Macarro et al. (2008) donde la pereza, la falta de tiempo y preferir hacer otras actividades en mi tiempo libre son también los tres principales motivos de abandono.

En referencia al abandono de actividad físico-deportiva por curso, se evidenció que el alumnado de 1º ESO y 2º ESO tienen un porcentaje del 58,45%, mientras que los de 3º ESO y 4º ESO han obtenido un 51,35% de abandono. En comparación con el estudio de Moreno et al (2006a), donde se puede apreciar una similitud entre el alumnado de 3º ESO y 4º ESO con un



índice de abandono del 44,8%, se aprecia una diferencia más importante en el alumnado de 1º ESO y 2º ESO, con un porcentaje de abandono del 38,1%, un resultado inferior a los resultados obtenidos en esta investigación. En esta investigación se aprecia que el abandono de actividad físico-deportiva es similar en todos los cursos, en contraposición al estudio de Moreno et al. (2006) donde existe una gran diferencia entre el primer y el segundo ciclo de ESO.

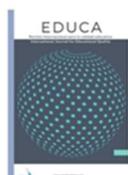
Conclusión

En esta investigación se concluye que el abandono de actividad físico-deportiva en los alumnos de un centro de Educación Secundaria de la Comunidad Autónoma de Cantabria es bastante alto. Igualmente se concluye que las chicas sufren aún más abandono que los chicos. Por otro lado, entre los principales motivos de abandono que se dan en el centro escolar, destaca que la muestra prefiere hacer otras actividades en su tiempo libre, afirma no tener tiempo por los estudios y finalmente por pereza.

Respecto al abandono por cursos, se concluye que no se encuentran diferencias significativas entre ellos, siendo el porcentaje de abandono similar entre los cuatro cursos de ESO. Cabe destacar que los alumnos de 1º ESO son los que mayor tasa de abandono presentan.

Referencias

- Alvariñas, M., Fernández, M. y López-Villar, C. (2009). Actividad física y percepciones sobre deporte y género. *Revista de Investigación En Educación*, 6, 113–123.
- American Psychological Association. (2020). *Publication Manual of the American Psychological Association*, 7th ed. American Psychological Association.
- Bodson, D. (1997). La pratique du sport en communauté française. Synthèse analytique des résultats. *En Sport*, 159-160, 5-42.
- Cervelló, E. (1995). *La Motivación y el abandono deportivo desde la perspectiva de las metas de logro*. [Tesis Doctoral, Universidad de Valencia].



- Dwyer, J., Allison, K., Goldenberg, E., Fein, A., Yoshida, K. y Boutilier, M. (2006). Adolescent girls' perceived barriers to participation in physical activity. *Adolescence*, 41(161), 75-89.
- Fernández, E. (2011). Comprendiendo el abandono del deporte de las chicas adolescentes. *Pensar a Práctica*, 14(2), 1-15. <https://doi.org/10.5216/rpp.v14i2.12932>
- García, M. (1993). *Tiempo libre y actividades deportivas en la juventud en España*. Ministerio de Asuntos Sociales.
- Gil, P., Cuevas, R. y Contreras, O. (2012). Educación Física y hábitos de vida activa: percepciones de los adolescentes y relación con el abandono deportivo. *Educación Física y Hábitos de Vida Activa: Percepciones de Los Adolescentes y Relación Con El Abandono Deportivo*, 40(3), 115-124.
- Hamzeh, M. (2007). *A de-veiling narrative inquiry: Entry and agency in body stories of Muslim girls*. [Unpublished doctoral dissertation, New Mexico State University].
- Macarro, J., Romero, C. y Torres, J. (2008). Motivos de abandono de la práctica de actividad físico-deportiva en los estudiantes de Bachillerato de la provincia de Granada. *Revista de Educación*, (353), 495-519.
- Méndez, A., Cecchini, J. y Contreras, O. (2005). *Motivos de abandono de la práctica del deporte juvenil*. Servicio de publicaciones UCLM.
- Merino, B. y González, E. (2006). *Actividad Física y Salud en la Infancia y la Adolescencia*. Guía para todas las personas que participan en su educación. Ministerio de Educación y Ciencia y Ministerio de Sanidad y Consumo.
- Ministerio de Cultura y Deporte (2015). *Encuesta de hábitos deportivos en España 2015*. Secretaría General Técnica. <https://www.educacionfpydeportes.gob.es/va/dam/jcr:a880220b-8ee7-4244-9a78-e414e1b42c48/encuesta-de-habitos-deportivos-2015-sintesis-de-resultados.pdf>
- Ministerio de Cultura y Deporte (2020). *Encuesta de hábitos deportivos en España 2015*. Secretaría General Técnica.



<https://www.educacionfpydeportes.gob.es/va/dam/jcr:9956698f-4bfb-4fbe-af6d-18ee847e31c9/encuesta-de-habitos-deportivos-2020-sintesis-de-resultados.pdf>

Ministerio de Cultura y Deporte (2022). *Encuesta de hábitos deportivos en España 2015*.
Secretaría General Técnica.

<https://www.educacionfpydeportes.gob.es/va/dam/jcr:69793cff-4b34-49e4-a89d-56999475991b/encuesta-de-habitos-deportivos-2022-sintesis-de-resultados.pdf>

Moreno, J., Alonso, N., Martínez, C. y Cervelló, E. (2005). Motivación, disciplina, coeducación y estado de flow en educación física: Diferencias según la satisfacción, la práctica deportiva y la frecuencia de práctica. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 5(1-2), 225-243.

Moreno, J., Hellín, P. y Hellín, G. (2006). Pensamiento del alumno sobre la Educación Física según la edad. *Educación Física y Deportes*, 85, 28-35.

Moreno, J., Martínez, C. y Alonso, N. (2006). Actitudes hacia la práctica físico-deportiva según el sexo del practicante. *Revista internacional de Ciencias del Deporte*, 2(3), 20-43.

Moreno, J., Rodríguez, P. y Gutiérrez, M. (2003). Intereses y actitudes hacia la Educación Física. *Revista Española de Educación Física*, 9, 14-28.

Moreno-Llamas, A., García-Mayor, J. y De la Cruz-Sánchez, E. (2022). Gender inequality is associated with gender differences and women participation in physical activity. *Journal of Public Health*, 44(4), 519–526. <https://doi.org/10.1093/pubmed/fdab354>

Nuviala, A. (2003). *Las escuelas deportivas en un entorno rural aragonés. El caso del Servicio Comarcal Ribera Baja*. Gobierno de Aragón.

Organización Mundial de la Salud (2020). *Directrices de la OMS sobre Actividad Física y hábitos sedentarios: de un vistazo*. Organización Mundial de la Salud

Paz, E. (2018). La ética en la investigación educativa. *Revista Ciencias Pedagógicas e Innovación*, 6(1), 45–51. <https://doi.org/10.26423/rcpi.v6i1.219>



- Quevedo-Blasco, V., Quevedo-Blasco, R. y Bermúdez, M. (2009). Análisis de la motivación en la práctica de actividad físico-deportiva en adolescentes. *Revista de Investigación en Educación*, (6), 33-42.
- Ramos-Álvarez, O.; Arufe-Giráldez, V.; Cantarero-Prieto, D.; Ibáñez-García, A. (2021). Changes in Physical Fitness, Dietary Habits and Family Habits for Spanish Children during SARS-CoV-2 Lockdown. *Int. J. Environ. Res. Public Health*, 18, 13293. <https://doi.org/10.3390/ijerph182413293>
- Ruiz, F. (2001). *Análisis diferencial de los comportamientos, motivaciones y demanda de actividades físico-deportivas del alumnado almeriense de enseñanza secundaria post obligatoria y de la universidad de Almería*. Universidad de Almería.
- Sproston, K. y Primatesta, P. (2003). *Health Survey for England 2002: The Health of Children and Young People*. The Stationery office.
- Varela, L., & Maroñas, A. (2019). El ocio familiar del alumnado de Educación Secundaria Obligatoria en Galicia. Bordón. *Revista De Pedagogía*, 71(4), 135–150. <https://doi.org/10.13042/Bordon.2019.68380>