

ACTIVIDADES FÍSICAS Y DEPORTIVAS EN EL NIVEL UNIVERSITÁRIO

Autor: FEDORUK HUBAR, SANDRA RAQUEL

Egresada en Educación Física y deportes. Universidad Sudamericana.
Delegada de la Federación Internacional de Educación Física y Deportiva FIEPS Itapúa
Teléfono: +595975 964415. sanyfedoruk@gmail.com
Encarnación - Paraguay

doi: 10.16887/93.a2.02

ABSTRACT

The present investigation arose because numerous studies have shown the benefits of physical activity in the individual in terms of their mental, physical and emotional health. Reason for which the main objective was: Describe the development of physical and sports activity of university students; in order to contribute to the elaboration of capacities according to the national reality that allows to improve the quality of life of the same and promote this type of activities at the university level. The methodology had a quantitative approach, of a non-experimental design of a descriptive type. The studied population involved 60 students of the Law and Business Engineering career, from the National University of Itapúa, year 2015, where the sampling was probabilistic with a 95% confidence level and a 5% margin of error. The techniques and instruments used were surveys through questionnaires with closed and structured multiple-choice questions. The results showed that in the male gender they practice more sports than physical activities, due to social conditions, while in the female gender they practice more physical activities in gyms than sports activities. Concluding that there are significant differences between the reasons for practice, depending on gender. For men, the reasons for practice are linked to competition, personal capacity, adventure and social relationships. For women, the most valued reasons are those related to physical fitness, health and personal image.

Keywords: Activity, Physical-Sports, University

RESUMEN

La presente investigación surgió debido a que, numerosos estudios han demostrado los beneficios de la actividad física en el individuo en cuanto a su salud mental, física y emocional. Motivo por el cual el objetivo principal fue: Describir el desarrollo de la actividad física y deportiva de los universitarios; con el fin de contribuir a la elaboración de capacidades acordes a la realidad nacional que permita mejorar la calidad de vida de los mismos y potenciar este tipo de actividades a nivel universitario. La metodología tuvo un enfoque cuantitativo, de diseño no experimental de tipo descriptivo. La población estudiada involucro a 60 alumnos de la carrera de Derecho e Ingeniería Comercial, de la Universidad Nacional de Itapúa, año 2015, donde el muestreo fue probabilístico con nivel de confianza del 95% y margen de error del 5%. Las técnicas e instrumentos utilizados fueron encuestas a través de cuestionarios con preguntas cerradas y estructuradas de opción múltiples. Los resultados arrojaron que en el género masculino practican más actividades deportivas que físicas, por condiciones sociales, en cambio en el género femenino practican más actividades físicas en gimnasios que actividades deportivas. Concluyéndose que existen diferencias significativas entre los motivos de práctica, en función del género. Para los hombres los motivos de práctica están vinculados a la



competición, la capacidad personal, la aventura y las relaciones sociales. Para las mujeres los motivos más valorados, son los relacionados con la forma física, la salud y la imagen personal.

Palabras Claves: Actividad, Físico-Deportiva, Universitario

RÉSUMÉ

La présente enquête est née parce que de nombreuses études ont montré les bienfaits de l'activité physique chez l'individu en termes de santé mentale, physique et émotionnelle. Raison pour laquelle l'objectif principal était : Décrire le développement de l'activité physique et sportive des étudiants universitaires ; afin de contribuer à l'élaboration de capacités en fonction de la réalité nationale qui permet d'améliorer la qualité de vie des mêmes et de promouvoir ce type d'activités au niveau universitaire. La méthodologie avait une approche quantitative, de conception non expérimentale de type descriptif. La population étudiée concernait 60 étudiants de la carrière Droit et Ingénierie Commerciale, de l'Université Nationale d'Itapúa, année 2015, où l'échantillonnage était probabiliste avec un niveau de confiance de 95% et une marge d'erreur de 5%. Les techniques et instruments utilisés étaient des enquêtes par questionnaires avec des questions fermées et structurées à choix multiples. Les résultats ont montré que dans le sexe masculin, ils pratiquent plus de sports que d'activités physiques, en raison des conditions sociales, tandis que dans le sexe féminin, ils pratiquent plus d'activités physiques dans les gymnases que d'activités sportives. Concluant qu'il existe des différences significatives entre les motifs de pratique, selon le sexe. Pour les hommes, les raisons de pratiquer sont liées à la compétition, aux capacités personnelles, à l'aventure et aux relations sociales. Pour les femmes, les raisons les plus appréciées sont celles liées à la forme physique, à la santé et à l'image personnelle.

Mots-clés: Activité, Physique-Sports, Université

RESUMO

A presente investigação surgiu porque numerosos estudos têm mostrado os benefícios da atividade física no indivíduo em termos de sua saúde mental, física e emocional. Razão pela qual o objetivo principal foi: Descrever o desenvolvimento da atividade física e desportiva dos universitários; a fim de contribuir para a elaboração de capacidades de acordo com a realidade nacional que permita melhorar a qualidade de vida do mesmo e promover este tipo de atividades a nível universitário. A metodologia teve uma abordagem quantitativa, de desenho não experimental de tipo descritivo. A população estudada envolveu 60 alunos da carreira de Engenharia de Negócios e Direito, da Universidade Nacional de Itapúa, ano de 2015, onde a amostragem foi probabilística com nível de confiança de 95% e margem de erro de 5%. As técnicas e instrumentos utilizados foram pesquisas por meio de questionários com questões fechadas e estruturadas de múltipla escolha. Os resultados mostraram que no sexo masculino praticam mais esportes do que atividades físicas, devido às condições sociais, enquanto no sexo feminino praticam mais atividades físicas em academias do que atividades esportivas. Concluindo que existem diferenças significativas entre os motivos da prática, dependendo do gênero. Para os homens, os motivos da prática estão ligados à competição, capacidade pessoal, aventura e relações sociais. Para as mulheres, os motivos mais valorizados são os relacionados à forma física, saúde e imagem pessoal.

Palavras-chave: Atividade, Físico-Desportivo, Universidade.

INTRODUCCION

El presente trabajo de investigación tiene como tema principal las “*Actividades físicas y deportivas en el nivel universitario*” por la importancia que representa dichas actividades. Trabajos como el de Blasco et al. (1996), identifican el momento de comenzar sus estudios en la Universidad, con el abandono del hábito de hacer actividad física y deportiva, ya que deben dedicar muchas horas al estudio con la consiguiente reducción del tiempo de ocio. De esta forma, se sugiere un estudio exhaustivo de las consideraciones de los alumnos sobre las prácticas físicas y deportiva y las motivaciones para llevar a cabo esta práctica motriz, permitirá diseñar estrategias encaminadas a aumentar la participación en las actividades físicas y deportivas, favoreciendo, su motivación hacia la práctica (Nicholls, 1989). En este sentido Terenzini, Rendon, Upcraft, Millar, Allison, Gregg et al. (1994), coincidieron en que la transición es un fenómeno sumamente complejo, al identificar una serie de dimensiones que pueden intervenir para facilitar el paso acertado a una nueva etapa escolar. La época de juventud, la cual fluctúa entre la adolescencia y la adultez, suele transcurrir entre los 15 y 24 años de edad (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2003). La transición escolar es considerada como un proceso longitudinal (Tinto, 1988) ya que el sujeto debe superar una serie de etapas que permitirán su incorporación a la vida y donde la separación, la transición y la incorporación, serán parte de ese proceso. En la primera etapa, debido a la separación que se produce, en muchos casos, de los grupos de amigos que se tenían en el nivel educativo anterior, previo al ingreso a la universidad, se podría explicar el por qué algunos estudiantes abandonan el primer semestre en la universidad (Elkins, Braxton & James, 2000). En este sentido Terenzini, Rendon, Upcraft, Millar, Allison, Gregg et al. (1994), coincidieron en que la transición es un fenómeno sumamente complejo, al identificar una serie de dimensiones que pueden intervenir para facilitar el paso acertado a una nueva etapa escolar. Finalmente, el proceso requiere del tiempo para permitir al sujeto su integración a los sistemas académicos y sociales en la universidad (Terenzini et al., 1994). Se dice que algunos de los comportamientos que son adoptados durante la etapa de juventud pueden tener implicaciones significativas para los siguientes años de vida (Buckworth, 2001; Leslie, Sparling & Owen, 2001). Una de ellas, tiene que ver con la participación en actividades físicas y deportivas, ya que se comenta (Leslie, Owen, Salmon, Bauman, Sallis, & Lo, 1999) que las personas que se suelen mantener físicamente activos en la juventud incrementan las posibilidades de un comportamiento más activo en la etapa adulta.

Buckworth (2001) expone que los comportamientos o conductas de vida, como el caso de la salud, acogidos durante la niñez, adolescencia y juventud se asocian con la calidad de vida de la edad. Situación que también ocurre con el consumo de tabaco, el alcohol, las actividades físico-deportivas y la obesidad (Engeland, Bjorge, Tverdal & Sogaard, 2004). Siendo uno de ellos el comienzo y la permanencia en las actividades físico deportivas de tiempo libre. No obstante, las obligaciones propias de los estudios y el uso del ordenador reducen esa posibilidad (Buckworth & Nigg, 2004). Para Steptoe y Wardle (2001) el grupo, por sus características propias, suele presentarse como accesible y homogéneo, relativamente sano y saludable, ocupan una posición significativa en la vida pública y, en situaciones en concreto, quienes cursan carreras afines a las ciencias de la salud constituyen un grupo ejemplar como referencia desde el punto de vida sanitario. Razón por la que Keating, Guan, Castro, Bridges (2005) y Leslie et al. (2001) sugieren llevar a cabo nuevas comparaciones, en universitarios, que permitan hacer estimaciones entre muestras para lograr resultados novedosos, adecuados y confiables, ya que de lo contrario seguirán estancadas y solamente provocaran efectos moderados.

Por lo que, este estudio es sumamente importante considerando que aproximadamente el 70% de las muertes prematuras según la OMS (1998), son los malos hábitos iniciados en la juventud. También, y como refiere uno de los objetivos del proyecto Gente Sana 2010 del United States

Department of Health and Human Services [USDHHS] (2000), fomentar entre los jóvenes el aumento de la calidad, la disponibilidad y efectividad educativa significaría favorecer su salud y calidad de vida. Esto se lograría significativamente a través de prácticas físico-deportiva.

OBJETIVOS DE LA INVESTIGACION

A. Objetivo General

Describir el desarrollo de la actividad física y deportiva de los universitarios; con el fin de contribuir a la elaboración de capacidades acordes a la realidad nacional que permita mejorar la calidad de vida de los mismos y potenciar este tipo de actividades a nivel universitario.

B. Objetivos Específicos

- Indicar el tipo de actividades físicas que realizan los estudiantes.
- Especificar la frecuencia con la que realizan sus actividades físicas.
- Detallar la percepción de los jóvenes en relación a la actividad física.

MARCO METODOLOGICO

Sede de la Universidad Nacional de Itapúa – Encarnación.

Este estudio se llevó a cabo en la Ciudad de Encarnación República del Paraguay, adecuado. Julio 2015.

Universo:

- a) Carrera de Derecho: 30 casos
- b) Carrera de Ing. Comercial: 30 casos

Muestra: La muestra probabilística es la técnica empleada para evaluar por medio de una encuesta con preguntas básicas pues la necesidad es saber si se realiza alguna actividad física-deportiva en el nivel universitario.

Se elaboró una cantidad de 06 preguntas, validadas por un profesional experto en el área de investigación, para obtener información facilitada por el encuestado de diferentes niveles académicos, como ser los estudiantes de la carrera de derecho como también de la carrera de Ingeniería Comercial.

Encuesta realizada a 60 estudiantes universitarios en total.

Estructura Metodología:

El enfoque de la Investigación: Fue basado en el paradigma cuantitativo ya que se trabajaron con aspectos observables y medibles de la realidad.

El diseño de la investigación: Fue fundamentado en el modelo no experimental ya que se incluyeron métodos que describen la relación entre variables, pero no se comprobaron.

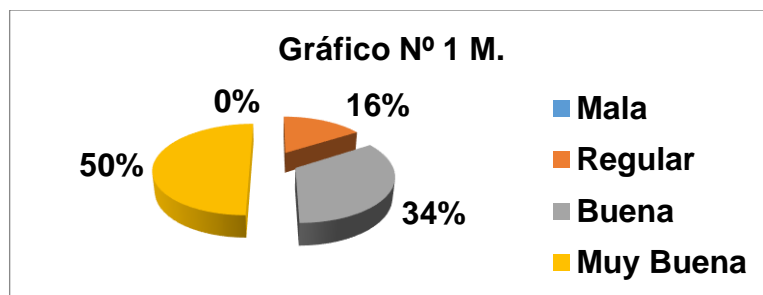
Tipo de Investigación: Según su secuencia temporal fue transaccional ya que los datos se recolectaron en un único momento en el tiempo, según sus fines es básica, ya que permitió el incremento del conocimiento científico, pero sin contractarlo con ningún aspecto practico, y según sus objetivos descriptivo ya que permitió la indagación e incidencia de los valores que manifiestan más de una variable.

Muestreo: Probabilístico con nivel de confianza del 95% y margen de error del 5%

Instrumentos y Técnicas de Recolección de Datos:

- Técnicas: Encuestas a alumnos de la carrera de Derecho e Ingeniería Comercial de la Universidad Nacional de Itapúa año 2015
- Instrumentos de recolección de datos: Cuestionarios con preguntas cerradas y estructuradas de opción múltiples.

RESULTADOS: ORAGNIZACION Y ANALISIS DE RESULTADOS GENERO MASCULINO



Nota: Fuente proporcionado por alumnos de Lic. En Educación Física, Universidad Sudamericana de Encarnación.

Según el 50% de los encuestados creen que su condición de salud es muy buena, mientras tanto que el 34% cree que es buena, y el 7% cree que es regular. No se presentó ningún caso donde se identificó una mala condición de salud.

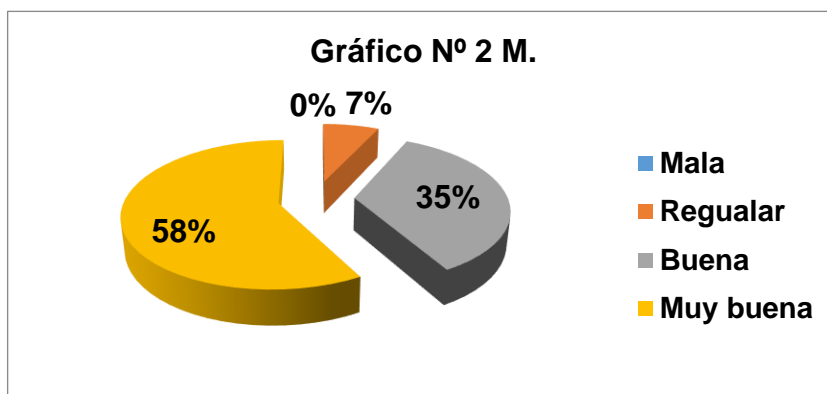


Gráfico 2. ¿Actualmente como consideras que sea tu condición física?

Nota: Fuente proporcionado por alumnos de Lic. En Educación Física, Universidad Sudamericana de Encarnación.

Según el 58% de los encuestados creen que su condición física es muy buena, mientras tanto el 35% creen que su estado de salud es bueno y el 7% creen que es regular. No se presentó ningún caso donde se identificó una mala condición de salud.

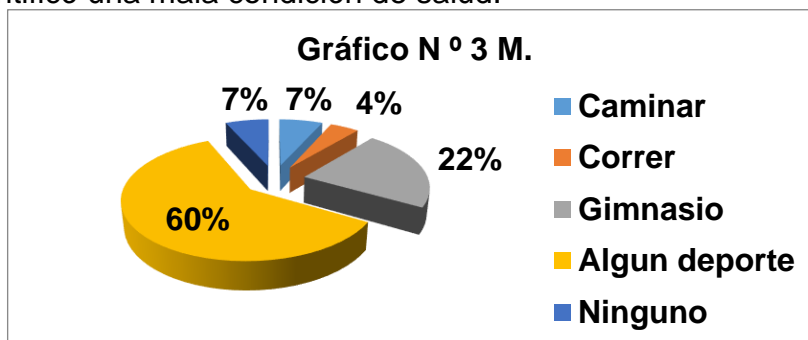


Gráfico 3. ¿Qué tipo de actividades físico- deportiva realizas?

Nota: Fuente proporcionado por alumnos de Lic. En Educación Física, Universidad Sudamericana de Encarnación.

Según el 60% de los encuestados practican algún deporte, mientras tanto un 22% frecuentan gimnasios, en tanto que un 7% realizan caminatas regulares y otro 7% no realiza no ningún tipo de actividad físico- deportiva.

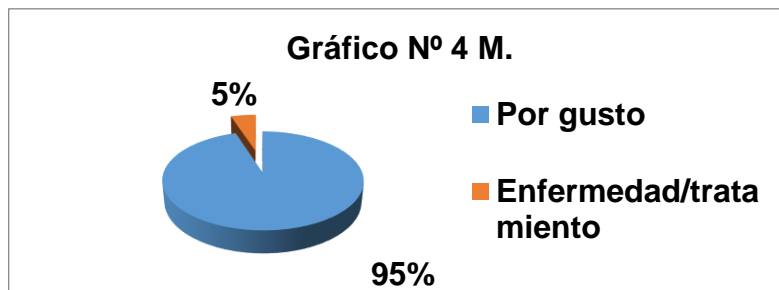


Gráfico 4. ¿Por qué realizas actividad física-deportiva?

Nota: Fuente proporcionado por alumnos de Lic. En Educación Física, Universidad Sudamericana de Encarnación.

Según el 95% de los encuestados realizan algún tipo de actividad física-deportiva, mientras tanto que el 5% realiza algún tipo de actividad física-deportiva por enfermedades o recomendación médica, no se presentó ningún caso donde se identificó la realización de actividades física-deportiva por obligación.

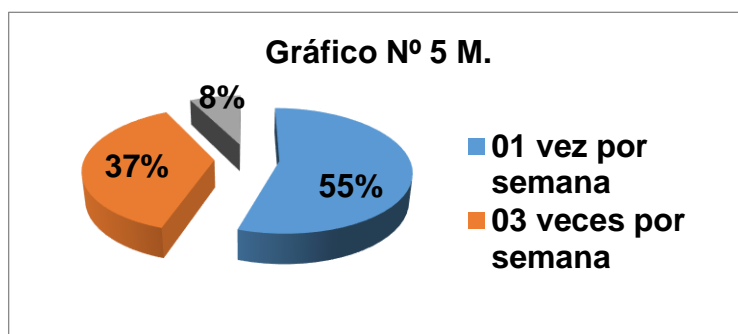


Gráfico 5. ¿Con que frecuencia realizas actividades físico-deportivas?

Nota: Fuente proporcionado por alumnos de Lic. En Educación Física, Universidad Sudamericana de Encarnación.

Según el 55% de los encuestados realizan actividades físicas deportivas 01 vez por semana, mientras que en un 37% lo realizan 03 veces por semana y en un 8% lo realizan todos los días.

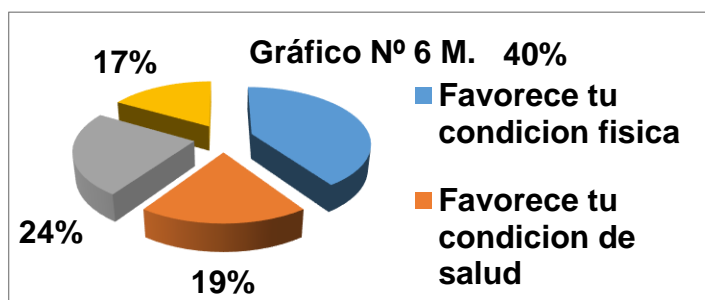


Gráfico 6. ¿Qué beneficios crees que aporta la práctica de actividades físicas-deportivas en tu vida?

Nota: Fuente proporcionado por alumnos de Lic. En Educación Física, Universidad Sudamericana de Encarnación.

Según el 40% de los encuestados creen que el beneficio de realizar actividades física-deportivas favorece a su condición física, mientras que en un 24% creen que favorece a su condición mental, en tanto que el 19% cree que favorece a su salud, y el 17% cree que favorece a su condición social.

ORAGNIZACION Y ANALISIS DE RESULTADOS GENERO FEMENINO

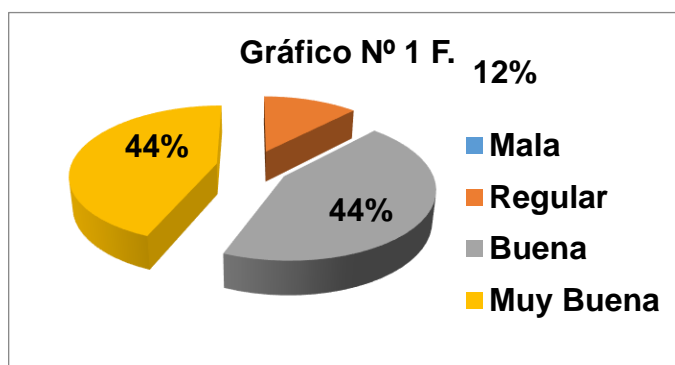


Gráfico 1. ¿Actualmente como consideras que sea tu estado de salud?

Nota: Fuente proporcionado por alumnos de Lic. En Educación Física, Universidad Sudamericana de Encarnación.

Según el 44% de los encuestados creen que su estado de salud es muy buena, mientras que otro 44% cree que su estado de salud es buena, en tanto que un 12% cree que su estado de salud es regular. No se presentó ningún caso donde se identificó una mala condición de salud

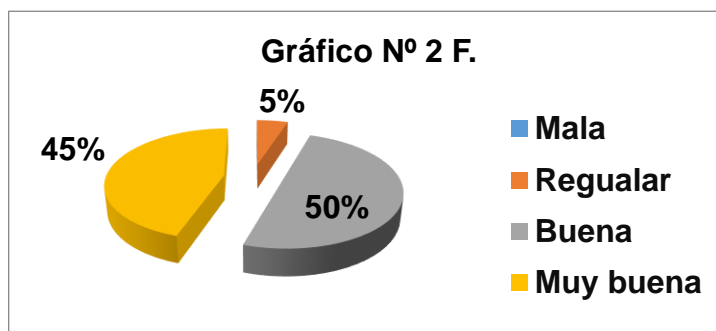


Gráfico 2. ¿Actualmente como consideras que sea tu condición física?

Nota: Fuente proporcionado por alumnos de Lic. En Educación Física, Universidad Sudamericana de Encarnación.

Según el 50% de los encuestados creen que su condición física es muy buena, mientras que en un 45% creen que es buena, en tanto que un 5% cree que es regular. No se presentó ningún caso donde se identificó una mala condición física.

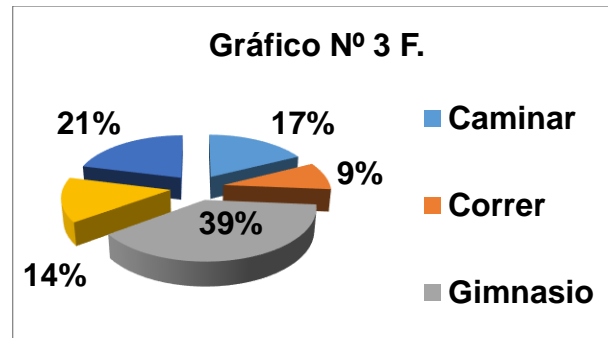


Gráfico 3. ¿Qué tipo de actividades físico-deportiva realizas?

Nota: Fuente proporcionado por alumnos de Lic. En Educación Física, Universidad Sudamericana de Encarnación.

Según el 39% de los encuestados frecuentan gimnasios, mientras tanto el 21% no realiza ningún tipo de actividad física-deportiva, en tanto que el 17% realiza caminatas regulares, por otra parte un 14% practica algún deporte regularmente, y el 9% opta por correr.

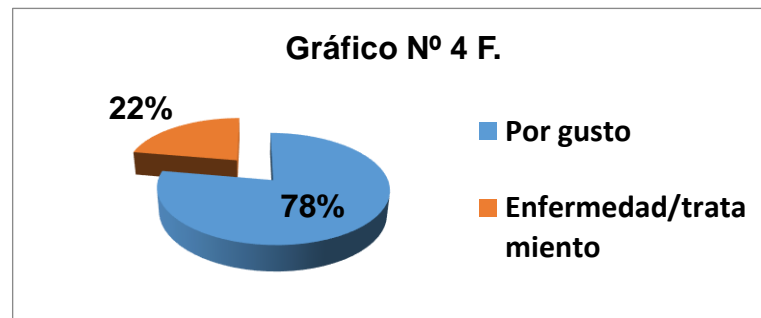


Gráfico 4. ¿Por qué realizas actividad física-deportiva?

Nota: Fuente proporcionado por alumnos de Lic. En Educación Física, Universidad Sudamericana de Encarnación.

Según el 78% de los encuestados realizan actividades física-deportivas por gusto, mientras tanto que el 22% por enfermedad o por recomendación médica. No se presentó ningún caso donde se identificó la práctica de actividades físico-deportivo por obligación.

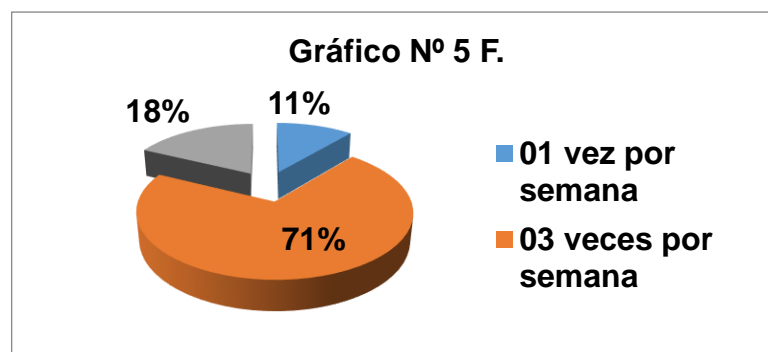


Gráfico 5. ¿Con qué frecuencia realizas actividades físico-deportivas?

Nota: Fuente proporcionado por alumnos de Lic. En Educación Física, Universidad Sudamericana de Encarnación.

Según el 71% de los encuestados realizan algún tipo de actividades físico-deportivo 03 veces por semana, mientras tanto un 18% lo realizan todos los días, y un 11% lo realizan 01 ves por día.

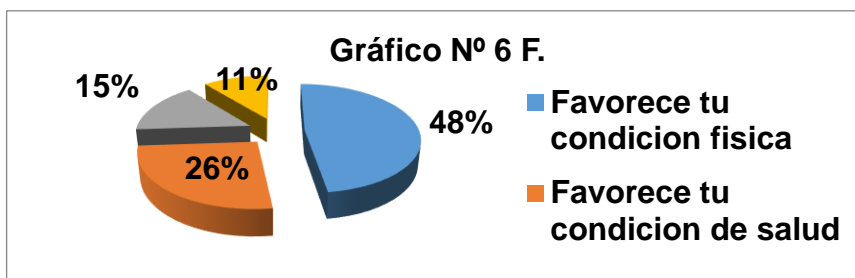


Gráfico 6. ¿Qué beneficios crees que aporta la práctica de actividades físicas-deportivas en tu vida?

Nota: Fuente proporcionado por alumnos de Lic. En Educación Física, Universidad Sudamericana de Encarnación.

Según el 48% de los encuestados creen que la práctica de actividades física-deportiva favorece a su condición física, mientras tanto el 26% cree que favorece a su salud, en tanto que el 15% cree que favorece a su condición mental, y el 11% cree que favorece a su condición social.

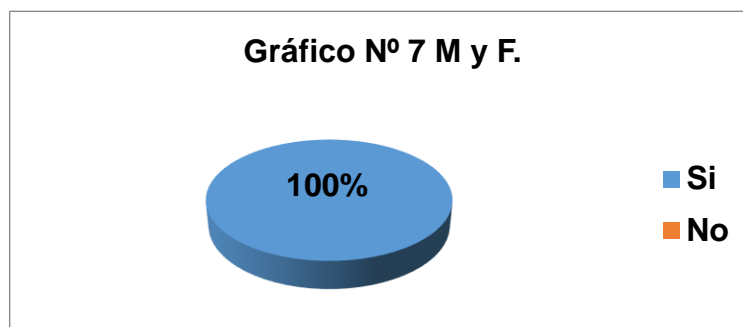


Gráfico 7. ¿Te gustaría realizar actividades físico-deportivas durante el ciclo universitario?

Nota: Fuente proporcionado por alumnos de Lic. En Educación Física, Universidad Sudamericana de Encarnación.

Según el 100% de los encuestados tanto del sexo masculino como del femenino, desean la práctica de actividades física-deportivas en la etapa universitaria.

DISCUSIÓN DE RESULTADOS

Fueron encuestados alumnos de la Universidad Nacional de Itapúa de Encarnación. Toda la información aportada es valedera para futuras investigaciones.

En el género masculino.

Primeramente, según el 50% de los encuestados creen que su condición de salud es muy buena, mientras tanto que el 34% cree que es buena, y el 7% cree que es regular. No se presentó ningún caso donde se identificó una mala condición de salud.

Asimismo, el 58% de los encuestados creen que su condición física es muy buena, mientras tanto el 35% creen que su estado de salud es bueno y el 7% creen que es regular. No se presentó ningún caso donde se identificó una mala condición de salud.

Por otra parte, el 60% de los encuestados practican algún deporte, mientras tanto un 22% frecuentan gimnasios, en tanto que un 7% realizan caminatas regulares y otro 7% no realiza ningún tipo de actividad físico - deportivo.

El 60% de los encuestados practican algún deporte, mientras tanto un 22% frecuentan gimnasios, en tanto que un 7% realizan caminatas regulares y otro 7% no realiza no ningún tipo de actividad físico- deportivo. El 55% de los encuestados realizan actividades físicas deportivas una vez por semana, mientras que en un 37% lo realizan tres veces por semana y en un 8% lo realizan todos los días.

Según el 40% de los encuestados creen que el beneficio de realizar actividades física-deportivas favorece a su condición física, mientras que en un 24% creen que favorece a su condición mental, en tanto que el 19% cree que favorece a su salud, y el 17% cree que favorece a su condición social.

Los encuestados aprobaron plenamente la práctica de actividades física-deportivas, en un 100% dijeron; sí.

En el género femenino.

Primeramente, el 44% de los encuestados creen que su estado de salud es muy buena, mientras que otro 44% cree que su estado de salud es buena, en tanto que un 12% cree que su estado de salud es regular. No se presentó ningún caso donde se identificó una mala condición de salud. Según el 50% de los encuestados creen que su condición física es muy buena, mientras que en un 45% creen que es buena, en tanto que un 5% cree que es regular. No se presentó ningún caso donde se identificó una mala condición física.

Según el 39% de los encuestados frecuentan gimnasios, mientras tanto el 21% no realiza ningún tipo de actividad física-deportiva, en tanto que el 17% realiza caminatas regulares, por otra parte, un 14% practica algún deporte regularmente, y el 9% opta por correr.

Según el 78% de los encuestados realizan actividades física-deportivas por gusto, mientras tanto que el 22% por enfermedad o por recomendación médica. No se presentó ningún caso donde se identificó la práctica de actividades físico-deportivo por obligación.

Según el 71% de los encuestados realizan algún tipo de actividades físico-deportivo tres veces por semana, mientras tanto un 18% lo realizan todos los días, y un 11% lo realizan una vez por día.

Según el 48% de los encuestados creen que la práctica de actividades física-deportiva favorece a su condición física, mientras tanto el 26% cree que favorece a su salud, en tanto que el 15% cree que favorece a su condición mental, y el 11% cree que favorece a su condición social.

Los encuestados aprobaron plenamente la práctica de actividades física-deportivas, en un 100% dijeron; sí.

Con este análisis de resultados de ambos géneros se pudo comprobar que en el género masculino practican más actividades deportivas que físicas, por condiciones sociales, como, por ejemplo, actividades de recreación, distracción, etc. En el caso del género femenino se pudo comprobar que practican más actividades físicas en gimnasios que actividades deportivas, por su condición física, ya sea por imagen personal, belleza, etc.

CONCLUSIÓN

A modo de conclusión, puede afirmarse que aparecen diferencias significativas entre los motivos de práctica, en función del género. Mientras que, para las mujeres los motivos más valorados, son los relacionados con la forma física, la salud y la imagen personal, para los hombres los motivos de práctica están vinculados a la competición, la capacidad personal, la aventura y las relaciones sociales. Así mismo, tal y como cabía esperar, los practicantes encuentran mayor motivación en la competición, la capacidad personal y la aventura, mientras que, los no

practicantes muestran los niveles más altos de motivación en los aspectos vinculados a la salud médica, compartiendo en ambos casos su interés por la forma física, la imagen personal y las relaciones sociales.

Además, constatamos que los más jóvenes atribuyen mayor importancia a la competición, la forma física e imagen personal y a la capacidad personal, a la hora de practicar actividades físicas y deportivas.

Para finalizar, cabe destacar que la edad del alumno, el nivel de práctica y el grado de asociacionismo no constituyeron variables diferenciadoras en los motivos de practica relacionados con la salud médica, ya que no se ha encontrado una significación estadística en el estudio de dichos factores.

Para completar esta investigación de cara a obtener una mayor aplicación práctica será necesario profundizar en esta línea de trabajo centrándonos en los motivos por los que los universitarios no practican deportes o lo abandonan, en un intento de analizar las opiniones de los potenciales practicante, con el objetivo de conocer y aumentar los niveles de práctica de actividad físico-deportiva en la edad adulta.

REFERENCIA

- Abad, MJ. (2.004). Mecanismo de motivación en el aula. Madrid: Ministerio de Educación Física, cultura y deporte. 200, 201.
- Brousse, M.-H. y otros (1989). *Energie et conduites motrices*. Paris. INSEP.
- Castañer, M. (1992). *La comunicación no verbal del educador físico. Construcción de un sistema categorial de observación y análisis del comportamiento cinésico*. Tesis doctoral. Barcelona. Universidad de Barcelona.
- Ferrer Santos, U. (1990). *Perspectivas de la acción humana*. Barcelona. PPU.
- García Anonio "Aprendizaje y enseñanza en la Educación Física": Editorial I.P.E.F. 2.001, 204, 205, 206, 226, 227.
- Gutiérrez, M. (1999). Biomecánica deportiva: bases para el análisis. Síntesis 64,65,66,88,89.
- Gutiérrez, M. (2000). Actividad física, estilos de vida y calidad de vida, Revista de Educación Física, 77, 5-14.
- Habermas, J. (1989). *Teoría de la acción comunicativa: complementos y estudios previos*. Madrid. Cátedra.
- Lagardera, F. (1989). "Educación física sistémica: hacia una enseñanza contextualizada". *Apunts*, 16-17. Pp 29-36.
- Laín Entralgo, P. (1989.). *El cuerpo humano. Teoría actual*. Madrid. Espasa-Calpe.
- López Rodríguez Alejandro "La clase de educación física, actualidades y perspectivas" editorial Lyoc. 1.997, 91, 93, 94.
- Martin, N. (1995). Sistemática del ejercicio: Conceptos y contexto. U.G. 105,107,110,115.
- Mosterín, J. (1987). *Racionalidad y acción humana*. Madrid. Alianza.
- Parlebas, P. (1986). *Activités physiques et éducation motrice*. Paris. EPS, dossiers nº 4.
- Parlebas, P. (2001). *Juegos, deporte y sociedad*. Léxico de Praxiología motriz. Barcelona. Paidotribo.
- Parsons, T. (1968). –
- *La estructura de la acción*. Madrid. Guadarrama.
- Parsons, T. y otros (1968). *Hacia una teoría general de la acción*. Buenos Aires.
- Kapelusz.Pintanel, M. y Capdevila, Ll. (1999). Investigación motivacional para pasar del sedentarismo a la actividad física en etapa Universitaria, 8,1,53-66.
- Poyatos, F. (1994). *La comunicación no verbal (II). Paralenguaje, kinésica e interacción*. Madrid. Istmo.
- Ricoeur, P. (1988). *El discurso de la acción*. Madrid. Cátedra.
- Rigal, R. y otros (1979). *Motricidad, aproximación psicofisiológica*. Madrid. Pila Teleña.



20° CONGRESSO CIENTÍFICO INTERNACIONAL DA FIEPS



- Ruiz, F.; Garcia, E. y Hernandez, A.I. (2001). El interés por la práctica de la actividad físico-deportiva de tiempo libre del alumnado, 63,86,92.
- Sánchez Vázquez, A. (1967). *Filosofía de la praxis*. México D. F. Grijalbo.
- Searle, J. (1992). *Intencionalidad*. Madrid. Tecnos.
- Thompson, C. W. y Floyd, R. T. (1996). *Manual de kinesiología estructural*. Barcelona.
- PaidotriboWright, G. von (1970). *Norma y acc*