

ACTITUDES DE LOS ESCOLARES HACIA LAS CLASES DE EDUCACIÓN FÍSICA Y LA RELACIÓN CON SUS NIVELES DE ACTIVIDAD FÍSICA.

Attitudes of schoolchildren towards physical education and its relation to the level of physical activity.

ARTICULO ORIGINAL

Bárbara Lincoqueo-Huentecura¹, Vanessa Carrasco-Alarcón¹, Pedro Delgado-Floody¹, Jorge Lorca-Tapia¹, Jaime Cárcamo-Oyarzun¹

¹Departamento de Educación Física, Universidad de la Frontera, Temuco, Chile

PALABRAS CLAVE

-Actitud hacia la Educación Física - Nivel de Actividad Física
-Educación Física - Género.

RESUMEN

El propósito del estudio fue determinar las actitudes de los estudiantes hacia la Educación Física y el nivel de actividad física según sexo, y además establecer la relación entre actitud de los estudiantes hacia la educación física y nivel de actividad física. Fueron encuestados 320 estudiantes de enseñanza secundaria (65% hombres, 35% mujeres, edad $M=15,49$; $DT=1,24$). Se utilizó el cuestionario de actitudes hacia la Educación Física (C.A.E.F) y el Cuestionario de actividad física para adolescentes (PAQ-A). Los resultados indican que los escolares presentan actitudes favorables hacia la Educación Física, siendo más altas en los hombres ($M= 2,79$ $DT= 0,24$) que en las mujeres ($M= 2,64$, $DT= 0,26$), encontrándose diferencias significativas entre ambos sexos. Los escolares se clasificarían inactivos físicamente ($M= 2,49$ $DT= 0,78$). Los hombres serían más activos ($M= 2,72$ $DT= 0,79$) que las mujeres ($M= 2,07$ $DT= 0,58$), siendo esta diferencia estadísticamente significativa. También se estableció una relación significativa entre las actitudes hacia la Educación Física y el nivel de actividad física ($r = 0,42$). Los resultados de esta investigación indican que, considerando la relación entre actitudes y niveles de actividad física y las diferencias que existen entre ambos sexos, se hace pertinente considerar el desarrollo de estrategias que aumenten las actitudes positivas hacia la Educación Física, especialmente en las mujeres.

ABSTRACT

The purpose of this study was to determine the attitudes of students towards physical education, and the level of physical activity according to gender; also, to establish the relation between the attitudes of students towards physical education and the level of physical activity. 320 high school students were surveyed (65% boys, 35 % girls, age $M=15.49$, $SD=1.24$). The Attitudes Towards Physical Education Questionnaire (CAEF) and The Physical Activity Questionnaire for Adolescents (PAQ-A) have been used. The results indicate that the students have positive attitudes towards Physical Education, being higher in boys ($M=2.79$, $SD=0.24$) than in girls ($M=2.64$, $SD= 0.26$), with significant differences between the two genders. In total, the students could be classified as physically inactive ($M=2.49$, $SD=0.78$). The boys are more active ($M=2.72$, $SD=0.79$) than the girls ($M=2.07$, $SD=0.58$). This difference is statistically significant. A significant relation between the attitudes towards physical education and the level of physical activity ($r=0.42$) has also been established. The results of this study indicate that, considering the relationship between the attitudes and levels of physical activity and the differences between the two genders, it is important to consider the development of strategies to increase positive attitudes towards physical education, especially in girls.

KEYWORDS

- Attitude Toward Physical Education
- Physical Activity level
- Physical Education
- Gender.

Recibido:

Julio, 2019

Aceptado:

Octubre, 2019

Dirección para correspondencia:

Jaime Cárcamo-Oyarzun. Departamento de Educación Física, Universidad de La Frontera.

Correo: jaime.carcamo@ufrontera.cl

Cita: Lincoqueo-Huentecura, B., Carrasco-Alarcón, V., Delgado-Floody, P., Lorca-Tapia, J., Cárcamo-Oyarzun, J. Actitudes de los Escolares hacia las clases de Educación Física y la relación con sus niveles de Actividad Física. Rev. horiz. cienc act fís.2019;(10)2:1-11.

INTRODUCCIÓN

El sedentarismo ha sido clasificado como uno de los principales factores de riesgo en la población¹. En Chile el 86% de la población es sedentaria, en donde el 90% corresponde a mujeres y 83 % a hombres son clasificados como inactivos². Mientras que un 46% de los escolares presenta sobrepeso u obesidad³. Para contrarrestar el sedentarismo se ha hecho hincapié en que la actividad física regular es beneficiosa no tan solo para los aspectos físicos, sino también para la salud mental y social⁴. Por actividad física se entiende cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos que resulta en el gasto de energía⁵. La promoción de la actividad física es una tarea que se debe desarrollar en la escuela, porque es un lugar crítico para aprender sobre prácticas saludables y establecer comportamientos físicos activos⁶. Es aquí en donde la asignatura de Educación Física juega un rol muy importante, porque esta se relaciona con el desarrollo de las capacidades físicas, motrices, afectivas, sociales, cognitivas y morales, contribuyendo al desarrollo integral de la persona⁷.

La Educación Física es una disciplina que construye conocimiento y aprendizaje directamente desde la experiencia corporal⁸, y es a través de las experiencias vividas en la clase de Educación Física donde se generan las actitudes hacia la actividad física, dando lugar a una valoración que puede contribuir a crear una predisposición positiva, generando hábitos de practica regular de actividad física⁹. El

proceso de desarrollo de las actitudes hacia la Educación Física es complejo y se produce por la interacción del alumno en la clase de la cual participa¹⁰. Por esta razón el curriculum escolar plantea que el desarrollo de actitudes positivas es uno de los objetivos importantes de la asignatura¹¹. Así, una actitud positiva hacia las clases de Educación Física en la escuela podría influir en el comportamiento del estudiante en la práctica regular de actividad física extraescolar¹².

Las actitudes son entendidas como sentimientos, predisposiciones, ideas, miedos y convicciones personales hacia un determinado tópico u objeto social, que pueden inferirse a partir de lo que una persona dice o hace¹¹. La actitud de una persona hacia un objeto dado puede tener un impacto positivo o negativo¹³. La conexión de las actitudes hacia la Educación Física y la participación en actividades físicas fuera de la escuela en los adolescentes se basaría en que actitudes positivas hacia esta asignatura podría ser un factor mediador en la promoción de la actividad física¹⁴.

Dentro de los factores que impactan en el desarrollo de las actitudes se encuentran, entre otros, aspectos culturales vinculados al género¹⁵. Es así como se configuran estereotipos, interiorizándose una serie de formas de sentir, pensar y actuar determinando papeles sociales diferentes según el sexo¹⁶, en donde las mujeres difieren a los hombres en las representaciones asociadas al género¹⁷. Esto se vincula con la percepción de los diferentes

aspectos relacionados con la Educación Física, con distinto grado de satisfacción debido a la estructura de la personalidad de cada uno y como resultados de las experiencias vividas¹¹. Cuando hablamos de género hacemos referencia al proceso de construcción social y cultural que es adquirida en los primeros años de la infancia y desarrollada durante los años de pubertad y adolescencia dando sentido a los estereotipos de masculinidad y feminidad¹⁸.

La participación de las mujeres en la actividad física está condicionada por las representaciones sociales y creencias¹⁹. Principalmente durante la adolescencia, periodo crítico en donde las mujeres parecen ser más vulnerables a los mensajes que las impulsan a conformarse con las imágenes culturales de feminidad²⁰. La adolescencia es un momento difícil para muchos jóvenes marcado por cambios en el desarrollo físico y social diferenciándose entre las culturas¹⁵.

El rol que juega el género es importante en la participación de la actividad física, ya que las mujeres participan en menos deportes en comparación a los hombres²¹. Además, los niños reportan actitudes más positivas hacia las actividades físicas que son desafiantes y tienen un elemento de riesgo, mientras que las niñas reportan actitudes favorables a actividades que enfatizan la estética¹².

La Educación Física juega un papel muy importante en el desarrollo de la juventud, considerándola como un factor esencial en la construcción de la experiencia de aprendizaje²². En las clases de Educación

Física las experiencias pueden variar dependiendo del éxito de la participación y la estructura de la actividad y el entorno competitivo²³. Incluso existe evidencia que muestra que las mujeres adolescentes participan menos en la clase de Educación Física¹⁶. En un estudio realizado por Olafson²⁴ algunas estudiantes indicaron sentir mucho disgusto por las clases de Educación Física y tratarían de evitarla, pero disfrutaban de una variedad de actividades físicas como caminar, andar en patines entre otras. Una baja participación en Educación Física puede tener un efecto desbastador en los adolescentes¹⁰, porque la clase de Educación Física constituye la única actividad física para la mitad de la población escolar y consecuentemente la única posibilidad de desarrollar actitudes y habilidades para participar en la actividad física en tiempo libre¹⁹.

En el sentido de que la Educación Física es considerada como un espacio muy favorable para la promoción de los patrones de actividad física y en donde se ha evidenciado que los estereotipos de masculinidad y feminidad constituyen barreras para el desarrollo de la participación en actividades físicas, parece pertinente establecer la relación entre la actitud de los estudiantes hacia la Educación Física y el nivel de actividad física según el sexo. En ese marco, los objetivos del presente estudio son: a) determinar las actitudes de los estudiantes hacia la Educación Física y el nivel de actividad física según sexo; y b) establecer la relación entre actitud de los estudiantes

hacia la educación física y nivel de actividad física.

MÉTODOLOGIA

Diseño y Participantes

Este estudio es de carácter correlacional de corte trasversal, en donde participaron 320 estudiantes (65% corresponde a hombres y un 35% a mujeres), de edades comprendidas entre 13 y 20 años ($M=15,49$; $DT=1,24$) de 1° a 4° año de Enseñanza Secundaria de la comuna de Nueva Imperial, Región de la Araucanía, Chile.

Instrumentos

Para determinar las actitudes hacia la Educación Física se utilizó el Cuestionario de Actitudes hacia la Educación Física (C.A.E.F.) elaborado por Moreno et al²⁵, que consta de 56 ítems conceptualizadas en 7 factores: 1. Valoración de la asignatura y el profesor; 2. Dificultad de la Ed. Física; 3. Utilidad de la Ed. Física; 4. Empatía con el profesor y la asignatura; 5. Concordancia con la organización de la asignatura de Ed. Física; 6. Preferencia por la Ed. Física y el deporte; 7. La Ed. Física como deporte. Este cuestionario plantea aseveraciones en donde se le plantea a los estudiantes que indiquen el grado de conformidad con las mismas, en una escala de Likert de 4 puntos que varían desde 1 = “en desacuerdo” hasta 4 = “totalmente de acuerdo”. Los cuestionarios fueron piloteados en una muestra de 42 estudiantes de 1° año de

Enseñanza Secundaria en la comuna en donde se realizó el estudio, con el objetivo de examinar la comprensión de los ítems. Además, se analizó la fiabilidad del instrumento, obteniéndose un alfa de Cronbach de 0,84.

Para determinar los niveles de Actividad Física se utilizó el Cuestionario de Actividad Física para adolescentes (PAQ-A), en la versión en español de Martínez-Gómez et al²⁶. Este cuestionario consta de 9 ítems que valoran distintos aspectos de la actividad física realizada por los adolescentes mediante una escala de Likert de 5 puntos. Este cuestionario recolecta información sobre la participación en diferentes tipos de actividades y deportes, realizadas durante el almuerzo, después de la escuela, la noche y fin de semana durante los últimos 7 días. La puntuación final se obtiene mediante la media aritmética de los 8 primeros ítems. Para clasificar a los escolares en activos y no activos se utiliza el punto de corte de 2,75 propuesto por Benítez et al²⁷.

Además de estos dos cuestionarios se consideró un apartado en donde se preguntaba por los antecedentes demográficos de edad, género y curso escolar.

Análisis estadístico de los datos.

El análisis estadístico se realizó con el paquete SPSS versión 21.0 en español, aplicándose un análisis descriptivo (frecuencias, media y desviación típica) de las variables. Se aplicó la prueba de Kolmogorov-Smirnov para evaluar la distribución de normalidad. Para establecer

diferencias en la media según el género se utilizó la prueba T de muestras independientes y para determinar relación entre el nivel de actividad física y las actitudes se utilizó el coeficiente de correlación de Pearson.

RESULTADOS

Considerando la muestra en su conjunto, las actitudes hacia la Educación Física se presentan como favorables, con una media de 2,74 (DT= 0,26) en una escala de 1 a 4.

Quienes obtuvieron un valor más alto fueron

Tabla 1. Medias y desviación típica de los factores del C.A.E.F., según sexo.

Factores	Mujeres		Hombres		Total		t	gl	p
	M	DT	M	DT	M	DT			
1. Valoración de la asignatura y el profesor	2.83	0.49	2.95	0.45	2.90	0.46	2.08	318	.038*
2. Dificultad de la Ed. Física	2.32	0.37	2.23	0.32	2.27	0.34	-2.23	318	.026*
3. Utilidad de la Ed. Física	3.15	0.37	3.19	0.42	3.18	0.40	1.02	318	.308
4. Empatía con el profesor y la asignatura	2.15	0.63	2.68	0.62	2.50	0.67	7.31	318	.000**
5. Concordancia con la organización de la asignatura de Ed. Física	2.70	0.55	2.84	0.49	2.79	0.52	2.28	318	.023*
6. Preferencia por la Ed. Física y el deporte	2.01	0.62	2.44	0.57	2.29	0.62	6.20	318	.000**
7. La Ed. Física como deporte	2.53	0.43	2.63	0.40	2.59	0.41	2.067	318	.040*

* Diferencias significativas al nivel de $p \leq 0.05$

**diferencias significativas al nivel de $p \leq 0.001$

En relación a la variable Actividad Física, la puntuación media del PAQ-A obtenida por los escolares que participaron de ese estudio, los jóvenes son clasificados como inactivos (M= 2,49 DT= 0,78). Los hombres serían más activos (M= 2,72 DT= 0,79) que las mujeres (M= 2,07 DT= 0,58), siendo esta diferencia estadísticamente significativa ($p \leq .001$). De las actividades físicas que más se realizan destaca “Caminar (como ejercicio)” para ambos géneros con un 83%. En los hombres la actividad que practican con más frecuencia es “Fútbol” con 76%, seguida por “Correr” con un 70% y “Andar en Bicicleta” con un 65%. En cambio, las mujeres prefieren “Bailar” con un 56%, en segundo lugar

“Correr” con un 53% y en tercer lugar “Fútbol” con un 44%. Estos resultados se detallan en la Tabla 2.

Los resultados relacionados a participación en la clase de Educación Física (recogida en la pregunta dos del PAQ-A) arrojaron que el 25% de los hombres esta siempre muy activo durante la clase, mientras que en las mujeres ese nivel de actividad alcanza solo un 15% (Tabla 3).

Tabla 2. Frecuencia semanal de actividades físicas reportadas por los escolares, según sexo

Lista de actividades	Frecuencia semanal									
	0		1 a 2		3 a 4		5 a 6		7 o +	
	H	M	H	M	H	M	H	M	H	M
Saltar a la cuerda	82%	88%	11%	10%	3%	2%	2%	0%	2%	0%
Jugar a juegos como la tiña, pilla-pilla.	74%	66%	17%	21%	6%	9%	1%	3%	1%	1%
Montar en bicicleta	35%	67%	25%	14%	20%	11%	9%	5%	12%	3%
Caminar (como ejercicio)	17%	17%	11%	22%	17%	16%	16%	11%	39%	34%
Natación	85%	99%	11%	1%	1%	0%	1%	0%	2%	0%
Correr/footing	30%	47%	25%	25%	17%	18%	17%	7%	11%	3%
Aeróbic/spinning	71%	93%	15%	5%	8%	0%	4%	1%	2%	1%
Bailar/danza	85%	44%	9%	26%	3%	11%	1%	6%	1%	13%
Bádminton	89%	97%	5%	3%	5%	0%	1%	0%	0%	0%
Tenis	90%	96%	7%	3%	1%	0%	1%	0%	1%	1%
Rugby	90%	99%	6%	0%	3%	1%	1%	0%	0%	0%
Montar en monopatín	92%	96%	3%	1%	3%	2%	1%	1%	1%	0%
Fútbol	24%	56%	16%	21%	19%	13%	12%	5%	29%	6%
Voleibol	69%	78%	20%	15%	6%	5%	3%	0%	2%	2%
Hockey	91%	96%	6%	3%	1%	2%	1%	0%	1%	0%
Baloncesto	55%	74%	24%	19%	13%	2%	3%	3%	6%	3%
Balonmano	80%	92%	14%	6%	2%	0%	1%	2%	2%	0%
Atletismo	75%	88%	11%	10%	7%	1%	4%	1%	3%	1%
Musculación/pesas	53%	88%	22%	6%	14%	4%	6%	2%	5%	1%
Artes marciales (judo, kárate,...)	89%	96%	7%	2%	2%	1%	1%	0%	1%	1%

Tabla 3. Frecuencia de participación activa durante la clase de educación física.

Durante la clase de educación física ¿Cuántas veces estuviste muy activo durante la clase: jugando intensamente, corriendo, saltando, haciendo lanzamientos?	Hombres	Mujeres
	No Hice/No Hago Educación Física	4%
Casi Nunca	5%	15%
Algunas Veces	23%	38%
A Menudo	42%	25%
Siempre	25%	15%

Se encontró una correlación significativa de nivel moderado ($r = 0,42$; $p \leq 0,001$) entre las actitudes hacia la Educación Física y la Actividad Física, existiendo una mayor correlación en las mujeres ($r = 0,467$) que en los hombres ($r = 0,322$).

DISCUSIÓN

En esta investigación hemos examinado las actitudes hacia la Educación Física de estudiantes de enseñanza secundaria, determinándose que los estudiantes presentan actitudes favorables hacia esta asignatura. Estos resultados concuerdan con investigaciones anteriores como la de Subramaniam et al¹², en donde los participantes mostraron actitudes moderadamente positivas hacia la Educación Física. Similares resultados obtuvieron Stelzer, et al²⁸ en escolares del mismo rango de edad que este estudio. Además, se estableció que existen diferencias significativas en las actitudes hacia la Educación Física en función del sexo, presentando actitudes más altas los hombres en comparación con las mujeres. Estos hallazgos son similares a los obtenidos por Koca et al²⁹ y Arabaci³⁰ en estudiantes de Además, se estableció que existen diferencias significativas según sexo, siendo los hombres más activos que las mujeres. Estos resultados coinciden con los obtenidos Carcamo-Araneda et al³¹ con escolares adolescentes, reportando que los hombres serían más activos que las mujeres, encontrándose diferencias significativas. Similares resultados obtuvieron Yañez et al³² quienes evaluaron a escolares entre 12-18 años, en donde los hombres

escuelas secundarias en donde las puntuaciones medias de los niños fueron más altas que las niñas.

Asimismo, se encontró que los estudiantes presentan una alta puntuación en “Utilidad de la Ed. Física” siendo el único factor en donde no se encontraron diferencias significativas entre los sexos. Similares hallazgos obtuvieron Moreno et al⁹ en donde los estudiantes que asisten a centros públicos presentan una mayor valoración de la utilidad de la Educación Física. En todos los otros Factores de actitudes hacia la Educación Física se encontraron diferencias significativas, resultados que coinciden con los obtenidos por Moreno et al²⁵ en donde en seis de los siete factores analizados se encontraron diferencias significativas entre hombres y mujeres.

Con respecto la actividad física que realizan los escolares, se determinó que los estudiantes en general son inactivos.

presentan valores superiores de actividad física que las mujeres, aunque sin encontrarse diferencias significativas entre ellos. Acerca de las actividades físicas que realizan durante la semana, los hombres realizan con mayor frecuencia el fútbol, correr y andar en bicicleta en contraste con las mujeres que optaron por el baile, correr y el fútbol, resultados que concuerdan con los obtenidos por Torhild et al³³ en donde los niños practican deportes

como el fútbol, hockey sobre hielo, boxeo, entre otros, mientras que las niñas practican deportes como la danza, la gimnasia entre otros. Además, un porcentaje mayor de hombres esta siempre más activo durante la clase de educación física que las mujeres, siendo similar a lo descrito por Cárcamo-Araneda et al³¹ en donde los hombres son más activos durante la clase de educación física que las mujeres. Estas diferencias entre hombres y mujeres podrían corresponder a los estereotipos y creencias socioculturales, donde los hombres practican deporte para autosuperarse, relacionarse y competir; mientras que las mujeres lo hacen para mejorar su imagen³⁴. Aspectos como el contexto social y cultural son considerados importantes agentes influyentes en la actividad física³².

Por otro lado, se determinó que existe relación significativa entre la actitud hacia la Educación Física y los niveles de actividad física, siendo más altos en las mujeres que en los hombres, siendo similar a lo obtenido por Chung et al ³⁵, quienes reportaron una relación significativa entre las actitudes hacia la Educación Física y la participación en actividades en tiempos libres. Resultados que van en la misma tendencia reportó Kjonniksen et al ³⁶, quienes determinaron que existiría una relacionada entre las actitudes hacia la Educación Física y la participación en deportes.

CONCLUSIONES

Los hallazgos presentados en esta investigación pueden servir para que los

docentes puedan planificar sus estrategias de aprendizaje buscando el desarrollo de actitudes positivas, tomando conciencia de que las mujeres presentan actitudes menos favorables que los hombres, lo que además puede condicionar su participación en actividades físicas en tiempo libre, que de por sí ya se presentan en niveles bajos. Por ende, es necesario que los docentes desarrollen métodos de enseñanza que generen actitudes positivas hacia las clases de Educación Física, considerando las diferencias según el sexo, ajustando las actividades seleccionadas a los intereses y preferencias de su alumnado.

CONFLICTOS DE INTERES

Los autores declaran no tener ningún conflicto de interés.

REFERENCIAS

1. Muros, J. J., Cofre, C., Zurita, F., Castro, M., Linares, M., & Chacón, R. (2016). Relación entre condición física, actividad física y diferentes parámetros antropométricos en escolares de Santiago (Chile). *Nutrición Hospitalaria*, 33 (2), 314-318.
2. Ministerio de Salud. (2017). Encuesta nacional de salud 2016-2017 primeros resultados. Retrieved from http://www.minsal.cl/wp-content/uploads/2017/11/ENS-2016-17_PRIMEROS-RESULTADOS.pdf.
3. JUNAEB. (2017). Mapa Nutricional. Retrieved from <https://www.junaeb.cl/wp->

content/uploads/2013/03/Mapa-

Nutricionalpresentacio%CC%81n2.pdf.

4. Montil, M., Barriopedro, M., & Oliván, J. (2005). El sedentarismo en la infancia. Los niveles de actividad física en niños/as de la comunidad autónoma de Madrid. *Apunts. Educación física y deportes*, 4, 5-11.

5. Sigvartsen, J., Gabrielsen, L. E., Abildsnes, E., Stea, T. H., Sandvand, C., & Rohde, G. (2016). Exploring the relationship between physical activity, life goals and health-related quality of life among high school students: a cross-sectional study. *BMC Public Health*, 16, 709-718.

6. Donovan, C. B., Mercier, K., & Phillips, S. R. (2015). Investigating Attitudes Toward Physical Education: Validation Across Two Instruments. *Measurement in Physical Education and Exercise Science*, 19, 91-98.

7. Carcamo-Oyarzun, J., Wydra, G., Hernandez-Mosqueira, C., & Martinez-Salzar, C. (2017). Actitudes hacia la educación física: Grados de importancia y conformidad según escolares de Chile y Alemania. Una mirada intercultural. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 32, 158-162.

8. Araya, E. (2006). ¿Qué educación física para la escuela hoy? *Pensamiento Educativo*, 38, 172 -185.

9. Moreno, J. A., & Hellín, P. (2002). ¿Es importante la educación física? su valoración según la edad del alumno y el tipo de centro. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias*

de la Actividad Física y del Deporte, 2 (8), 298-319.

10. Säfvenbom, R., Haugen, T., & Bulie, M. (2014). Attitudes toward and motivation for PE. Who collects the benefits of the subject? *Physical Education and Sport Pedagogy*, 20(6), 629-646.

11. Gutiérrez, M., & Pilsa, C. (2006). Actitudes de los alumnos hacia la educación física y sus profesores. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*, 6(24), 212-229.

12. Subramaniam, P. R., & Silverman, S. (2007). Middle school students' attitudes toward physical education. *Teaching and Teacher Education*, 23(5), 602-611.

13. Phillips, S., & Silverman, S. (2012). Development of an Instrument to Assess Fourth and Fifth Grade Students' Attitudes Toward Physical Education. *Measurement in Physical Education and Exercise Science*, 16, 316-327.

14. Fernández, M., González, M., Toja, B., & Carreiro, F. (2017). Valoración de la escuela y la Educación Física y su relación con la práctica de actividad física de los escolares. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 31, 312-315.

15. Tannehill, D., Romar, J. E., O'Sullivan, M., England, K., & Rosenberg, D. (1994). Attitudes toward physical education: Their impact on how physical education teachers make sense of their work. *Journal of Teaching in Physical Education*, 13, 406-420.

16. Moreno, J. A., Martínez, C., & Villodre, N. A. (2006). Actitudes hacia la práctica físico-deportiva según el sexo del practicante. *International Journal of Sport Science*, 2(3), 20-43.
17. Díaz, M. E., Santana, D., Rodríguez, L., & Moreno, V. (2014). Actividad física y estado nutricional en adolescentes. Una visión de género. *Antropo*, 31, 39-49.
18. Sicilia, A. (2003). La investigación sobre el pensamiento del alumnado. Una revisión desde la Educación Física. *Revista de educación*, (331), 577-613.
19. Hernández, J., López, C., Martínez, M., López, Á., & Álvarez, M. (2010). Percepción del alumnado sobre los comportamientos instructivos del profesorado y satisfacción con la Educación Física: ¿una cuestión de género? *Movimiento*, 16(4), 209-225
20. Gil, P., Cuevas, R., Contreras, O. R., & Díaz, A. (2012). Educación Física y hábitos de vida activa: percepciones de los adolescentes y relación con el abandono deportivo. *Aula Abierta* 40 (3), 115-124.
21. Boiché, J., Chalabaev, A., & Sarrazin, P. (2014). Development of sex stereotypes relative to sport competence and value during adolescence. *Psychology of Sport and Exercise*, 15(2), 212-215.
22. Piéron, M., Ruiz, F., & García, M. E. (2008). La opinión del alumnado de enseñanza secundaria sobre las clases de educación físicas: un desafío para los profesores y los formadores. Fuentes: *Revista de la Facultad de Ciencias de la Educación*, 8, 159-175.
23. Bernstein, E., Phillips, S., & Silverman, S. (2011). Attitudes and perceptions of middle school students toward competitive activities in physical education. *Journal of Teaching in Physical Education*, 30(1), 69-83.
24. Olafson, L. (2002). "I Hate phys Ed: Adolescent Girls Talk About Physical Education". *Physical Educator*, 59 (2), 67-74.
25. Moreno, J. A., Rodríguez, P., & Gutiérrez, M. (2003). Intereses y actitudes hacia la educación física. *Revista Española de Educación Física*, 11(2), 14–28.
26. Martínez, D., Martínez, V., Pozo, T., Welk, G., Villagra, A., Calle, M., . . . Veiga, O. (2009). Fiabilidad y validez del cuestionario de actividad física PAQ-A en adolescentes españoles. *Revista española de salud pública*, 83(3), 427-439.
27. Benítez, J., Alvero, J., Sardinha, L., López, I., & Carnero, E. (2016). Cut-off values for classifying active children and adolescents using the physical activity questionnaire: PAQ-C and PAQ-A. *Nutricion Hospitalaria*, 33(5), 1036-1044.
28. Stelzer, J., Ernest, J., Fenster, M., & Langford., G. (2004). Attitudes Toward Physical Education: A Study Of High School Students From Four Countries - Austria, Czech Republic, England, And Usa. *College Student Journal*, 38(2), 171-178.
29. Koca, C., & Demirhan, G. (2004). An examination of high school students' attitudes toward physical education with regard to sex and sport participation. *Perceptual and Motor Skills*, 98, 754-758.

30. Arabaci, R. (2009). Attitudes toward physical education and class preferences of Turkish secondary and high school students. *Elementary Education Online*, 8 (1), 2-8.
31. Carcamo-Araneda, C., Ponce-Castro, J., Carcamo-Oyarzun, J., & Aguilar-Farias, N. (2018). Nivel de actividad física, conducta sedentaria y hábitos alimenticios según características etnodemográficas de adolescentes de Curacautín, Chile. *Revista Archivos De La Sociedad Chilena De Medicina Del Deporte*, 63 (2), 01-13.
32. Yañez, A., Hespanhol, J., Campos, R., & Cossio, M. (2014). Valoración de la actividad física en adolescentes escolares por medio de cuestionario. *Revista chilena de nutrición* 41(4), 360-366.
33. Torhild, A., Marsh, H., & Skaalvik, E. (2005). Adolescents' perceptions of masculine and feminine values in sport and physical education: A study of gender differences. *Sex Roles*, 52, 625-636.
34. Rodríguez, F., Palma, X., Romo, Á., Escobar, D., Aragón, B., Espinoza, L., . . . Gálvez, J. (2013). Hábitos alimentarios, actividad física y nivel socioeconómico en estudiantes universitarios de Chile. *Nutricion Hospitalaria*, 28 (2), 447-455.
35. Chung, M. H., & Phillips, D. A. (2002). The relationship between attitude toward physical education and leisure-time exercise in high school students. *The Physical Educator*, 59 (3), 126-138.
36. Kjonniksen, L., Fjortoft, I., & Wold, B. (2009). Attitude to physical education and participation in organized youth sports during adolescence related to physical activity in young adulthood: A 10-year longitudinal study. *European physical education review*, 15(2),139-154.