
INTRODUCCIÓN.....	1
MARCO TEÓRICO.....	7
1. Modelos teóricos aplicados al estudio de la motivación deportiva.....	9
1.1. Modelos de abandono deportivo	16
1.1.1. Los modelos del burnout deportivo.....	16
1.1.2. La teoría de las metas de logro.....	19
1.2. Teoría de las perspectivas de meta.....	20
1.3. La motivación.....	26
2. El comportamiento físico-deportivo de los españoles.....	33
2.1. Estructura del deporte universitario español.....	36
3. La participación en actividades físico-deportivas.....	45
3.1. Niveles de práctica deportiva.....	46
3.2. Motivos, intereses y actitudes hacia la actividad física y el deporte.....	66
3.2.1. En relación con el “momento de práctica”.....	74
3.2.1.1. Inicio y mantenimiento de la práctica deportiva.....	79
3.2.1.2. No participación y abandono de la práctica de actividades físico-deportivas.....	94
3.2.2. Relación con la adquisición y mejora de los hábitos de vida.....	102
3.3. Perfil sociodemográfico del practicante universitario.....	107
4. Valores sociales y comportamiento deportivo.....	115
PARTE EMPÍRICA.....	127
I. METODOLOGÍA.....	131
1. Objetivos.....	133
2. Hipótesis.....	137
3. Muestra.....	141
4. Instrumento y Procedimiento.....	147
II. RESULTADOS.....	155
1. Análisis sociodemográficos.....	157
1.1. La práctica de actividades físico-deportivas.....	159
1.1.1. Características de la práctica físico-deportiva.....	159

1.1.1.1. Titulación deportiva.....	159
1.1.1.2. Practicantes y no practicantes universitarios.....	159
1.1.2. Opinión sobre la práctica físico-deportiva.....	167
1.1.3. Características de las instalaciones deportivas.....	168
1.1.3.1. Instalaciones utilizadas.....	168
1.1.3.2. Tipo de instalación deportiva.....	168
1.1.4. Concepto de deporte.....	169
1.1.4.1. Actitud hacia el deporte.....	169
1.1.4.2. Importancia del deporte y la Educación Física.....	169
1.1.4.3. Concepción personal del deporte.....	169
1.1.5. Actividades de tiempo libre.....	170
1.1.6. La oferta físico-deportiva de la Universidad.....	171
1.1.6.1. Motivación de la Universidad.....	171
1.1.6.2. Suficiencia de las instalaciones universitarias.....	171
1.1.6.3. Calidad de las instalaciones de la Universidad.....	172
1.1.6.4. Tipo de deporte a promocionar por la Universidad.....	173
1.1.6.5. Satisfacción con la oferta deportiva.....	174
1.1.6.6. Interés hacia los créditos relacionados con la E.F. y el deporte.....	174
1.1.7. Valoración de la Educación Física escolar.....	175
1.2. Motivaciones hacia las actividades físico-deportivas.....	176
2. Análisis de la práctica físico-deportiva.....	179
2.1. Resultados según el género.....	181
2.1.1. Características del practicante físico-deportivo.....	181
2.1.2. Características de la práctica físico-deportiva.....	182
2.1.3. Características de las instalaciones deportivas utilizadas.....	183
2.1.4. La oferta físico-deportiva de la Universidad.....	184
2.1.5. Opinión sobre la práctica físico-deportiva.....	186
2.1.6. Valoración de la Educación Física y el Deporte.....	187
2.1.7. Motivaciones hacia las actividades físico-deportivas.....	188
2.2. Resultados según la edad.....	190
2.2.1. Características del practicante físico-deportivo.....	190
2.2.2. Características de la práctica físico-deportiva.....	192
2.2.3. La oferta físico-deportiva de la Universidad.....	193
2.2.4. Opinión sobre la práctica físico-deportiva.....	194
2.2.5. Valoración de la Educación Física y el Deporte.....	195
2.2.6. Motivaciones hacia las actividades físico-deportivas.....	196
2.3. Resultados según la práctica.....	197
2.3.1. Características del practicante físico-deportivo.....	197
2.3.2. La oferta físico-deportiva de la Universidad.....	198
2.3.3. Opinión sobre la práctica físico-deportiva.....	199
2.3.4. Valoración de la Educación Física y el Deporte.....	200
2.4. Resultados según el nivel de práctica.....	201
2.4.1. Características del practicante físico-deportivo.....	201
2.4.2. Características de la práctica físico-deportiva.....	202
2.4.3. Características de las instalaciones deportivas utilizadas.....	204
2.4.4. La oferta físico-deportiva de la Universidad.....	205

2.4.5. Opinión sobre la práctica físico-deportiva.....	206
2.4.6. Valoración de la Educación Física y el Deporte.....	207
2.4.7. Motivaciones hacia las actividades físico-deportivas.....	208
2.5. Resultados según el tipo de deporte elegido.....	209
2.5.1. Opinión sobre la práctica físico-deportiva.....	209
2.5.2. Valoración de la Educación Física y el Deporte.....	210
2.6. Resultados según el gusto por el deporte.....	211
2.6.1. Características del practicante físico-deportivo.....	211
2.6.2. Características de las instalaciones deportivas utilizadas.....	213
2.6.3. La oferta físico-deportiva de la Universidad.....	213
2.6.4. Opinión sobre la práctica físico-deportiva.....	215
2.6.5. Valoración de la Educación Física y el Deporte.....	216
2.6.6. Motivaciones hacia las actividades físico-deportivas.....	217
2.7. Resultados según si se siente motivado por la Universidad.....	219
2.7.1. Características del practicante físico-deportivo.....	219
2.7.2. Valoración de la Educación Física y el Deporte.....	219
2.7.3. Motivaciones hacia las actividades físico-deportivas.....	220
3. Análisis de los motivos de práctica.....	223
3.1. Resultados según la opinión que tienen de sí mismos.....	225
3.1.1. No se me da bien la práctica deportiva.....	225
3.1.2. Me siento competente para la práctica físico-deportiva.....	226
3.1.3. Los demás piensan que soy coordinado cuando practico actividad física o deporte.....	228
3.1.4. Domino con eficacia la práctica de actividades físicas o deportes.....	229
3.2. Resultados según el concepto de práctica físico-deportiva.....	230
3.2.1. El deporte es salud.....	231
3.2.2. El deporte es una válvula de escape.....	232
3.2.3. Permite relacionarse con los demás.....	233
3.2.4. Permite mantenerse en forma.....	235
3.2.5. Es una parte importante de nuestra educación.....	237
3.2.6. El deporte me permite poner a prueba mis capacidades físicas.....	238
3.2.7. El deporte no me aporta nada positivo.....	240
3.3. Resultados según el momento de mayor satisfacción al practicar.....	241
3.3.1. Jugar mejor que en prácticas anteriores.....	241
3.3.2. Mostrar que soy mejor que otros de mi edad o equipo.....	241
3.3.3. Por motivos de salud.....	242
3.3.4. Placer por el hecho de practicar en sí mismo.....	243
3.3.5. Por trabajar duro en la práctica.....	244
3.3.6. Por la tensión de la competición.....	245
3.3.7. Por el sentimiento de equipo y de estar con mis amigos.....	245
3.3.8. Por el apoyo y estímulo de mis padres.....	246
3.4. Resultados según las clases escolares de E.F.....	247
3.4.1. Le resultaron fáciles.....	247
3.4.2. Eran motivantes.....	248
3.4.3. Las consideraba útiles.....	249
3.4.4. El profesor le animaba a practicar en horario extraescolar.....	251
3.4.5. La E.F. era más importante que el resto de asignaturas.....	252

3.4.6. Eran suficientes.....	253
III. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES.....	255
1. Discusión.....	257
1.1. Discusión sobre la práctica físico-deportiva.....	259
1.1.1. Datos sociodemográficos.....	259
1.1.2. Características de la práctica físico-deportiva.....	260
1.1.3. Opinión sobre la práctica físico-deportiva.....	269
1.1.4. Características de las Instalaciones deportivas.....	270
1.1.5. Concepto de deporte.....	271
1.1.6. La oferta físico-deportiva de la Universidad.....	273
1.1.7. Valoración de la Educación Física escolar.....	279
1.2. Discusión sobre las motivaciones hacia las actividades físico-deportivas.....	280
2. Conclusiones.....	287
2.1. Conclusiones sobre la práctica físico-deportiva.....	289
2.2. Conclusiones sobre las motivaciones hacia las actividades físico-deportivas.....	292
IV. SUGERENCIAS Y PROSPECTIVA DE INVESTIGACIÓN.....	295
V. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	299
VI. ANEXO.....	327