

881225

15  
39

**UNIVERSIDAD ANAHUAC**

**ESCUELA DE PSICOLOGIA**

CON ESTUDIOS INCORPORADOS A LA UNIVERSIDAD NACIONAL AUTONOMA DE MEXICO



**ACTITUD DE LOS ALUMNOS, MAESTROS Y  
DIRECTORES DE LA UNIVERSIDAD ANAHUAC  
HACIA LA ACTIVIDAD FISICA**

**TESIS CON  
FALLA DE ORIGEN**

**T E S I S**

QUE PARA OBTENER EL TITULO DE:  
LICENCIADO EN PSICOLOGIA  
P R E S E N T A  
**HELLEN PLASCHINSKI FARCA**

MEXICO, D. F.

1987



Universidad Nacional  
Autónoma de México



## **UNAM – Dirección General de Bibliotecas Tesis Digitales Restricciones de uso**

### **DERECHOS RESERVADOS © PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL**

Todo el material contenido en esta tesis está protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

INDICEPáginas

Resumen

Introducción

1. REVISION BIBLIOGRAFICA	1
1.1 Deporte.	1
1.2 Actitudes.	11
1.2.1 Definición y Estructura.	11
1.2.2 Función y Formación.	13
1.2.3 Problemas al Medir las Actitudes.	16
1.3 Actitud Hacia la Actividad Física, Educación Física o Deporte.	18
2. METODO	22
2.1 Objetivo -Hipótesis	22
2.2 Diseño	22
2.3 Sujetos	23
2.4 Instrumento	24
2.5 Procedimiento	26
3. RESULTADOS	29
3.1 Análisis Estadístico	29
3.2 Estadística Descriptiva: Resultados Adicionales	45
4. DISCUSION Y RECOMENDACIONES	47
5. APENDICES	54

5.1 Apéndice I - Instrumento y Hojas de Respuesta	55
5.1.1 Cuestionario de Hombres	56
5.1.2 Hojas de Respuesta de Hombres	62
5.1.3 Cuestionario de Mujeres	66
5.1.4 Hojas de Respuesta de Mujeres	71
5.1.5 Cuestionario de Hombres en Inglés	75
5.1.6 Cuestionario de Mujeres en Inglés	79
5.2 Apéndice II - Tablas Estadísticas	82
5.2.1 Tabla #1- Todas las Carreras Menos Ingeniería Ingeniería Civil, Medicina y Psicología X Carrera y X Sexo.	83
5.2.1.1 Tabla #1.1- Calificación Promedio en la Escala Ascética Según la Carrera.	84
5.2.1.2 Tabla #1.2- Calificación Promedio en la Escala Vertiginosa Según la Interacción Observada Entre la Carrera y el Sexo.	85
5.2.1.3 Tabla #1.3- Calificación Promedio en la Escala Estética Según la Interacción Observada Entre la Carrera y el Sexo.	86
5.2.1.4 Tabla #1.4- Calificación Promedio en la Escala de Catarsis Según la Carrera.	87
5.2.2 Tabla #2- Todos los Datos X Sexo y X Semestre.	88
5.2.3 Tabla #3- Los Datos de Medicina X Sexo X Semestre.	89
5.2.4 Tabla #4- Los Datos de Ingeniería, Ingeniería Civil y Psicología X Semestre.	90
5.2.5 Tabla #5- Todos los Datos menos los de Medicina X Carrera y X Semestre.	91
5.2.5.1 Tabla #5.1- Calificación Promedio en la Escala Ascética Según la Interacción de los Efectos de la Carrera y del Semestre.	92
5.2.5.2 Tabla #5.2- Calificación Promedio en la Escala Vertiginosa Según la Carrera.	93
5.2.5.3 Tabla #5.3- Calificación Promedio en la Escala Estética Según la Carrera.	94
5.2.5.4 Tabla #5.4- Calificación Promedio en la Escala Social Según la Carrera y Según la Interacción de los Efectos de la Carrera y del Semestre.	95
5.2.6 Tabla #6- Datos de los Alumnos Que Practican o no el Deporte X Sexo.	96

5.2.7	Tabla #7- Datos de los Maestros y Directores X Carrera y X Sexo.	97
5.2.8	Tabla #8- Porcentajes del Total de Alumnos que Practican Diferentes Deportes Ya Sea Dentro o Fuera de la Universidad Anahuac, y el Deporte que Practican.	98
5.2.9	Tabla #9- Porcentaje del Total de Maestros y Directores que Practican Deporte y el Deporte que Practican.	99
5.2.10	Tabla # 10- Porcentajes del Total de Alumnos que Opinaron que Debe de Haber Deporte Obligatorio Para Algunos Semestres.	100
5.2.11	Tabla # 11- Porcentajes del Total de Maestros y Directores que Opinaron que Debe de Haber Deporte Obligatorio Para Algunos Semestres.	101
5.2.12	Tabla # 12- Porcentajes del Total de Alumnos que Conocen las Distintas Actividades Físicas que se Llevan a Cabo en la Institución.	102
5.2.13	Tabla # 13- Porcentajes del Total de Maestros y Directores que Conocen las Distintas Actividades Físicas que se Llevan a Cabo en la Institución.	103
5.2.14	Tabla # 14- Porcentajes del Total de Alumnos que les Gustaría que se Construyan Estas Instalaciones en la Institución.	104
5.2.14.1	Tabla # 14.1- Porcentajes de los Deportes que les Gustaría a los Alumnos que se Impartieran en las Instalaciones que se Construyan en la Universidad Anahuac.	105
5.2.15	Tabla # 15- Porcentajes del Total de Maestros y Directores que les Gustaría que se Construyan Estas Instalaciones en la Institución.	106
5.2.15.1	Tabla # 15.1- Porcentajes de los Deportes que les Gustaría a los Maestros y Directores que se Impartieran en las Instalaciones que se Construyen en la Universidad Anahuac.	107

## RESUMEN:

Según la Dra. Rosemaría Velle, directora de la Escuela de Psicología, la meta principal de la Universidad Anahuac, es la de formar integralmente las facultades físicas, intelectuales, morales y estéticas del estudiante. En muchas universidades del mundo, el deporte o la educación física se imparten como una materia obligatoria dentro del currículum educativo. En la Universidad Anahuac, solamente en algunas carreras se ha implantado el deporte o la educación física con carácter obligatorio.

Esta tesis responde a un intento por parte de las autoridades de la Universidad de incluir en el currículum educativo el deporte dentro de las actividades formativas que ofrecen a sus estudiantes.

El deporte le brinda beneficios físicos, psicológicos, cognoscitivos y sociales al individuo que lo practica. También se ha observado que una de las formas para lograr la cohesión y un sentido de identidad y pertenencia entre los miembros de un grupo, o de una institución, es a través de la práctica del deporte. Por esto, es muy importante que en una institución educativa, el deporte o la educación física formen parte del currículum educativo.

El objetivo de este estudio descriptivo fué el de medir las actitudes (una actitud es un conjunto de creencias interrelacionadas hacia un objeto o situación que predispone al individuo a la acción (Festinger, 1950; Mann, 1976; Triandis, citado por Gagné, 1979)), de los alumnos, maestros y directores hacia la actividad física, utilizando el Inventario de Actitudes Hacia la Actividad Física de G.S. Kenyon (1968, citado por Acord, 1977). Este inventario mide la actitud hacia la actividad física según 6 dimensiones de esta: como una experiencia ascética (participar en actividades físicas que requieren de entrenamiento riguroso, prolongado y doloroso y que exigen resistencia y vigor), como una experiencia vertiginosa (participar en actividades físicas que proveen ciertos riesgos al participante), como una experiencia estética (participar en actividades físicas que proporcionan la expresión de ideas y de sentimientos por medio del movimiento humano), como una experiencia catártica (participar en actividades físicas que le den al individuo una sensación de relajación personal o liberación de tensiones emocionales), como una experiencia social (participar en actividades físicas en las que el individuo se relacione socialmente) y como una experiencia saludable (participar en una actividad física para mejorar la propia salud o en nivel de una buena condición física). También se investigaron las inquietudes y necesidades deportivas que tienen los alumnos, maestros y directores dentro de la institución por medio de 5 preguntas adicionales al inventario. Todo esto

se realizó con la finalidad de recomendar aproximaciones para la inclusión del deporte o de la educación física en el curriculum educativo, y para hacer recomendaciones para la toma de decisiones respecto a las instalaciones deportivas dentro del campus universitario.

Esta investigación se realizó con 500 alumnos y 103 maestros y directores de todas las carreras de la Universidad Anahuac. La investigación se realizó durante el semestre de Septiembre a Diciembre de 1985.

Los resultados más significativos del inventario son:

- Existen diferencias sexuales consistentes a través de los diversos análisis que se realizaron con los datos de los alumnos. Las mujeres obtuvieron los puntajes consistentemente más altos en la escala estética y los hombres en la escala vertiginosa. Los maestros y directores varones, obtuvieron puntajes consistentemente más altos en la escala social.

- Los alumnos de los primeros semestres obtuvieron puntajes consistentemente más altos en las escalas estética y catártica que los de los últimos semestres, a diferencia de los hombres, que obtuvieron puntajes consistentemente más altos en estas dos escalas en los últimos semestres, y los más bajos en los primeros.

- Los hombres deportistas perciben la actividad física como una experiencia ascética, catártica y social. Mientras que las mujeres deportistas la perciben como una experiencia saludable.

Los resultados más significativos de las preguntas adicionales son:

- Un gran número de alumnos, maestros y directores desean tener el deporte como parte de la formación integral del individuo dentro de la Universidad Anahuac.

- Los alumnos de 7º y 9º semestres son los que más desean que se imparta un programa deportivo como parte de su formación integral, a diferencia de los alumnos de 1º y 5º semestres que son los que menos desean que se imparta un programa deportivo como parte de su formación integral.

- Más del 50% de los alumnos desean que el deporte que se imparta sea obligatorio. Los alumnos de Ciencias de la Comunicación (CC) y los de Informática son los que más desean que se imparta el deporte obligatorio, a diferencia de los alumnos de Administración que son los que más se opusieron a que se impartiera obligatoriamente.

- La mayoría de los alumnos, maestros y directores desean que se imparta el programa deportivo obligatorio de 1º a 5º semestres.

- La mitad de los alumnos muestreados conocen las actividades deportivas de la Universidad Anahuac. Los que más las conocen son los alumnos de Administración, mientras que los que menos las conocen son los alumnos de Derecho.

- Los hombres practican más el deporte que las mujeres.

- Los deportes que practican más los alumnos son el Tenis y el Fútbol Soccer.

- Los deportes que practican más los maestros son la Natación y la Gimnasia.

- Los alumnos de Administración son los que más practican el deporte.

- Los alumnos de CC son los que menos practican el deporte.

- Hay instalaciones deportivas dentro de la Universidad Anahuac, que alumnos, maestros y directores no conocen.

- Los alumnos, maestros y directores desean que se construyan varias instalaciones en las que se pueden practicar deportes que desean practicar.

Para finalizar esta tesis, se recomendaron algunas opciones para resolver o mejorar los problemas que se presentan, tomando en cuenta las necesidades e intereses de los alumnos, maestros y directores de la Universidad Anahuac.

## INTRODUCCION:

De alguna manera en el estudio de la salud mental se sigue considerando central el lema griego de "mente sana en cuerpo sano." Freedman, et al, (1975), consideran que una persona mentalmente sana funciona cómodamente en su sociedad. Este funcionamiento abarca áreas tales como las relaciones interpersonales, actividades intelectuales, solución de problemas cotidianos, etc. La relación entre un buen funcionamiento psicológico y un estado físico saludable es estrecha (Michener, 1976). Así como una alteración emocional fuerte suele tener repercusiones físicas, también un estado físico saludable tiende a favorecer un buen funcionamiento psicológico (Mirkin y Hoffman, 1978).

Además de una dieta balanceada y de un sistema ecológico con límites aceptables de contaminación, el deporte es otro de los factores que favorecen la salud general del individuo.

A lo largo de la revisión bibliográfica, se consideran numerosas investigaciones en las que se hacen evidentes los beneficios del deporte. A nivel físico, el deporte favorece entre otras cosas, la oxigenación, la alimentación celular, la eliminación de toxinas, la capacidad cardio-vascular, y el control neuromuscular (Wood, 1924 (citado por Michener, 1976); Carter, 1977; Mirkin y Hoffman, 1978; Garwunder, Pruitt y Steinman, 1981).

A nivel mental, se ha visto que un individuo que practica deporte: tiene un concepto favorable de sí mismo (Collingwood y Willet, 1971; Jeffers, 1977; Carter, 1977; Albinson (1974; citado por Hyler y Mitchell, 1979); y Hughes, 1974), maneja más eficientemente las tensiones de la vida diaria (Byrd, 1963; Berhke y Morgan, 1978; Mirkin y Hoffman, 1978), alcanza una integración mente-cuerpo que conlleva a un mejor autocontrol (Mirkin y Hoffman, 1978), manifiesta estados de ánimo no depresivos (Berhman, 1963; Hellerstein y colab., 1967; Cooper, 1968; Popejoy, 1968; Morgan, Roberts y colab., 1970; Kavanagh y colab., 1977; Brown, Ramirez y Taub, 1978; Greist y colab., 1979; Folkins y Sime, 1981); (Buffone, 1980; Morgan, 1981; Sachs y Sachs, 1981; Sachs y Buffone, 1984; Berger, 1984; citados por Sachs, 1984), y su funcionamiento cognoscitivo mejora (Weber, 1953; Hart y Shuey, 1964; Davey, 1973; y Ohlsson, Sjoberg y Dornie, 1975; citados por Hilger y Mitchell, 1979) (Byrd, 1963; Donohue, 1977; Mirkin y Hoffman, 1978), entre otras cosas.

A nivel social, el deporte brinda a quien lo practica la oportunidad de involucrarse en relaciones interpersonales diversas, y le da un sentido de identidad o de pertenencia con respecto al grupo o institución donde lo practica (Carron, 1982).

Como se analizará más adelante, las teorías de la educación consideran la necesidad de integrar tres dominios en la formación del individuo: el cognoscitivo, el afectivo y el psicomotor. Para lograr este objetivo, algunos autores proponen la inclusión del deporte dentro del currículum educativo. En estos programas, se suelen incluir cursos y charlas teóricas sobre la relación del deporte y el funcionamiento físico y mental del individuo, así como la práctica de algún deporte (Krothwohl y colab., 1964; Bloom, 1971; y Harrow, 1978). De esta manera se pretende no solo proporcionar información, como crear hábitos sanos en los estudiantes.

Por alguna razón, la educación física en México pierde su importancia a medida que se avanza en el nivel escolar. Algunas preparatorias la consideran como materia optativa, y en la mayoría de las universidades no forma parte del currículum escolar obligatorio. Dada esta tradición, la inclusión del deporte a nivel universitario requiere de un análisis detallado de los factores que podrían facilitar o interferir en su aplicación exitosa. Uno de dichos factores, sumamente importante, es el conocer las actitudes que manifieste el personal (alumnos, maestros y directores), de la universidad hacia el deporte. Aunque como se verá en la sección sobre actitudes, la relación entre actitud y conducta es difícil de predecir, el conocimiento de la actitud inicial, antes de implementar una innovación puede ser determinante. A partir de dicho conocimiento se pueden diseñar distintas estrategias de comunicación que faciliten la aceptación del programa.

La importancia de esta tesis radica en dos aspectos primordiales: a nivel teórico, el estudio del deporte por parte de psicólogos es muy reciente, y se requiere de la obtención de nuevos datos que consoliden el incipiente cuerpo empírico existente. Por otra parte, a un nivel de aplicación práctica, los resultados de esta tesis pueden ser útiles para las autoridades de la Universidad Anahuac, interesadas en la introducción de un programa deportivo en el currículum universitario.

## 1. REVISION BIBLIOGRAFICA

### 1.1 DEPORTE.

A lo largo de la historia, el deporte ha sido practicado en todo el mundo en distintas culturas de diferentes maneras, durante siglos y siglos. Actualmente, el deporte forma una parte muy importante de nuestra cultura. Varios autores han definido lo que es el deporte. En primera instancia, se presentará la definición del Diccionario Porrúa (1969), la cuál dice que el deporte es, un juego o ejercicio de destreza o fuerza, generalmente al aire libre, con arreglo a normas y procedimientos adecuados. En este mismo diccionario definen lo que es el juego y el ejercicio, y son dos palabras importantes que forman parte de la definición del deporte. Para que se entienda claramente la definición se presentarán las definiciones de estas dos palabras. El juego se define como, una actividad compleja que proporciona recreo espiritual o físico, al cambiar la actitud habitual. Es un ejercicio sometido a reglas. Por otro lado el ejercicio se define como, una acción de ejercitarse u ocuparse en una cosa. Es una acción y efecto de ejercer un esfuerzo corporal para conservar o recobrar la salud, (Diccionario Porrúa, 1969).

Desde hace muchos años, el lema "mente sana en cuerpo sano" se respeta y se trata de lograr en muchas sociedades. Este lema filosófico griego ha sido variado empíricamente durante la historia. Es así que según la Organización Mundial de la Salud (1946), la salud se define como " un estado de bienestar físico y mental completo y no es la ausencia de debilidad y enfermedad." ( Danish, 1983 ). Se ha demostrado que el deporte y la salud están íntimamente relacionados ( Zion, 1965; Michener, 1976; Carter, 1977; Mirkin y Hoffman, 1978; Folkins y Sime, 1981; y Regin, 1983). Hay personas que practican el deporte como una profesión, otras que lo toman como una distracción diaria o para mejorar algun aspecto de su salud física o mental. La salud física se define como el estado físico en el que no hay enfermedad (Diccionario Porrúa, 1969). Por otro lado, la salud mental se define como un estado de salud emocional en el cuál una persona es capaz de funcionar cómodamente dentro de su sociedad, y en la cuál sus características y logros son importantes para él (Freedman, et al, 1975).

Además de su función individual, el deporte tiene implicaciones sociales. Se ha visto en investigaciones ( las cuales se mencionarán posteriormente), a través de los años, que el deporte tiene una influencia positiva tanto en el individuo que lo practica, como en las instituciones en las que se practica.

Grove y Dodder (1982), mencionaron que el deporte tiene nueve funciones que benefician al individuo, a la interacción de éste con la sociedad y a la sociedad misma. Estas son, la salud emocional, que la definen como la expresión emocional (Layman 1960) y la liberación de tensiones (McLuhan 1964); la autoexpresión, que se forma del autodescubrimiento (Slusher 1967) y la autoactualización (Inghem y Loy 1973); la sociabilidad, que es aprender a relacionarse con otros (Beisser 1967), la apreciación de otros (Miller y Russell, 1971) y la amistad (Cookley 1978); la salud física que es la condición física (Cooper 1970) y el vigor físico (Michener 1976); la integración social, que son las relaciones humanas (Luschen 1967), la conciencia colectiva (Wilkerson y Dodder 1979) y la competencia o guerra (Lorenz 1966); la socialización, que es la formación de valores (Daniels 1966), la regularización de la conducta (Edwards 1973) y la formación de carácter (Ogilvie y Tutko 1971); la identidad sexual, que se refiere a la afirmación de la masculinidad (Beisser 1972) y de la femineidad (Snyder y Kivlin 1975) y a la conciencia femenina (Hart 1972); el entretenimiento, que es la diversión pública (Michener 1976) y los espectadores (Shaw 1978); y el orgullo de pertenecer al lugar, que se refiere a la identificación de la localización (Rooney 1974), al espíritu escolar (Springer 1974) y al esfuerzo comunitario (Coleman 1965).

En 1947, Agnes Stoodley (citada por Buscher, 1975), en la Universidad de Stanford, analizó muchos objetivos del deporte que enunciaron 22 diferentes autores y clasificó estos en cinco objetivos generales. Según Stoodley, estos objetivos son el desarrollo físico y orgánico saludable, el desarrollo mental-emocional, el desarrollo neuromuscular, el desarrollo social y el desarrollo intelectual.

El deporte influye positivamente en el desarrollo físico, psicológico, cognoscitivo y social del individuo. A continuación se mencionarán algunas conclusiones de muchos autores que han demostrado esta aseveración.

Siempre que un individuo ejercita su cuerpo, se producen muchos cambios fisiológicos, los que a su vez, benefician a su desarrollo físico, psicológico y cognoscitivo. El resultado de estos cambios, por lo general tiende a proporcionarle al individuo una vida satisfactoria.

Desde un punto de vista fisiológico, se ha observado que al ejecutar alguna actividad física, o algún ejercicio o deporte, hay un incremento en la capilarización y en la cantidad de oxígeno que se consume. Estos cambios ocurren en los músculos y es probable que estimulen el área límbica cerebral, la cuál se encarga de generar sentimientos afectivos. El sistema nervioso de cada individuo se beneficia con el ejercicio. Específicamente, la velocidad de reacción del individuo a la luz y al sonido se incrementan con entrenamientos físicos, y esto, a su vez, puede incrementar el confort del individuo dentro de su ambiente y consigo mismo, lo cual puede incrementar su felicidad (Carter, 1977).

Thomas D. Wood (1924; citado por Michener, 1976), en un resumen que formuló para la Asociación Médica Americana, acerca de los beneficios que le brinda el ejercicio al individuo, postuló que hay varios cambios fisiológicos al ejercitar el cuerpo que influyen en el desarrollo y bienestar individual. Enunció que al hacer ejercicio, se incrementa la circulación en todo el cuerpo o en la parte ejercitada, y esto incrementa la transportación de alimento a los tejidos corporales, remueve los desperdicios, transporta la distribución de las secreciones endócrinas y balancea el contenido de agua y de calor en el cuerpo. Wood consideró que la actividad de los músculos grandes del cuerpo estimula el crecimiento y para el niño en desarrollo esto es esencial. Cuando se ejercitan los músculos mayores del cuerpo, se incrementa la demanda de oxígeno y esto causa un incremento en la actividad respiratoria. Esto incrementa la oxigenación de la sangre que se manda a los tejidos y la eliminación de bioxido de carbono. También el ejercicio estimula el sistema de excreción e incrementa la eliminación de desperdicios a través de los riñones, pulmones, intestinos y de la piel. La digestión del que ejercita su cuerpo es mejor que la del que no lo hace y por lo tanto, se acelera la asimilación de alimentos. Por su parte, el corazón se fortalece por los músculos esqueléticos del cuerpo. Todos los músculos del cuerpo se desarrollan directamente con la actividad física.

Wood (1924; citado por Michener, 1976) también postuló que el ejercicio moderado, da como resultado un incremento en la actividad neuronal y en el control neuromuscular, y esto a su vez, hace que se desarrollen en el individuo habilidades como la precisión, el rendimiento, la agilidad y la fuerza.

Garwunder, Pruitt y Steinman (1981), concluyeron que la práctica del deporte incrementa la capacidad pulmonar, la vasoconstricción cardíaca y esquelética, y decremента los problemas posturales y los dolores de espalda. En otro estudio que realizó Donohue (1977), demostró que la población sedentaria tiene un mayor número de alteraciones coronarias, es

decir, presión sanguínea elevada, nivel de colesterol elevado, nivel de triglicéridos elevado y obesidad, en comparación de los que están involucrados en el deporte.

Mirkin y Hoffman (1978), explicaron los cambios físicos que se llevan a cabo en el organismo cuando se practica el deporte y dicen que como producto de estos cambios, el estado de ánimo del individuo mejora. Los cambios físicos que ellos mencionaron son estos. Se incrementa la cantidad de sangre en el cerebro, y por lo tanto, aumenta la cantidad de oxígeno en el mismo. Se decrementa el nivel de sal en el cerebro, lo cuál mejora el estado de ánimo. La tensión y depresión pre-menstrual, pueden ser causadas por retención de sal causada por altos niveles hormonales. El ejercicio, al incrementar la producción del sudor, y los diuréticos al incrementar la producción de orina, disminuyen la cantidad de sal que hay en el cerebro. También, el sueño profundo es incrementado, y el ejercicio protege al individuo de la obesidad. Por último, al tener una buena condición física, por lo general, la vida sexual es más satisfactoria.

Muchos otros autores, además de Mirkin y Hoffman (1978), hablan sobre los beneficios psicológicos o emocionales que le brinda el deporte al individuo que lo practica. El desarrollo satisfactorio psicológico o emocional del individuo es indispensable para que éste funcione adecuadamente en la sociedad. El practicar algún deporte o actividad física le proporciona al individuo ciertas ventajas para su desarrollo psicológico.

Por lo general, cuando el individuo practica alguna actividad física regularmente, el ajuste de su estado psicológico será satisfactorio. Folkins, Lynch y Gardner (1972) mencionaron que los cambios psicológicos que puede tener un individuo están relacionados firmemente a los cambios que puede tener en su condicionamiento físico. La actividad física tiende a ser un facilitador del ajuste psicológico del individuo (Harris, 1973; citado por Kendall y Hollon, 1979). También los autores Ismail y Trachtman (1973; citados por Heaps, 1978) mencionaron que la actividad física puede cambiar el estado mental del individuo.

Los programas de educación física o de actividades físicas que logran en el individuo una buena condición física, tienen una probabilidad muy grande de modificar la autoimagen (Collingwood y Willet, 1971), (Jeffers, 1977), (Carter, 1977), la autoestima (Hellison, 1970; citado por Martens, 1975), y/o el autoconcepto del individuo (Albinson, 1974; citado por Hyler y Mitchell, 1979), (Collingwood y Willet, 1971), (Folkins y Sime, 1981).

Jeffers (1977), mencionó que los hombres y mujeres que practican

regularmente una actividad física, tienden a poseer una autoimagen positiva, un mayor autocontrol, una autoconciencia incrementada, y tienden a ser más autodirigidos. Desde un punto de vista psicológico, es probable que la autoimagen del individuo esté influenciada por el autocontrol que tiene sobre su cuerpo. Carter (1977), mencionó que el individuo que lleva a cabo ejercicios o actividades físicas regularmente, tiende a poseer una autoimagen positiva, la cual está íntimamente relacionada con el control que tiene sobre su cuerpo.

Varios autores han estudiado la relación entre una buena condición física y el autoconcepto del individuo. Albinson, (1974; citado por Hyler y Mitchell, 1979), encontró que los estudiantes universitarios que hacían ejercicio, tenían un mejor autoconcepto que los que no hacían ejercicio. Concluyó que el autoconcepto de los hombres universitarios tiende a mejorar al incrementar los niveles de condición física. Hughes (1974), al igual que Albinson, encontró los mismos resultados en mujeres universitarias.

Es lógico suponer que mientras el individuo tenga un mayor autocontrol, una mayor autoconciencia y una mayor autodirección, como producto de practicar algún deporte o ejercicio, su autoestima, su autoconcepto y su autoimagen son más positivas. Basándonos en las investigaciones que se han mencionado, se puede concluir que mientras un individuo tenga una mejor condición física, tendrá un mayor autocontrol, una mejor autoconciencia, una mejor autodirección y por lo tanto, una mejor autoimagen, una mayor autoestima y un mayor autoconcepto.

La gente que hace ejercicio regularmente, tiende a ser gente más tranquila, a sufrir menos de tensiones y ansiedades, a ser menos vulnerable al "stress" y a la irritación de la vida diaria. El ejercicio le brinda al que lo practica, una sensación de bienestar y de integración mente-cuerpo (Mirkin y Hoffman, 1978). Cuando un individuo practica algún deporte o actividad física, su estado de ánimo tiende a mejorar. Es por esto que algunos terapeutas les recomiendan a sus pacientes el ejercicio como medio para aliviar las tensiones y ansiedades de la vida diaria (Byrd 1963; Barhke y Morgan, 1978), y para disminuir el estado de depresión (Berhman, 1967; Hellerstein y colab., 1967; Cooper, 1968; Popejoy, 1968; Morgan, Roberts y colab., 1970; Kavenagh y colab., 1977; Brown Ramirez y Taub, 1978; Greist y colab., 1979; Folkins y Sime, 1981), (Buffone, 1980; Morgan, 1981; Sachs y Sachs, 1981; Sachs y Buffone, 1984; Berger, 1984; citados por Sachs, 1984). El ejercicio también se ha utilizado para tratar la agorafobia, la fobia de los elevadores (Orwin, 1973; citado por Sachs, 1984), y las fobias situacionales (Orwin, 1974; citados por Sachs, 1984).

Se ha visto que la actividad física que ha dado mejores resultados como terapia, ha sido la que es vigorosa, que involucra al individuo por un periodo de tiempo largo ininterrumpido, y no debe de exigir del paciente que tenga que pensar mucho o tomar decisiones. El juego y el deporte proporcionan salidas para la expresión de emociones, y estas al ser expresadas, conducen al desarrollo y al mantenimiento de la salud emocional del individuo.

Hasta este punto se ha observado cómo el ejercicio le da beneficios físicos y psicológicos al individuo que lo practica. Estos beneficios dan como consecuencia una buena salud física y emocional. Es probable que un individuo saludable, viva más que uno que no lo es. Hay varios autores que han estudiado el deporte en relación al envejecimiento de los individuos. Dos de estos autores son Miller (1973; citado por Fordham y Leaf, 1982) y Fixx (1977). Miller enunció que, las personas que no tienen una buena condición física envejecen más rápido, porque sufren de una deficiencia de todos los beneficios que el ejercicio proporciona al cuerpo y a la mente. Cuatro años después, Fixx mencionó que los individuos que llevan a cabo programas de actividades físicas desde niños hasta viejos, tienden a vivir más que los individuos que empiezan tardíamente, dados los beneficios que le da el deporte al individuo desde su desarrollo temprano.

Así como el deporte, la actividad física o el ejercicio influyen positivamente en el desarrollo físico y psicológico del individuo que lo practica, se ha demostrado también que beneficia el desarrollo cognoscitivo y el rendimiento laboral e intelectual.

Existe una relación interesante entre el condicionamiento físico y el funcionamiento intelectual. Se puede inferir una relación positiva entre estos factores en varios estudios (Weber, 1953; Hart y Shuey, 1964; Davey, 1973; y Ohlsson, Sjöberg y Dornie, 1975; citados por Hilyer y Mitchell, 1979). Los resultados de estos estudios indican que una buena condición física tiende a crear un funcionamiento intelectual mejorado al que tenía el individuo antes de empezar a ejercitar su cuerpo.

Se ha visto que la gente que hace ejercicio regularmente tiene periodos de concentración largos y su desempeño en la escuela y en el trabajo es muy bueno (Mirkin y Hoffman, 1978). Muchos terapeutas les prescriben a sus pacientes el ejercicio para mejorar la concentración (Byrd, 1963). Donoghue (1977), demostró que los estudiantes universitarios que practican una actividad física regularmente, mejoran sus logros académicos. Además, el entrenamiento para incrementar la condición

física mejora la conducta del trabajo individual (Folkins y Sime, 1981). El empleado o alumno que se ejercita y que tiene una buena condición física falta menos a trabajar o a la escuela o universidad, que uno que no lo hace. Esto se ha comprobado por varios estudios que se han realizado en Europa (Donoghue, 1977). Se hizo un estudio en Alemania en el que se les aplicó un programa de ejercicio físico a todos los trabajadores de una empresa y a todos los estudiantes de una universidad. Este programa dió muy buenos resultados porque redujo el ausentismo en ambas instituciones (Donoghue, 1977). En otro estudio (Zholdak, Okk y coleb; citados por Donoghue, 1977), se demostró que los trabajadores que practican deporte, pierden menos días de trabajo que los que no lo practican. Por su parte, Prevosudov (1976), demostró que las personas que no están activas físicamente, están enfermas de 5 a 8 veces más que los que sí hacen ejercicio. Encontró que los que no practican el deporte, consultan 4 veces más seguido a sus doctores que los que están físicamente activos.

El tener una buena condición física le ayuda al individuo a llevar a cabo sus tareas ordinarias sin fatigarse (Hoyman, 1962; citado por Regin, 1983). Briggs (1975), enunció que el tener una buena condición física mantiene al individuo con menos probabilidad de fatigarse y de cometer errores. Condujo un programa de ejercicios físicos para la Universidad de Waterloo, y demostró que con el ejercicio se logra una mejor memoria y control muscular, lo cual se puede deber a un incremento en la cantidad de sangre en el cerebro. Los participantes también reportaron un mejoramiento en su trabajo y una disminución de la ansiedad. En 1966, Laporte, hizo un estudio con los empleados del correo de Bruselas en el que todos los días, durante un descanso del trabajo de varios minutos, los empleados hacían ejercicio. Se observó que hubo un mejoramiento en el desempeño de sus facultades sensomotoras e intelectuales (incluyendo el control de sus manos, su fuerza muscular, y la fatiga visual), y por lo tanto, se mejoró la cantidad y la calidad de su trabajo.

Un individuo sano es un alumno y un trabajador más efectivo que uno que no lo es. Tiende a contribuir más a su trabajo al ser saludable y a cumplir más con sus responsabilidades. Se ha comprobado con muchos estudios que el individuo tiende a ser más saludable cuando ejercita su cuerpo. Así que el deporte aporta beneficios para el rendimiento académico y laboral del individuo.

Se ha observado cómo el deporte influye directamente sobre el desarrollo físico, psicológico y cognoscitivo del que lo practica. Otra esfera del desarrollo humano que se beneficia con la práctica del deporte es la social. El deporte se ha convertido en un fenómeno cultural que

penetra en toda la sociedad. Es una institución comparable a otras instituciones sociales como la religión, las leyes, el gobierno, la política, los vecindarios, la medicina y los sistemas de servicio humano (Nelson, 1982; Rapaport, 1982; citados por Danish, 1983).

Hace varios años, Helenko (1957), demostró que el deporte es un medio para la socialización de jóvenes conforme van pasando de la pre-adolescencia a la adolescencia y finalmente a la adultez. La socialización se ha definido como el proceso por el que las personas adquieren el conocimiento, las habilidades y disposiciones que los hacen miembros más o menos capaces en su sociedad (Brim y Wheeler, 1966). Recientemente, Martens (1975), demostró lo que Helenko observó y este dijo que los educadores físicos y los recreadores han observado que los deportes, están entre los medios más efectivos para socializar a los jóvenes de las sociedades actuales. Dijo que la función primaria de la socialización del deporte es la de enseñar destrezas y conocimientos acerca del condicionamiento físico y del movimiento. La función secundaria es la de desarrollar la competencia interpersonal o desarrollar la habilidad de interactuar efectivamente con otros. El deporte es valorado porque promueve las relaciones interpersonales y es visto como el aprendizaje social del individuo (Siedentop 1980; citado por Danish, 1983). El deporte proporciona al individuo el mejor campo de entrenamiento para enfrentarse al "juego de la vida" y a través del deporte, es probable que los estudiantes adquieran buenas actitudes deportivas (Martens, 1975).

Garón (1983) mencionó que el deporte satisface las necesidades de logro, de aceptación y de relación social del individuo. Tiende a formar el carácter del individuo, a reafirmar los valores sociales que enfatizan la competencia, el logro y el seguimiento de las reglas del juego.

Como ya se mencionó, el deporte le brinda muchos beneficios al individuo que lo practica. Si el deporte se le imparte a los integrantes de una institución, es decir, de una universidad, de una empresa, de una escuela, etc., este le brindará beneficios a la misma también. Por ejemplo, a través del deporte se puede tratar de lograr un sentido de pertenencia y de identidad hacia la institución, por medio del cual se puede lograr una cohesión grupal de los que lo practiquen. Es muy importante que los individuos que estudian o trabajan en una institución tengan un sentido de pertenencia e identidad hacia la misma, ya que por lo general, el individuo se siente más agusto y rinde más en un lugar donde se siente como una parte importante del todo (de la institución).

El deporte ha sido percibido como una fuerza integrativa a un nivel

nacional (Cozens y Stumpf, 1953; Meggysey, 1970), e individual (Cowell, 1966). Wilkerson y Dodder (1982), se han interesado por el deporte como una fuerza integrativa a un nivel comunitario. En este nivel, la cohesión de un grupo y el sentido de identidad colectivo se pueden obtener por medio de la participación en el deporte. Los individuos al tener un interés común tienden a unirse. De esta forma pueden unir a los padres, los hijos, los estudiantes de una universidad, y a la comunidad en general. Si se proporcionan metas comunes, se puede crear un espíritu comunal (Coleman, 1965), y a través de la participación en una experiencia común, la comunidad colectiva puede obtener un sentido de identidad, el cuál es muy importante para el desarrollo individual.

La cohesión se define como el campo de fuerzas que hace que los miembros de un grupo permanezcan en éste (Festinger, Schachter y Bach, 1950; citados por Carron, 1982). Carron (1982), dijo que en los equipos deportivos, la cohesión se debe de ver como un proceso dinámico que se refleja en la tendencia del grupo de permanecer juntos, tratando de alcanzar las metas y objetivos propuestos. Mencionó que hay siete factores que contribuyen a que se logre la cohesión en un grupo. El primero es el grado de atracción o amistad interpersonal de los miembros del grupo. El poder de la influencia relativa entre los miembros y el sentido de pertenencia que tiene el individuo hacia su grupo, son el segundo y tercer factor. El cuarto factor es el valor que el individuo le da a la membresía del grupo. El grado de satisfacción que el individuo deriva de las actividades del grupo es el quinto factor. Los últimos dos factores son el nivel de trabajo que percibe el individuo dentro del grupo y el grado de cercanía que hay entre los miembros. Todos estos factores se pueden lograr en el individuo por medio del deporte.

Se ha demostrado que la cohesión de grupo aumenta la productividad, la satisfacción individual, la conformidad, el cambio de conducta, la claridad de roles entre los miembros del grupo y la estabilidad grupal, ya que existe un sentido de identidad o pertenencia (Martens 1975). Es muy recomendable que se promueva la cohesión del grupo y una forma de lograrlo es a través de la participación del grupo o de los grupos en las actividades físicas.

Dados los beneficios que le brinda el deporte al individuo que lo practica y a la institución en la que se practica, es recomendable que el deporte o la educación física formen parte del curriculum en una universidad. Los filósofos de la educación, sugirieron a lo largo de los siglos, que se incluyeran los juegos y deportes en la educación. Sócrates, Aristóteles, Quintiliano, Comenius, John Locke, y John Dewey, pensaban que los juegos físicos eran esenciales para la educación (Lawther, 1978).

Durante los últimos años, otros han puesto énfasis en esta idea. El Consejo de la Unesco (1964; citado por Martinek, 1978) sugiere que debe de existir un balance en el desarrollo intelectual, físico, moral y estético, el cuál se debe de reflejar en el curriculum educativo. Otros autores mencionan que los tres dominios del aprendizaje de un individuo son los comportamientos cognoscitivos, afectivos y psicomotores y que los curricula educativos deben de estar integrados con objetivos de estos tres dominios (Krathwohl y colab., 1964; Bloom, 1971; y Harrow, 1978 ).

Para poder integrar un programa deportivo en un curriculum escolar, es muy importante medir y tomar en cuenta las actitudes hacia la actividad física de los que forman parte de la institución. Para ello es importante hacer una breve revisión de lo que es una actitud, de cómo se puede medir, y de los problemas que existen al medirla.

## 1.2 ACTITUDES.

### 1.2.1 DEFINICION Y ESTRUCTURA:

Tener una actitud significa responder de cierto modo a un objeto social, es decir, la actitud es una motivación que moviliza a actuar para acercarse o evitar un objeto o situación.

Varios autores definen la actitud como un estado de disposición o predisposición a actuar. Allport (1935; citado por Klineberg, 1963), define una actitud como, un estado mental y neural de disposición, organizado a través de la experiencia que ejerce la influencia directa o dinámica en la reacción del individuo ante todos los objetos y todas las situaciones con que se encuentra relacionado. Newcomb (1950; citado por Klineberg, 1963), en forma semejante a Allport, habla de una actitud como un estado o disposición para despertar motivos. Dice que es una predisposición para realizar, percibir, pensar y sentir en relación al objeto o situación. Es una disposición a reaccionar.

Al hablar de una actitud no solo nos referimos a la motivación cognoscitiva. Rosnow y Robinson (1967; citados por Mann, 1972), indican que una actitud denota la organización de los sentimientos, de las creencias y de las predisposiciones de un individuo para comportarse de cierto modo. Hay otros autores que definen la actitud como una organización de creencias, al igual que Rosnow y Robinson. Rokeach (1976), dice que una actitud es una organización de creencias relativamente perdurable hacia un objeto o situación que predispone al individuo a responder de cierta manera preferida. La predisposición tiende a ser perdurable y persistente y por lo tanto, las actitudes son conjuntos de creencias perdurables, formadas por experiencias pasadas. Este mismo autor define las creencias como, cualquier simple proposición, ya sea consciente o inconsciente, que se infiere de lo que la persona dice o hace, y es capaz de ser percibido cuando una persona dice, "Yo creo que..." Esta creencia puede ser correcta o incorrecta, verdadera o falsa, buena o mala y deseada o indeseada.

Kretch y Crutchfield (1948; citados por Rokeach), enuncian la diferencia entre una actitud y una creencia. Dicen que todas las actitudes incorporan creencias, pero no todas las creencias necesariamente forman parte de las actitudes.

Hay otra autora, Helen B. Lewis (citada por Rokeach, 1976), que define una actitud como, un conjunto interrelacionado de opiniones organizadas alrededor de un punto de referencia. En la definición de Rokeach (1976), los "opiniones organizadas" de Lewis, equivalen a las creencias.

Varios de estos autores definen una actitud como un estado de disposición o predisposición que motiva al individuo a actuar cuando se enfrenta a un objeto o situación. La reacción que tiene el individuo va a depender de su experiencia pasada. Unos definen la actitud como una organización de sentimientos, creencias y predisposiciones, otros como un conjunto de creencias y otra como un conjunto interrelacionado de opiniones.

Las actitudes constan de tres componentes (Mann, 1976; Triandis, citado por Gagne, 1979): el cognoscitivo, el afectivo y el conductual.

El primero, el cognoscitivo, consiste en las percepciones, creencias, y estereotipos del individuo, es decir, sus ideas sobre el objeto, y éstas pueden ser verdaderas o falsas, buenas o malas, y deseables o no deseables. A menudo, se utiliza el término "opinión" como sustituto del componente cognoscitivo de una actitud, especialmente cuando dicha opinión es de importancia con respecto a la cuestión o problema.

El segundo componente es el afectivo, y éste engloba los sentimientos de la persona con respecto al objeto. Bajo condiciones apropiadas, la creencia puede despertar un efecto de una intensidad variada, centrándose alrededor del objeto que la crea, alrededor de otros objetos, tomando una posición ya sea positiva o negativa con respecto al objeto o alrededor de la creencia misma. Este componente es el más enraizado y el más resistente al cambio.

El último componente, el conductual, es la tendencia a actuar o reaccionar de cierta manera con respecto al objeto en cuestión. Es la orientación a la acción. La creencia, siendo una respuesta de predisposición, con umbrales distintos, nos lleva a una acción cuando es activada correctamente. El tipo de acción a la que nos lleva está estrictamente determinada por el contenido de la creencia. Este último componente está integrado de hábitos que el individuo ha adquirido, de sus experiencias pasadas, y de sus expectativas en el momento de la acción.

Es razonable suponer que los tres componentes son congruentes y que están íntimamente relacionados. La congruencia intercomponente usualmente se encuentra cuando la persona tiene una actitud extrema, ya sea positiva o negativa. Las creencias firmemente sostenidas se acompañan usualmente de efectos positivos considerables. Los efectos fuertes se acompañan por lo común de hábitos y respuestas sólidamente

establecidos en la conducta. Si hay incoherencia entre los componentes, el individuo mostrará una tendencia a modificar la actitud con el fin de restaurar el estado de congruencia. Este principio está implicado en el uso de informaciones para producir cambios de actitud (Festinger, 1950).

Las actitudes que tienen un componente cognoscitivo débil, en las que se dan escasos conocimientos sobre el objeto, tienen mucha probabilidad de ser inestables. Por otro lado, las actitudes de alto componente emocional o de un fuerte componente afectivo, tienen menos tendencia a ser influenciadas por informaciones nuevas y conocimientos intelectuales.

Aunque usualmente existe una congruencia entre el componente cognoscitivo y el afectivo de una actitud, la relación de éstos y del comportamiento parece ser a menudo inconsciente. La gente no siempre actúa conforme a lo que cree; las actitudes y la conducta a menudo muestran grandes discrepancias. Hay muchas actitudes diferentes que tienen relación con un mismo acto de conducta. Al igual que dos personas pueden tener una misma actitud pero actuar de diferente manera. El conocimiento de la actitud de una persona no asegura siempre el éxito en la predicción de sus acciones. Pero, cuando hay congruencia entre el componente cognoscitivo y el componente afectivo, la relación de éstos con el comportamiento, tiende a ser consistente, y la predicción de las acciones del individuo, tiende a ser precisa (Klineberg, 1963).

## 1.2.2 FUNCION Y FORMACION:

Kretch, Crutchfield y Bellechey (1962; citados por Mann, 1972), han estudiado las actitudes con un enfoque funcional, y dicen que " las actitudes sociales tienen un significado adaptativo, puesto que representan un eslabon psicológico fundamental entre las capacidades de percibir, sentir, y comprender de una persona, al mismo tiempo que ordenan y dan significado a su expresión continua en un medio complejo." En este sentido, las actitudes de una persona podrían explicarse en parte por la experiencia particular de esa persona.

Allport ( 1935; citado por Klineberg, 1963), menciona cuatro condiciones comunes de la formación de actitudes. En primer lugar está el acrecentamiento de la experiencia, es decir, la integración de numerosas reacciones concretas de tipo semejante. Por ejemplo, el alumno que ve al maestro en un contexto académico durante todo un año y después no puede

relacionarse con él en un contexto extra-académico. Esto se complementa por la segunda condición que es la individualización, la diferenciación y la segregación; las experiencias adicionales hacen que la actitud se vuelva más concreta y la distinguen de otras actitudes existentes. Una tercera cause posible de la formación de actitud es un trauma o experiencia dramática. Por último, se puede adoptar una actitud ya formada por medio de la imitación de los padres, maestros, amigos, etc. Allport no menciona el orden de importancia o de frecuencia de estas cuatro condiciones que intervienen en la formación de actitudes, pero es probable que la última mencionada tenga mucho mayor significado que las demás (Klineberg, 1963).

Katz por su parte, (citado por Menn, 1976), sugiere que el mantenimiento y la modificación de las actitudes sociales cumplen cuatro funciones diferentes en la personalidad. La primera es la de adaptación, la segunda la de expresión de valores, la tercera la del conocimiento, y la última, la de defensa del "yo".

A continuación se explicarán cada una de estas funciones. Por su función adaptativa, las actitudes proporcionan gratificaciones y alejan de los castigos. Esta función también se llama instrumental o utilitaria. El individuo trata de hacer máxima la recompensa o gratificación y mínimo el castigo o sufrimiento. En consecuencia está motivado para adoptar las actitudes que le proporcionen la aprobación y la estima de su familia, de sus amigos y compañeros. Aprende a adoptar actitudes similares a las de sus vecinos o amigos. También se desarrollan actitudes favorables con respecto a objetos que en sí mismos, proporcionan gratificación o satisfacción de necesidades.

Por la función expresiva de valores, el individuo obtiene satisfacción mediante la expresión de actitudes apropiadas a sus valores personales y a su autoconcepto. Estos valores personales y este autoconcepto son sistemas integrados de actitudes que se aprenden en la niñez, a partir de las identificaciones con los padres y otras figuras significativas y constituyen el núcleo central de la personalidad. Las creencias ideológicas y patrióticas, usualmente se basan en esta función.

La función del conocimiento se basa en la necesidad de comprender, de dar sentido y de dotar de una estructura adecuado al universo. Se mantienen las actitudes que cuadran adecuadamente con las situaciones y que estructuran de un modo significativo la experiencia. Las actitudes que se revelan inadecuadas, para enfrentarse a situaciones nuevas y

cambiantes se descartan porque llevan a la contradicción e incoherencia. Un aspecto muy importante de la función de conocimiento es la necesidad de una organización cognoscitiva que tenga sentido y la necesidad de coherencia y de claridad cognoscitiva. Además esta función se basa en la búsqueda de sentido, en la necesidad de comprender, en la tendencia a una mejor organización de percepciones y creencias para proveer claridad y consistencia para el individuo.

Las actitudes pueden tener también una función de defensa del "yo". Esto proporciona protección, impidiendo el conocimiento de verdades básicas, pero desagradables, acerca de la vulnerabilidad a la enfermedad y a la muerte, de las debilidades, inseguridades y sobre realidades terribles del mundo exterior, tales como la enfermedad, el desempleo, el crimen y la guerra. Los mecanismos que utiliza el individuo para protegerse a sí mismo de las tensiones y angustias asociadas a motivos inaceptables y amenazas atemorizantes, se conocen como mecanismos de defensa del "yo".

Una actitud puede servir varias de estas funciones, porque éstas no operan aisladamente. Una actitud, como una teoría, es un marco de referencia. Nos provee de una base para llevar a cabo la inducción y deducción, organiza el conocimiento, tiene implicaciones en el mundo real y puede cambiar cuando se presenta nueva evidencia.

Las actitudes tienen diversos atributos o dimensiones los cuales son: dirección, grado, intensidad, consistencia y prominencia. Estos cinco atributos o dimensiones son los más importantes que ejemplifican la variación entre actitudes y pueden ser ilustrados brevemente como sigue (Klineberg, 1963):

a. Dirección: Nos pronunciamos a favor o en contra de que se incluya el deporte obligatorio en el curriculum educativo de la Universidad Anahuac.

b. Grado: ¿Favorecemos que el deporte se incluya obligatoriamente en todas las carreras de la Universidad o solamente en algunas? ¿Creemos que es mejor incluir el deporte obligatoriamente en todas las carreras o solo en algunas?

c. Intensidad: ¿Hasta qué punto desean los alumnos que se incluya el deporte obligatoriamente en el curriculum escolar? El grado y la intensidad de las actitudes indudablemente se encuentran relacionados entre sí, pero es posible tener sentimientos muy intensos acerca de determinada situación aunque nuestra actitud diste mucho de ser extrema.

Por ejemplo, muchos alumnos en la Universidad pueden pedir que se incluya el deporte obligatorio en el curriculum escolar, pero, ¿cuántos están dispuestos a practicarlo los días que se exigen y en todos los semestres? Las actitudes en este caso podían ser descritas como intensas, no obstante que su grado está muy lejos de ser extremo.

d. Consistencia: Si consideramos el beneficio que le brinda el deporte al alumno, ¿concederíamos el mismo privilegio a todos los grupos dentro de la Universidad?

e. Prominencia: ¿Hasta qué punto estamos dispuestos a expresar la actitud hacia la inclusión del deporte obligatorio en el curriculum educativo?

### 1.2.3 PROBLEMA AL MEDIR LAS ACTITUDES:

Las objeciones que frecuentemente se asocian con la medición de actitudes, son las mismas que afectan a otros instrumentos: la confiabilidad y la validez. Respecto a la confiabilidad, hay distintos métodos para determinar hasta qué punto se obtendrán resultados similares en distintas mediciones, los más comunes son los siguientes: el Método de Test-Retest, el Método de las Formas Paralelas o Formas Equivalentes, y el Método de Mitades. Respecto a la validez, es decir, el grado hasta cual se mide lo que se pretende medir, los métodos más usados para determinar la validez de una escala de actitud son los siguientes: el Método de Grupos Conocidos, el Método de Validez de Construcción, el Método de Validez de Contenido, y el Método de Criterio-Conexo.

El problema de la consistencia o inconsistencia es especialmente importante; como ya se mencionó constituye una de las dimensiones significativas de las actitudes. Las escalas que se han descrito brevemente pueden suministrar nos informaciones relativas a la consistencia dentro de las reacciones verbales; nos dicen si las respuestas a algunas preguntas son consistentes con las respuestas a otras. El problema se vuelve más complicado cuando investigamos más acerca de las relaciones entre las respuestas verbales y otros aspectos de la conducta.

Uno de los primeros estudios de La Piere (1934), nos da un ejemplo de la dificultad con que nos encontramos. En compañía de un estudiante chino y su esposa, La Piere viajó mucho por todos los Estados Unidos, visitando 124 restaurantes y cafés y 66 hoteles, campamentos para automovilistas y

pensiones para turistas. Casi en todos los lugares a los que fueron, los trataron con cortesía y consideración y solo en una ocasión se les negó rotundamente el servicio. Seis meses después se envió un cuestionario a los mismos establecimientos, en el que se preguntaba, "Aceptaré usted a miembros de la raza china como huéspedes en su establecimiento?" Se obtuvieron respuestas de 126 de los establecimientos visitados, y los resultados mostraron que el 91% de esas respuestas eran negativas. La discrepancia entre actitudes y acciones es sorprendente.

Al mismo tiempo sería injusto llegar a la conclusión de que el estudio de actitudes es una pérdida de tiempo y de esfuerzo porque frecuentemente hay consistencia tanto interna como externa. Los resultados de La Piere pueden ser una función de circunstancias más bien concretas y, no se deben a un problema de medición sino a un problema de consistencia entre la actitud y la conducta. Este problema se da muy frecuentemente cuando se miden las actitudes. Pudo haber ocurrido que los propietarios de esos hoteles y restaurantes creyeron que sería más seguro contestar en forma negativa, puesto que nada sabían acerca de la gente a la que quizá tuviesen que servir, ni podían prever las reacciones de otros huéspedes que estuviesen presentes cuando se presentara el caso. Ante chinos agradables y atractivos, acompañados por un blanco (esto probablemente es importante), no vieron motivo alguno para negarse a darles servicio.

### 1.3 ACTITUD HACIA LA ACTIVIDAD FISICA, EDUCACION FISICA O DEPORTE:

Evidentemente, aunque algunas veces la relación entre la actitud y la conducta del individuo no es consistente, otras veces las actitudes pueden influir de manera profunda en las diferentes acciones emprendidas por el ser humano. Se han realizado varios estudios investigando la actitud de la gente hacia la actividad física, hacia la educación física y hacia el deporte.

Se ha visto que mucha gente no tiene una actitud positiva hacia la educación física cuando la ven como una profesión. Pero, sin embargo, en estudios en los que se ha medido la actitud de alumnos y maestros hacia la educación física, vista como una materia curricular a un nivel de preparatoria y de universidad, se ha demostrado lo contrario. Los resultados demostraron que existía una actitud positiva de los alumnos en general, de los alumnos con promedios académicos altos, y de los maestros (Mista, 1968; y Brumbach y Cross, 1965). Por otro lado, Keogh (1962; citado por Mertens, 1975), reportó que los estudiantes que tomaron parte en su investigación aprobaron los valores sociales, emocionales y físicos de la educación física, pero no aprobaron el valor de esta en el curriculum de la escuela.

Bonzan (1965; citado por Mertens, 1975), realizó un estudio para determinar las actitudes del público universitario hacia las contribuciones que aportan los programas intercolegiales del deporte a la educación general del individuo, y encontró que, la actitud fue favorable, especialmente entre los alumnos de licenciaturas, los graduados y los que cursaban maestrías. Pero, la actitud de los maestros y administradores fue ligeramente desfavorable.

Zuercher y colaboradores (1980), realizaron una encuesta a una muestra de 286 estudiantes de la Universidad de Maryland College Park, acerca de su participación y de su percepción de los deportes organizados dentro de la Universidad o de las actividades relacionadas con la institución. 93% de los sujetos conocen el programa deportivo y 43% indicaban que participaban en este (70% hombres y 30% mujeres). Las razones más comunes por las que participaban eran porque lo veían como una experiencia divertida (47%) y por hacer ejercicio (23%). Las mujeres participaban por el ejercicio físico, por conocer gente o porque cumplían con las expectativas de otros amigos. Los que no participaban era casi siempre porque tenían conflictos en su trabajo, o porque no les daba tiempo.

Matross (1980), hizo una encuesta a estudiantes universitarios en la que pedía su opinión acerca de las actividades deportivas interuniversitarias, y la mayoría de los sujetos contestaron que esas actividades ayudaban a mejorar la calidad de la vida universitaria porque convivían más con otros estudiantes y conocían a mucha gente, y que permiten que cada individuo se desarrollara físicamente y se divertiera al mismo tiempo. La mayoría pedían que el programa deportivo de las mujeres se expandiera y que se mantuviera el existente de hombres.

En un estudio que llevo a cabo Mista (1964), concluyó que existen diferencias significativas en las actitudes hacia la educación física entre los siguientes grupos de mujeres universitarias. Tenían actitudes favorables:

1. Las que sobresalían en actividades deportivas escolares en preparatoria.
2. Las que participaban en actividades deportivas extraescolares.
3. Las que vivían en ranchos.
4. Las que pertenecieron a generaciones escolares de menos de 75 personas.
5. Las que escogían carreras de docencia.
6. Las que se consideraban a sí mismas por arriba del promedio en destrezas físicas.
7. Las que gozaron de sus clases de educación física en preparatoria.

Brumbach y Cross (1965), concluyeron en una investigación que los estudiantes que han participado en programas atléticos en preparatoria tienen una actitud más favorable hacia el deporte al entrar a la universidad. Mientras mas años hayan dedicado a la educación física en su vida, su actitud sera mejor.

Keogh (1962; citado por Acord, 1977), hizo una investigación en la Universidad de California en Los Angeles (UCLA), con 136 hombres y 136 mujeres, acerca de la actitud hacia la educación física, tomando en cuenta la variable sexo. No hubo diferencias significativas entre sexos, y los resultados demostraron una actitud favorable hacia la educación física. Pero, aunque, las mujeres valoraron favorablemente a la educación física, admitieron no participar al menos que se les obligara. Alden (1932; citado por Burnstine, 1966), investigó las actitudes desfavorables hacia la educación física, en mujeres universitarias y encontró que lo que más les molestaba era vestirse y desvestirse.

Se han realizado varias investigaciones utilizando el inventario de G.S. Kenyon que mide la Actitud Hacia la Actividad Física. En los últimos años este inventario es el que se ha utilizado más, ya que es muy completo. Este inventario fué diseñado para evaluar actitudes desde un punto de vista multidimensional que representa 6 funciones de esto:

1. **Actividad Física Como Una Experiencia Ascética:** participar en actividades físicas que requieren de entrenamiento riguroso, prolongado, doloroso y que exigen de resistencia o aguante y de vigor.
2. **Actividad Física Como Una Experiencia Vertiginosa o Emoción Fuerte:** Son esas experiencias físicas que proveen ciertos riesgos al participante. Por ejemplo, elementos de emoción a través de velocidades altas, cambios repentinos de dirección y movimiento, o estar expuesto a situaciones peligrosas, cuando el participante usualmente está en control.
3. **Actividad Física Como Una Experiencia Estética:** participar en actividades físicas que proporcionan la expresión de ideas y sentimientos por medio del movimiento humano artístico. Es tener un valor estético por el individuo, esto es, que las actividades se conciben como algo bello o con ciertas cualidades artísticas.
4. **Actividad Física Como Una Experiencia de Catarsis o Liberación de Tensiones:** participar en la actividad física para la relajación personal o liberación de tensiones emocionales.
5. **Actividad Física Como Una Experiencia Social:** Se caracteriza por esas actividades físicas en las que el propósito primario es el de proveer a los individuos de relaciones sociales. Por ejemplo, conocer gente, divertirse con los amigos y perpetuar relaciones ya existentes.
6. **Actividad Física Como Una Experiencia Saludable:** participar en una actividad física para mejorar la propia salud o el nivel de una buena condición física.

Alderman (1970; citado por Emerson 1972) realizó una investigación con 136 hombres y mujeres canadienses, todos muy atletas para ver sus actitudes hacia la actividad física utilizando el inventario de Kenyon. Concluyó que tanto los hombres como las mujeres evaluaron la actividad física como una experiencia estética, siendo esta dimensión la más notoria para ellos. La dimensión que ocupó el segundo lugar fué la experiencia social y le siguieron la de catarsis, la de salud, la vertiginosa y la ascética.

Mequi (1970; citado por Emerson, 1972), quiso determinar la razón por la cuál los hombres universitarios exhibían actitudes positivas o negativas extremas hacia la actividad física, utilizando el inventario de Kenyon. Descubrió que los estudiantes que tenían una actitud positiva extrema, tenían estas características: sus padres eran participantes activos en actividades deportivas, tenían muy buenos amigos que participaban frecuentemente y les interesaba mucho el deporte, sobresalían en los deportes, y participaban continuamente en actividades deportivas en todos los años escolares. Este investigador encontró resultados totalmente opuestos para los estudiantes que tenían una actitud extremadamente negativa.

Cunningham (1970), llevó a cabo un estudio en el que investigó la actitud hacia la actividad física en 2667 hombres y mujeres en la Universidad de Texas del Estado del Norte, y utilizó también el inventario de Kenyon. Los resultados indicaron que las mujeres percibían la actividad física como una experiencia saludable. Los hombres la percibían como una experiencia vertiginosa. En general todos los sujetos mostraron una actitud positiva hacia la actividad física, aunque fué ligeramente más positiva para mujeres que para hombres.

La mayoría de estos estudios indican que los hombres y mujeres universitarios que estuvieron involucrados en estos estudios, poseen una actitud favorable hacia la actividad física, hacia la educación física y hacia el deporte, y valoran la importancia de éstos. Varios de los investigadores mencionan que las actitudes están influenciadas por la cantidad de educación física que han practicado en el pasado, por el nivel de destreza que tienen, por el logro que han tenido en esta área, por que les gusten los cursos y las actividades, por el grado de participación en las actividades físicas extra-curriculares, y por la facilidad de realizar estas actividades.

## 2. METODO :

### 2.1 OBJETIVO:

Se midieron las actitudes de los alumnos, maestros y directores de la Universidad Anahuac hacia la actividad física utilizando el inventario de G.S. Kenyon (1968; citado por Acord, 1977), con la finalidad de analizar el efecto del sexo, de la carrera (para alumnos, maestros y directores), y del semestre (para alumnos), en cada una de las seis subescalas del inventario. Adicionalmente, se analizó en los alumnos los efectos del sexo y de que si practican o no el deporte, en la actitud hacia la actividad física en cada una de las seis subescalas. Además, se investigaron los intereses y las necesidades deportivas que tienen los alumnos, maestros y directores dentro de la institución, por medio de 5 preguntas adicionales al inventario. Esto se realizó con la finalidad de poder hacer recomendaciones que faciliten la inclusión del deporte o de la educación física al curriculum educativo de esta institución.

A continuación se presentarán las hipótesis con las que se trabajaron:

1. Alterna: Dependiendo del sexo del alumno, habrá diferencias significativas en el promedio obtenido en cada una de las 6 subescalas del cuestionario.
2. Alterna: Dependiendo del sexo del maestro o director, habrá diferencias significativas en el promedio obtenido en cada una de las 6 subescalas del cuestionario.
3. Alterna: Dependiendo del semestre escolar que cursa el alumno, habrá diferencias significativas en el promedio obtenido en cada una de las 6 subescalas del cuestionario.
4. Alterna: Dependiendo de la carrera que cursa el alumno, habrá diferencias significativas en el promedio obtenido en cada una de las 6 subescalas del cuestionario.
5. Alterna: Dependiendo de la carrera en la que trabaja el maestro o director, habrá diferencias significativas en el promedio obtenido en cada una de las 6 subescalas del cuestionario.
6. Alterna: Dependiendo de que si practica o no el deporte el alumno, habrá diferencias significativas en el promedio obtenido en cada una de las 6 subescalas del cuestionario.
7. Se espera encontrar efectos de interacción entre las variables: sexo, semestre, carrera y práctica del deporte.

### 2.2 DISEÑO :

Se llevó a cabo un diseño factorial de varianza, para analizar el efecto que ejercen el sexo, el semestre y la carrera sobre las actitudes de los

estudiantes, maestros y directores de la Universidad Anahuac, hacia la actividad física.

#### VARIABLES DE CLASIFICACIÓN:

Se trabajó con sujetos del sexo femenino y masculino: alumnos, maestros y directores.

Los semestres con que se trabajaron fueron primero, quinto, séptimo o noveno.

Se entrevistó a sujetos de todas las carreras de la Universidad Anahuac: Actuaría, Administración de Empresas, Administración Educativa, Arquitectura, Ciencias de la Comunicación (CC), Contaduría, Derecho, Diseño Industrial, Diseño Gráfico, Economía, Informática, Ingeniería, Ingeniería Civil, Medicina, Psicología, y Turismo.

La variable dependiente que se manejó fue:

**Actitud hacia la Actividad Física:** un estado de disposición o predisposición a actuar hacia la actividad física. Se midió con un cuestionario de Actitud hacia la Actividad Física, el cual mide 6 dimensiones de ésta.

### 2.3 SUJETOS:

Después de haber realizado un muestreo estratificado, se eligió al azar a los alumnos utilizando las listas de cada carrera. Se obtuvieron cantidades proporcionales de los sujetos entre todas las carreras, para que existiera una muestra comparable. Se sacaron porcentajes en cuanto al sexo y a los semestres que se manejaron en cada carrera. Las muestras eran proporcionales entre carreras, entre semestres, entre sexos y entre la distribución de la población total de la Universidad.

Los sujetos que participaron en este estudio fueron 500 alumnos y 103 maestros y directores de la Universidad Anahuac, durante el semestre de Septiembre a Diciembre de 1985.

Los alumnos pertenecían al primero, quinto, y séptimo o noveno semestre de todas las carreras existentes en la Universidad Anahuac. Cuando en alguna carrera no había noveno semestre, participaban los alumnos de séptimo, ya que estaban a punto de terminar la carrera. Se tomaron en cuenta estos semestres para observar las diferencias de actitud que tenían los alumnos hacia la actividad física conforme iban

cursando la licenciatura. En la carrera de Medicina, participaron sujetos de primero y tercer semestres, porque los semestres avanzados no asisitían regularmente a la Universidad.

Los maestros que participaron, en su mayoría tenían el puesto de planta en la institución. En lo que respecta a los directores, participaron todos menos dos de los siguientes carreras: uno de Medicina, y el otro de Informática y Actuarío.

#### 2.4 INSTRUMENTO:

Se utilizó el inventario de Gerald S. Kenyon (1968; citado por Acord, 1977) de Actitudes Hacia la Actividad Física. Es una escala tipo Likert. Para elaborar una escala de este tipo, el investigador reunió un gran numero de declaraciones que considero pertinentes y las presentó a un grupo de sujetos quienes indicaron refiriendose a cada ítem:

- Si estan muy de acuerdo.
- Si estan de acuerdo.
- Si estan indecisos.
- Si estan desacuerdo.
- Si estan muy desacuerdo.

A estas respuestas se les asignaron valores del 1 al 5, indicando los valores mas altos, un mayor grado de aprobación de la actitud que se investigó. La suma de estos valores constituyeron la notación total de cada individuo. Aquellos puntos que tienen una correlación baja con la notación total, fueron eliminados, a fin de que la escala en general fuera internamente consistente.

El inventario de Actitudes Hacia la Actividad Física de Kenyon fué diseñado para evaluar actitudes desde un punto de vista multidimensional que representa 6 funciones de esta:

1. Actividad Física Como Una Experiencia Ascética: participar en actividades físicas que requieren de entrenamiento riguroso, prolongado, doloroso y que exigen de resistencia o aguante y de vigor.
2. Actividad Física Como Una Experiencia Vertiginosa o Emoción Fuerte: Son esas experiencias físicas que proveen ciertos riesgos al participante. Por ejemplo, elementos de emoción a través de velocidades altas, cambios repentinos de dirección y movimiento, o estar expuesto a situaciones peligrosas, cuando el participante usualmente está en control.

**3. Actividad Física Como Una Experiencia Estética:** participar en actividades físicas que proporcionan la expresión de ideas y sentimientos por medio del movimiento humano artístico. Es tener un valor estético por el individuo, esto es, que las actividades se conciben como bellas o como si tuvieran ciertas cualidades artísticas.

**4. Actividad Física Como Una Experiencia de Catarsis o Liberación de Tensiones:** participar en la actividad física para la relajación personal o liberación de tensiones emocionales.

**5. Actividad Física Como Una Experiencia Social:** Se caracteriza por esas actividades físicas en las que el propósito primario es el de proveer a los individuos de relaciones sociales. Por ejemplo, conocer gente, divertirse con los amigos y perpetuar relaciones ya existentes.

**6. Actividad Física Como Una Experiencia Saludable:** participar en una actividad física para mejorar la propia salud o el nivel de una buena condición física.

Hay dos formas de este inventario: la de hombres (DM con 59 ítems) y la de mujeres (DW con 54 ítems). Para esta tesis solamente se utilizaron 5 categorías para contestar: totalmente de acuerdo, deacuerdo, indeciso, desacuerdo y totalmente desacuerdo.

Cada ítem de este inventario pertenece a una subescala. A continuación se enlistarán estos con la subescala a la que corresponden:

#### Cuestionario de Hombres:

##### Escalas:

Experiencia Ascética: 1,4,10,13,18,24,31,37,40,49,51,57.

Experiencia Vertiginosa: 2,6,9,16,22,28,42,46,53,58.

Experiencia Estética: 3,11,14,19,32,35,39,45,47,50.

Experiencia Catártica: 5,12,15,25,27,29,33,43,54,59.

Experiencia Social: 7,17,20,26,30,34,44,48,52,56.

Experiencia Saludable: 8,21,23,38,41,55.

#### Cuestionario de Mujeres:

##### Escalas:

Experiencia Ascética: 2,5,9,24,34,43,46,52.

Experiencia Vertiginosa: 1,7,13,15,22,28,38,42,50,53.

Experiencia Estética: 3,8,14,19,30,35,41,45,48.

Experiencia Catártica: 12,16,26,27,31,32,37.

Experiencia Social: 11,17,20,25,29,33,39,49.

Experiencia Saludable: 4,6,10,18,21,23,40,44,47,51,54.

Nota: Dos jueces revisaron la clasificación de los ítems en cada subescala y decidieron que el ítem #36 no correspondía a ninguna subescala claramente, así que al analizar los datos este ítem se omitió.

La validez de cada subescala la infirió Kenyon usando el tipo de actividad preferida y a través de la participación directa y vicaria como criterio. Los resultados de las escalas se diferenciaron entre las preferencias fuertes y débiles en la dirección predicha para todas las escalas menos la de "Catarsis." La confiabilidad de Hoyt (1941; citado por Kenyon 1968) para cada una de las escalas se distribuía entre .68 y .89.

Hay una correlación alta entre las escalas escética, de catarsis y de salud (.52 a .44), es decir, mostraron mucha dependencia, mientras que las otras tres escalas mostraron mucha independencia (.01).

En este estudio, se llevó a cabo una modificación en el ítem 1 de la forma de hombres y en el ítem 2 de la forma de mujeres. Este cambio consistió en substituir la palabra "U.S." por "mexicano," para adaptar este ítem a la realidad mexicana.

La forma DM y la forma DW de este cuestionario se encuentran en el Apéndice I.

## 2.5 PROCEDIMIENTO:

Estos son los pasos que se siguieron en la investigación:

1. Se tradujo el inventario del inglés al español. Cinco jueces bilingües corrigieron la traducción y la redacción en español.
2. Se le aumentaron 5 preguntas al cuestionario, relacionadas con la investigación de necesidades e intereses de los alumnos, maestros y directores, que tienen de las actividades físicas dentro de la Universidad Anahuac. Estos son las preguntas:

Me gustaría que en la Universidad Anahuac impartieran un programa deportivo como parte de mi formación integral.

Me gustaría que fuera obligatorio el programa deportivo dentro de la Universidad Anahuac.

- a. Para todos los semestres.  
b. Para algunos semestres. Cuáles?

Conozco las actividades deportivas que se llevan a cabo en la Universidad Anahuac. ¿Cuáles conoce?

Asisto con frecuencia a las actividades deportivas de la Universidad Anahuac.

¿Qué instalaciones deportivas te gustaría que se construyeran en la Universidad Anahuac y para qué deportes? Menciona 3 en orden de importancia de mayor a menor.

3. Se piloteó el cuestionario en español con sujetos que se eligieron al azar. Los sujetos eran gente que pertenecían y que no pertenecían a la institución. Los que eran deportistas obtuvieron puntajes altos y los que no, obtuvieron puntajes mas bajos en todas las subescalas. Todos mencionaron que el cuestionario era claro y fácil de contestar. No sugirieron cambios en el mismo.

4. Las instrucciones que se les dieron fueron las siguientes: Se les pidió que llenaran los datos personales que estan en la primera hoja de las hojas de respuesta del cuestionario. Los datos que se les pidieron son:

Fecha: \_\_\_\_\_

Sexo: Masculino \_\_\_\_\_ Femenino \_\_\_\_\_

Status: Alumno \_\_\_\_\_ Maestro \_\_\_\_\_ Director \_\_\_\_\_

Promedio Académico: \_\_\_\_\_

Semestre que Curso: \_\_\_\_\_

Carrera: \_\_\_\_\_

¿Practica Algún Deporte?: Sí \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_

¿Qué Deporte?: \_\_\_\_\_

¿Cuántas Horas a la Semana?: \_\_\_\_\_

También se les pidió que leyeran cuidadosamente las instrucciones siguientes que se encuentran en la primera hoja del inventario:

**INSTRUCCIONES:** Lea cada enunciado cuidadosamente. Después en la hoja de respuestas, ponga una cruz en el espacio que describe precisamente como se siente. No hay respuestas correctas o incorrectas para los enunciados de este inventario, ya que nadie sabe mejor que usted como se siente acerca de la actividad física. Esta es la escala de respuestas:

Totalmente de Acuerdo: TA  
De acuerdo: A  
Indeciso: I  
Desacuerdo: D  
Totalmente Desacuerdo: TD

5. Dos jueces calificaron los resultados con unas plantillas que se elaboraron para cada subescala. Sumaron los puntajes de cada subescala por separado y compararon los resultados para que fueran iguales. Así se calificaron los ítems del inventario:

Las preguntas afirmativas se calificaron así:

Totalmente de Acuerdo: 5 puntos  
De acuerdo: 4 puntos  
Indeciso: 3 puntos  
Desacuerdo: 2 puntos  
Totalmente Desacuerdo: 1 punto

Las preguntas negativas o las negaciones se calificaron así:

Totalmente de Acuerdo: 1 punto  
De acuerdo: 2 puntos  
Indeciso: 3 puntos  
Desacuerdo: 4 puntos  
Totalmente Desacuerdo: 5 puntos

Para poder comparar los puntajes de los hombres con los de las mujeres, se obtuvieron puntajes proporcionales entre estos. Se sumó el total de la calificación de cada subescala, de ambos sexos y se sacó la equivalencia con una regla de tres. De este modo se pudieron analizar los datos de cada subescala comparando los de hombres con los de mujeres.

6. Al tener los puntajes checados por los jueces, se codificaron los datos personales de cada sujeto, los puntajes totales de las 6 subescalas, y los respuestas de las preguntas relacionadas con la Universidad Anahuac, para realizar el análisis estadístico.

### 3. RESULTADOS:

#### 3.1 ANALISIS ESTADISTICO:

Se realizaron varios Análisis Factoriales de Varianza analizando los efectos del sexo, de la carrera (alumnos, maestros y directores), y del semestre (alumnos) en cada una de las seis subescalas del Inventario. Adicionalmente, se analizó en los alumnos los efectos del sexo y de que si practican o no el deporte, en cada una de las seis subescalas. Los puntajes extremos de cada subescala son:

- Escala Ascética: Puntajes: Bajos: 12  
Altos: 60
- Escala Vertiginosa: Puntajes: Bajos: 10  
Altos: 50
- Escala Estética: Puntajes: Bajos: 10  
Altos: 50
- Escala de Catarsis: Puntajes: Bajos: 10  
Altos: 50
- Escala Social: Puntajes: Bajos: 10  
Altos: 50
- Escala de Salud: Puntajes: Bajos: 6  
Altos: 30

**Note:** Cuando se enuncia que no se encontraron diferencias significativas es porque el nivel de significancia es mayor que .05: ( $p > .05$ ).

Para facilitar la interpretación de los resultados de los Análisis Factoriales de Varianza, se realizaron unas tablas que muestran claramente los mismos. (Ver tablas #1-#7 en el Apéndice II, de la página 83-97).

-- Primero se mencionaron los resultados del análisis que se realizó con los datos de los alumnos, con todas las carreras menos la de Ingeniería, Ingeniería Civil, Medicina y Psicología para ver el efecto de la carrera y del sexo sobre cada una de las 6 subescalas. Estas carreras no se incluyeron en el análisis porque no tienen un número proporcional de hombres y mujeres, porque no tienen hombres o porque no tienen mujeres. Además la carrera de Medicina no se incluyó porque solamente participaron alumnos de primero y tercer semestre. (Ver tabla #1 del Apéndice II, pag. 83).

Con respecto a la escala ascética:

- Se encontraron diferencias significativas debidas a la carrera  $F(11,374) = 1.95 p_{\leq} .032$ . Siendo los alumnos de Contaduría quienes obtuvieron puntajes mas altos y los de Diseño Industrial los más bajos. (Ver tabla #1.1 del Apéndice #II, pag. 84).

- No se encontraron diferencias significativas debidas al sexo, ni se encontró ninguna interacción entre los efectos de la carrera y del sexo.

Con respecto a la escala vertiginosa:

- No se encontraron diferencias significativas debidas a la carrera.

- Se encontraron diferencias significativas debidas al sexo

$F(1, 374) = 24.41$   $p_{\leq} .000$ . Siendo los hombres quienes obtuvieron puntajes significativamente más altos. Estos fueron las medias: Hombres = 35.62; y Mujeres = 30.129.

- Se observó una interacción entre el efecto de la carrera y el sexo

$F(11, 374) = 2.21$   $p_{\leq} .0134$ . Siendo en las carreras de Actuaría, Contaduría, Administración Educativa y Turismo, en las que los hombres obtuvieron puntajes significativamente más favorables que las mujeres (Ver tabla #1.2 del Apéndice #11, pag. 85).

Con respecto a la escala estética:

- No se observaron diferencias significativas debidas a la carrera.

- Se encontraron diferencias significativas debidas al sexo  $F(1, 374) = 23.73$   $p_{\leq} .000$ . Siendo las mujeres quienes obtuvieron puntajes significativamente mas altos. Estos fueron las medias: Hombres: 30.30; y Mujeres: 34.99.

- Se observó una interacción del efecto de la carrera y del sexo

$F(11, 374) = 1.78$   $p_{\leq} .050$ . Siendo las carreras de Administración, Diseño Industrial, Diseño Gráfico, Derecho, y Administración Educativa en las que las mujeres obtuvieron puntajes significativamente mas altos que los hombres (Ver tabla #1.3 del Apéndice #11, pag. 86).

Con respecto a la escala de catarsis:

- Se encontraron diferencias significativas debidas a la carrera

$F(11, 374) = 2.02$   $p_{\leq} .026$ . Siendo los alumnos de la carrera de Administración Educativa los que obtuvieron los puntajes mas altos y los de la carrera de Actuaría los más bajos (Ver tabla #1.4 del Apéndice #11, pag. 87).

- No se encontraron diferencias significativas debidas al sexo, ni se encontró ninguna interacción entre los efectos de la carrera y del sexo.

Con respecto a la escala social:

- No se encontró ninguna diferencia significativa debida a la carrera ni al sexo. Tampoco se encontró ninguna interacción de los efectos de la carrera y del sexo.

Con respecto a la escala de salud:

- No se encontraron diferencias significativas debidas a la carrera.

- Se encontraron diferencias significativas debidas al sexo

$F(1,374) = 5.05$   $p \leq .024$ . Siendo los hombres los que obtuvieron los puntajes mas altos. Estos son los medios: Hombres: 22.73; Mujeres: 21.56.

- No se encontró ninguna interacción de los efectos de la carrera y del sexo.

-- El siguiente análisis que se llevó a cabo incluyó todos los datos de la investigación, observándose diferencias significativas debidas al sexo y al semestre en cada una de las 6 subescalas. Pero, aqui hay que tomar en cuenta que solamente a los alumnos de la carrera de Medicina se le aplicaron los cuestionarios en primero y tercer semestres, debido a que los alumnos de semestres posteriores no asisten a la Universidad. (Ver tabla #2 del Apéndice II, pag. 88).

Con respecto a la escala ascética:

- No se encontraron diferencias significativas debidas al sexo, ni al semestre, ni se encontró ninguna interacción entre los efectos del sexo y del semestre.

Con respecto a la escala vertiginosa:

- Se encontraron diferencias significativas debidas al sexo  $F(1, 492) = 7.153$   $p \leq .008$ . Siendo los hombres quienes obtuvieron puntajes significativamente más altos que las mujeres. Estos fueron los medios: Hombres: 33.02; Mujeres: 29.70

- No se encontraron diferencias significativas debidas al semestre, ni se encontró ninguna interacción entre los efectos del sexo y del semestre.

En cuanto a la escala estética:

- Se encontraron diferencias significativas debidas al sexo  $F(1, 492) = 23.59$   $p \leq .000$ . Siendo las mujeres las que obtuvieron los puntajes significativamente mas altos. Estas fueron los medios: Hombres: 29.90; y Mujeres: 35.01.

- No se encontraron diferencias significativas debidas al semestre.

- Se observó una interacción del efecto del sexo y del semestre  $F(3, 492) = 4.211$   $p \leq .006$ . En lo que respecta a las mujeres, el semestre que presentó la media mas alta fué el 3º: 36.39; seguido por el 1º: 35.92; por el 5º: 34.10; y por último por 7º y 9º semestres: 33.64. En cuanto a los hombres, el semestre que presentó la media más alta fué el 5º: 32.11; seguido por 7º y 9º : 30.27; por 1º: 29.64; y por último por el 3º con una media de 27.58. Se observó que en esta escala las mujeres obtuvieron

puntajes más altos en los primeros semestres y los más bajos en los últimos semestres, a diferencia de los hombres que obtuvieron los puntajes más altos en los últimos semestres y los más bajos en los primeros.

En cuanto a la escala de catarsis:

- Se encontraron diferencias significativas debidas al sexo  $F(1, 492) = 5.006$   $p \leq .024$ . Siendo las mujeres las que obtuvieron puntajes significativamente mas altos que los hombres. Estas son las medias: Hombres: 32.83; Mujeres: 34.90.
- No se encontraron diferencias significativas debidas al semestre.
- Se observó una interacción del efecto del sexo y del semestre  $F(3, 492) = 3.154$   $p \leq .024$ . En lo que respecta a las mujeres, el semestre en el que se obtuvieron las medias más altas fué en 3º: 36.78; seguido por 1º: 35.19; por 5º: 34.53; y por 7º y 9º: 33.11. En cuanto a los hombres, las medias más altas se obtuvieron en 5º: 35.17; seguido por el 7º y 9º con una media de 33.24; por 1º: 33.20; y por último por 3º: 29.71. Se observó en esta escala la misma relación que en la escala estética, la escala anterior. Se observó que las mujeres obtuvieron los puntajes más altos en los primeros semestres y los más altos en los últimos a diferencia de los hombres, en los que los puntajes más altos se observaron en los últimos semestres y los más bajos en los primeros.

En cuanto a la escala social:

- No se encontraron diferencias significativas debidas al sexo o al semestre, ni se encontró ningún efecto de la interacción del sexo y del semestre.

En cuanto a la escala de salud:

- No se encontraron diferencias significativas debidas al sexo o al semestre, ni se encontró ningún efecto de la interacción del sexo y del semestre.

-- El siguiente análisis se realizó solamente con la carrera de Medicina tratando de observar si hubo diferencias significativas debidas al sexo y al semestre o a una interacción de estos. (Ver tabla #3 del Apéndice II, pag. 89).

En cuanto a la escala ascética:

- No se encontraron diferencias significativas debidas al sexo o al semestre, ni se encontró ningún efecto de la interacción del sexo y del semestre.

En cuanto a la escala vertiginosa:

- No se encontraron diferencias significativas debidas al sexo o al semestre, ni se encontró ningún efecto de la interacción del sexo y del semestre.

En cuanto a la escala estética:

- Se encontraron diferencias significativas debidas al sexo  $F(1,22) = 61.79$   $p \leq .000$ . Siendo las mujeres las que obtuvieron medias mas altas que los hombres. Estas fueron las medias: Hombres: 30.38; y Mujeres: 38.61.

- Se encontraron diferencias significativas debidas al semestre  $F(1,22) = 23.06$   $p \leq .0002$ . Siendo los alumnos de primer semestre los que tienen el puntaje más alto con una media de 37, seguidos por los alumnos de tercer semestre con una media de 31.98.

- No se encontró ningún efecto en la interacción del sexo y del semestre.

En cuanto a la escala de catarsis:

- Se encontraron diferencias significativas debidas al sexo  $F(1,22) = 13.13$   $p \leq .002$ . Siendo las mujeres las que obtuvieron medias mas altas que los hombres. Estas fueron las medias: Hombres: 30.45; y Mujeres: 36.96.

- No se encontraron diferencias significativas debidas al semestre, ni se observaron efectos de la interacción del sexo y del semestre.

En cuanto a la escala social:

- No se encontraron diferencias significativas debidas al sexo ni debidas al semestre.

- No se encontraron diferencias significativas debidas a la interacción del sexo y del semestre.

En cuanto a la escala de salud:

- No se encontraron diferencias significativas debidas al sexo o al semestre, ni se encontró ningún efecto de la interacción del sexo y del semestre.

-- El siguiente análisis se realizó con las carreras de Ingeniería, Ingeniería Civil y Psicología para analizar el efecto del semestre en estos. Este análisis se realizó con la finalidad de poder hacer comparaciones con las 3 carreras que no tienen en la muestra de esta investigación, suficientes sujetos de ambos sexos. En Ingeniería Civil son todos hombres, en Ingeniería son dos mujeres y los demás son hombres y en Psicología es un hombre y los demás son mujeres. (Ver tabla #4 del Apéndice II, pag. 90).

**En cuanto a la escala escática:**

- No se encontraron diferencias significativas debidas a la carrera o al semestre, ni se encontró ningún efecto de la interacción de la carrera y del semestre.

**En cuanto a la escala vertiginosa:**

- Se encontraron diferencias significativas debidas a la carrera  $F(2,67) = 14.47$   $p < .000$ . Siendo los alumnos de la carrera de Ingeniería los que obtuvieron los puntajes más altos con una media de 36.26, seguidos por los alumnos de la carrera de Ingeniería Civil con una media de 35.22 y por los de Psicología con una media de 27.28

- No se encontraron diferencias significativas debidas al semestre, ni se encontró ningún efecto de la interacción de la carrera y del semestre.

**En cuanto a la escala estética:**

- No se encontraron diferencias significativas debidas a la carrera o al semestre, ni se encontró ningún efecto de la interacción de la carrera y del semestre.

**En cuanto a la escala de colarsis:**

- No se encontraron diferencias significativas debidas a la carrera o al semestre, ni se encontró ningún efecto de la interacción de la carrera y del semestre.

**En cuanto a la escala social:**

- Se encontraron diferencias significativas debidas a la carrera  $F(2, 67) = 6.51$   $p < .003$ . Siendo la carrera de Ingeniería la que obtuvo los puntajes más altos: 35.17, seguidos de Ingeniería Civil con una media de 34.67; y por último Psicología con una media de 30.07.

- No se encontraron diferencias significativas debidas al semestre, ni se observó ningún efecto de la interacción de carrera y semestre.

**En cuanto a la escala de salud:**

- No se encontraron diferencias significativas debidas a la carrera.

- No se encontraron diferencias significativas debidas al semestre, ni se observó ningún efecto de la interacción de carrera y semestre.

-- El siguiente análisis que se llevó a cabo incluyó todos los datos de la investigación, menos los de Medicina y se observaron diferencias significativas debidas a la carrera y al semestre en cada una de las 6 subescalas. No se tomaron en cuenta los alumnos de Medicina porque a ellos se les aplicó solamente en primero y tercer semestres. (Ver tabla # 5

del Apéndice II, pag. 91).

Con respecto a la escala escéptica:

- No se encontraron diferencias significativas debidas a la carrera ni debidas al semestre.
- Se encontró una interacción de los efectos de la carrera y del semestre  $F(28, 429) = 1.832 p_{<.007}$ . En la carrera de Diseño Industrial los puntajes incrementaron según iba progresando el semestre: 1º: 30.1; 5º: 33.0; y 7º: 40.0. En la carrera de Actuaría se observó que los puntajes iban decreciendo conforme el semestre progresaba: 1º: 47.5; 5º: 39.88; y 7º: 38.0. En la carrera de Diseño Gráfico los puntajes incrementaron y decrecieron conforme el semestre progresaba: 1º: 41.93; 5º: 44.31; y 7º: 36.83. En la carrera de Psicología los puntajes decrecieron e incrementaron según fué progresando el semestre: 1º: 41.55; 5º: 35.57; y 9º: 40.69. Una de las carreras que obtuvo puntajes estables fué la de Informática: 1º: 41.57; 5º: 40.56; y 7º: 40.0. (Ver tabla #5.1 del Apéndice #II, pag. 92).

En cuanto a la escala vertiginosa:

- Se encontraron diferencias significativas debidas a la carrera  $F(14, 429) = 2.432 p_{<.003}$ . Siendo la carrera de Diseño Industrial la que obtuvo la media más alta: 37.9 y la carrera de Psicología la que obtuvo la media más baja: 27.28. (Ver tabla #5.2 del Apéndice #II, pag. 93).
- No se observó ninguna diferencia significativa debida al semestre.
- No se observó ninguna interacción debida a los efectos de la carrera y del semestre.

En cuanto a la escala estética:

- Se encontraron diferencias significativas debidas a la carrera  $F(14, 429) = 2.822 p_{<.0007}$ . Siendo la carrera de CC la carrera que obtuvo el puntaje más alto: 34.31 y la carrera de Ingeniería la que obtuvo el puntaje más bajo: 29.9. (Ver tabla #5.3 del Apéndice #II, pag. 94).
- No se encontraron diferencias significativas debidas al semestre.
- No se encontró ninguna interacción de los efectos de la carrera y del semestre.

En cuanto a la escala de catarsis:

- No se encontraron diferencias significativas debidas a la carrera.
- No se encontraron diferencias significativas debidas al semestre.
- No se encontró ninguna interacción de los efectos de la carrera y del semestre.

En cuanto a la escala social:

- Se encontraron diferencias significativas debidas a la carrera  $F(14,429) = 2.054 p_{\leq} .013$ . Siendo la carrera de Actuaria la que obtuvo el puntaje más alto: 36.88 y Economía el puntaje más bajo: 29.9. (Ver tabla #5.4 del Apéndice #II, pag. 95).
- No se encontraron diferencias significativas debidas al semestre.
- Se encontraron diferencias significativas debidas a la interacción entre la carrera y el semestre  $F(28,429) = 2.456 p_{\leq} .0002$ . En la carrera de Ingeniería Civil, los puntajes incrementaron según iba progresando el semestre: 1º: 33.0; 5º: 34.0; y 7º: 37.0. En la carrera de Informática los puntajes iban decreciendo conforme el semestre progresaba: 1º: 36.0; 5º: 33.5; y 7º: 28.8. En la carrera de Diseño Gráfico los puntajes incrementaron y decrecieron: 1º: 32.2; 5º: 39.0; y 7º: 30.6. La carrera de Psicología fué una de las carreras en la que los puntajes decrecieron e incrementaron: 1º: 30.8; 5º: 29.1; y 9º: 31.1. (Ver tabla #5.4 del Apéndice #II, pag. 95).

En cuanto a la escala de salud:

- No se encontraron diferencias significativas debidas a la carrera.
- No se encontraron diferencias significativas debidas al semestre.
- No se encontró ninguna interacción de los efectos de la carrera y del semestre.

-- Se realizó un análisis en el que se observaron los efectos del sexo y de que si practican o no deporte los alumnos de la Universidad Anahuac, en cada una de las 6 subescalas. Los datos que se utilizaron para este análisis fueron los de todos los alumnos. (Ver tabla #6 del Apéndice II, pag. 96).

En cuanto a la escala escética:

- Se encontraron diferencias significativas debidas al sexo  $F(1,496) = 282.850 p_{\leq} .000$ . Siendo los hombres los que obtuvieron los puntajes más altos.
- Se encontraron diferencias significativas debidas a la práctica del deporte  $F(1,496) = 39.39 p_{\leq} .000$ . Siendo los que practican el deporte los que obtuvieron los puntajes más altos.
- Se encontraron diferencias significativas en la interacción de los efectos del sexo y de los que practican el deporte  $F(1,496) = 12.48 p_{\leq} .001$ . El efecto de practicar un deporte es especialmente notorio en los hombres.

En cuanto a la escala vertiginosa:

- Se encontraron diferencias significativas debidas al sexo  $F(1,496) = 14.33 p_{\leq} .000$ . Siendo los hombres los que obtuvieron los puntajes más altos.
- Se encontraron diferencias significativas debidas a la práctica del deporte  $F(1,496) = 16.073 p_{\leq} .000$ . Siendo los que practican el deporte los que obtuvieron los puntajes más altos.
- No se encontró ninguna diferencia significativa en la interacción de los efectos del sexo y de los que practican el deporte.

En cuanto a la escala estética:

- Se encontraron diferencias significativas debidas al sexo  $F(1,496) = 4.64 p_{\leq} .030$ . Siendo las mujeres las que obtuvieron los puntajes más altos.
- No se encontraron diferencias significativas debidas a la práctica del deporte.
- No se encontró ninguna diferencia significativa en la interacción de los efectos del sexo y de los que practican el deporte.

En cuanto a la escala de catarsis:

- Se encontraron diferencias significativas debidas al sexo  $F(1,496) = 195.202 p_{\leq} .000$ . Siendo los hombres los que obtuvieron los puntajes más altos.
- Se encontraron diferencias significativas debidas a la práctica del deporte  $F(1,496) = 34.83 p_{\leq} .000$ . Siendo los que practican el deporte los que obtuvieron los puntajes más altos.
- Se encontraron diferencias significativas en la interacción de los efectos del sexo y de los que practican el deporte  $F(1,496) = 10.66 p_{\leq} .002$ . El efecto de practicar un deporte es especialmente notorio en los hombres.

En cuanto a la escala social:

- Se encontraron diferencias significativas debidas al sexo  $F(1,496) = 40.70 p_{\leq} .000$ . Siendo los hombres los que obtuvieron los puntajes más altos.
- Se encontraron diferencias significativas debidas a la práctica del deporte  $F(1,496) = 4.75 p_{\leq} .028$ . Siendo los que practican el deporte los que obtuvieron los puntajes más altos.
- No se encontró ninguna diferencia significativa en la interacción de los efectos del sexo y de los que practican el deporte.

En cuanto a la escala de salud:

- Se encontraron diferencias significativas debidas al sexo  $F(1,496) = 984.88 p_{\leq} .000$ . Siendo las mujeres las que obtuvieron los puntajes más

altos.

- Se encontraron diferencias significativas debidas a la práctica del deporte  $F(1,496) = 20.78 p_{\leq} .000$ . Siendo los que practican el deporte los que obtuvieron los puntajes más altos.
- No se encontró ninguna diferencia significativa en la interacción de los efectos del sexo y de los que practican el deporte.

-- El siguiente análisis se realizó con los datos de los maestros y directores. Se observaron los efectos de la carrera y del sexo con los datos de todas las carreras. (Ver tabla #7 del Apéndice II, pag. 97).

En cuanto a la escala ascética:

- No se encontraron diferencias significativas debidas a la carrera.
- No se encontraron diferencias significativas debidas al sexo.
- No se encontró ninguna interacción de los efectos de la carrera y del sexo.

En cuanto a la escala vertiginosa:

- No se encontraron diferencias significativas debidas a la carrera.
- No se encontraron diferencias significativas debidas al sexo.
- No se encontró ninguna interacción de los efectos de la carrera y del sexo.

En cuanto a la escala estética:

- No se encontraron diferencias significativas debidas a la carrera.
- No se encontraron diferencias significativas debidas al sexo.
- No se encontró ninguna interacción de los efectos de la carrera y del sexo.

En cuanto a la escala de catarsis:

- No se encontraron diferencias significativas debidas a la carrera.
- No se encontraron diferencias significativas debidas al sexo.
- No se encontró ninguna interacción de los efectos de la carrera y del sexo.

En cuanto a la escala social:

- No se encontraron diferencias significativas debidas a la carrera.
- Se encontraron diferencias significativas debidas al sexo  $F(1,71) = 117.497 p_{\leq} .050$ . Siendo los hombres los que obtuvieron los puntajes más altos que los mujeres. Estas son las medias: Hombres: 33.14; y Mujeres: 30.78.
- No se encontró ninguna interacción de los efectos de la carrera y del sexo.

En cuanto a la escala de salud:

- No se encontraron diferencias significativas debidas a la carrera.
- No se encontraron diferencias significativas debidas al sexo.
- No se encontró ninguna interacción de los efectos de la carrera y del sexo.

-- Se analizaron los datos de los maestros, sin tomar en cuenta los datos de los directores, analizando el efecto de la carrera. No se encontraron diferencias significativas debidas a la carrera en ninguna de las 6 subescalas del inventario.

-- Se analizaron los datos de las maestras y directoras, analizando el efecto de la carrera. Solamente se tomaron datos de mujeres. No se encontró ningún efecto significativo en ninguna de las 6 subescalas.

-- Se analizaron los datos de los maestros y directores, analizando el efecto de la carrera. Solamente se tomaron datos de los hombres. No se encontró ningún efecto significativo debido a la carrera en ninguna de las 6 subescalas.

-- Se realizaron varios análisis de frecuencia para analizar las respuestas de los alumnos en las preguntas adicionales a las 6 subescalas. A continuación se presentará la pregunta y los resultados que se obtuvieron.

Pregunta: ¿Practico Algún Deporte?:

- Se encontraron diferencias significativas en la proporción de alumnos que practican algún deporte dependiendo de su sexo,  $\chi^2_1 = 26.55$   $p \leq .05$ . Siendo los hombres quienes con mayor frecuencia manifestaron practicar un deporte.

- No se encontraron diferencias significativas en la proporción de alumnos que practicaban algún deporte dependiendo del semestre que cursaban,  $\chi^2_4 = 1.63$   $p \geq .05$ .

- Se encontraron diferencias significativas en la proporción de alumnos que practicaban algún deporte dependiendo de la carrera que estudiaban  $\chi^2_{15} = 45.33$   $p \leq .05$ . Siendo los alumnos de la carrera de Administración, los que con mayor frecuencia manifestaron practicar un deporte. Los alumnos de CC manifestaron con la menor frecuencia que practicaban el deporte. Obtuvieron los puntajes más altos respondiendo que NO practicaban el deporte.

Pregunta: Me gustaría que la Universidad Anahuac impartiera un programa deportivo como parte de mi formación integral.

- Se encontraron diferencias significativas en la proporción de alumnos que manifestaron el deseo de que se impartiera un programa deportivo como parte de su formación integral, dependiendo del semestre que cursaban,  $\chi^2_4 = 10.32$   $p \leq .05$ . Siendo los alumnos de séptimo y noveno semestres quienes con mayor frecuencia manifestaron el deseo de que se impartiera este programa.

- No se encontraron diferencias significativas en la proporción de alumnos que manifestaron el deseo de que se impartiera un programa deportivo como parte de su formación integral, dependiendo de su sexo,  $\chi^2_1 = 1.58$   $p \geq .05$ .

Pregunta: Me gustaría que fuera obligatorio el programa deportivo dentro de la Universidad Anahuac. a. ¿Para todos los semestres? b. ¿Para algunos semestres? ¿Cuáles?

- No se encontraron diferencias significativas en la proporción de alumnos que manifestaron que el programa deportivo que se impartiera fuera obligatorio, dependiendo del semestre que cursaban,  $\chi^2_4 = 3.805$   $p \leq .05$ .

- Se encontraron diferencias significativas en la proporción de alumnos que manifestaron que el programa deportivo que se impartiera fuera obligatorio, dependiendo de su sexo,  $\chi^2_1 = 4.964$   $p \leq .05$ . Siendo los hombres quienes con mayor frecuencia manifestaron que el programa deportivo fuera obligatorio. Estos fueron los porcentajes: Hombres: 63.40% y Mujeres: 53.62%.

- Se encontraron diferencias significativas en la proporción de alumnos que pidieron que el programa deportivo que se impartiera fuera obligatorio, dependiendo de la carrera que cursaban,  $\chi^2_{15} = 29.68$   $p \leq .05$ . Siendo los alumnos de las carreras de CC y de Informática los que con mayor frecuencia manifestaron el deseo de que el programa deportivo que se impartiera fuera obligatorio, y los de Administración los que manifestaron con mayor frecuencia lo contrario.

- No se encontraron diferencias significativas en la proporción de alumnos que manifestaron que el programa deportivo que se impartiera fuera obligatorio para todos los semestres, dependiendo de su sexo,  $\chi^2_1 = 2.68$   $p \leq .05$ .

- Se encontraron diferencias significativas en la proporción de alumnos que manifestaron que el programa deportivo que se impartiera fuera obligatorio para todos los semestres, dependiendo de la carrera que cursaban  $\chi^2_{15} = 25.98$   $p \leq .05$ . Siendo los alumnos de la carrera de Administración los que manifestaron con menor frecuencia el deseo de que se impartiera este programa obligatorio para todos los semestres, seguidos por los alumnos de CC.

- Se encontraron diferencias significativas en la proporción de alumnos que manifestaron que el programa deportivo que se impartiera fuera solamente para algunos semestres, dependiendo de su sexo  $\chi^2_1 = 4.69$   $p \leq .05$ . Siendo los hombres los que manifestaron con mayor frecuencia esto.

Pregunta: Conozco las actividades deportivas que se llevan a cabo en la Universidad Anahuac. ¿Cuáles conoce?

- No se encontraron diferencias significativas en la proporción de alumnos que manifestaron conocer las actividades deportivas que se llevan a cabo

en la Universidad Anahuac, dependiendo del semestre que cursaban  $\chi^2_4 = 4.73$   $p \geq .05$ .

- No se encontraron diferencias significativas en la proporción de alumnos que manifestaron conocer las actividades deportivas que se llevan a cabo en la Universidad Anahuac, dependiendo de su sexo  $\chi^2_1 = 9.74$   $p \geq .05$ .

- Se encontraron diferencias significativas en la proporción de alumnos que manifestaron conocer las actividades deportivas que se llevan a cabo en la Universidad Anahuac, dependiendo de la carrera que cursaban  $\chi^2_{15} = 55.49$   $p \leq .05$ . Siendo los alumnos de la carrera de Administración, seguidos por los de CC, los que manifestaron con mayor frecuencia que conocían las actividades deportivas que se impartían en la institución, y los de la carrera de Derecho, los que manifestaron con menor frecuencia esto.

**Pregunta:** Asisto con frecuencia a las actividades deportivas de la Universidad Anahuac.

- No se encontraron diferencias significativas en la proporción de alumnos que asisten con frecuencia a las actividades deportivas que se imparten en la Universidad, dependiendo del semestre que cursaban  $\chi^2_4 = 6.13$   $p \geq .05$ .

- Se encontraron diferencias significativas en la proporción de alumnos que asisten con frecuencia a las actividades deportivas que se imparten en la Universidad, dependiendo de su sexo  $\chi^2_1 = 19.35$   $p \leq .05$ . Siendo los hombres quienes con mayor frecuencia manifestaron asistir a las actividades.

**Pregunta:** ¿Qué instalaciones te gustaría que se construyeran en la Universidad Anahuac y para qué deportes? Menciona 3 en orden de importancia de mayor a menor.

- No se encontraron diferencias significativas en la proporción de alumnos que manifestaron la necesidad de construir en la Universidad instalaciones deportivas, dependiendo del semestre que cursaban  $\chi^2_4 = 3.38$   $p \geq .05$ .

- No se encontraron diferencias significativas en la proporción de alumnos que manifestaron la necesidad de construir en la Universidad instalaciones deportivas, dependiendo de su sexo  $\chi^2_1 = .01$   $p \geq .05$ .

-- Se realizaron varios análisis de frecuencia para analizar las respuestas de los maestros y directores en las preguntas adicionales a las 6 subescalas. A continuación se presentará la pregunta y los resultados que se obtuvieron.

Pregunta: ¿Practica Algún Deporte?:

- No se encontraron diferencias significativas en la proporción de maestros y directores que practicaban algún deporte dependiendo del semestre que cursaban,  $\chi^2_1 = 3.16$   $p \geq .05$ .

Pregunta: Me gustaría que la Universidad Anahuac impartiera un programa deportivo como parte de mi formación integral.

- No se encontraron diferencias significativas en la proporción de maestros y directores que manifestaron el deseo de que se impartiera un programa deportivo como parte de la formación integral del alumno, dependiendo de su sexo,  $\chi^2_1 = .004$   $p \geq .05$ .

Pregunta: Me gustaría que fuera obligatorio el programa deportivo dentro de la Universidad Anahuac. a. ¿Para todos los semestres? b. ¿Para algunos semestres? ¿Cuáles?

- Se encontraron diferencias significativas en la proporción de maestros y directores que manifestaron que el programa deportivo que se impartiera fuera obligatorio, dependiendo de su sexo  $\chi^2_1 = 4.81$   $p \leq .05$ . El 73.77% de los hombres fueron los que manifestaron con mayor frecuencia esto, a diferencia de el 57.14% de las mujeres.

- No se encontraron diferencias significativas en la proporción de maestros y directores que manifestaron que el programa deportivo que se impartiera fuera obligatorio para todos los semestres, dependiendo de su sexo  $\chi^2_1 = .00$   $p \geq .05$ .

- No se encontraron diferencias significativas en la proporción de maestros y directores que manifestaron que el programa deportivo que se impartiera fuera obligatorio para algunos semestres, dependiendo de su sexo  $\chi^2_1 = .82$   $p \geq .05$ .

Pregunta: Conozco las actividades deportivas que se llevan a cabo en la Universidad Anahuac; ¿Cuáles conoce?

- No se encontraron diferencias significativas en la proporción de maestros y directores que manifestaron conocer las actividades deportivas que se llevan a cabo en la Universidad Anahuac, dependiendo de su sexo  $\chi^2_1 = 1.06$   $p \geq .05$ .

Pregunta: Asisto con frecuencia a las actividades deportivas de la Universidad Anahuac.

- Se encontraron diferencias significativas en la proporción de maestros y directores que asisten con frecuencia a las actividades deportivas que se imparten en la Universidad, dependiendo de su sexo  $\chi^2_1 = 5.12$   $p \leq .05$ .  
Siendo los hombres quienes con mayor frecuencia manifestaron asistir a estas actividades.

Pregunta: ¿Qué instalaciones te gustaría que se construyeran en la Universidad Anahuac y para qué deportes? Menciona 3 en orden de importancia de mayor a menor.

- No se encontraron diferencias significativas en la proporción de maestros y directores que manifestaron la necesidad de construir en la Universidad instalaciones deportivas, dependiendo de su sexo  $\chi^2_1 = .14$   $p \geq .05$ .

### 3.2 ESTADÍSTICA DESCRIPTIVA: RESULTADOS ADICIONALES:

Según los resultados obtenidos de las preguntas que se le aumentaron al inventario, las cuales investigan las necesidades e intereses que tienen acerca de las actividades físicas los alumnos, maestros y directores, se concluyó lo siguiente:

- De los alumnos, el 19% practican el Tenis y el 12% el Fútbol Soccer. El Fútbol Americano lo practican solamente un 3.2% de los alumnos muestreados (Ver tabla #8 del Apéndice II, pag. 98).
- De los maestros y directores, el 12.6% practican la Natación y el 11.7% la Gimnasia, siendo ambos deportes los que más practican los encuestados. (Ver tabla #9 del Apéndice II, pag. 99).
- De los alumnos, el 78% manifestaron el deseo de tener el deporte como parte de su formación integral dentro de la Universidad Ahoahuac.
- De los maestros y directores el 88.4% opinó que se debe de incluir un programa deportivo como parte del desarrollo integral del individuo en la Universidad Ahoahuac.
- De los alumnos, el 18% opinan que se debería de impartir el deporte obligatorio de primero a quinto semestres. El 2.8% opinó que se debe de impartir opcionalmente y no obligatoriamente (Ver tabla #10 del Apéndice II, pag. 100).
- El 10.5% de los maestros y directores opinan que se debería de impartir el deporte obligatorio de primero a quinto semestres. El 1.94% opinó que se debe de impartir opcionalmente y no obligatoriamente y el 0.97% opinó que se le debe de impartir el deporte obligatorio a alumnos y a maestros. (Ver tabla #11 del Apéndice II, pag. 101).
- El 54.40% de los alumnos manifestaron conocer las actividades deportivas que se llevan a cabo en la institución, siendo el deporte que más conocen, el Fútbol Americano (62.2%), y después el Fútbol Soccer (59.2%). Manifestaron conocer dos deportes que no existen y nunca han existido en la Universidad. Estos deportes son el Rugby (0.4%) y la Natación (0.2%). (Ver tabla #12 del Apéndice II, pag. 102).
- Las actividades físicas que los maestros y directores conocen más son el Fútbol Americano (54.4%), y el Fútbol Soccer (49.5%). Manifestaron conocer la Natación (0.97%), como una actividad física que se lleve a

cajo en la institución, pero esto no es así. (Ver tabla # 13 del Apéndice II, pag. 103).

- El 71% de la muestra de los alumnos desean que se construya un gimnasio múltiple y una alberca. El 51% desean que se construyan unas canchas de tenis. (Ver tabla # 14 del Apéndice II, pag. 104).

- Los deportes que los alumnos desean practicar en las instalaciones que se construyen son la Natación (13.6%), los Aerobics (9%), y el Basketball (7%). (Ver tabla # 14.1 del Apéndice II, pag. 105).

- El 84.5% de los maestros y directores desean que se construya en la Universidad, un gimnasio múltiple. El 72.8% desean que se construya una alberca y el 38.8% desean que se construyan unas canchas de tenis. (Ver tabla # 15 del Apéndice II, pag. 106).

- Los deportes que los maestros y directores desean tener más en las instalaciones que se construyan son el Volleyball (9.7%), la Natación (8.7%) y el Basketball (8.7%). (Ver tabla # 15.1 del Apéndice II, pag. 107).

#### 4. DISCUSION Y RECOMENDACIONES:

A continuación se presenta una interpretación de los resultados obtenidos en este estudio en base a los datos obtenidos por investigaciones previas. A su vez se presentan algunas recomendaciones útiles para el diseño de una campaña pro-deporte dentro de la Universidad Anahuac y para la toma de decisiones respecto a las instalaciones deportivas dentro del campus universitario.

Al analizar la actitud de los alumnos, maestros y directores de la Universidad Anahuac, hacia el deporte visto como una materia curricular, se observó una actitud favorable. El 78% de los alumnos muestreados manifestaron el deseo de tener el deporte como parte de su formación integral, al igual que el 88.4% de los maestros y directores. En forma semejante, Brumbach y Cross (1965), y Mista (1968), en estudios que realizaron, concluyeron que existía una actitud positiva de los alumnos y maestros hacia la educación física vista como una materia curricular, a diferencia de Keogh (1965) quién encontró que los alumnos no aprobaron el valor de la educación física dentro del curriculum escolar. Matross (1980), realizó una investigación en la que concluyó que existe una actitud favorable de los alumnos hacia las actividades deportivas interuniversitarias. También Bonzon (1965), encontró que la actitud hacia los programas deportivos interuniversitarios, que forman parte de la educación general, era favorable, especialmente entre los alumnos, pero la actitud de los maestros fué desfavorable. Así que casi todos estos resultados son parecidos a los que se obtuvieron en esta tesis. Solamente existen dos diferencias considerables. Una de ellas se dió en la investigación de Bonzon y la otra en la investigación de Keogh. A diferencia de Bonzon, la actitud de los maestros hacia el deporte visto como una materia curricular fué favorable en esta tesis. Keogh, por su parte, encontró que los alumnos no aprobaron el valor de la educación física dentro del curriculum escolar, y en esta tesis, los alumnos manifestaron una actitud positiva para incluir el deporte como parte de su formación integral.

En lo que respecta a diferencias sexuales en la actitud hacia la educación física, no se encontraron diferencias significativas en la investigación de Keogh (1962; citado por Acord, 1972). En esta tesis, no se encontraron diferencias sexuales en la manifestación de la inclusión de un programa deportivo en el curriculum escolar. Keogh menciona que aunque los hombres y las mujeres valoraron favorablemente a la educación física, las mujeres admitieron no participar al menos que se les obligara. Al analizar los resultados en esta tesis, cuando se preguntó si querían que el programa

deportivo fuera obligatorio se encontraron diferencias sexuales. El 53.62% de las mujeres y el 63.40% de los hombres manifestaron que querían que el programa deportivo dentro de la universidad si fuera obligatorio. Así que a diferencia de Keogh, un poco más de la mitad de la muestra femenina manifestó que querían que el deporte fuera obligatorio. Se observó que un porcentaje más alto de hombres que de mujeres si desean que el deporte sea obligatorio.

Cuando se investigó el conocimiento de los alumnos acerca de las actividades deportivas que se realizan en la Universidad Anahuac, se observó que el 54.40% de estos, conocen las actividades, a diferencia de la investigación que realizaron Zuercher y sus colaboradores (1980), en la cuál el 93.0% de los alumnos, que fueron sujetos en su investigación que se realizó en la Universidad de Maryland, College Park, manifestaron conocer el programa deportivo. Es una diferencia grande la que se observa y se puede deber a que el programa deportivo de la Universidad de Maryland, está mucho más desarrollado que el de la Universidad Anahuac.

Se han realizado algunas investigaciones en las que utilizaron el inventario de Actitud Hacia la Actividad Física de Kenyon (1968). En la investigación de esta tesis se encontraron algunos resultados muy parecidos a los que se encontraron en las investigaciones de varios autores, al analizar cada subescala.

Al analizar las actitudes de los alumnos que son deportistas, se vio que estos obtuvieron puntajes más positivos hacia la actividad física, que los que no practican el deporte en estas escalas: en la escética, en la vertiginosa, en la de catarsis, en la social y en la de salud. Estos resultados se pueden relacionar con los resultados de la investigación que realizó Mequi (1970; citado por Emerson, 1972). Este autor encontró que los que tenían una actitud positiva hacia la actividad física tenían de alguna manera una relación directa con el deporte.

Se analizaron también las diferencias sexuales de los alumnos maestros y directores en cuanto a la actitud que tienen hacia la actividad física en cada una de las 6 subescalas. En la investigación de esta tesis, se observó que existen diferencias sexuales consistentes a través de los diversos análisis que se hicieron con los datos de los alumnos, en las siguientes escalas: en la estética y en la vertiginosa. Las mujeres obtuvieron los puntajes consistentemente más altos en la escala estética y los hombres en la vertiginosa. Las mujeres percibieron la actividad física como una experiencia estética y los hombres como una experiencia vertiginosa. Alderman (1970; citado por Emerson, 1972), concluyó que tanto los

hombres como las mujeres percibieron la actividad física como una experiencia estética, a diferencia de los resultados de esta tesis en la que las mujeres percibieron ésta significativamente más estética. Los hombres manifestaron percibir la actividad física como una experiencia vertiginosa, al igual que los resultados que obtuvo Cunningham (1970).

Al analizar los efectos que tiene el sexo sobre la actitud hacia la actividad física de los maestros y directores, se encontraron diferencias significativas en la escala social y los hombres son los que obtuvieron los puntajes más altos. Es muy difícil relacionar estos resultados con previas investigaciones porque no se han analizado los efectos del sexo en la actitud hacia la actividad física de maestros y directores universitarios. Pero esto pudiera deberse a ciertos patrones de interacción diferentes según el sexo de la persona. Rubin (1985), ha encontrado que el compartir actividades deportivas es un factor muy importante en el establecimiento de relaciones de amistad entre los hombres.

Se analizaron los datos con respecto al semestre que cursa el alumno y se observó que no existe un efecto significativo en los puntajes de cada subescala. Pero, sí se encontraron efectos de la interacción entre el semestre y el sexo en las escalas estética y de catarsis. En ambas escalas las mujeres obtuvieron puntajes más altos en los primeros semestres, mientras que los hombres obtuvieron puntajes más altos en los últimos semestres. Esto nos indica que las mujeres de los primeros semestres perciben la actividad física como una experiencia estética y catártica y los hombres de los últimos semestres también. Estos datos no se pueden interpretar.

Al analizar el efecto de la carrera en cada una de las subescalas, se encontraron diferencias significativas en cada una de ellas. Pero, resulta difícil interpretar estos resultados en base a investigaciones anteriores, ya que en ningún estudio previo se ha relacionado la actitud hacia la actividad física con la formación profesional. Sin embargo, los resultados pueden ser útiles en el momento de implantar una campaña tendiente a modificar actitudes o a facilitar mediante la propoganda, la introducción de un programa deportivo universitario.

Al analizar las actitudes de los maestros y directores, no se encontraron diferencias significativas debidas a la carrera, en ninguna de las 6 subescalas, lo cual nos indica que no hay ninguna relación entre la carrera en la que trabajan o imparten clases, y su percepción de la actividad física.

Cuando se analizaron las diferencias de los deportistas y de los no deportistas, en la actitud que manifestaron hacia la actividad física en cada una de las 6 subescalas, se encontró que los hombres deportistas perciben la actividad física como una experiencia ascética, catártica y social, a diferencia de las mujeres que la perciben como una experiencia saludable.

Al analizar las preguntas adicionales al inventario se observaron resultados interesantes:

Se observó que tanto los alumnos como los maestros y directores del sexo masculino practican más el deporte que las alumnas, maestras y directoras. De los alumnos, los deportes que más practican son el Tenis y el Fútbol Soccer. Es importante tomar en cuenta que un porcentaje muy bajo practica el Fútbol Americano, que es un deporte muy importante dentro de la Universidad Anehuac. De los maestros y directores, los deportes que más se practican son la Natación y la Gimnasia.

Al analizar los datos de los alumnos que practican el deporte, se observó que los que más contestaron que SI practican el deporte fueron los alumnos de Administración, y los que contestaron más que NO lo practican fueron los alumnos de CC. Esto se puede deber a que en la carrera de Administración el curriculum educativo incluye el deporte como materia obligatoria.

Cuando se preguntó que si les gustaría que se impartiera un programa deportivo como parte de su formación integral, los alumnos que contestaron favorablemente fueron los de 7º y 9º semestres, y los que respondieron desfavorablemente fueron los de 1º y 5º semestres. Se puede observar que conforme los alumnos van avanzando en semestres, su deseo de practicar un deporte incrementa. El 63.40% de los alumnos y el 53.62% de las alumnas, manifestaron el deseo de que este programa se impartiera obligatoriamente, al igual que el 73.37% de los maestros y directores y el 57.14% de las maestras y directoras. Al analizar estos datos con las carreras se vió que los alumnos de la carrera de CC, seguidos por los de Informática, fueron los que manifestaron más el deseo de que se impartiera obligatoriamente. Los que se opusieron fuertemente fueron los de la carrera de Administración. Por lo visto no están a gusto los alumnos con el programa deportivo que se imparte en esta carrera y es importante averiguar porqué.

La mayoría de los alumnos, maestros y directores desean que se imparta el programa deportivo obligatoriamente de 1º a 5º semestres. Es muy importante considerar esto al implantar el programa deportivo en la Universidad Anehuac.

Los alumnos que manifestaron conocer más las actividades deportivas que se llevan a cabo en la institución, fueron los de Administración, a diferencia de los de Derecho que manifestaron lo contrario. Los de Administración sí conocen las actividades deportivas porque ellos están involucrados en estas. Pero, los alumnos de las demás carreras no las conocen. Por lo general, los hombres son los que asisten más a estas actividades.

- Es muy importante favorecer la actitud hacia la actividad física como una experiencia ascética, vertiginosa, estética, catártica, social y saludable, en los alumnos maestros y directores que no perciben la actividad física así, porque ésta, está formada por estas 6 dimensiones. Es importante reforzar la dimensión que no percibe el individuo como parte de la actividad física para que así tenga una idea completa de lo que es la actividad física y su actitud hacia la misma sea más favorable.

- Para las carreras que tienen puntajes altos en cualquier escala se recomienda que se refuerze esta dimensión, al igual que las otras cinco.

- Para las carreras que obtuvieron puntajes bajos en la escala ascética, se recomienda que se les presenten películas motivacionales y que se cuelguen afiches en lugares visibles mostrando al deporte como una experiencia ascética. También se puede invitar a deportistas mexicanos destacados que practiquen deportes altamente ascéticos como: el Fútbol Americano, y la Natación entre otros; y den charlas sobre la experiencia ascética o muestren películas que demuestren esto. Una película que demuestra la experiencia ascética podría ser la de "Carros de Fuego."

- Para las carreras que obtuvieron puntajes bajos en las escalas de catarsis, de salud y social, se recomienda que se les den pláticas con médicos y psicólogos deportivos acerca de los beneficios físicos, psicológicos y sociales que obtiene el individuo al practicar el deporte. Unas pláticas acerca del deporte visto como una experiencia catártica se recomiendan para la carrera de Actuaría, por ejemplo.

- Para las carreras que obtuvieron puntajes bajos en las escalas estética y vertiginosa, se recomienda que se hagan afiches, con fotografías de deportistas que muestren la belleza y la emoción del deporte. Por ejemplo: en la carrera de Ingeniería, que obtuvo puntajes muy bajos en la escala estética, se recomienda que se les presente una película de Fútbol Americano, o de Fútbol Soccer, o de Natación o la de "Carros de Fuego", y se les debe de enfatizar lo bello del movimiento humano al hacer el deporte.

Pero, hay que tener cuidado de no poner afiches de bailarinas en esta escuela. Si se trata de una carrera en la que hay mujeres, se puede presentar la película de "Castillos de Hielo."

- Es muy importante que especialistas en tecnología educativa y especialistas en deporte diseñen un programa deportivo como materia curricular, tomando en cuenta las teorías de Krathwohl y sus colaboradores (1964), de Bloom (1971) y de Harrow (1978). De acuerdo a la respuesta de los sujetos de este estudio, dicho programa obligatorio debería de impartirse entre 1º y 5º semestres.

- Los alumnos, maestros y directores de la Universidad Anahuac, practican muchos deportes que no se practican dentro de la institución. Se recomienda aprovechar el hecho de que practican diferentes deportes, para implantar un programa deportivo obligatorio en la institución y para construir distintas instalaciones deportivas dentro de la universidad (estas se mencionarán posteriormente). Así se fomentará la práctica del deporte dentro de la universidad y se podrán organizar actividades deportivas inter y extra universitarias. Estas actividades tienden a darle a los que las practican un sentido de identidad y de pertenencia con respecto a su institución.

- Sería interesante que los maestros y alumnos practiquen el deporte juntos para lograr una mejor cohesión y una convivencia positiva.

- El programa deportivo que se implemente, se debe de enfocar de 1º a 5º semestre preferiblemente. Los alumnos, maestros y directores opinaron que esto debe de ser así. Por medio de los maestros, se puede cambiar la actitud de los alumnos, así que es muy importante la opinión de éstos.

- En general, los alumnos, maestros y directores conocen muy poco las actividades deportivas que se realizan en la Universidad Anahuac. Conocen el Fútbol Americano, y el Fútbol Soccer, porque son dos deportes a los que se les ha hecho algo de propaganda. Pero, varios alumnos nombraron el Rugby y la Natación como actividades deportivas que se realizan en la institución y esto nunca ha sido así. Muy pocos alumnos asisten con frecuencia a las actividades deportivas que se realizan. Esto se debe a que no tienen la información adecuada acerca de cuándo, dónde y cómo se van a realizar estas actividades. Estos dos puntos se pueden solucionar llevando a cabo una buena campaña publicitaria que le de importancia a estas actividades. De esto se podrían encargar los alumnos de los últimos semestres de CC. Se pueden mandar a hacer folletos, afiches, se les puede informar verbalmente, en fin, se debe de tratar de que los alumnos, maestros y directores sepan lo que está pasando en el aspecto deportivo dentro de la Universidad Anahuac.

- Hay instalaciones deportivas dentro de la institución que muchos alumnos no conocen, como son las canchas de voleibol, basketball y hasta la pista de atletismo. Esto se puede resolver dándoles una visita de las instalaciones deportivas que hay en la Universidad a todos los alumnos de nuevo y viejo ingreso. Se les debe de dar información acerca de las facilidades deportivas que existen en la universidad y de los reglamentos para utilizarlas.

- Es muy importante tomar en cuenta las necesidades de los alumnos, maestros y directores que forman parte de la institución, porque ellos son la institución. En este caso, ellos manifestaron la necesidad de que se construyeran varias instalaciones en la universidad, en las que pueden practicar ciertos deportes. Estas son las instalaciones que pidieron y los deportes que se pueden practicar en ellas, presentados en orden de preferencia:

- Gimnasio Múltiple: Aerobics, Basketball, Volleyball, Halterofilia, Gimnasia, Danza, Gimnasia Olímpica, Karate, Lucha, Judo, Fútbol de Salón, Handball, Box, Badminton, y Esgrima.
- Alberca: Clavados, Natación, Waterpolo, Nado Sincronizado y Buceo.
- Canchas de Tenis: Tenis.
- Vestidores y Regaderas: Se pueden construir en cualquier instalación que se construya. Son un factor muy importante que motivan al alumno a practicar el deporte. El aseo físico es muy importante para muchos individuos.
- Cancho de Squash: Squash.
- Diamante de Beisball: (se puede adaptar para jugar Softball).
- Cancha de Atletismo: La ya existente se puede complementar con equipo para practicar las distintas modalidades atléticas.

Si se logran construir algunas de estas instalaciones, la vida universitaria de los que forman parte de la universidad va a tender a ser más satisfactoria. Es probable que se logre un ambiente que favorezca la cohesión, el sentimiento de pertenencia e identidad, la interacción social, y el establecimiento de hábitos de salud; por medio de equipos que representen a cada carrera y compiten entre sí, de porristas, de equipos representativos de la universidad, de propaganda pro-deporte, y de una buena organización que deben de llevar a cabo especialistas del deporte.

- Se recomienda para futuros estudios interesados en utilizar el Inventario de Actitud Hacia la Actividad Física, en México, realizar un análisis factorial que permita comparar la vigencia y validez de las subescalas pre-establecidas en una población norteamericana a una mexicana.

## 5. APENDICES

## 5.1 APENDICE I - INSTRUMENTO Y HOJAS DE RESPUESTA

### 5.1.1 CUESTIONARIO DE HOMBRES :

Instrucciones: Lea cada enunciado cuidadosamente. Después en la hoja de respuestas, ponga una cruz en el espacio que describe precisamente como se siente. No hay respuestas correctas o incorrectas para los enunciados de este inventario, ya que nadie sabe mejor que usted como se siente acerca de la actividad física. Esta es la escala de respuestas:

Totalmente de Acuerdo: TA

De acuerdo: A

Indeciso: I

Desacuerdo: D

Totalmente Desacuerdo: TD

1. Con mucho gusto entrenaría diariamente los años necesarios para poder tener la oportunidad de pertenecer al equipo olímpico mexicano.
2. Yo preferiría actividades calmadas como la natación o tirar una pelota que actividades como las carreras de autos o de motos.
3. Entre las formas deseables de actividad física, se encuentran aquellas que demuestran la belleza y la forma del movimiento humano, tales como la danza moderna y el nado sincronizado.
4. Prefiero los deportes que requieren de un entrenamiento riguroso y que involucran una competencia intensa, tales como las actividades atléticas interescolares o intercolegiales.
5. Una vida feliz No requiere de una participación regular en actividades físicas.
6. El riesgo de lastimarse vale la pena cuando uno considera las emociones que se derivan de participar en actividades tales como el alpinismo.
7. Es importante que cada persona pertenezca por lo menos a un grupo en el cual se juegue juntos.
8. De todas las actividades físicas yo NO escogería como mi primer elección, las que tienen como propósito primario el desarrollar una buena condición física.
9. Entre las mejores actividades físicas que hoy están aquellas que representan un reto personal, como esquiar, alpinismo, o velear cuando hay un clima desfavorable ( mucho oleaje, tormenta, etc. ).

10. Obtendría mucha satisfacción de participar en juegos que requieren una preparación prolongada y cuidadosa, y que involucran una competencia estrecha en contra de un opositor fuerte.

11. Muchas veces no es muy apreciado el grado de belleza y de la gracia del movimiento que se encuentra en el deporte.

12. Una de las únicas formas de aliviar la tensión emocional severa es realizando alguna actividad física.

13. Si tuviera la oportunidad de escoger, seleccionaría una actividad física agotadora antes que una actividad física suave.

14. Los programas de educación física deberían de enfatizar mas la belleza del movimiento humano.

15. Hay mejores maneras de aliviar las presiones de la vida diaria, que practicando alguna actividad física.

16. La participación frecuente en deportes peligrosos y en actividades físicas es buena para otras gentes, pero en general para mí NO.

17. Me gusta involucrarme en actividades físicas que estan orientadas a lo social.

18. Una gran parte de nuestra vida diaria debe estar dedicada a realizar un ejercicio vigoroso.

19. No me interesan en lo mas mínimo las actividades físicas en las que el único propósito es el mostrar que el movimiento humano es algo hermoso.

20. Las escuelas deberían de patrocinar muchas más actividades físicas para favorecer la interacción social.

21. El ser fuerte y el tener una condición física muy buena NO es lo mas importante en mi vida.

22. Las actividades físicas menos deseables son las que nos proporcionan un sentido de peligro y en las que hay riesgo de alguna lesión, tales como esquiar en nieve en montañas empinadas, alpinismo o paracaidismo.

23. Para tener una mente sana en un cuerpo sano se debe de participar diariamente en un deporte o en una actividad física.
24. Cuando un deporte se vuelve muy organizado o demasiado competitivo, puede desvirtuarse.
25. El tiempo que se emplea diariamente para hacer ejercicio, podría ser usado mas satisfactoriamente de otras maneras.
26. Disfruto los deportes, principalmente porque me dan oportunidad de conocer gente nueva.
27. Practicamente, la única forma de descargar frustraciones y emociones contenidas es a traves de alguna actividad física.
28. Si me dan una opción, yo preferiría participar en carreras de lanchas o recorrer los rápidos de un río en canoa en vez de participar en las formas mas tranquilas de salir en barco a navegar.
29. La fuerza y el vigor físico son los pre-requisitos más importantes para una vida plena.
30. De todos los tipos de actividad física, los que más me disgustan son los que requieren de mucha socialización.
31. Las formas de actividad física que disfruto mas son los juegos y deportes improvisados en el momento, en lugar de los que requieren de periodos largos de entrenamiento.
32. Una de las cosas que me gusta mas en los deportes es la gran variedad de formas hermosas de movimiento humano que se pueden demostrar.
33. La mayoría de las actividades intelectuales son tan relajantes como las actividades físicas.
34. Las actividades físicas que se llevan a cabo solamente con propósitos sociales, como los bailes escolares, son a veces una pérdida de tiempo.
35. Me complace ver la forma y la belleza del movimiento humano.
36. La gimnasia esta entre las formas de actividad física menos deseables.

37. Es probable que se llegue a pensar que el sacrificio necesario para triunfar en una competencia deportiva es mucho pedir para una persona de 13 o 14 años.

38. La gente debería de hacer ejercicio 20 o 30 minutos diarios.

39. Se le presta demasiada atención a las actividades físicas que tratan de representar el movimiento humano como una forma de arte.

40. Es divertido ver e involucrarse en los deportes, mientras que no se tomen muy seriamente ni demanden mucho tiempo y energía.

41. De todas las actividades físicas mi primer elección sería aquella en la que el propósito primario fuera el de desarrollar y mantener una condición física.

42. Si yo tuviera que escoger entre el canotaje en "agua tranquila" y en los "rápidos," escogería el primero.

43. El observar a los atletas absortos totalmente en su deporte, por lo general me proporciona un escape de las presiones de la vida diaria.

44. El participar en juegos y deportes puede a veces echar a perder buenas amistades.

45. La idea de que todo el movimiento humano es bello es absurda.

46. Las actividades físicas que tienen un elemento fuerte de atrevimiento o que requieren tomar riesgos son muy deseables.

47. Fácilmente podría pasarme una hora observando los coordinados y graciosos movimientos de un patinador en hielo o de un bailarín de danza moderna.

48. Hay mejores maneras de conocer a la gente, que a través de los juegos y deportes.

49. Cuando los deportes y los juegos son demasiado organizados, competitivos y muy demandantes, a veces pierden su elemento de diversión.

50. Entre las mejores formas de actividad física están las que usan el cuerpo como instrumento de expresión.
51. Como la competencia es fundamental en nuestra sociedad actual, los deportes necesitan ser mucho más demandantes y competitivos de lo que son en el presente.
52. Lo mejor de los juegos y deportes es que permiten lograr a los que lo practican más confianza en situaciones sociales.
53. Una de las mejores formas de actividad física es la que proporciona una sensación emocionante de peligro, como el velleo cuando hay mal clima o el canotaje en los rápidos de un río.
54. La actividad física regular es el pre-requisito más importante para una vida satisfactoria.
55. El ejercicio vigoroso diario es absolutamente necesario para mantener la salud general.
56. Una de las formas de actividad física más deseable es el baile social.
57. En la actualidad a veces se pone demasiado énfasis en lograr ser exitoso en algún deporte.
58. Yo disfruto participar en los juegos y deportes en los que constantemente hay un desafío o peligro.
59. La mayoría de la gente podría vivir contenta sin participar frecuentemente en actividades deportivas.
60. Me gustaría que en la Universidad Anahuac impartieran un programa deportivo como parte de mi formación integral.
61. Me gustaría que fuera obligatorio el programa deportivo en la Universidad Anahuac:
- a. ¿Para todos los semestres?
  - b. ¿Para algunos semestres? ¿Cuáles?
62. Conozco las actividades deportivas que se llevan a cabo en la Universidad Anahuac. ¿Cuáles conoce?

**63. Asisto con frecuencia a las actividades deportivas de la Universidad Anahuac.**

**64. ¿Qué instalaciones deportivas me gustaría que se construyeran en la Universidad Anahuac y para qué deportes? Menciona 3 en orden de importancia de mayor a menor.**

## 5.1.2 Hoja de Respuestas de Hombres

Fecha: \_\_\_\_\_

Sexo: Masculino \_\_\_\_\_ Femenino \_\_\_\_\_

Status: Alumno \_\_\_\_\_ Maestro \_\_\_\_\_ Director \_\_\_\_\_

Promedio Académico: \_\_\_\_\_

Semestre que Curse: \_\_\_\_\_

Carrera: \_\_\_\_\_

¿Practica Algún Deporte?: Sí \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_

¿Qué Deporte?: \_\_\_\_\_

¿Cuántas Horas a la Semana?: \_\_\_\_\_

Clave: Totalmente de Acuerdo: TA

De Acuerdo: A

Indeciso: I

Desacuerdo: D

Totalmente Desacuerdo: TD

	TA	A	I	D	TD
1.	_____	_____	_____	_____	_____
2.	_____	_____	_____	_____	_____
3.	_____	_____	_____	_____	_____
4.	_____	_____	_____	_____	_____
5.	_____	_____	_____	_____	_____
6.	_____	_____	_____	_____	_____
7.	_____	_____	_____	_____	_____
8.	_____	_____	_____	_____	_____
9.	_____	_____	_____	_____	_____
10.	_____	_____	_____	_____	_____
11.	_____	_____	_____	_____	_____
12.	_____	_____	_____	_____	_____
13.	_____	_____	_____	_____	_____

Clave: Totalmente de Acuerdo: TA

De Acuerdo: A

Indeciso: I

Desacuerdo: D

Totalmente Desacuerdo: TD

	TA	A	I	D	TD
14.	_____	_____	_____	_____	_____
15.	_____	_____	_____	_____	_____
16.	_____	_____	_____	_____	_____
17.	_____	_____	_____	_____	_____
18.	_____	_____	_____	_____	_____
19.	_____	_____	_____	_____	_____
20.	_____	_____	_____	_____	_____
21.	_____	_____	_____	_____	_____
22.	_____	_____	_____	_____	_____
23.	_____	_____	_____	_____	_____
24.	_____	_____	_____	_____	_____
25.	_____	_____	_____	_____	_____
26.	_____	_____	_____	_____	_____
27.	_____	_____	_____	_____	_____
28.	_____	_____	_____	_____	_____
29.	_____	_____	_____	_____	_____
30.	_____	_____	_____	_____	_____
31.	_____	_____	_____	_____	_____
32.	_____	_____	_____	_____	_____
33.	_____	_____	_____	_____	_____
34.	_____	_____	_____	_____	_____
35.	_____	_____	_____	_____	_____
36.	_____	_____	_____	_____	_____

Clave: Totalmente de Acuerdo: TA

De Acuerdo: A

Indeciso: I

Desacuerdo: D

Totalmente Desacuerdo: TD

	TA	A	I	D	TD
37.	_____	_____	_____	_____	_____
38.	_____	_____	_____	_____	_____
39.	_____	_____	_____	_____	_____
40.	_____	_____	_____	_____	_____
41.	_____	_____	_____	_____	_____
42.	_____	_____	_____	_____	_____
43.	_____	_____	_____	_____	_____
44.	_____	_____	_____	_____	_____
45.	_____	_____	_____	_____	_____
46.	_____	_____	_____	_____	_____
47.	_____	_____	_____	_____	_____
48.	_____	_____	_____	_____	_____
49.	_____	_____	_____	_____	_____
50.	_____	_____	_____	_____	_____
51.	_____	_____	_____	_____	_____
52.	_____	_____	_____	_____	_____
53.	_____	_____	_____	_____	_____
54.	_____	_____	_____	_____	_____
55.	_____	_____	_____	_____	_____
56.	_____	_____	_____	_____	_____
57.	_____	_____	_____	_____	_____
58.	_____	_____	_____	_____	_____
59.	_____	_____	_____	_____	_____

**Clave: Totalmente de Acuerdo: TA**

**De Acuerdo: A**

**Indeciso: I**

**Desacuerdo: D**

**Totalmente Desacuerdo: TD**

	TA	A	I	D	TD
60.	_____	_____	_____	_____	_____

61.	_____	_____	_____	_____	_____
-----	-------	-------	-------	-------	-------

a. Para todos los semestres: Si \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_

b. Para algunos semestres: Si \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_ Cuáles \_\_\_\_\_

62.	_____	_____	_____	_____	_____
-----	-------	-------	-------	-------	-------

Cuáles conoce: \_\_\_\_\_

63.	_____	_____	_____	_____	_____
-----	-------	-------	-------	-------	-------

64.	_____	_____	_____	_____	_____
-----	-------	-------	-------	-------	-------

65.	_____	_____	_____	_____	_____
-----	-------	-------	-------	-------	-------

66.	_____	_____	_____	_____	_____
-----	-------	-------	-------	-------	-------

**Orden de importancia:**

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

### 5.1.3 CUESTIONARIO DE MUJERES :

**INSTRUCCIONES:** Lea cada enunciado cuidadosamente. Después en la hoja de respuestas, ponga una cruz en el espacio que describe precisamente como se siente. No hay respuestas correctas o incorrectas para los enunciados de este inventario, ya que nadie sabe mejor que usted como se siente acerca de la actividad física. Este es el escala de respuestas:

**Totalmente de Acuerdo: TA**

**De acuerdo: A**

**Indeciso: I**

**Desacuerdo: D**

**Totalmente Desacuerdo: TD**

1. Yo preferiría actividades tranquilas como la natación o el golf, antes que actividades como esquiar en agua o carreras de lanchas.
2. Con mucho gusto entrenaría diariamente los años necesarios para poder tener la oportunidad de pertenecer al equipo olímpico mexicano.
3. El valor mas importante que se logra con la actividad física es la belleza que se alcanza con el movimiento.
4. Los programas de educación física deberían enfatizar el ejercicio vigoroso, ya que este contribuye a lograr una buena condición física.
5. Es mucho pedir para las mujeres jóvenes de nuestra época que se sometan a los años de entrenamiento tan riguroso que ahora se requieren para participar en competencias internacionales.
6. Se ha comprobado la necesidad de mejorar mucho más nuestra condición física.
7. Entre las mejores actividades físicas estan aquellas que representan un reto personal, como esquiar, alpinismo, o velear cuando hay un clima desfavorable ( mucho oleaje, tormenta etc.).
8. Entre las formas deseables de actividad física, se encuentran aquellas que expresan la belleza y la forma del movimiento humano, tales como la danza moderna y el nado sincronizado.

9. Obtendría mucha satisfacción de participar en juegos que requieren una preparación prolongada y cuidadosa, y que involucren en una competencia estrecha en contra de un opositor fuerte.
10. De todas las actividades físicas yo NO escogería como mi primer elección, las que tienen como propósito primario el desarrollar una buena condición física.
11. La mejor forma de convertirse en una persona socialmente aceptada es participando en actividades físicas de grupo.
12. Una de las formas de aliviar la tensión emocional severa es realizando alguna actividad física.
13. La participación frecuente en deportes peligrosos y en actividades físicas es buena para otras gentes, pero en general para mí no.
14. Los programas de educación física deberían de enfatizar más la belleza del movimiento humano.
15. Si me dieran a escoger, yo escogería una actividad física agotadora en lugar de una ligera.
16. Hay mejores maneras de aliviar las presiones de la vida diaria, que practicando alguna actividad física.
17. Me gusta involucrarme en actividades físicas que están orientadas a lo social.
18. Una gran parte de nuestra vida diaria debe estar dedicada a realizar un ejercicio vigoroso.
19. NO me interesan en lo más mínimo las actividades físicas en las que el único propósito es mostrar que el movimiento humano es algo hermoso.
20. Las escuelas deberían de patrocinar muchas más actividades físicas para favorecer la interacción social.
21. Para tener una mente sana en un cuerpo sano se debe de participar diariamente en un deporte o actividad física.

22. Las actividades físicas menos deseables son las que nos proporcionan de un sentido de peligro y en las que hay riesgo de alguna lesión, tales como esquiar en nieve en montañas empinadas, alpinismo o paracaidismo.
23. El tener una buena condición física NO es la meta más importante de mi vida.
24. Cuando un deporte se vuelve muy organizado o demasiado competitivo, puede desvirtuarse.
25. Disfruto los deportes, principalmente porque me dan oportunidad de conocer gente nueva.
26. Practicamente, la única forma de descargar frustraciones y emociones contenidas es a través de alguna actividad física.
27. El tiempo que se emplea diariamente para hacer ejercicio, podría ser usado más satisfactoriamente de otras maneras.
28. Si me dan una opción, yo preferiría participar en carreras de lanchas o recorrer los rápidos de un río en canoa en lugar de una de las formas más tranquilas de salir en barco o navegar.
29. De todos los tipos de actividad física, no me interesan los que requieren mucha socialización.
30. Una de las cosas que me gusta más en los deportes es la gran variedad de formas hermosas de movimiento humano que pueden demostrarse.
31. La mayoría de las actividades intelectuales son tan relajantes como las actividades físicas.
32. La fuerza y el vigor físico son los pre-requisitos más importantes para una vida plena.
33. Las actividades físicas que se llevan a cabo solamente por un propósito social, como los bailes escolares, son a veces una pérdida de tiempo.
34. Es probable que se llegue a pensar que el sacrificio necesario para triunfar en una competencia deportiva es mucho pedir para una persona de 13 o 14 años.

35. Es muy placentero ver la forma y la belleza del movimiento humano.
36. La gimnasia está entre las formas de actividad física menos deseables.
37. El observar a los atletas absortos totalmente en su deporte, por lo general me proporciona un escape de las presiones de la vida diaria.
38. Si yo tuviera que escoger entre el canotaje en "agua tranquila" y en los "rápidos," escogería el primero.
39. Hay mejores maneras de conocer a la gente, que a través de los juegos y deportes.
40. La gente debería de hacer ejercicio 20 o 30 minutos diarios.
41. A veces se pone mucho énfasis en las actividades que intentan representar el movimiento humano como una forma de arte.
42. Las actividades físicas que tienen un elemento fuerte de atravesamiento o que requieren tomar riesgos son muy deseables.
43. Como la competencia es fundamental en nuestra sociedad actual, los juegos y deportes altamente competitivos debían de ser alentados para todos.
44. Una vida feliz no requiere de una participación regular en una actividad física.
45. La mejor forma de actividad física es cuando se utiliza al cuerpo como un instrumento de expresión.
46. Es divertido ver e involucrarse en los deportes, mientras NO se tomen muy seriamente ni demanden mucho tiempo y energía.
47. La práctica regular de aerobics o gimnasia, es una de las mejores formas de ejercicio.
48. Podría ver durante muchas horas los movimientos graciosos y coordinados de un patinador de hielo o de un bailarín de danza moderna.

49. Lo mejor de los juegos y deportes es que permiten lograr a los que lo practican mas confianza en situaciones sociales.
50. Una de las mejores formas de actividad física es la que proporciona una sensación emocionante de peligro, como el voley cuando hay mal clima o el canotaje en los rápidos de un río.
51. La actividad física regular es el pre-requisito mas importante para una vida satisfactoria.
52. En la actualidad a veces se pone demasiado énfasis en lograr ser exitoso en algún deporte.
53. Yo disfruto de participar en los juegos y deportes en los que constantemente hay un desafío al peligro.
54. La mayoría de la gente podría vivir contenta sin participar frecuentemente en actividades deportivas.
55. Me gustaría que en la Universidad Anahuac impartieran un programa deportivo como parte de mi formación integral.
56. Me gustaría que fuera obligatorio el programa deportivo dentro de la Universidad Anahuac.
- a. ¿Para todos los semestres?
- b. ¿Para algunos semestres? ¿Cuáles?
57. Conozco las actividades deportivas que se llevan a cabo en la Universidad Anahuac. ¿Cuáles conoce?
58. Asisto con frecuencia a las actividades deportivas de la Universidad Anahuac.
59. ¿Qué instalaciones deportivas me gustaría que se construyeran en la Universidad Anahuac y para qué deportes? Menciona 3 en orden de importancia de mayor a menor.

## 5.1.4 Hojes de Respuesta de Mujeres.

Fecha: \_\_\_\_\_

Sexo: Masculino \_\_\_\_\_ Femenino \_\_\_\_\_

Status: Alumno \_\_\_\_\_ Maestro \_\_\_\_\_ Director \_\_\_\_\_

Promedio Académico: \_\_\_\_\_

Semestre que Cursa: \_\_\_\_\_

Carrera: \_\_\_\_\_

¿Practica Algún Deporte?: Si \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_

¿Qué Deporte?: \_\_\_\_\_

¿Cuántas Horas a la Semana?: \_\_\_\_\_

Clave: Totalmente de Acuerdo: TA

De Acuerdo: A

Indeciso: I

Desacuerdo: D

Totalmente Desacuerdo: TD

	TA	A	I	D	TD
1.	_____	_____	_____	_____	_____
2.	_____	_____	_____	_____	_____
3.	_____	_____	_____	_____	_____
4.	_____	_____	_____	_____	_____
5.	_____	_____	_____	_____	_____
6.	_____	_____	_____	_____	_____
7.	_____	_____	_____	_____	_____
8.	_____	_____	_____	_____	_____
9.	_____	_____	_____	_____	_____
10.	_____	_____	_____	_____	_____
11.	_____	_____	_____	_____	_____

Clove: Totalmente de Acuerdo: TA

De Acuerdo: A

Indeciso: I

Desacuerdo: D

Totalmente Desacuerdo: TD

	TA	A	I	D	TD
11.	_____	_____	_____	_____	_____
12.	_____	_____	_____	_____	_____
13.	_____	_____	_____	_____	_____
14.	_____	_____	_____	_____	_____
15.	_____	_____	_____	_____	_____
16.	_____	_____	_____	_____	_____
17.	_____	_____	_____	_____	_____
18.	_____	_____	_____	_____	_____
19.	_____	_____	_____	_____	_____
20.	_____	_____	_____	_____	_____
21.	_____	_____	_____	_____	_____
22.	_____	_____	_____	_____	_____
23.	_____	_____	_____	_____	_____
24.	_____	_____	_____	_____	_____
25.	_____	_____	_____	_____	_____
26.	_____	_____	_____	_____	_____
27.	_____	_____	_____	_____	_____
28.	_____	_____	_____	_____	_____
29.	_____	_____	_____	_____	_____
30.	_____	_____	_____	_____	_____
31.	_____	_____	_____	_____	_____
32.	_____	_____	_____	_____	_____
33.	_____	_____	_____	_____	_____

Clave: Totalmente de Acuerdo: TA

73

De Acuerdo: A

Indeciso: I

Desacuerdo: D

Totalmente Desacuerdo: TD

	TA	A	I	D	TD
34.	_____	_____	_____	_____	_____
35.	_____	_____	_____	_____	_____
36.	_____	_____	_____	_____	_____
37.	_____	_____	_____	_____	_____
38.	_____	_____	_____	_____	_____
39.	_____	_____	_____	_____	_____
40.	_____	_____	_____	_____	_____
41.	_____	_____	_____	_____	_____
42.	_____	_____	_____	_____	_____
43.	_____	_____	_____	_____	_____
44.	_____	_____	_____	_____	_____
45.	_____	_____	_____	_____	_____
46.	_____	_____	_____	_____	_____
47.	_____	_____	_____	_____	_____
48.	_____	_____	_____	_____	_____
49.	_____	_____	_____	_____	_____
50.	_____	_____	_____	_____	_____
51.	_____	_____	_____	_____	_____
52.	_____	_____	_____	_____	_____
53.	_____	_____	_____	_____	_____
54.	_____	_____	_____	_____	_____

Clave: Totalmente de Acuerdo: TA

F

De Acuerdo: A

Indeciso: I

Desacuerdo: D

Totalmente Desacuerdo: TD

	TA	A	I	D	TD
55.	_____	_____	_____	_____	_____

56.	_____	_____	_____	_____	_____
-----	-------	-------	-------	-------	-------

a. Para todos los semestres: Si \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_

b. Para algunos semestres: Si \_\_\_\_\_ No \_\_\_\_\_ Cuáles \_\_\_\_\_

57.	_____	_____	_____	_____	_____
-----	-------	-------	-------	-------	-------

Cuáles conoce: \_\_\_\_\_

58.	_____	_____	_____	_____	_____
-----	-------	-------	-------	-------	-------

59.	_____	_____	_____	_____	_____
-----	-------	-------	-------	-------	-------

Orden de importancia:

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

## S.4.5

## FORM DM (Males)

**DIRECTIONS:** Read each statement carefully. Then, on the answer sheet, place a check in the blank which most accurately describes the way you feel. There are no right and no wrong responses to the statements in this inventory, because no one knows better than you how you feel about physical activity.

1. I would gladly put in the necessary years of daily hard training for the chance to try out for the U.S. Olympic Team.
2. I would prefer quiet activities like swimming or tossing a ball around rather than such activities as automobile or speedboat racing.
3. Among desirable forms of physical activity are those that show the beauty and form of human movement, such as modern dance and water ballet.
4. I prefer those sports which require very hard training and involve intense competition such as interscholastic and intercollegiate athletics.
5. A happy life does not require regular participation in physical activity.
6. The risk of injury would be well worth it when you consider the thrills that come from engaging in such activities as mountain climbing and bobsledding.
7. It is important that everyone belong to at least one group that plays games together.
8. Of all physical activities, those whose purpose is primarily to develop fitness, would not be my first choice.
9. Among the best physical activities are those which represent a personal challenge, such as as skiing, mountain climbing, or heavy weather sailing.
10. I would get by far the most satisfaction from games requiring long and careful preparation and involving stiff competition against a strong opposition.
11. The degree of beauty and grace of movement found in sports is sometimes less than claimed.
12. Almost the only satisfactory way to relieve severe emotional strain is through some form of physical activity.
13. I would usually choose strenuous physical activity over light physical activity, if given the choice.
14. Physical education programs should place a little more emphasis upon the beauty found in human motion.
15. There are better ways of relieving the pressures of today's living than having to engage in or watch physical activity.

16. Frequent participation in dangerous sports and physical activities are alright for other people but ordinarily they are not for me.
17. I like to engage in socially oriented physical activities.
18. A large part of our daily lives must be committed to vigorous exercise.
19. I am not in the least interested in those physical activities whose sole purpose is to depict human motion as something beautiful.
20. Schools should sponsor many more physical activities of a social nature.
21. Being strong and highly fit is not the most important thing in my life.
22. The least desirable physical activities are those providing a sense of danger and risk of injury such as skiing on steep slopes, mountain climbing, or parachute jumping.
23. For a healthy mind in a healthy body the only place to begin is through participation in sports and physical activities every day.
24. A sport sometimes is spoiled if allowed to become too highly organized and keenly competitive.
25. The time spent doing daily calisthenics could probably be used more profitably in other ways.
26. I enjoy sports mostly because they give me a chance to meet new people.
27. Practically the only way to relieve frustrations and pent-up emotions is through some form of physical activity.
28. Given a choice, I would prefer motor boat racing or running rapids in a canoe rather than one of the quieter forms of boating.
29. Strength and physical stamina are the most important pre-requisites to a full life.
30. Of all the kinds of physical activities, I dislike the most those requiring a lot of socializing.
31. The most enjoyable forms of physical activity are games and sports engaged in on the spur of the moment, rather than those requiring long periods of training.
32. One of the things I like most in sports is the great variety of ways human movement can be shown to be beautiful.
33. Most intellectual activities are often just as refreshing as physical activities.
34. Physical activities that are purely for a social purpose, like school dances, are sometimes a waste of time.

35. I am given great pleasure when I see the form and beauty of human motion.
36. I believe calisthenics are among the less desirable forms of physical activity.
37. The self-denial and sacrifice needed for success in today's international competition may soon become too much to ask of a thirteen or fourteen year old.
38. People should spend twenty to thirty minutes a day doing vigorous calisthenics.
39. Too much attention is paid to those physical activities that try to portray human movement as an art form.
40. Sports are fun to watch and to engage in, only if they are not taken too seriously, nor demand too much time and energy.
41. Of all physical activities, my first choice would be those whose purpose is primarily to develop and maintain physical fitness.
42. If I had to choose between "still-water" canoeing and "rapids" canoeing, "still-water" canoeing would be the better alternative.
43. Watching athletes becoming completely absorbed in their sport nearly always provides me with a welcome escape from the many demands of present-day life.
44. Participating in games and sports can sometimes spoil good friendships.
45. The idea that every human movement is beautiful is absurd.
46. Physical activities having a strong element of daring or requiring one to take chances are highly desirable.
47. I could easily spend an hour watching the graceful and well coordinated movements of a figure skater or modern dancer.
48. There are better ways of getting to know people than through games and sports.
49. The fun is sometimes taken out of sports and games when they become too highly organized, overly competitive, and too demanding of the participant.
50. Among the best forms of physical activity are those which use the body as an instrument of expression.
51. Since competition is fundamental to American society, sports and athletics need to be much more demanding and competitive than at present.
52. The best thing about games and sports is that they give people more confidence in social situations.
53. One of the best forms of physical activity is that which provides a thrilling sense of danger such as sailing in heavy weather or canoeing on river rapids.
54. Regular physical activity is the major pre-requisite to a satisfying life.

55. Vigorous daily exercises are absolutely necessary to maintain one's general health.
56. One of the most desirable forms of physical activity is social dancing.
57. In this country there is sometimes too much emphasis on striving to be successful in sports.
58. I would enjoy engaging in those games and sports requiring, to a large extent, the defiance of danger.
59. Most people could live happy lives without depending upon frequent watching, or participating in physical games and exercise.

79

ESTA TESIS NO DEBE  
SALIR DE LA BIBLIOTECA

FORM DM (FEMALES)

DIRECTIONS: Read each statement carefully. Then, on the answer sheet, place a check in the blank which most accurately describes the way you feel. There are no right and no wrong responses to the statements in this inventory, because no one knows better than you how you feel about physical activity.

1. I would prefer quiet activities like swimming or golf, rather than such activities as water skiing or sail boat racing.
2. I would gladly put up with the necessary hard training for the chance to out for the U.S. Women's Olympic Team.
3. The most important value of physical activity is the beauty found in skillful movement.
4. Physical education programs should stress vigorous exercise since it leads most to physical fitness.
5. The years of strenuous daily training necessary to prepare for today's international competition is asking a lot of today's young women.
6. The need for much higher levels of physical fitness has been established beyond all doubt.
7. Among the best physical activities are those which represent a personal challenge, such as skiing, mountain climbing, or heavy weather sailing.
8. Among the most desirable forms of physical activity are those which present the beauty of human movement such as modern dance and water ballet.
9. I would get by far the most satisfaction from games requiring long and careful preparation and involving stiff competition against a strong opponent.
10. Of all physical activities, those whose purpose is primarily to develop fitness would not be my first choice.
11. The best way to become more socially desirable is to participate in group physical activities.
12. Almost the only satisfactory way to relieve severe emotional strain is through some form of physical activity.
13. Frequent participation in dangerous sports and physical activities are alright for other people - but ordinarily they are not for me.
14. Physical education programs should place much more emphasis upon the beauty found in human motion.
15. If given a choice, I sometimes would choose strenuous rather than light physical activity.

16. There are better ways of relieving the pressures of today's living than having to engage in or watch physical activity.
17. I like to engage in socially oriented physical activities.
18. A part of our daily lives must be committed to vigorous exercise.
19. I am not particularly interested in those physical activities whose sole purpose is to depict human motion as something beautiful.
20. Schools should sponsor many more physical activities of a social nature.
21. For a healthy mind in a healthy body the only place to begin is through participation in sports and physical activities every day.
22. The least desirable physical activities are those providing a sense of danger and risk of injury such as skiing on steep slopes, mountain climbing, or parachute jumping.
23. Being physically fit is not the most important goal in my life.
24. A sport is sometimes spoiled if allowed to become too highly organized and keenly competitive.
25. I enjoy sports mostly because they give me a chance to meet new people.
26. Practically the only way to relieve frustrations and pent-up emotions is through some form of physical activity.
27. The time spent doing daily calisthenics could probably be used more profitably in other ways.
28. Given a choice, I would prefer motor boat racing or running rapids in a canoe rather than one of the quieter forms of boating.
29. Of all the kinds of physical activities, I don't particularly care for those requiring a lot of socializing.
30. One of the things I like most in sports is the great variety of ways human movement can be shown to be beautiful.
31. Most intellectual activities are often just as refreshing as physical activities.
32. Strength and physical stamina are the most important pre-requisites to a full life.
33. Physical activities that are purely for social purposes, like school dances, are sometimes a waste of time.
34. The self-denial and sacrifice needed for success in today's international competition may soon become too much to ask of a thirteen or fourteen year old girl.

35. I am given unlimited pleasure when I see the form and beauty of human motion.
36. I believe calisthenics are among the less desirable forms of physical activity.
37. Watching athletes becoming completely absorbed in their sport nearly always provides me with a welcome escape from the many demands of present-day life.
38. If I had to choose between "still-water" canoeing and "rapids" canoeing, "still-water" canoeing would usually be my choice.
39. There are better ways of getting to know people than through games and sports.
40. People should spend twenty to thirty minutes a day doing vigorous calisthenics.
41. There is sometimes an over-emphasis upon those physical activities that attempt to portray human movement as an art form.
42. Physical activities having an element of daring or requiring one to take chances are desirable.
43. Since competition is a fundamental characteristic of American society, highly competitive athletics and games should be encouraged for all.
44. A happy life does not require regular participation in physical activity.
45. The best form of physical activity is when the body is used as an instrument of expression.
46. Sports are fun to watch and to engage in, only if they are not taken too seriously, nor demand too much time and energy.
47. Calisthenics taken regularly are among the best forms of exercise.
48. I could spend many hours watching the graceful and well coordinated movements of the figure skater or modern dancer.
49. The best thing about games and sports is that they give people more confidence in social situations.
50. Among the best forms of physical activity are those providing thrills such as sailing in heavy weather or canoeing on river rapids.
51. Regular physical activity is the major pre-requisite to a satisfying life.
52. In this country there is sometimes too much emphasis on striving to be successful in sports.
53. I would enjoy engaging in those games and sports that require a defiance of danger.
54. Most people could live happy lives without depending upon frequent watching or participating in physical games and exercise.

## 5.2 APENDICE II - TABLAS ESTADISTICAS

## 5.2.1 Tabla # 1

## ANÁLISIS FACTORIAL DE VARIANZA

Todas las Carreras menos Ingeniería, Ingeniería Civil, Medicina y Psicología X Carrera y X Sexo

Efecto de:	Sujetos	ESCALAS:					
		Ascética	Vertiginosa	Estética	Catarsis	Social	Salud
Carrera	500 Alumnos	$F(11,374)=1.95$ $p \leq .032$ - Contaduría obtuvo los puntajes significativamente más altos.	$p > .05$	$p > .05$	$F(11,374)=2.02$ $p \leq .026$ - Administración Educativa obtuvo los puntajes significativamente más altos.	$p > .05$	$p > .05$
Sexo		$p > .05$	$F(1,374)=24.41$ $p \leq .000$ - Los hombres obtuvieron los puntajes significativamente más altos.	$F(1,374)=23.73$ $p \leq .000$ - Las mujeres obtuvieron los puntajes significativamente más altos.	$p > .05$	$p > .05$	$F(1,374)=5.05$ $p \leq .024$ - Los hombres obtuvieron los puntajes significativamente más altos.
Interacción de Carrera X Sexo		$p > .05$	$F(11,374)=2.21$ $p \leq .0134$ - Actuaría, Contaduría, Administración Educativa y Turismo los hombres obtuvieron los puntajes significativamente más altos.	$F(11,374)=1.78$ $p \leq .05$ - Administración, Diseño Industrial, Economía y Administración Educativa las mujeres obtuvieron los puntajes significativamente más altos.	$p > .05$	$p > .05$	$p > .05$

## 5.2.1.1 Tabla #1.1

CALIFICACION PROMEDIO EN LA ESCALA ASCETICA SEGUN LA CARRERA:

<u>CARRERA</u>	<u>MEDIAS</u>
Contaduría	42.19
Actuaría	41.80
Diseño Gráfico	41.02
Turismo	40.90
Informática	40.71
CC	40.45
Arquitectura	40.42
Derecho	40.30
Administración Educativa	40.00
Administración	38.39
Economía	37.55
Diseño Industrial	34.36

## 5.2.1.2 Tabla #1.2

CALIFICACION PROMEDIO EN LA ESCALA VERTIGINOSA SEGUN LA INTERACCION OBSERVADA ENTRE LA CARRERA Y EL SEXO:

<u>CARRERA</u>	<u>MEDIAS</u>
Administración Educcional	25.00 Mujeres 35.06 Hombres
Diseño Industrial	35.80 Mujeres 40.00 Hombres
Diseño Grafico	30.75 Mujeres 33.75 Hombres
Administración	31.64 Mujeres 34.27 Hombres
Arquitectura	32.20 Mujeres 34.20 Hombres
Ciencias de la Comunicación	28.62 Mujeres 33.82 Hombres
Informática	30.94 Mujeres 31.96 Hombres
Actuaría	26.75 Mujeres 37.71 Hombres
Economía	28.75 Mujeres 34.47 Hombres
Turismo	26.40 Mujeres 34.14 Hombres
Derecho	34.56 Mujeres 35.46 Hombres
Contaduría	28.54 Mujeres 38.36 Hombres

## 5.2.1.3 Tabla #1.3

CALIFICACION PROMEDIO EN LA ESCALA ESTETICA SEGUN LA INTERACCION OBSERVADA ENTRE LA CARRERA Y EL SEXO:

<u>CARRERA</u>	<u>MEDIAS</u>
Ciencias de la Comunicación	34.86 Mujeres 33.75 Hombres
Arquitectura	34.78 Mujeres 33.40 Hombres
Economía	36.11 Mujeres 31.25 Hombres
Diseño Industrial	36.66 Mujeres 30.14 Hombres
Contaduría	35.07 Mujeres 30.21 Hombres
Turismo	34.78 Mujeres 30.00 Hombres
Informática	33.80 Mujeres 30.68 Hombres
Actuaría	30.53 Mujeres 33.75 Hombres
Administración Educativa	36.06 Mujeres 28.00 Hombres
Derecho	34.84 Mujeres 28.79 Hombres
Diseño Gráfico	37.77 Mujeres 25.25 Hombres
Administración	34.62 Mujeres 28.36 Hombres

## 5.2.1.4 Tabla #1.4

CALIFICACION PROMEDIO EN LA ESCALA DE CATARSIS SEGUN LA CARRERA:

<u>CARRERA</u>	<u>MEDIAS</u>
Administración Educcional	37.26
Diseño Gráfico	36.39
Contaduría	36.30
Informática	35.80
Derecho	35.17
Turismo	34.68
Ciencias de la Comunicación	34.18
Arquitectura	33.54
Diseño Industrial	33.07
Economía	32.84
Administración	32.42
Actuaría	32.33

## 5.2.2 Tabla # 2

ANÁLISIS FACTORIAL DE VARIANZA  
 Todos los datos X Sexo y X Semestre

## ESCALAS:

Uso de:	Sujetos	Ascética	Vertiginosa	Estéticas	Catarsis	Social	Salud
Sexo	500 Alumnos.	$p > .05$	$F(1,492) = 7.153$ $p \leq .008$  - Los hombres obtuvieron puntajes significativamente más altos.	$F(1,492) = 23.50$ $p \leq .000$  - Las mujeres obtuvieron puntajes significativamente más altos.	$F(1,492) = 5.006$ $p \leq .024$  - Las mujeres obtuvieron puntajes significativamente más altos.	$p > .05$	$p > .05$
Semestre		$p > .05$	$p > .05$	$p .05$	$p > .05$	$p > .05$	$p > .05$
Interacción de Sexo X Semestre		$p > .05$	$p > .05$	$F(3,492) = 4.211$ $p \leq .006$  - Las mujeres obtuvieron puntajes significativamente más altos en estos semestres: 3°, 1° y 5°. - Los hombres obtuvieron puntajes significativamente más altos en estos semestres: 5°, 7° y 9°.	$F(3,492) = 3.154$ $p \leq .024$  - Las mujeres obtuvieron puntajes significativamente más altos en estos semestres: 3°, 1°, y 5°. - Los hombres obtuvieron puntajes significativamente más altos en estos semestres: 5°, 7° y 9°.	$p > .05$	$p > .05$

## 5.2.3 Tabla # 3

ANÁLISIS FACTORIAL DE VARIANZA  
Los datos de Medicina X Sexo X Semestre

Efecto de:	Sujetos	ESCALAS:					
		Ascética	Vertiginosa	Estética	Catarsis	Social	Salud
Sexo	26 Alumnos	$p > .05$	$p > .05$	$F(1,22) = 61.97$ $p \leq .000$ - Las mujeres obtuvieron los puntajes significativamente más altos.	$F(1,22) = 13.13$ $p \leq .002$ - Las mujeres obtuvieron los puntajes significativamente más altos.	$p > .05$	$p > .05$
Semestre		$p > .05$	$p > .05$	$F(1,22) = 23.06$ $p \leq .0002$ - Los alumnos de 1º obtuvieron los puntajes significativamente más altos.	$p > .05$	$p > .05$	$p > .05$
Interacción de Sexo y Semestre		$p > .05$	$p > .05$	$p > .05$	$p > .05$	$p > .05$	$p > .05$

## 5.2.4 Tabla # 4

## ANÁLISIS FACTORIAL DE VARIANZA

Los datos de Ingeniería, Ingeniería Civil y Psicología X Semestre

Efecto de:	Sujetos	ESCALAS:					
		Ascética	Vertiginosa	Estética	Catarsis	Social	Salud
Carrera	76 Alumnos.	$p > .05$	$F(2,67) = 14.47$ $p \leq .000$  - En Ingeniería se obtuvieron los puntajes significativamente más altos.	$p > .05$	$p > .05$	$F(2,67) = 6.51$ $p \leq .003$  - En Ingeniería se obtuvieron los puntajes significativamente más altos.	$p > .05$
Semestre		$p > .05$	$p > .05$	$p > .05$	$p > .05$	$p > .05$	$p > .05$
Interacción de Carrera y Semestre.		$p > .05$	$p > .05$	$p > .05$	$p > .05$	$p > .05$	$p > .05$

## 5.2.5 Tabla # 5

## ANALISIS FACTORIAL DE VARIANZA

Todos los datos menos los de Medicina X Carrera X Semestre

ESCALAS:							
Efecto de:	Sujetos	Ascética	Vertiginosa	Estética	Catarsis	Social	Salud
Carrera	474 Alumnos.	$p > .05$	$F(14,429) = 2.43$ $p \leq .003$ - En Diseño Industrial se obtuvieron los puntajes significativamente más altos.	$F(14,429) = 2.82$ $p \leq .0007$ - En CCS se obtuvieron los puntajes significativamente más altos.	$p > .05$	$F(14,429) = 2.054$ $p \leq .013$ - En Actuaría se obtuvieron los puntajes significativamente más altos.	$p > .05$
Semestre		$p > .05$	$p > .05$	$p > .05$	$p > .05$	$p > .05$	$p > .05$
Interacción de Carrera y de Semestre.		$F(28,429) = 1.832$ $p \leq .007$ - Ver los resultados en la página 35.	$p > .05$	$p > .05$	$p > .05$	$F(28,429) = 2.46$ $p \leq .0002$ - Ver los resultados en la página 36.	$p > .05$

## 5.2.5.1 Tabla #5.1

CALIFICACIONES PROMEDIO EN LA ESCALA ASCETICA SEGUN LA INTERACCION DE LOS EFECTOS DE LA CARRERA Y DEL SEMESTRE:

<u>CARRERA</u>	<u>MEDIAS</u>	<u>1º</u>	<u>5º</u>	<u>7º</u>	<u>9º</u>
Diseño Industrial	34.36	30.1	33.0	40.0	*
Actuaría	41.80	47.5	39.9	38.0	@
Ingeniería Civil	42.31	43.3	43.3	40.3	@
Contaduría	42.19	40.6	43.4		42.5 ~
Ingeniería	41.17	39.1	43.3	41.0	~
Diseño Gráfico	41.02	41.9	44.3	39.8	~
Arquitectura	40.42	39.7	42.8		38.8 ~
Derecho	40.30	39.6	42.8		38.5 ~
CC	40.45	42.0	39.1		40.3 ^^
Psicología	39.27	41.6	35.6		40.7 ^^
Turismo	40.90	37.4	36.0	49.3	^^
Economía	37.55	41.9	28.5	42.3	^^
Informática	40.71	41.6	40.6	40.0	=
Administración					
Educacional .....	40.00	40.1	39.4	40.5	=
Administración	38.39	38.1	39.1		38.1 =

\* Conforme progresa el semestre las puntuaciones incrementan.

@ Conforme progresa el semestre las puntuaciones decrecen.

~ Conforme progresa el semestre las puntuaciones incrementan y decrecen.

^^ Conforme progresa el semestre las puntuaciones decrecen e incrementan.

= Conforme progresa el semestre se puede observar una estabilidad en las puntuaciones.

## 5.2.5.2 Tabla #5.2

CALIFICACIONES PROMEDIO EN LA ESCALA VERTIGINOSA SEGUN LA CARRERA:

<u>CARRERA</u>	<u>MEDIAS</u>
Diseño Industrial	37.90
Ingeniería	36.26
Ingeniería Civil	35.22
Derecho	35.01
Contaduría	33.45
Arquitectura	33.20
Administración	32.96
Diseño Gráfico	32.25
Actuaría	32.23
Economía	31.61
Informática	31.45
CC	31.22
Turismo	30.27
Administración	
Educativa	30.03
Psicología	27.28

## 5.2.5.3 Tabla #5.3

CALIFICACIONES PROMEDIO EN LA ESCALA ESTETICA SEGUN LA CARRERA:

<u>CARRERA</u>	<u>MEDIAS</u>
CC	34.31
Arquitectura	34.09
Economía	33.68
Diseño Industrial	33.40
Contaduría	32.64
Turismo	32.39
Informática	32.24
Actuaría	32.14
Administración Educativa	32.03
Derecho	31.82
Ingeniería Civil	31.58
Diseño Gráfico	31.51
Administración	31.49
Psicología	30.01
Ingeniería	29.90

## 5.2.5.4 Tabla #5.4

CALIFICACIONES PROMEDIO EN LA ESCALA SOCIAL SEGUN LA CARRERA Y  
SEGUN LA INTERACCION DE LOS EFECTOS DE LA CARRERA Y DEL SEMESTRE:

<u>CARRERA</u>	<u>MEDIAS</u>	<u>1º</u>	<u>5º</u>	<u>7º</u>	<u>9º</u>	
Ingeniería Civil	34.67	33.0	34.0	37.0		*
Contaduría	34.15	32.4	34.2		35.9	*
Derecho	33.06	32.9	33.0		33.2	*
Diseño Industrial	31.00	30.3	30.5	32.3		*
Informática	32.79	36.0	33.5	28.8		@
CC	32.43	35.6	31.1		30.6	@
Actuaría	36.88	39.6	38.0	33.1		~
Ingeniería	35.17	34.0	36.3	35.2		~
Diseño Gráfico	33.90	32.2	39.0	30.6		~
Arquitectura	32.99	31.5	35.7		31.8	~
Turismo	33.10	36.1	29.9	33.4		^^
Administración	32.63	33.0	31.8		33.2	^^
Psicología	30.33	30.8	24.1		31.1	^^
Economía	29.90	29.7	24.1	35.9		^^
Administración Educativa ....	34.01	34.1	31.3	36.7		^^

\* Conforme progresa el semestre las puntuaciones incrementan.

@ Conforme progresa el semestre las puntuaciones decrecen.

~ Conforme progresa el semestre las puntuaciones incrementan y decrecen.

^^ Conforme progresa el semestre las puntuaciones decrecen e incrementan.

## 5.2.6 Tabla # 6

## ANALISIS FACTORIAL DE VARIANZA

Datos de los alumnos que practican o no el deporte X Sexo

		ESCALAS:					
Efecto de:	Sujetos	Ascética	Vertiginosa	Estética	Catarsis	Social	Salud
Sexo	500 Alumnos.	F(1,496)= 282.85 p ≤ .000  - Los hombres obtuvieron los puntajes significativamente más altos.	F(1,496)= 14.33 p ≤ .000  - Los hombres obtuvieron los puntajes significativamente más altos.	F(1,496)= 4.64 p ≤ .03  - Las mujeres obtuvieron los puntajes significativamente más altos.	F(1,496)= 195.20 p ≤ .000  - Los hombres obtuvieron los puntajes significativamente más altos.	F(1,496)= 40.7 p ≤ .000  - Los hombres obtuvieron los puntajes significativamente más altos.	F(1,496)= 984.88 p ≤ .000  - Las mujeres obtuvieron los puntajes significativamente más altos.
Práctica del Deporte.		F(1,496)= 39.39 p ≤ .000  - Los que practican el deporte obtuvieron los puntajes significativamente más altos.	F(1,496)= 16.075 p ≤ .000  - Los que practican el deporte obtuvieron los puntajes significativamente más altos.	p > .05	F(1,496)= 34.83 p ≤ .000  - Los que practican el deporte obtuvieron los puntajes significativamente más altos.	F(1,496)= 4.75 p ≤ .028  - Los que practican el deporte obtuvieron los puntajes significativamente más altos.	F(1,496)= 20.78 p ≤ .000  - Los que practican el deporte obtuvieron los puntajes significativamente más altos.
Interac-		F(1,496)= 12.48 p ≤ .001 - Los hombres obtuvieron puntajes sig. más altos.	p > .05	p > .05	F(1,496)= 10.66 p ≤ .002 - El efecto de practicar deporte es notorio en los hombres.	p > .05	p > .05

## 5.2.7 Tabla # 7

## ANALISIS FACTORIAL DE VARIANZA

Datos de maestros y directores X Carrera X Sexo

Efecto de:	Sujetos	ESCALAS:					
		Ascética	Vertiginosa	Estética	Catarsis	Social	Salud
Carrera	103 Maestros y directores.	$p > .05$	$p > .05$	$p > .05$	$p > .05$	$p > .05$	$p > .05$
Sexo		$p > .05$	$p > .05$	$p > .05$	$p > .05$	$F(1,71) = 117.497$ $p \leq .05.$ - Los hombres obtuvieron los puntajes significativamente más altos.	$p > .05$
Interacción de la Carrera y del Sexo.		$p > .05$	$p > .05$	$p > .05$	$p > .05$	$p > .05$	$p > .05$

## 5.2.8 TABLA \*8

PREGUNTA:

¿ PRACTICA ALGUN DEPORTE? CUAL?

ESTOS SON LOS PORCENTAJES DEL TOTAL DE ALUMNOS QUE PRACTICAN  
DIFERENTES DEPORTES YA SEA DENTRO O FUERA DE LA UNIVERSIDAD  
ANAHUAC, Y EL DEPORTE QUE PRACTICAN:

<u>DEPORTE QUE PRACTICAN</u>	<u>PORCENTAJE</u>
TENIS	19.2 %
FUTBOL SOCCER	12.0 %
NATAACION	9.4 %
AEROBICS	8.4 %
GIMNASIA	6.0 %
JOGGING	5.4 %
BASKETBALL	5.0 %
SQUASH	4.2 %
GOLF	3.2 %
FUTBOL AMERICANO	3.2 %
PESAS	2.8 %
EQUITACION	2.6 %
ATLETISMO	2.4 %
FRONTON	2.2 %
DANZA (JAZZ)	1.8 %
SKI ACUATICO	1.4 %
MOTOCILISMO	1.2 %
GIMNASIA OLIMPICA	1.2 %
VOLLEYBALL	1.0 %
VELED	1.0 %
KARATE	1.0 %
CICLISMO	1.0 %
ALPINISMO	0.6 %
CAMINATA	0.6 %
SOFTBALL	0.4 %
RAQUETBALL	0.2 %
AUTOMOVILISMO	0.2 %
WINDSURF	0.2 %
ESGRIMA	0.2 %
GIMNASIA RITMICA	0.2 %
RUGBY	0.2 %

## 5.2.9 TABLA #9

PREGUNTA:

¿PRACTICA ALGUN DEPORTE? CUAL?

ESTOS SON LOS PORCENTAJES DEL TOTAL DE LOS MAESTROS Y DIRECTORES QUE PRACTICAN DEPORTE, Y EL DEPORTE QUE PRACTICAN:

<u>DEPORTE QUE PRACTICAN</u>	<u>PORCENTAJE</u>
NATACION	12.6 %
GIMNASIA	11.7 %
TENIS	8.7 %
JOGGING	8.7%
FUTBOL SOCCER	7.7 %
AEROBICS	6.8 %
SQUASH	4.9 %
FRONTON	3.8 %
CAMINATA	3.9 %
BASKETBALL	2.9 %
DANZA (JAZZ)	2.9 %
ATLETISMO	1.9 %
CICLISMO	1.9 %
EQUITACION	0.97 %
PESAS	0.97 %
BOLICHE	0.97 %
RAQUETBALL	0.97 %
VOLLEYBALL	0.97 %
PATINAJE	0.97 %
MOTOCICLISMO	0.97 %
BEISBALL	0.97%
FUTBOL AMERICANO	0.97 %

## 5.2.10 TABLA # 10

PREGUNTA:

MÉ GUSTARIA QUE FUERA OBLIGATORIO EL PROGRAMA DEPORTIVO DENTRO DE LA UNIVERSIDAD ANAHUAC:

- a. PARA TODOS LOS SEMESTRES?
- b. PARA ALGUNOS SEMESTRES ? CUALES?

ESTOS SON PORCENTAJES DEL TOTAL DE ALUMNOS QUE OPINARON QUE DEBE DE HABER DEPORTE OBLIGATORIO PARA ALGUNOS SEMESTRES, LOS CUALES SON:

<u>SEMESTRES</u>	<u>PORCENTAJE</u>
1 - 5	18,0 %
6 - 9	0,6 %
2,4,6,8	0,6 %
1,3,5,7,9	1,0 %

NOTA: EL 2.8% DE LOS ALUMNOS OPINARON QUE DEBE SER OPCIONAL Y NO OBLIGATORIO.

## 5.2.11 TABLA # 11

PREGUNTA:

ME GUSTARIA QUE FUERA OBLIGATORIO EL PROGRAMA DEPORTIVO DENTRO DE LA UNIVERSIDAD ANAHUAC:

- a. PARA TODOS LOS SEMESTRES?
- b. PARA ALGUNOS SEMESTRES ? CUALES?

ESTOS SON PORCENTAJES DEL TOTAL DE MAESTROS Y DIRECTORES QUE OPINARON QUE DEBE DE HABER DEPORTE OBLIGATORIO PARA ALGUNOS SEMESTRES, LOS CUALES SON:

<u>SEMESTRES</u>	<u>PORCENTAJE</u>
1 - 5	10.5 %
6 - 9	0.0 %
50 % OPCIONAL	0.97 %
1,3,5,7,9	0.97 %

NOTA: EL 1.94 % OPINO QUE EL DEPORTE DEBE DE SER OPCIONAL. EL 0.97 % OPINO QUE EL DEPORTE SE LE DEBE DE IMPARTIR OBLIGATORIO TANTO A LOS ALUMNOS COMO A LOS MAESTROS.

## 5.2.12 TABLA \* 12

PREGUNTA:

CONOZCO LAS ACTIVIDADES FISICAS QUE SE LLEVAN A CABO EN LA  
UNIVERSIDAD ANAHUAC; CUALES CONOCE?

ESTOS SON LOS PORCENTAJES DEL TOTAL DE ALUMNOS QUE CONOCEN LAS  
DISTINTAS ACITIVIDADES FISICAS QUE SE LLEVAN A CABO EN LA  
INSTITUCION:

<u>ACTIVIDAD FISICA</u>	<u>PORCENTAJE</u>
FUTBOL AMERICANO	62.2 %
FUTBOL SOCCER	59.2 %
BASKETBALL	20.2 %
TENIS	15.0 %
ATLETISMO	8.6 %
AEROBICS	8.6 %
SOFTBALL	6.0 %
VOLLEYBAL	6.0 %
BEISBALL	3.4 %
GIMNASIA	1.4 %
PING PONG	1.2 %
JOGGING	1.2 %
KICKBALL	0.6 %
RUGBY	0.4 %
NATACION	0.2 %

NOTA: EL RUGBY Y LA NATACION NO SE HAN LLEVADO A CABO COMO  
ACTIVIDAD DENTRO DE LA UNIVERSIDAD, NI HAY EQUIPOS  
REPRESENTATIVOS DE ESTA.

## 5.2.13 TABLA # 13

PREGUNTA:

CONOZCO LAS ACTIVIDADES FISICAS QUE SE LLEVAN A CABO EN LA UNIVERSIDAD ANAHUAC, ¿CUALES CONOCE?

ESTOS SON LOS PORCENTAJES DEL TOTAL DE MAESTROS Y DIRECTORES QUE CONOCEN LAS DISTINTAS ACITIVIDADES FISICAS QUE SE LLEVAN A CABO EN LA INSTITUCION:

<u>ACTIVIDAD FISICA</u>	<u>PORCENTAJE</u>
FUTBOL AMERICANO	54.4 %
FUTBOL SOCCER	49.5 %
BASKETBALL	18.5 %
TENIS	9.7 %
ATLETISMO	8.8 %
AEROBICS	7.8 %
VOLLEYBAL	7.8 %
PING PONG	5.8 %
SOFTBALL	2.9 %
KICKBALL	0.97%
BEISBALL	0.97%
NATACION	0.97%
JOGGING	0.97%

NOTA: LA NATACION NO SE HAN LLEVADO A CABO COMO ACTIVIDAD DENTRO DE LA UNIVERSIDAD, NI HAY EQUIPOS REPRESENTATIVOS DE ESTA.

## 5.2.14 TABLA # 14

PREGUNTA:

¿QUE INSTALACIONES DEPORTIVAS LE GUSTARIA QUE SE CONSTRUYERAN EN LA UNIVERSIDAD ANAHUAC Y PARA QUE DEPORTES?

ESTOS SON LOS PORCENTAJES DEL TOTAL DE ALUMNOS QUE LES GUSTARIA QUE SE CONSTRUYAN ESTAS INSTALACIONES EN LA INSTITUCION :

<u>INSTALACION</u>	<u>PORCENTAJE</u>
GIMNASIO MULTIPLE	71.0 %
ALBERCA	71.0 %
CANCHAS DE TENIS	51.0 %
CANCHAS DE VOLLEYBALL Y BASKETBALL	
TECHADAS ...	13.8 %
CANCHAS DE SQUASH	8.6 %
SALON DE BAILE	4.8 %
VESTIDORES Y REGADERAS	4.6 %
DIAMANTE DE BEISBALL Y DE SOFTBALL	3.8 %
FRONTON	3.2 %
PISTA DE EQUITACION	3.0 %
PISTA DE HIELO	2.2 %
PISTA DE ATLETISMO	2.2 %
CAMPO DE FUTBOL SOCCER	2.0 %
ESTADIO CON GRADAS	1.8 %
PISTA DE PATINAR	1.6 %
PISTA DE CICLISMO	1.4 %
CAMPO DE GOLF	1.2 %
CAMPO DE TIRO	1.2 %
MESAS DE BOLICHE	1.2 %
MESAS DE PING PONG	1.0 %
CANCHA DE FUTBOL AMERICANO	0.8 %
LAGO PARA ESQUIAR	0.6 %
CAMPO DE HOCKEY SOBRE PASTO	0.6 %
PISTA DE MOTOCROSS	0.2 %

## 5.2.14.1 TABLA # 14.1

ESTOS SON LOS PORCENTAJES DE LOS DEPORTES QUE LES GUSTARIA A LOS ALUMNOS QUE SE IMPARTIERAN EN LAS INSTALACIONES QUE SE CONSTRUYAN EN LA UNIVERSIDAD:

<u>DEPORTES</u>	<u>PORCENTAJE</u>
NATACION	13.6 %
AEROBICS	9.0 %
BASKETBALL	7.0 %
TENIS	6.6 %
HALTEROFILIA O PESAS	5.6 %
VOLLEYBALL	5.6 %
GIMNASIA	5.0 %
DANZA	4.0 %
GIMNASIA OLIMPICA	3.8 %
CLAVADOS	2.4 %
NADO SINCRONIZADO	1.2 %
KARATE	1.2 %
ATLETISMO	1.0 %
FUTBOL DE SALON	1.0 %
SQUASH	0.8 %
FUTBOL AMERICANO	0.8 %
WATERPOLO	0.6 %
HANDBALL	0.4 %
HOCKEY	0.4 %
PATINAJE EN HIELO	0.4 %
BUCEO	0.4 %
BEISBALL	0.2 %
LUCHA	0.2 %
JUDO	0.2 %
BOX	0.2 %
FUTBOL SOCCER	0.2 %

## 5.2.15 TABLA # 15

PREGUNTA:

¿QUE INSTALACIONES DEPORTIVAS LE GUSTARIA QUE SE CONSTRUYERAN EN LA UNIVERSIDAD ANAHUAC Y PARA QUE DEPORTES?

ESTOS SON LOS PORCENTAJES DEL TOTAL DE MAESTROS Y DIRECTORES QUE LES GUSTARIA QUE SE CONSTRUYAN ESTAS INSTALACIONES EN LA INSTITUCION:

<u>INSTALACION</u>	<u>PORCENTAJE</u>
GIMNASIO MULTIPLE	84.5 %
ALBERCA	72.8 %
CANCHAS DE TENIS	38.8 %
VESTIDORES Y REGADERAS	15.5 %
CANCHAS DE VOLLEYBALL Y BASKETBALL	
TECHADAS ...	14.6 %
CANCHA DE FRONTON	4.9 %
CANCHA DE SQUASH	4.9 %
DIAMANTE DE BEISBOL	3.9 %
PISTA DE HIELO	2.9 %
PISTA DE EQUITACION	2.9 %
PISTA DE ATLETISMO	2.9 %
ESTADIO CON GRADAS	0.97 %
SALON DE BAILE	0.97 %
PISTA DE CICLISMO	0.97 %
CAMPO DE TIRO	0.97 %
CAMPO DE FUTBOL SOCCER	0.97 %
CLINICA MEDICA DEPORTIVA	0.97 %
PISTA DE JOGGING	0.97 %

## 5.2.15.1 TABLA \* 15.1

ESTOS SON LOS PORCENTAJES DE LOS DEPORTES QUE LES GUSTARIA A LOS MAESTROS Y DIRECTORES QUE SE IMPARTIERAN EN LAS INSTALACIONES QUE SE CONSTRUYAN EN LA UNIVERSIDAD:

<u>DEPORTES</u>	<u>PORCENTAJE</u>
VOLLEYBALL	9.7 %
NATAACION	8.7 %
BASKETBALL	8.7 %
AEROBICS	4.9 %
HALTEROFILIA O PESAS	4.9 %
GIMNASIA	4.9 %
GIMNASIA OLIMPICA	2.9 %
FUTBOL DE SALON	2.9 %
BADMINTON	1.9 %
TENIS	1.9 %
CLAVADOS	0.97 %
BEISBALL	0.97 %
ATLETISMO	0.97 %
KARATE	0.97 %
ESGRIMA	0.97 %
HANDBALL	0.97 %

## 6. REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS:

1. Acord, D.M. "Attitudes Toward Physical Activity in Coeducational and Non-Coeducational Physical Education Programs." (A Dissertation Submitted in Partial Fulfillment of the Requirement of the Degree of Doctor of Philosophy in Education. - Southern Illinois University - Carbonele, July 1977).
2. Berhke, M.S. y Morgan W.P. "Anxiety Reduction Following Exercise and Meditation." Cognitive Therapy and Research, Vol 2, No. 4, 1938, pags. 323-333.
3. Berhman, R.M. "Personality Differences Between Swimmers and Non-Swimmers," Research Quarterly, Vol. 38, 1967, pags. 163-171.
4. Bloom, B.S (editor), Engelhart, M.D., Walker, H.H., Furst, E.T., y Krathwohl, D.R., Taxonomía de los Objetivos de la Educación - Ambito de Conocimiento, Tomo 1, Segunda Edición, Editorial Marfil S.A., Alcoy, España, 1971.
5. Bogardus, E.S. "A Social Distance Scale", Sociological and Social Research, 1933, 17: pags. 265-271.
6. Briggs, T. "Industry Starts to take Fitness into the Plan", Executive, February 25, 1975.
7. Brim, O.G. y Wheeler, S. Socialization After Childhood: Two Essays. New York; John Wiley and Sons, 1966.
8. Brown, R.S., Ramirez, D.F. y Taub, J.M. "The Prescription of Exercise for Depression," The Physician and Sportsmedicine, Vol. 6, 1968, pags. 34-45.
9. Brumbach, W.B. y Cross, J.A. "Male Students Attitude Towards Physical Education." Research Quarterly, Vol. 36, No. 1, 1965, pags. 10-16.
10. Butcher, C.A. Foundations of Physical Education- 7th Edition, The C.V. Mosby Company, St. Louis, 1974, pags. 46, 50-54, 75-86.
11. Byrd, O.E. "The Relief of Tension by Exercise: A Survey of Medical Viewpoints and Practices," Journal of School Health, Vol. 33, 1963, pags. 238-239.
12. Carron, A.V. "Cohesiveness in Sport Groups: Interpretations and Considerations." Journal of Sport Psychology, Vol. 4, 1982, pags. 123-138.
13. Carter, R. "Exercise and Happiness." Journal of Sport Medicine, Vol. 17, 1977.
14. Coleman, J. Athletics in High School. In A. Paterson, E. Halberg (editors), Background Readings For Physical Education. Holt, Rinehart and Winston, New York, 1965, pag. 490.
15. Collingwood, T. y Willet, L. "The Effects of Physical Training Upon Self Concept and Body Attitude," Journal of Clinical Psychology, Vol. 27, 1971, pags. 411-412.
16. Cooper, K.H. Aerobics. Bantam Books, New York, 1968.

17. Cowell, C.C., "The Contribution of Physical Activity to Social Development." In H. Slusker and A.S. Lockhart (editors). Anthology of Contemporary Readings: An introduction to physical education. Wm. C. Brown Publishers, 1966.
18. Cozens, F. y Stumpf, F. "American Sports from the Sidelines," Journal of Health Physical Education and Recreation, Vol. 23, 1952, pags. 56-57.
19. Cunningham, S.D. "A Comparison of Attitude Toward Physical Activity Expresses by Male and Female Students in the Required Physical Education Program at North Texas State University," Master's Thesis, North Texas State University, 1970.
20. Danish, S. J. "Musings About Personal Competence; The Contributions of Sport, Health and Fitness." American Journal of Community Psychology, Vol. 11, No.3, 1983.
21. Donoghue, S. "The Correlation Between Physical Fitness, Absenteeism and Work Performance," Canadian Journal of Public Health, Vol. 68, May-June 1977, pags. 201-203.
22. Downie, N.M. y Heath, R.W., Métodos Estadísticos Aplicados, México, Editorial Harla S.A. 1973.
23. Festinger, L. "Informal Social Communication," Psychological Review, 1950, Vol. 57, pags. 271-282.
24. Fixx, J. The Complete Book of Running. New York, Random House, 1977.
25. Folkins, C.H., Lynch, S. y Gardner, M.A. "Psychological Fitness as a Function of Physical Fitness." Archives of Physical Fitness and Rehabilitation, Nov. 1972, pags. 503-508.
26. ----- y Sime, W.E. "Physical Fitness Training and Mental Health." American Psychologist, Vol. 36, No.4, 1981, pags. 371-389.
27. Fordham, S.L. y Leaf, C.A. Educación Física y Deportes. Editorial Limusa, México, 1982.
28. Freedman, A.M., Kaplan, H.I., Sadock, B.J. Compendio de Psiquiatría, Selvet Editores S.A., Barcelona, España, 1975, pag. 855.
29. Gagne, R.M. Las Condiciones del Aprendizaje. México, Editorial Interamericana, Tercera Edición, 1979, pags. 40-43.
30. Gerwunder, R., Pruitt, B.E., y Steinman, M. Essentials of Life (3erd edition), New York, Random House.
31. Geron, E. "Application of Psychological Methods to Competitive Sport." International Journal of Sport Psychology, Vol. 14, 1983, pags. 123-131.
32. Greist, J.H., Klein, M.H., Eischens, R.R., Faris, J., Gurman, A.S., y Morgan, W.P. "Running as a Treatment for Depression," Comprehensive Psychiatry, Vol. 20, 1979, pags.41-54.
33. Grove, J.S. y Dodder, R.A. "Constructing Methods to Assess Perceptions of Sport Functions: An Exploratory Investigation," International Journal of Sport Psychology, Vol. 13, 1982, pags. 96-106.
34. Harrow, J. A. , Taxonomía del Dominio Psicomotor, El Ateneo, Buenos Aires, Argentina, 1978.

35. Helenko, R. "Sports and Socialization," Acta Sociologica, Vol. 2, 1957, pgs. 229-240.
36. Hellerstein, H.K., Hornsten, T.R., Goldberg, A. N., Burlondo, A.G., Friedman, E.H., Hirsh, E.Z., y Morik, S., "The Influence of Active Conditioning upon Subjects With Coronary Artery Disease: A Progress Report," Canadian Medical Association, Vol. 96, 1967, pgs. 901-903.
37. Hilger, J.C. Jr., y Mitchell, W., "Effect of Systematic Physical Training Combined with Counseling on the Self-Concept College Students," Journal of Counseling Psychology, Vol. 26, No. 5, 1979, pgs. 427-436.
38. Hughes, C.A., "A Comparison of the Effects of Four Teaching Techniques of Body Conditioning Upon Physical Fitness and Self-Concept," (Doctoral Dissertation, University of Utah, 1973), Dissertation Abstracts International, 1974, Vol. 34, 3957-A - 3958-A.
39. Jeffers, J.M. "The Effects of Physical Conditions on Locus of Control, Body Image, and Interpersonal Relationship Orientations / University Males and Females." Dissertation Abstracts International, 1977, 37, 3282.
40. Kavanagh, T., Shephard, R.J., Tuck, J.A., y Qureshi, S. "Depression Following Myocardial Infarction: The Effects of Distance Running," in P. Milvy (editor). The Marathon: Physiological, Medical Epidemiological and Psychological Studies. New York, New York, Academy of Sciences, 1977.
41. Kendall, D.C. y Hollon, S.D. Cognitive Behavior Interventions, Theory, Research and Procedures. Academic Press, New York, 1979 pgs. 423-441.
42. Kenyon, G.S. "Six Scales for Assessing Attitudes Toward Physical Activity." Research Quarterly, Vol. 39 (Octubre 1968): 567.
43. Kerlinger, F.N., Foundations of Behavioral Research, Holt, Rinehart and Winston, Inc. New York, 1973.
44. Klíneberg, O. Psicología Social. México, Fondo de Cultura Económica, 1963.
45. Krathwohl, D.R., Bloom, B.S. y Bertram, B.M. Taxonomy of Educational Objectives Handbook II: Affective Domain, Nueva York, David McKay Company, 1964.
46. Laporte, W., "The Influences of a Gymnastic Pause Upon Recovery Following Post Office Work," Ergonomics, Vol. 9, 1966, pgs. 501-506.
47. La Piere, R.T. "Attitudes and Actions", Social Forces, 1934, 13: pgs. 479-482.
48. Lawther, J.D. Psicología del Deporte y del Deportista, Editorial Paidós, Buenos Aires, 1978.
49. Mann, L. Elementos de Psicología Social. México, Editorial Limusa, 1973.
50. Matross, R.P. "Student Attitudes Toward Intercollegiate Athletics," Journal of College Student Personnel, Jul. 1980, Vol. 21, No. 4, pgs. 299 - 304.
51. Mortens, R. Social Psychology and Physical Activity. Harper and Row Publishers, 1975.

52. Martinek, T.J., Cheefers, J.T.F., Zaichowsky, L. D. "Physical Activity, Motor Development and Self Concept: Race and Age Differences." Perceptual and Motor Skills, 1978, Vol. 46, pag. 147-154.
53. Meggyesy, D., Out of Their League. Ramparts, Berkeley, California, 1970.
54. Michener, J.A. Sports in America. New York, Random House, 1976, pags. 64-92.
55. Mirkin, G. y Hoffman, M. The Sportsmedicine Book. Little Brown and Company, 1978.
56. Misto, N.J. "Attitudes of College Women Toward Their High School Physical Education Programs." Research Quarterly, Vol. 39, No. 1, 1968, pags. 166-174.
57. Morgan, W.P., Roberts, J.A., Brand, F.M. y Feinerman, A.D., "Psychological Effect of Chronic Physical Activity," Medicine and Science in Sports, Vol. 2, 1970, pags. 213-217.
58. Plummer, T.C., "Factors Influencing the Attitude and Interests of College Women in Physical Education." (Microcarded Doctoral Dissertation, University of Iowa, Iowa, 1952), p.27.
59. Popejoy, D.I., "The Effects of a Physical Fitness Program on Selected Psychological and Physiological Measures of Anxiety," Dissertation Abstracts 28 (12. Pt. A), 1968. 4900-4901.
60. Pravosudov, V. "The Effects of Physical Exercise on Health and Economic Efficiency," Paper Presented in the Pre-Olympic Congress in Montreal, Quebec, Canada. 1976, pags.2-6.
61. Regin, C. "How to Choose a Lifelong Sport." Humanistic Education and Development, Marzo 1983, pags. 127-136.
62. Rokeach, M., Beliefs, Attitudes and Values. San Francisco, Jossey-Bass Publishers, 1976.
63. Rubin, L.B. Just Friends: The Role of Friendship in our Lives, Harper and Row, New York, 1985.
64. Ryan R.S. y Travis, J.W. Wellness Workbook. Berkeley, California, Ten Speed Press, 1981.
65. Sachs, M. L. "Psychological Well Being and Vigorous Physical Activity." In J.M. Silva III and R.S. Weinberg (Editors), Psychological Foundations of Sport. Champaign Illinois, Human Kinetics Publishers Inc. 1984.
66. Stork, E. "Exercising Away Depression." Psychology Today, Vol. 18, No. 12, 1984, pag. 68.
67. Wilkerson, M. y Dodder, D.A., "Toward a Model of Collective Conscience and Sport in Modern Societies," International Journal of Sport Psychology, Vol. 13, 1982, pags. 268-275.
68. Zion, L.C. "Body Concept as it Relates to Self Concept." Research Quarterly, Vol. 36, No. 4, 1965, pags. 490-495.

69. Zuercher, S. et al. "University Student Participation and Perception of Intramural Program Activities." Maryland University, College Park, Department of Intramural Sports and Recreation, 1980.