



PENSAR EN MOVIMIENTO: Revista de  
Ciencias del Ejercicio y la Salud

ISSN: 1409-0724

[pensarenmovimiento.eefd@ucr.ac.cr](mailto:pensarenmovimiento.eefd@ucr.ac.cr)

Universidad de Costa Rica  
Costa Rica

ANÁLISIS DEL AUTOCONCEPTO FÍSICO Y SUS DIMENSIONES EN FUNCIÓN DEL  
SEXO DE LOS ADOLESCENTES, DE UNA POBLACIÓN MEDIA DE LA CUENCA  
MEDITERRÁNEA ESPAÑOLA

PENSAR EN MOVIMIENTO: Revista de Ciencias del Ejercicio y la Salud, vol. 14, núm. 1,  
enero-junio, 2016, pp. 1-18  
Universidad de Costa Rica  
Montes de Oca, Costa Rica

Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=442043575002>

- Cómo citar el artículo
- Número completo
- Más información del artículo
- Página de la revista en redalyc.org

redalyc.org

Sistema de Información Científica

Red de Revistas Científicas de América Latina, el Caribe, España y Portugal

Proyecto académico sin fines de lucro, desarrollado bajo la iniciativa de acceso abierto

## Investigación Descriptiva, Correlacional o Cualitativa

**Pensar en Movimiento:**

***Revista de Ciencias del Ejercicio y la Salud***

ISSN 1659-4436

Vol. 14, No.1, pp. 1- 18

Cierre al 30 de junio, 2016



### ANÁLISIS DE LAS DIMENSIONES DEL AUTOCONCEPTO FÍSICO EN FUNCIÓN DEL SEXO DE LOS ADOLESCENTES, DE UNA POBLACIÓN MEDIA DE LA CUENCA MEDITERRÁNEA ESPAÑOLA

### ANALYSIS OF THE DIMENSIONS OF PHYSICAL SELF-CONCEPT BY SEX IN ADOLESCENTS FROM A TYPICAL SPANISH MEDITERRANEAN COMMUNITY

Juan Palomares Cuadros, Ph.D.<sup>1,2 (A,B,C,D,E)</sup>; Sergio Luis González Naveros, Dr.<sup>1 (A,B,C,D)</sup>; Amparo Ortega Becerra, Ph.D.<sup>1(A,B,C,D)</sup>; Rosario Padial Ruz, Dr.<sup>1(B,D,E)</sup>; Beatriz Torres Campos, Ph.D.<sup>1(B,D)</sup>

[juan.palomarescuadroso@unir.net](mailto:juan.palomarescuadroso@unir.net)

<sup>1</sup>Investigadores del Grupo de Investigación HUM-727 de la Universidad de Granada, Granada, España. <sup>2</sup>Universidad Internacional de la Rioja, Granada, España

Manuscrito recibido: 06/08/2015; reenviado: 17/12/2015, 09/02/2016; aceptado: 02/03/2016;  
publicado: 21/04/2016

Doi: <http://dx.doi.org/10.15517/pensarmov.v%vi%i.20751>

---

## RESUMEN

Palomares, J., González, S.L., Ortega, A., Padial, R. y Torres, B. (2016). Análisis de las dimensiones del autoconcepto físico en función del sexo de los adolescentes, de una población media de la cuenca mediterránea española. **PENSAR EN MOVIMIENTO: Revista de Ciencias del Ejercicio y la Salud**, 14(1), 1-18. El estudio que se presenta evaluó los niveles de autoconcepto físico de un grupo de adolescentes de manera global, en función de sus dimensiones: apariencia física, habilidad física, fuerza, equilibrio, flexibilidad, resistencia y en función del sexo en la población de 12 a 15 años de Jaén, España. La muestra está compuesta por 296 participantes, con una edad media de 13,03 años y un rango de edad entre 12 y 15 años. Se seleccionó como instrumento de medición una adaptación del Cuestionario de Autoconcepto Físico de Marsh y Southerland. Los resultados indicaron que los hombres puntuaron por encima de las mujeres, en la mayoría de los ítems que mostraban aspectos positivos del autoconcepto y por lo contrario, en la mayoría de los ítems que mostraban aspectos negativos del autoconcepto, las mujeres puntuaron por encima de los hombres. Nuestros resultados evidencian diferencias significativas por sexo respecto al autoconcepto físico de los adolescentes, por lo que se encontró una

valoración más negativa en el autoconcepto físico de ellas que en los hombres y un mayor interés hacia el ejercicio físico por parte de ellos.

**Palabras Claves:** autoconcepto físico; sexo; adolescencia

### ABSTRACT

Palomares, J., González, S.L., Ortega, A., Padial, R. y Torres, B. (2016). Analysis of the Dimensions of Physical Self-Concept by Sex in Adolescents from a Typical Spanish Mediterranean Community. **PENSAR EN MOVIMIENTO: Revista de Ciencias del Ejercicio y la Salud**, 14(1), 1-18. This study examined globally adolescents' physical self-concept as a function of its components: physical appearance, physical ability, strength, balance, flexibility, and endurance, and as a function of their sex, in a population aged 12-15 from Jaén, Spain. The sample consisted of 296 participants with an average age of 13.03 years. As a measuring tool, an adaptation of the Marsh and Sutherland Physical Self-concept Scale was used. The results revealed that boys rated above girls in most of the items that showed positive self-concept aspects. Conversely, girls scored higher than boys in the majority of negative self-concept items. Our evidence showed significant gender differences related to teenagers' physical self-concepts; where girls obtained more negative assessments regarding physical self-concepts than boys did, and the latter group was more interested in engaging in physical exercise than the former group.

English translation by Jeannette Soto Segura

**Keywords:** Physical self-concept; gender; adolescence

Autoconcepto y autoconcepto físico se han convertido en dos conceptos necesarios de estudiar en el mundo escolar. Para Rivas (2003) el autoconcepto se origina a partir de factores personales y sociales que se entrecruzan, como son las valoraciones sociales reflejadas en las actitudes y comportamientos de los otros, la comparación de las acciones personales con las de los demás, las autoatribuciones e inferencias sobre las propias acciones y la organización de las valoraciones, en función de la importancia para la construcción del yo global.

Cuando existe una gran discrepancia entre la autoimagen percibida y la ideal, tiene lugar una alta probabilidad de generar en el individuo un incremento de la ansiedad que puede llevarle a crear un autoconcepto realmente negativo y a un preocupante estado depresivo (Marcos, Calvente, Romo, del Río y Palomares, 2013). Este estado concreto puede verse agravado si el autoconcepto ideal del sujeto coincide con el de los otros significativos, es decir, el individuo desearía ser de un determinado modo porque, por ejemplo, sus padres o sus amigos así lo desean también (Ekeland, Heian y Hagen, 2005). El autoconcepto más positivo se logra cuando la persona se describe muy positivamente (autoimagen alta) y, además, ello tiene un gran valor para esta (alta importancia).

Desde los estudios de Shavelson, Hubner y Stanton (1976), se ha adoptado una concepción jerárquica y multidimensional del autoconcepto, en la que se presta atención particularizada a dimensiones como la social, la académica, la personal o la



física, esta es la que ahora nos ocupa. Esta variable física (autoconcepto físico) está muy relacionada con la adopción de conductas saludables (Goñi, Ruiz de Azúa y Rodríguez, [2006](#)).

El autoconcepto físico es uno de los dominios más estudiados, destaca entre los modelos que tratan de explicar su estructura interna, el modelo de cuatro dimensiones (Fox y Corbin, [1989](#); Goñi, [2008](#); Infante, Goñi y Villarroel, [2011](#)), que diferencia las autopercepciones físicas en cuanto a habilidad/competencia, condición física, atractivo y fuerza.

Además, existe un amplio número de investigaciones sobre el autoconcepto físico en los que se emplean cuestionarios multidimensionales (Dieppa, Machargo, Luján y Guillén, [2008](#); Fox y Corbin, [1989](#); Goñi et al., [2006](#); Marsh y Martin, [2011](#)).

En numerosos estudios sobre autoconcepto físico se han analizado las diferencias por sexo, en donde se encontraron reiteradamente que las autopercepciones físicas de los hombres son más altas que las de las mujeres (Esnaola y Zulaika, [2009](#); Hagger, Biddle y Wang, [2005](#); Hayes, Crocker y Kowalski, [1999](#); Infante et al., [2011](#); Klomsten, Skaalvik y Espnes, [2004](#)).

El autoconcepto es muy importante en la construcción de la identidad personal durante la adolescencia. Por lo que es un indicador del bienestar psicológico y un mediador de la conducta, ya que favorece la consecución de metas, tales como el rendimiento académico, los logros sociales, las conductas saludables y la satisfacción con la vida. Durante la adolescencia se adquieren los hábitos que las personas van a desarrollar durante el resto de sus vidas. Uno de estos hábitos es la práctica deportiva, por lo que la adolescencia es un periodo transcendente en la formación del estilo de vida saludable (Palomares et al., [2014](#)). Como señalan estos autores, esta etapa es propicia para adquirir hábitos y un autoconcepto positivo incide en la adquisición de un hábito físico-deportivo activo, de tal manera que el autoconcepto, la práctica deportiva y un estilo de vida saludable están íntimamente relacionados, y las posibles intervenciones educativas sobre estos aspectos durante la adolescencia deben ser muy tenidas en cuenta por los profesionales de la educación en general, y en particular por los profesores de educación física, ya que pueden ser determinantes en el desarrollo personal y social de los individuos (Brewis, Wutich, Faletta-Cowden y Rodríguez-Soto, [2011](#)). Por ello, y teniendo en cuenta las diferencias de sexo definidas en la literatura revisada, el objetivo de este estudio es conocer y determinar el nivel de autoconcepto físico, en relación con cada una de sus dimensiones, en función del sexo de una población media de la cuenca mediterránea, con el objetivo de comprobar si en dicho contexto socio-cultural la tendencia coincide con las investigaciones sobre nuestro objeto de estudio.

## METODOLOGÍA

**Sujetos.** El universo de población lo constituye el alumnado de primer y segundo curso de Educación Secundaria Obligatoria (ESO), de los centros educativos de la ciudad de Jaén, España, con un total de 1352 de amplitud muestral (Consejería Educación Junta de Andalucía, [2011](#)). Nuestra muestra es de 296 alumnos/as con un

rango de edad de entre 12 y 15 años ( $M = 13,03$  años). Lo que supone, según Goetz y Lecompte (1988) y Arkin y Colton (1984), un margen de confianza de 95.5 % y un margen de error de  $\pm 5$  %.

La muestra reflejó la composición natural de los grupos, con una proporción del 50 %, 148 hombres y 148 mujeres fueron los sujetos estudiados. Para la elaboración de los grupos se tuvo en cuenta el curso en que se encontraban matriculados y quedaron encuadrados en dos grupos, por un lado los 157 alumnos y alumnas del 1.º curso de ESO: 74 hombres y 83 mujeres; y del 2.º curso de ESO: 139 participantes (74 hombres y 65 mujeres).

La selección de los participantes se realizó atendiendo a técnicas de estratificación, proporcionalidad y aleatorización en las variables de sexo y edad, en el rango de 12 a 15 años, estudiando las distintas zonas de Jaén; tratando de que de cada una se obtenga muestra de al menos un centro de Educación Secundaria; también se tuvo en cuenta la titularidad del centro, por lo que nuestra muestra está conformada por cuatro centros públicos y dos centros privados-concertados. En cuanto al nivel socio-cultural del alumnado, se caracteriza por ser de origen español predominantemente y clase trabajadora (Consejería Educación Junta de Andalucía, 2011).

En nuestra investigación hemos utilizado el método de muestreo no probabilístico denominado por Carrasco y Calderero (2000) "*muestreo accidental o casual*". Los criterios seguidos para seleccionar a los individuos fueron:

- Abarcar con la muestra todas las zonas de la ciudad.
- Mantener en la muestra una proporción similar a la que existe en la población total en cuanto al tipo de centro: privado, concertado y público.
- Tener posibilidad de acceder a la muestra.
- Que la ciudad respondiera a las características de ciudad media en España.

El concepto de "ciudad media", hace referencia al número de habitantes de los municipios considerados, en el caso de Jaén: 155,000. En España, la dispersión de tamaños de municipio es amplia, con un porcentaje muy alto, de núcleos por debajo de 50.000 habitantes (de los cuales el 50 % no llega a los 500 habitantes) y unos pocos (13) por encima de 300.000, que concentran el 22 % de la población. Toda aquella ciudad entre estos valores puede ser considerada como una "ciudad media". Esto incluye a veinte millones de españoles repartidos en más de 200 municipios (Consejería Educación Junta de Andalucía, 2011).

**Procedimientos.** Se ha realizado una investigación con un diseño de tipo descriptivo, de corte transversal, mediante el cuestionario (Tabla 1) de la escala de autoconcepto físico de Marsh y Southerland (1994) con una estructura factorial consistente de seis dimensiones: concepto de apariencia física, de habilidad física, de fuerza, de equilibrio, de flexibilidad y de resistencia, con una consistencia interna de  $r = 0.70$ . Medido a través de una *escala de Likert* con base en seis opciones: 1 = totalmente en desacuerdo, 2 = en desacuerdo, 3 = más en desacuerdo que de acuerdo, 4 = más de acuerdo que en desacuerdo, 5 = de acuerdo, 6 = totalmente de acuerdo.

Tabla 1

*Cuestionario de Autoconcepto Físico adaptado por Ortega (2010)*

Ítems	Dimensiones
1. La preocupación por tu figura, ¿te ha hecho pensar que deberías hacer ejercicio físico?	Apariencia Física
2. Tengo buena figura para mi edad.	Apariencia Física
3. Creo tener una figura esbelta.	Apariencia Física
4. Tengo buena apariencia física.	Apariencia Física
5. Tengo un rostro agradable.	Apariencia Física
6. Creo que no todos piensan que tengo un buen aspecto.	Apariencia Física
7. Tengo mejor aspecto físico que la mayoría de mis amigos.	Apariencia Física
8. Soy torpe para hacer actividad física.	Habilidad Física
9. Detesto las cosas relacionadas con el ejercicio físico	Habilidad Física
10. Puedo hacer ejercicio físico por largo rato sin parar.	Habilidad Física
11. Disfruto las actividades relacionadas con el ejercicio físico.	Habilidad Física
12. Soy bueno en actividades relacionadas con el ejercicio.	Habilidad Física
13. Si puedo, evito participar en toda actividad deportiva.	Habilidad Física
14. Soy perezoso cuando hay que hacer ejercicio físico.	Habilidad Física
15. Soy mejor que muchos de mis amigos con relación al ejercicio físico.	Habilidad Física
16. Soy más fuerte que la mayoría de mis amigos.	Fuerza
17. Me hace falta fuerza para hacer ejercicio físico.	Fuerza
18. Soy una persona físicamente fuerte.	Fuerza
19. Soy débil para realizar ejercicio físico.	Fuerza
20. Tengo poca musculatura.	Fuerza
21. Obtendría una buena calificación en pruebas de equilibrio.	Equilibrio
22. Me caigo fácilmente cuando pierdo el equilibrio.	Equilibrio
23. Bajo cualquier circunstancia puedo mantener el equilibrio.	Equilibrio
24. Difícilmente pierdo el equilibrio.	Equilibrio
25. Me es difícil moverme en diferentes direcciones.	Equilibrio
26. Me considero suficientemente flexible.	Flexibilidad
27. Soy realmente poco flexible.	Flexibilidad
28. Puedo mover con rapidez y flexibilidad las diferentes partes de mi cuerpo	Flexibilidad
29. Obtendría buena calificación en un test de flexibilidad.	Flexibilidad
30. Tengo la flexibilidad suficiente para hacer actividad física.	Flexibilidad
31. Tengo poca resistencia para el ejercicio físico.	Resistencia
32. Puedo resistir por largo rato el esfuerzo que implica el ejercicio físico.	Resistencia
33. Me canso con facilidad cuando hago ejercicio físico.	Resistencia
34. Difícilmente me canso cuando hago ejercicio físico.	Resistencia
35. Apenas si he empezado a trotar cuando ya me siento cansado.	Resistencia

Fuente: elaboración propia basado en Ortega (2010).



Para el correspondiente estudio estadístico se utilizó el programa estadístico SPSS 15.0, que nos determinó los valores descriptivos (medias y desviación típica). Para establecer las diferencias entre los grupos estudiados se usa la prueba de Kolmogorov-Smirnov y la de igualdad de varianzas de Levene, para indicarnos, al verificarse la distribución normal de los ítems y no existir diferencias entre las varianzas, que es procedente efectuar las pruebas paramétricas, con la utilización de la T-Student para conocer las diferencias entre ambos colectivos. Finalmente, para comprobar el tipo de relación existente entre los ítems, se ha aplicado el análisis de correlación bivariada de Pearson, con un valor exigido de significatividad de  $p \leq 0.05$ .

Este artículo es parte de una investigación más amplia, la cual fue aprobada por el comité de ética, establecido por la Universidad de Granada de acuerdo con la legislación española vigente (Ley Orgánica 15/1999). Además, a nivel ético se siguieron las directrices de la Declaración de Helsinki (2008).

## RESULTADOS

Para analizar el nivel de autoconcepto físico, así como el nivel de este en relación con cada una de sus dimensiones en función del sexo, presentamos los siguientes resultados:

**Autoconcepto físico y sus dimensiones.** En la Tabla 2 se muestran las puntuaciones medias y desviaciones típicas de cada uno de los ítems que componían el cuestionario. El ítem 11, destaca por ser el más valorado por el alumnado: “Disfruto las actividades relacionadas con el ejercicio físico”, con una puntuación de 4,75. El siguiente ítem mejor puntuado es el 2. “Tengo una buena figura para mi edad”, con una puntuación de 4,38.

Los siguientes ítems: 5: “Tengo un rostro agradable” y el 15: “Soy mejor que muchos de mis amigos con relación al ejercicio físico”, reciben también una puntuación alta de 4,30.

Los ítems 2 y 5 pertenecen a la dimensión apariencia física y los ítems 11 y 15 a la dimensión habilidad física.

Por el contrario, el ítem con menor puntuación es el ítem 25. “Me es difícil moverme en diferentes direcciones”, perteneciente a la dimensión equilibrio.

También reciben bajas puntuaciones los ítems 9: “Detesto las cosas relacionadas con el ejercicio físico” y el 13: “Si, puedo evito participar en toda actividad deportiva”, con unas puntuaciones de 1,88 y 1,91 respectivamente. Ambos forman parte de la dimensión habilidad física. Puntuaciones mínimas que concuerdan con la puntuación máxima del ítem 11, anteriormente nombrado.

También, destaca como ítem poco valorado el 35: “Apenas si he empezado a trotar cuando ya me siento cansado”, de la dimensión resistencia.

Tabla 2

*Descriptivos de los ítems del autoconcepto físico*

Ítems	Mínimo	Máximo	Media	Desv. típica
I.1	1	6	2,89	1,93
I.2	1	6	4,38	1,57
I.3	1	6	3,63	1,69
I.4	1	6	4,04	1,58
I.5	1	6	4,30	1,50
I.6	1	6	3,45	1,69
I.7	1	6	2,93	1,49
I.8	1	6	2,21	1,62
I.9	1	6	1,88	1,49
I.10	1	6	4,01	1,85
I.11	1	6	4,75	1,61
I.12	1	6	4,30	1,63
I.13	1	6	1,91	1,50
I.14	1	6	2,11	1,55
I.15	1	6	3,37	1,70
I.16	1	6	2,96	1,58
I.17	1	6	2,47	1,53
I.18	1	6	3,30	1,63
I.19	1	6	2,04	1,40
I.20	1	6	2,82	1,61
I.21	1	6	3,98	1,56
I.22	1	6	2,19	1,37
I.23	1	6	3,64	1,55
I.24	1	6	3,24	1,74
I.25	1	6	1,76	1,20
I.26	1	6	3,47	1,67
I.27	1	6	2,56	1,61
I.28	1	6	4,03	1,53
I.29	1	6	3,54	1,63
I.30	1	6	4,22	1,53
I.31	1	6	2,45	1,53
I.32	1	6	4,08	1,63
I.33	1	6	2,49	1,53
I.34	1	6	3,50	1,75
I.35	1	6	1,92	1,32

Fuente: elaboración propia.

**Autoconcepto físico y sus dimensiones en función del sexo.** En la Tabla 3 se observa que de los 35 ítems del cuestionario, los hombres puntúan por encima de ellas en diecinueve y las mujeres en dieciséis por encima de ellos. Asimismo, es necesario destacar que de esos diecinueve ítems en que los hombres puntúan más alto, dieciocho reflejan aspectos positivos del autoconcepto físico. El único ítem negativo en el que ellos superan a las mujeres es el 27: "Soy realmente poco flexible",

-7-



Esta obra está bajo una

Licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional



de la dimensión flexibilidad. Contrariamente, de los dieciséis ítems en los que las mujeres están por encima en puntuación, catorce reflejan aspectos negativos del autoconcepto y el ítem 5: "Tengo un rostro agradable", de la dimensión apariencia física y 29: "Obtendría buena calificación en un test de flexibilidad" de la dimensión flexibilidad, aspectos positivos.

Tabla 3

*Descriptivos de los ítems del autoconcepto físico en función del sexo*

Ítems	Femenino			Masculino		
	Media	Desv. típica	Error típ. de la media	Media	Desv. típica	Error típ. de la media
I.1	3,28	1,94	,16	2,51	1,85	,15
I.2	4,37	1,50	,12	4,38	1,65	,13
I.3	3,52	1,66	,13	3,73	1,73	,14
I.4	3,93	1,46	,12	4,14	1,69	,14
I.5	4,32	1,47	,12	4,28	1,53	,12
I.6	3,79	1,65	,13	3,11	1,66	,13
I.7	2,70	1,38	,11	3,16	1,56	,12
I.8	2,64	1,69	,14	1,77	1,42	,11
I.9	2,09	1,50	,12	1,68	1,45	,12
I.10	3,47	1,74	,14	4,55	1,80	,14
I.11	4,38	1,58	,13	5,12	1,57	,12
I.12	3,84	1,55	,12	4,76	1,59	,13
I.13	2,22	1,56	,12	1,60	1,37	,11
I.14	2,39	1,65	,13	1,83	1,40	,11
I.15	2,82	1,55	,12	3,91	1,66	,13
I.16	2,44	1,39	,11	3,49	1,58	,13
I.17	2,53	1,45	,12	2,41	1,61	,13
I.18	2,66	1,40	,11	3,94	1,60	,13
I.19	2,30	1,46	,12	1,77	1,28	,10
I.20	3,25	1,56	,12	2,40	1,55	,12
I.21	3,84	1,56	,12	4,13	1,55	,12
I.22	2,22	1,31	,10	2,16	1,44	,11
I.23	3,57	1,51	,12	3,71	1,60	,13
I.24	3,15	1,66	,13	3,33	1,82	,15
I.25	1,78	1,19	,09	1,74	1,21	,10
I.26	3,45	1,60	,13	3,49	1,75	,14
I.27	2,53	1,63	,13	2,58	1,59	,13
I.28	3,89	1,49	,12	4,18	1,56	,12
I.29	3,55	1,63	,13	3,53	1,63	,13
I.30	4,11	1,43	,11	4,32	1,61	,13
I.31	2,74	1,52	,12	2,16	1,49	,12
I.32	3,78	1,47	,12	4,39	1,73	,14
I.33	2,73	1,57	,13	2,24	1,46	,12
I.34	3,22	1,61	,13	3,78	1,84	,15
I.35	2,05	1,34	,11	1,80	1,30	,10

Fuente: elaboración propia

La puntuación más alta obtenida por los hombres es 5,12 en el ítem 11: “Disfruto de las actividades relacionadas con el ejercicio físico”, seguido por los ítems 12: “Soy bueno en actividades relacionadas con el ejercicio” y el 32: “Puedo resistir por largo rato el esfuerzo que implica el ejercicio físico”, con puntuaciones medias superiores a 4,5 en ambos casos. Estos tres ítems pertenecen a la dimensión habilidad física.

La puntuación más elevada de las mujeres es 4,38, la cual coincide en este caso con ellos en el ítem 11. A continuación aparecen los ítems 2: “Tengo buena figura para mi edad” y 5: “Tengo un rostro agradable”, pero con puntuaciones inferiores a 4,5; 4,37 y 4,32 respectivamente. Estos ítems corresponden a la dimensión apariencia física.

El ítem 13: “Si puedo, evito participar en toda actividad deportiva”, es el menos valorado por los hombres con una puntuación de 1,60. Otros ítems poco valorados con puntuaciones inferiores a 2 puntos son: el 8: “Soy torpe para hacer actividad física”, 9: “Detesto las cosas relacionadas con el ejercicio”, el 14: “Soy perezoso cuando hay que hacer ejercicio físico”, 19: “Soy débil para realizar ejercicio físico”, 25: “Me es difícil moverme en distintas direcciones” y 35: “Apenas si he empezado a trotar cuando ya me siento cansado”.

Estos dos últimos ítems, el 25 y el 35, igualmente obtienen la puntuación más baja por parte de las mujeres, 1,78 el primero y 2,05 el segundo. También son poco valorados por ellas los ítems 9: “Detesto las cosas relacionadas con el ejercicio físico”, con 2,09, el ítem 13: “Si puedo evito participar en toda actividad deportiva” y el ítem 22: “Me caigo fácilmente cuando pierdo el equilibrio”, con 2,22, el 19: “Soy débil para realizar ejercicio físico”, con 2,30 y el 45: “Soy perezoso cuando hay que hacer ejercicio físico” con 2,39.

Al realizar el análisis de contraste (Tabla 4), este indica que en un total de diecisiete ítems existe diferencia significativa por sexo. Concretamente, en los ítems 2, 6, 8, 9, 13, 14, 19, 20 y 31, son de valoración negativa del autoconcepto, las mujeres están significativamente por encima de ellos. En los ítems 10, 11, 12, 15, 16, 18, 32 y 34, de valoración positiva del autoconcepto, los hombres están significativamente por encima de ellas.

Al tener en cuenta las dimensiones del autoconcepto físico existe diferencia significativa por sexo en todos los ítems de la dimensión habilidad física, en todos los ítems excepto uno en la dimensión fuerza y en la dimensión resistencia en más de la mitad de los ítems.

En las dimensiones equilibrio y flexibilidad no se da ninguna diferencia significativa por sexo y en la mayoría de los ítems de la dimensión de apariencia física tampoco.

## DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

El objetivo de este estudio ha sido analizar los niveles de autoconcepto físico de la muestra en sus distintas dimensiones y comparar los resultados en función del sexo.

Tabla 4  
*Estadística de contraste*

Ítems	Diferencias más extremas			Z de Kolmogorov-Smirnov	Sig. asintót. (bilateral)
	Absoluta	Positiva	Negativa	Absoluta	Positiva
I.1	,203	,000	-,203	1,744	,005
I.2	,088	,088	-,054	,756	,618
I.3	,088	,088	-,007	,756	,618
I.4	,149	,149	-,054	1,279	,076
I.5	,027	,014	-,027	,232	1,000
I.6	,203	,000	-,203	1,744	,005
I.7	,142	,142	,000	1,221	,102
I.8	,297	,000	-,297	2,557	,000
I.9	,196	,034	-,196	1,686	,007
I.10	,338	,338	,000	2,906	,000
I.11	,365	,365	,000	3,139	,000
I.12	,297	,297	-,007	2,557	,000
I.13	,284	,000	-,284	2,441	,000
I.14	,182	,000	-,182	1,569	,015
I.15	,284	,284	,000	2,441	,000
I.16	,277	,277	,000	2,383	,000
I.17	,115	,034	-,115	,988	,283
I.18	,392	,392	,000	3,371	,000
I.19	,196	,000	-,196	1,686	,007
I.20	,264	,000	-,264	2,267	,000
I.21	,115	,115	,000	,988	,283
I.22	,095	,041	-,095	,814	,522
I.23	,068	,068	-,007	,581	,888
I.24	,081	,081	-,007	,697	,715
I.25	,041	,014	-,041	,349	1,000
I.26	,074	,074	-,041	,639	,808
I.27	,054	,054	-,041	,465	,982
I.28	,101	,101	,000	,872	,433
I.29	,027	,020	-,027	,232	1,000
I.30	,115	,115	-,041	,988	,283
I.31	,216	,000	-,216	1,860	,002
I.32	,270	,270	-,014	2,325	,000
I.33	,155	,000	-,155	1,337	,056
I.34	,189	,189	,000	1,627	,010
I.35	,122	,007	-,122	1,046	,224

Fuente: elaboración propia

Esnaola, Goñi y Madariaga (2008) consideran que el autoconcepto tiene un papel decisivo en el desarrollo de la personalidad, puesto que influye en el funcionamiento personal y social. De este modo, la inseguridad que genera un autoconcepto pobre influirá a la hora de desarrollar tareas sometidas a la evaluación

pública. Además, y de forma particular, aquellas personas que no perciban su realidad física como adecuada tendrán cierta sensación de incompetencia que puede generar un impacto considerable en la motivación por practicar actividad física (Brewis et al., [2011](#); Ryan y Deci, [2000](#)).

El alumnado señala su interés hacia el ejercicio físico, este dato es muy positivo, ya que como indican Machargo ([2002](#)) y Schmidt, Valkanover, Roebbers y Conzelmann ([2013](#)), el autoconcepto físico no solo genera construcciones mentales sobre la realidad física de cada persona, sino que provoca una serie de sentimientos, sensaciones y emociones que lleva a tener una asociación más positiva o menos con las dificultades que la práctica física deportiva puede tener asociada. Además, debemos tener en cuenta que posiblemente aquellos que realizan actividad física están sometidos a una mejora constante de su autoconcepto, lo que permite, junto a otros factores, que las percepciones de las barreras para practicarla disminuyan, como señalan Rees, Caird, Dickson, Vigurs y Thomas ([2013](#)).

En general, tanto los hombres como las mujeres piensan que son mucho mejores que sus amigos en el campo de la actividad física y consideran que su capacidad de resistencia no les impide realizarla.

Según autores como Zulaika ([1999](#)), el autoconcepto físico multidimensional constituye un constructo adecuado para explicar aspectos vinculados con la práctica física. De hecho, numerosas investigaciones han identificado que la existencia de una mejor valoración del autoconcepto físico está asociada a la participación en actividades físicas (Contreras, Fernández, García, Palou y Ponseti, [2010](#); Esnaola y Zulaika, [2009](#); Fox y Corbin, [1989](#); Piéron, [2002](#); Rudisill, [1989](#)). Incluso es un factor para tener en cuenta dentro de la clase de educación física y en las actividades extraescolares en general, ya que como señalan Kim, Chiu y Zou ([2010](#)) en numerosos estudios psicológicos, la sobreestimación está asociada negativamente con consecuencias sociales, como por ejemplo, la falta de empatía, alto grado de narcisismo y propensión a la violencia.

El estudio de Richman ([2001](#)) revela que las jóvenes adolescentes que han practicado a edades tempranas algún tipo de actividad deportiva desarrollan una capacidad física y sensaciones más favorables sobre la valoración de su imagen corporal y, presumiblemente, de su autoconcepto físico, que aquellas que no lo han hecho a esas edades.

El alumnado considera que tiene una buena figura para su edad y un rostro agradable, que como señalan Dolan, Hallsworth, Halpern, King y Vlaev ([2010](#)) es síntoma de una perspectiva saludable de uno mismo. Hagger, Ashford y Stambulova ([1998](#)) apuntan que en las mujeres la autoestima se ve influida por la imagen corporal. Esta influencia es debida en gran medida a los modelos de belleza imperantes que se acentúan en las mujeres, aunque sin descartar la influencia que también está ejerciendo cada día más sobre los hombres (Dieppa et al., [2008](#)).

En nuestro grupo aparece un efecto de normalización (Johnson, Cooke, Croker y Wardle, [2008](#); Murphy, Pettingell y Wagman, [2010](#)) es decir, los muchachos se perciben más similares entre sí, debido en gran medida a que los modelos de belleza no les afecten tan profundamente como a las chicas y se perciben más homogéneos

entre ellos desde el punto de vista de la rivalidad física.

También, coincidiendo con Schneider, Dunton, y Cooper (2008) nuestro alumnado también declara mayoritariamente disfrutar de las actividades físicas relacionadas con el ejercicio, y son los muchachos quienes contestan con más rotundidad de manera afirmativa. El autoconcepto, y en concreto el autoconcepto físico, tiene repercusiones en el compromiso hacia la práctica física, dado que la sensación de competencia o la apariencia física pueden ser facilitadores u obstaculizadores del acceso a estas tareas. Percepciones negativas sobre la realidad física de la persona pueden suponer pérdida de autoestima, seguridad y decisión a la hora de afrontar tareas determinadas (Puhl y Heuer, 2009; Puhl y Latner, 2007).

En nuestro caso, a los muchachos les gusta más que a las muchachas las actividades relacionadas con el ejercicio y se sienten capacitados para realizarlas. La valoración del autoconcepto físico de las muchachas es inferior al de los muchachos en todas sus dimensiones, en lo cual se coincide con Moreno, Cervelló y Moreno (2008), Wijga, A. *et al.* (2010) en donde podría tener relación con niveles más bajos de salud mental. De esta investigación, por ejemplo, podemos deducir que los muchachos obtienen mayores puntuaciones que ellas en todo lo relacionado con la fuerza. Los resultados concuerdan con los de otros estudios que muestran que los hombres se perciben más positivamente en relación con el autoconcepto físico, por lo que se sienten más a gusto con su aspecto y presentan menos complejos con su cuerpo (Dieppa *et al.*, 2008; Fernández, Juan, Marcó, y de Gracia, 1999; Ruiz de Azúa, Goñi y Rodríguez, 2005). Videra y Reigal (2013), en uno de sus trabajos examinaron las relaciones entre el autoconcepto físico, percepción de salud y satisfacción vital, en una muestra de adolescentes, en el cual los resultados indicaron que los hombres tenían mejor percepción de autoconcepto físico que las mujeres.

En relación con la percepción de salud, el trabajo destaca diferencias significativas en función del sexo, en donde los hombres tienen una mejor valoración de la misma. Diversos estudios han señalado que el sexo es una variable que discrimina la percepción de la salud entre las personas, de tal manera que es más favorable en hombres que en mujeres y se hace patente en todas las edades, aunque el fenómeno sea más evidente cuando se alcanza una edad madura (Abellán, 2003; Dorak, 2011; García, Matute, Tifner, Galliza y Gil-Lacruz, 2007).

En este orden de ideas, es evidente la influencia del autoconcepto físico sobre los motivos que impiden realizar práctica física, puesto que señala la relevancia que tiene la realidad física en una etapa tan crítica como es la adolescencia (Mahamud, Tuero y Márquez, 2005; Contreras *et al.*, 2010; Weiss y Amorose, 2008). Esto sugiere que cuando se plantean estrategias motivacionales hacia la participación en actividades físicas, se tenga en cuenta esta variable, dado que pueden considerarse como determinantes en la elección y mantenimiento de las mismas (Revuelta y Esnaola, 2011).

Concluimos que es muy significativa la pormenorización por sexo, en la determinación de los niveles de autoconcepto físico del alumnado del primer y segundo curso de ESO de la ciudad de Jaén, ya que se han hallado datos que indican la relevancia que tiene el género en el estudio del autoconcepto físico en sus

diferentes dimensiones. Este señala a los factores internos como determinantes claves para una evaluación positiva del bienestar, el estilo de vida y contribuir a un desarrollo positivo de la personalidad. De esta manera, se deben tener en cuenta estos factores, en relación con el género, a la hora de planificar las actividades físicodeportivas formales e informales del contexto sociocultural estudiado. Sin embargo, existen limitaciones con respecto a la muestra, para poder realizar generalizaciones más amplias sobre la población española.

## REFERENCIAS

- Abellán, A. (2003). Percepción del estado de salud. *Revista Mutidisciplinar de Gereontología*, 13(5), 340-342. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=784776>
- Arkin, H., y Colton, R. (1984). *An outline of statistical methods as applied to economics, business, education, social and physical science*. Recuperado de [https://books.google.co.cr/books/about/An\\_outline\\_of\\_statistical\\_methods.html?id=3oFRAAAAMAAJ&redir\\_esc=y](https://books.google.co.cr/books/about/An_outline_of_statistical_methods.html?id=3oFRAAAAMAAJ&redir_esc=y)
- Brewis, A., Wutich A., Faletta-Cowden, A., y Rodriguez-Soto I. (2011). Body norms and fat stigma in a global perspective. *Current Anthropology*, 52(2), 269-276. doi: <http://dx.doi.org/10.1086/659309>
- Carrasco, J., y Calderero, J. (2000). *Aprendo a investigar en educación*. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/libro?codigo=51105>
- Consejería Educación Junta de Andalucía (2011). Alumnado Escolarizado en el Sistema Educativo Andaluz. Recuperado de <http://www.juntadeandalucia.es/educacion/>
- Contreras, O. R., Fernández, J.G., García, L.M., Palou, P., y Ponseti, J. (2010). El autoconcepto físico y su relación con la práctica deportiva en estudiantes adolescentes. *Revista de Psicología del Deporte*, 19(1), 23-39. Recuperado de <http://www.rpd-online.com/article/view/627>
- Declaración de Helsinki (2008) en Asociación Médica Mundial (2001). Declaración de Helsinki Principios éticos para las investigaciones médicas en seres humanos. 52ª Asamblea General de Edimburgo, Escocia. Octubre de 2000 [versión en línea]. *Revista Gaceta Médica de México*, 137(4), 387-390. Recuperado de <http://new.medigraphic.com/cgi-bin/resumen.cgi?IDARTICULO=8294>
- Dieppa, M., Machargo, J., Luján, I., y Guillén, F. (2008). Autoconcepto general y físico en jóvenes españoles y brasileños que practican actividad física vs. no practicantes. *Revista de Psicología del Deporte*, 17(2), 221-239. Recuperado de <http://www.rpd-online.com/article/view/8>



- Dolan, P., Hallsworth, M., Halpern D., King, D., y Vlaev I. (2010). *MINDSPACE: Influencing behaviour through public policy*. Recuperado de <http://www.instituteforgovernment.org.uk/sites/default/files/publications/MINDSPACE.pdf>
- Dorak, F. (2011). Self-esteem and body image of Turkish adolescent girls. *Social behavior and personality*, 39(4), 553-562. doi: <http://dx.doi.org/10.2224/sbp.2011.39.4.553>
- Ekeland, E., Heian, F., y Hagen, K. (2005). Can exercise improve self esteem in children and young people? A systematic review of randomised controlled trials. *Br J Sports Med*, 39(11), 792-798. doi: <http://dx.doi.org/10.1136/bjsm.2004.017707>
- Esnaola, I., y Zulaika, L. M. (2009). Physical activity and physical self-concept in a sample of middle-aged Basque adults. *Perceptual and Motor Skills*, 108(2), 479-490. doi: 10.2466/pms.108.2.479-490.
- Esnaola, I., Goñi, A. y Madariaga, J. M.<sup>a</sup> (2008). El autoconcepto: perspectivas de investigación. *Journal of Psychodidactics*, 13(1), 179-194. Recuperado de <http://www.ehu.es/ojs/index.php/psicodidactica/article/view/231>
- Fernández, M. J., Juan, J., Marcó, M., y de Gracia, M. (1999). Autoconcepto físico, modelo estético e imagen corporal en una muestra de adolescentes. *Psiquis: Revista de Psiquiatría, Psicología Médica y Psicosomática*, 20(1), 27-38. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=59071>
- Fox, K. R., y Corbin, C.B. (1989). The physical self-perception profile: Development and preliminary validation. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 11(4), 408-430. Recuperado de <http://journals.humankinetics.com/jsep-back-issues/JSEPVOLUME11Issue4December/ThePhysicalSelfPerceptionProfileDevelopmentandPreliminaryValidation>
- García, Y., Matute, S., Tifner, S., Gallizo, M.E., y Gil-Lacruz, M. (2007). Sedentarismo y percepción de la salud: Diferencias de género en una muestra aragonesa. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y Deportiva*, 7(28), 344-358. Recuperado de <http://cdeporte.rediris.es/revista/revista28/artgenero70.htm>
- Goetz, J., y Lecompte, M. (1988). *Etnografía y diseño cualitativo en investigación educativa*. Recuperado de [https://books.google.es/books/about/Etnograf%C3%ADa\\_y\\_dise%C3%B1o\\_cualitativo\\_en\\_inv.html?id=iWpN2nsx9QgC&hl=es](https://books.google.es/books/about/Etnograf%C3%ADa_y_dise%C3%B1o_cualitativo_en_inv.html?id=iWpN2nsx9QgC&hl=es)
- Goñi, A. (2008). *El autoconcepto físico: Psicología y educación*. Recuperado de [https://books.google.co.cr/books/about/El\\_autoconcepto\\_f%C3%ADsico.html?id=VP1rPgAACAAJ&redir\\_esc=y](https://books.google.co.cr/books/about/El_autoconcepto_f%C3%ADsico.html?id=VP1rPgAACAAJ&redir_esc=y)



- Goñi, A., Ruíz de Azúa, S., y Rodríguez, A. (2006). *Manual del Cuestionario de Autoconcepto Físico (CAF)*. Recuperado de <http://www.psikor.es/index.php/publicaciones/cuestionarios>
- Hagger, M. S., Biddle, S. J. H., y Wang, C. K. J. (2005). Physical self-concept in adolescence: generalizability of a multidimensional, hierarchical model across gender and grade. *Educational and Psychological Measurement*, 65(2), 297-322. doi: <http://dx.doi.org/10.1177/0013164404272484>
- Hagger, M., Ashford, B., y Stambulova, N. (1998). Russian and British children's physical self-perceptions and physical activity participation. *Pediatric Exercise Science*, 10(2), 137-152. Recuperado de <http://journals.humankinetics.com/pes-back-issues/PESVolume10Issue2May/RussianandBritishChildrensPhysicalSelfPerceptionsandPhysicalActivityParticipation>
- Hayes, S. D., Crocker, P. R., y Kowalski, K. (1999). Gender differences in physical self-perceptions, global self-esteem and physical activity: Evaluation of physical self-perception profile model. *Journal of Sport Behavior*, 22(1), 1-14. Recuperado de [https://www.researchgate.net/publication/285013727\\_Gender\\_differences\\_in\\_physical\\_self-perceptions\\_global\\_self-esteem\\_and\\_physical\\_activity\\_Evaluation\\_of\\_the\\_physical\\_self-perception\\_profile\\_model](https://www.researchgate.net/publication/285013727_Gender_differences_in_physical_self-perceptions_global_self-esteem_and_physical_activity_Evaluation_of_the_physical_self-perception_profile_model)
- Infante, G., Goñi, A., y Villarroel, J.D. (2011). Actividad física y autoconcepto, físico y general, a lo largo de la edad adulta. *Revista de Psicología del Deporte*, 20(2), 429-444. <http://www.rpd-online.com/article/view/749>
- Johnson, F., Cooke, L., Croker, H., y Wardle, J. (2008). Changing perceptions of weight in Great Britain: comparison of two population surveys. *British Medical Journal*. Recuperado de <http://dx.doi.org/10.1136/bmj.a494>
- Kim, Y.H., Chiu, C.Y., y Zou, Z. (2010). Know thyself: misperceptions of actual performance undermine achievement motivation, future performance, and subjective well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 99(3), 395-409. doi: <http://dx.doi.org/10.1037/a0020555>
- Klomsten, A.T., Skaalvik, E.M., y Espnes, G.A. (2004). Physical self-concept and sports: do gender differences still exist?. *Sex Roles*, 50(1), 119-127. Recuperado de: <http://link.springer.com/article/10.1023%2FB%3ASERS.0000011077.10040.9a#/page-1>
- Ley Orgánica 15/1999 de Protección de Datos de Carácter Personal, Boletín Oficial del estado español. (1999). Recuperado de <https://www.boe.es/buscar/doc.php?id=BOE-A-1999-23750>

- Machargo, J. (2002). Autoconcepto físico y dilemas corporales de la ciudadanía adolescente. *Revista Psicosocial*, 2, 1-25.
- Mahamud, J., Tuero, C., y Márquez, S. (2005). Características psicológicas relacionadas con el rendimiento: comparación ente los requerimientos de los entrenadores y la percepción de los deportistas. *Revista de Psicología del Deporte*, 14(2), 237-25. Recuperado de <http://www.rpd-online.com/article/view/183>
- Marcos,J., Calvente, M., Romo, N., del Río, M. y Palomares, J. (2013). Performing masculinity, influencing health: a mixed-methods qualitative study in Spanish young males. *Journal Global Health Action*, 6. doi: <http://dx.doi.org/10.3402/gha.v6i0.21134>
- Marsh, H. W., y Martin, A. J. (2011). Academic self-concept and academic achievement: Relations and causal ordering. *British Journal of Educational Psychology*, 81(1), 59-77. doi: <http://dx.doi.org/10.1348/000709910X503501>
- Marsh, H.W., y Sutherland, R. (1994). A multidimensional physical self-concept and its relations to multiple components of physical fitness. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 16(1), 43-55. Recuperado de <http://journals.humankinetics.com/jsep-back-issues/JSEPVOLUME16Issue1March/AMultidimensionalPhysicalSelfconceptandItsRelationstoMultipleComponentsofPhysicalFitness>
- Moreno, J.A., Cervelló, E., y Moreno, R. (2008). Importancia de la práctica físico-deportiva y del género en el autoconcepto físico de los 9 a los 23 años. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 8(1), 171-183. Recuperado de [http://www.aepc.es/ijchp/articulos\\_pdf/ijchp-271.pdf](http://www.aepc.es/ijchp/articulos_pdf/ijchp-271.pdf).
- Moreno, J. A; Moreno, R. Cervelló,E. (2007) El autoconcepto físico como predictor de la intención de ser físicamente activo. *Psicología y Salud*, Vol. 17, Núm. 2: 261-267. Recuperado de <http://www.um.es/univefd/PS.pdf>
- Murphy E, N., Pettingell, S., y Wagman, I. (2010). Where perception meets reality: self-perception of weight in overweight adolescents. *Pediatrics*, 125(3), 452-458. doi: <http://dx.doi.org/10.1542/peds.2009-0185>
- Ortega, M.A. (2010). *Relación entre la insatisfacción con la imagen corporal, autoestima, autoconcepto físico y la composición corporal en el alumnado de primer ciclo de Educación Secundaria de la ciudad de Jaén* (Tesis Doctora). Recuperada de <http://digibug.ugr.es/bitstream/10481/19727/1/18947761.pdf>
- Palomares, J., Cimarro, J., Cepero, M., Torres, B., Estevez, M., y Martinez, R. (2014). Entre la teoría y la realidad: opiniones y creencias del profesorado sobre la transmisión y fomento de los hábitos saludables, a través del deporte y el juego, en la compleja relación escuela-familia. *Profesorado*, 18(2), 135-151. Recuperado de <http://www.ugr.es/local/recfpro/rev182ART8.pdf>

- Piéron, M. (2002). *Estudi sobre els hàbits esportius del sescolars d'Andorra*. Ministeri d'Educació, Joventut Esports, Govern d'Andorra.
- Puhl, R., y Latner, J. (2007). Stigma, obesity, and the health of the nation's children. *Psychological Bulletin*, 133(4), 557-580. <http://dx.doi.org/10.1037/0033-2909.133.4.557>
- Puhl, R.M., y Heuer, C.A. (2009). The stigma of obesity: a review and update. *Obesity*, 17(5), 941-964. doi: <http://dx.doi.org/10.1038/oby.2008.636>
- Rees, R., Caird, J., Dickson, K., Vigurs, C., y Thomas, J. (2013). *The views of young people in the UK about obesity, body size, shape and weight: a systematic review* (Report). Recuperado del sitio web Social Science Research Unit, Institute of Education, University of London: <http://eppi.ioe.ac.uk/cms/LinkClick.aspx?fileticket=evD07mSITvE%3D&tabid=3395>
- Revuelta, L., y Esnaola, I. (2011). Clima familiar y autoconcepto físico en la adolescencia. *European Journal of Education and Psychology*, 4(1), 19-31. <http://www.redalyc.org/pdf/1293/129318734002.pdf>
- Richman, E. L. (2001). *Girls' self-construction: Influence of early sport participation on self-esteem in late adolescence*. University of Georgia.
- Rivas, M. (2003). *Eficacia de los microgrupos en el aprendizaje curricular y en el fomento de integración sociocultural* (Documentos de trabajo, 6). Recuperado del sitio web de Comunidad de Madrid, Viceconsejería de Educación: [http://www.madrid.org/cs/BlobServer?blobkey=id&blobwhere=1220443154641&blobheader=application%2Fpdf&blobheadervalue1=filename%3DWT+06\\_microgrupos\\_web.pdf&blobcol=urldata&blobservice=MungoBlobs](http://www.madrid.org/cs/BlobServer?blobkey=id&blobwhere=1220443154641&blobheader=application%2Fpdf&blobheadervalue1=filename%3DWT+06_microgrupos_web.pdf&blobcol=urldata&blobservice=MungoBlobs)
- Rudisill, M.E. (1989). Influence of perceived competence and causal dimension orientation on expectations, persistence, and performance during perceived failure. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 60(2), 166-175. doi: <http://dx.doi.org/10.1080/02701367.1989.10607432>
- Ruiz de Azúa, S., Goñi, A., y Rodríguez, A. (2005). Variables socioculturales en la construcción del autoconcepto físico. *Cultura y Educación*, 17(3), 225-238. <http://dx.doi.org/10.1174/113564005774462582>
- Ryan, R. M., y Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development and well-being. *American Psychologist*, 55(1), 68-78. doi: <http://dx.doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.68>
- Schmidt, M., Valkanover, S., Roebbers, C., y Conzelmann, A. (2013). Promoting a functional physical self-concept in physical education: Evaluation of a 10-week intervention. *European Physical Education Review*, 19(2), 232-255. <http://dx.doi.org/10.1177/1356336X13486057>



- Schneider, M., Dunton, G. F., y Cooper, D. M. (2008). Physical activity and physical self-concept among sedentary adolescent females: An intervention study. *Psychology of Sport and Exercise*, 9(1), 1-14. <http://dx.doi.org/10.1016/j.psychsport.2007.01.003>
- Shavelson, R. L., Hubner, J. L., y Stanton, G. C. (1976). Self concept validation of construct integrations. *Review of Educational Research*, 46(3), 407-441. <http://dx.doi.org/10.3102/00346543046003407>
- Videra, A., y Reigal, R. (2013). Autoconcepto físico, percepción de salud y satisfacción vital en una muestra de adolescentes. *Anales de Psicología*, 29(1), 141-147. <http://revistas.um.es/analesps/article/view/analesps.29.1.132401>
- Weiss, M.R., y Amorose, A.J. (2008). Motivational orientations and sport behavior. En: Horn TS (Ed.), *Advances in Sport Psychology* (3ª ed.)(pp. 115–155). Recuperado de <http://www.humankinetics.com/products/all-products/advances-in-sport-psychology-3rd-edition>
- Wijga, A., Scholtens, S., Bemelmans, W., de Jongste, J., Kerkhof, M., Schipper, ... Smit, H. (2010). Comorbidities of obesity in school children: a cross-sectional study in the PIAMA birth cohort. *BMC Public Health*, 10,184. doi: <http://dx.doi.org/10.1186/1471-2458-10-184>
- Zulaika, L. (1999). Educación Física y mejora del autoconcepto. Revisión de la investigación. *Revista de Psicodidáctica*, 8, 101-120. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=17500809>

**Participación:** A- Financiamiento, B- Diseño del estudio, C- Recolección de datos, D- Análisis estadístico e interpretación de resultados, E- Preparación del manuscrito.