Un estudio revela que a los estudiantes brillantes sí les gusta la educación física

07/09/2015

Una investigación que ha analizado el sedentarismo, el ejercicio físico y el rendimiento académico en más de 4000 adolescentes españoles revela que, al contrario de lo que se tiende a pensar, a los estudiantes con mejores notas les gusta la asignatura de educación física

El trabajo, en el que participa la Universidad de Granada, muestra cómo a los chicos les agrada en mayor proporción que a las chicas

La idea de que a los alumnos y alumnas con mejores notas no les gusta la educación física es un mito. Así lo revela una investigación a gran escala en la que se han estudiado a más de 4000 estudiantes españoles de entre 6 y 18 años.

El trabajo engloba tres estudios (AVENA, AFINOS y UP&DOWN) con los que se evaluó el sedentarismo y el ejercicio físico en diferentes grupos de adolescentes, en relación con su rendimiento académico. Tan solo en el estudio UP&DOWN se ha encontrado que las chicas que obtienen mejores resultados muestran menor interés por la educación física.

La principal diferencia encontrada entre chicos y chicas es que ellos realizan más actividad física que ellas, y les gusta más la asignatura comúnmente conocida como ‘gimnasia’. Esto se comprueba en los tres estudios, donde más de la mitad de los varones afirma que les agrada (56% en AVENA, 60% en AFINOS y 65,4% en UP&DOWN), mientras que, entre las adolescentes, el porcentaje siempre es menor (49%, 48% y 57% respectivamente).

Otro dato que revela el trabajo –publicado en la revista Nutrición Hospitalaria– es que ha aumentado el número de estudiantes a los que les gusta la disciplina. El estudio

Copyright© 2025 Universidad de Granada

AVENA se llevó a cabo entre 2000 y 2002, y encontró que a un 9% (entre chicos y chicas) les disgustaba. Con AFINOS, realizado en 2007 y 2008, la cifra bajaba hasta el 8,2% mientras que en el último trabajo, UP&DOWN, de 2011 y 2012, el porcentaje disminuía al 7,3%.

“A lo largo de los tres estudios se observa una disminución de un 2% de respuestas negativas, mientras que se incrementó el número de jóvenes a los que les agradaba la asignatura en más de un 8%”, afirman los investigadores.

Los autores reconocen que la educación física tiende a ser considerada como una disciplina no relevante para los alumnos, a pesar de que el ejercicio físico es uno de los mayores condicionantes del estado de salud.

“La educación física no solo proporciona herramientas de actividad física que inculcan el gusto por el ejercicio de manera habitual y reglada; también infunde valores importantes en el desarrollo intelectual, psicológico y físico de los escolares, como el esfuerzo, la disciplina, el trabajo en equipo y el afán de superación”, señalan los investigadores.

Miles de jóvenes bajo estudio

Los tres trabajos analizaron diferentes parámetros de los estudiantes. AVENA se orientó a la situación nutricional y metabólica de adolescentes entre los 13 y los 18 años, determinando, en una muestra de 1750 jóvenes, aspectos relacionados con la obesidad, el sobrepeso, la anorexia-bulimia, los niveles de inflamación y el estado físico, junto al rendimiento cognitivo. Los jóvenes vivían en Granada, Madrid, Murcia, Santander y Zaragoza.

Por su parte, AFINOS se orientó a determinar los factores de riesgo cardiovascular y la existencia de alergias e infecciones de un total de 2400 jóvenes entre los 13 y los 17 años de la Comunidad de Madrid, según su actividad física.

En este estudio y en UP&DOWN, el rendimiento académico se valoró con las notas de Matemáticas y Lengua. Finalmente, UP&DOWN se llevó a cabo en 2000 menores de entre 6 y 15 años de Cádiz y Madrid, así como en un colectivo de otros 200 jóvenes con síndrome de Down, para determinar los condicionantes psicológicos, las características de salud mental, enfermedades cardiovasculares y metabólicas, en función de los hábitos de ejercicio físico y sedentarismo en esta población.

En la investigación han participado la Universidad de Granada, la Complutense de Madrid, la Autónoma de Madrid, el Instituto de Ciencia y Tecnología de Alimentos y Nutrición (CSIC), la Universidad de Zaragoza y la Universidad de Cantabria.

Copyright© 2025 Universidad de Granada

Referencia bibliográfica:

Laura Cañadas, Irene Esteban-Cornejo, Francisco B. Ortega, Sonia Gómez-Martínez, José Antonio Casajús, María Jesús Cabero, María E. Calle, Ascensión Marcos, Óscar L. Veiga and David Martínez-Gómez, for the AVENA, AFINOS and UP&DOWN Study Groups.

“Straight-A students dislike physical education in adolescence: myth or truth? The AVENA, AFINOS and UP&DOWN studies”, Nutrición Hospitalaria 2015 (32). DOI: 10.3305/nh.2015.32.1.8924.

El estudio completo está disponible en el siguiente enlace:

http://digibug.ugr.es/bitstream/10481/37236/1/Canadas_StudentPhysicalEducation.pdf

La educación física refuerza el trabajo en equipo y la superación (CREATIVE COMMONS / YOU BELONG IN LONGMONT).

El investigador de la Universidad de Granada Francisco Ortega, uno de los autores de este estudio.

Contacto:

Francisco B. Ortega Porcel. Departamento de Educación Física y Deportiva de la UGR. Teléfonos: 958246651 / 958244374. Correo electrónico: ortegaf@ugr.es

Copyright© 2025 Universidad de Granada

Síganos en Facebook:

Síganos en Twitter:

- LINK: PROPUESTA DE ACTIVIDADES CANAL UGR -> http://canal.ugr.es/prensa-y-comunicacion/item/54050
- CANALUGR: RECURSOS DE COMUNICACIÓN E INFORMACIÓN
- PUBLICITE SU CONGRESO UGR
- VER MÁS NOTICIAS DE LA UGR
- BUSCAR OTRAS NOTICIAS E INFORMACIONES DE LA UGR PUBLICADAS Y/O RECOGIDAS POR EL GABINETE DE COMUNICACIÓN
- RESUMEN DE MEDIOS IMPRESOS DE LA UGR
- RESUMEN DE MEDIOS DIGITALES DE LA UGR
- RECOMENDACIONES PARA EL USO DE LAS LISTAS DE DISTRIBUCIÓN DE LA UGR
- LINK: Perfiles oficiales institucionales de la UGR en las redes sociales virtuales Tuenti, Facebook, Twitter y YouTube -> /tablon/*/boletines-canal-ugr/formulario-de-propuesta-de-actividades

Gabinete de Comunicación - Secretaría General
UNIVERSIDAD DE GRANADA
Acera de San Ildefonso, s/n. 18071. Granada (España)
Tel. 958 240970 - 958 244278
Correo e. LINK: --LOGIN--61dab3f5145154c15507d4098f0f1b4eugr[dot]es -> --LOGIN--61dab3f5145154c15507d4098f0f1b4eugr%5Bdot%5Des

http://secretariageneral.ugr.es/

 Copyright© 2025 Universidad de Granada

Web: http://canal.ugr.es Facebook UGR Informa:
https://www.facebook.com/UGRinforma
Facebook UGR Divulga: https://www.facebook.com/UGRdivulga
Twitter UGR Divulga: https://twitter.com/UGRdivulga?

Copyright© 2025 Universidad de Granada