

# Els hàbits esportius dels escolars de Catalunya 2016



Informe de resultats

Estudi promogut per:



Generalitat de Catalunya

 **esportcat**

**COORDINA I EDITA**

Generalitat de Catalunya

Consell Català de l'Esport

Av. dels Països Catalans 12, 08959 Esplugues de Llobregat, Barcelona

**SUPERVISIÓ TÈCNICA**

Secretaria General de l'Esport.

Marià Bordas, Carolina Garzo, Carlos López-Jurado, Oriol Marcè, Joaquim Perisé

Institut d'Estadística de Catalunya (IDESCAT)

**DIRECCIÓ**

Jordi Viñas

**TREBALL DE CAMP**

Cristina Arias, Vinyet Figueras, Clara Marqués

**REDACCIÓ**

Cristina Arias, Clara Marqués, Arnau Moré, Jordi Viñas

Gener del 2017



**Generalitat de Catalunya**

 **esportcat**

## Continguts

<b>1. INTRODUCCIÓ.....</b>	<b>5</b>
<b>2. L'ACTIVITAT FÍSICO-ESPORTIVA I EL SEU ÍNDEX DE PRÀCTICA .....</b>	<b>7</b>
2.1. Índex d'activitat físico-esportiva .....	7
2.2. Diferents tipus de pràctica físico-esportiva .....	13
2.2.1. Activitat físico-esportiva organitzada.....	18
2.2.2. Activitat físico-esportiva no organitzada.....	23
2.3. Hàbits en la pràctica d'activitats físico-esportives .....	34
2.4. Altres activitats .....	43
<b>3. L'ESPORT DE COMPETICIÓ .....</b>	<b>49</b>
<b>4. MOTIUS DE PRÀCTICA FÍSICO-ESPORTIVA .....</b>	<b>57</b>
<b>5. ELS INFANTS I ADOLESCENTS QUE NO FAN ACTIVITAT FÍSICO-ESPORTIVA.....</b>	<b>61</b>
<b>6. FACTORS DE L'ENTORN .....</b>	<b>68</b>
<b>7. DECÀLEG DELS HÀBITS ESPORTIUS DELS ESCOLARS .....</b>	<b>72</b>
7.1. Índex de pràctica esportiva .....	72
7.2. Factors que influeixen en l'índex de pràctica.....	73
7.3. Elements secundaris que influeixen en l'índex de pràctica .....	74
7.4. Tipus de pràctica .....	75
7.5. Motivacions de pràctica .....	77
7.6. Freqüència de pràctica .....	78
7.7. Esport de competició .....	79
7.8. Hàbits en la pràctica esportiva .....	80
7.9. Motius de no pràctica .....	82
7.10. La realització d'altres activitats extraescolars no esportives .....	83
<b>8. CONCLUSIONS .....</b>	<b>85</b>
<b>9. METODOLOGIA.....</b>	<b>88</b>
9.1. Qüestionari.....	88
9.2. Mostra .....	88
9.3. Validació del qüestionari .....	88
9.4. Administració del qüestionari .....	89

## Índex de Figures

Figura 1. Índex de pràctica d'activitat físico-esportiva com a mínim un cop per setmana.....	8
Figura 2. Índex de pràctica d'activitat físico-esportiva segons sexe .....	9
Figura 3. Índex de pràctica d'activitat físico-esportiva segons sexe i curs.....	10
Figura 4. Índex de pràctica d'activitat físico-esportiva segons àmbit territorial.....	10
Figura 5. Índex de pràctica d'activitat físico-esportiva segons titularitat del centre.....	11
Figura 6. Índex de pràctica d'activitat físico-esportiva segons lloc de naixement.....	12
Figura 7. Índex de pràctica d'activitat físico-esportiva del col·lectiu amb necessitats especials	12
Figura 8. Gràfic conceptual: qualitat de pràctica .....	13
Figura 9. Tipologia de pràctica físico-esportiva dels practicants .....	14
Figura 10. Tipologia de pràctica físico-esportiva dels practicants segons sexe .....	15
Figura 11. Tipologia de pràctica físico-esportiva dels practicants segons cicle escolar.....	16
Figura 12. Tipologia de pràctica físico-esportiva dels practicants segons àmbit territorial.....	16
Figura 13. Tipologia de pràctica físico-esp. dels pract. segons titularitat del centre escolar .....	17
Figura 14. Tipologia de pràctica físico-esportiva dels practicants segons lloc de naixement.....	18
Figura 15. Activitats físico-esportives organitzades més practicades segons sexe.....	19
Figura 16. Promotors de les activitats físico-esportives organitzades.....	20
Figura 17. Espai de pràctica d'activitats físico-esportives organitzades segons curs escolar .....	21
Figura 18. Freqüència de pràctica d'activitats físico-esportives organitzades segons sexe .....	21
Figura 19. Sessions setmanals d'activitats físico-esportives organitzades segons cicle escolar.	22
Figura 20. No nascuts a Catalunya que realitzen activitats segons anys vivint a Catalunya.....	23
Figura 21. Índex de pràctica físico-esportiva no organitzada .....	24
Figura 22. Índex de pràctica físico-esportiva no organitzada segons sexe .....	25
Figura 23. Índex de pràctica físico-esportiva no organitzada segons cicle escolar i sexe.....	26
Figura 24. Índex de pràctica físico-esportiva no organitzada segons àmbit territorial.....	26
Figura 25. Índex de pràctica físico-esportiva no organitzada segons titularitat del centre.....	27
Figura 26. Índex de pràctica físico-esportiva no organitzada segons lloc de naixement.....	28
Figura 27. Rànquing d'activitats físico-esportives no organitzades més practicades.....	28
Figura 28. Activitats físico-esportives no organitzades més practicades dels nois.....	29
Figura 29. Activitats físico-esportives no organitzades més practicades de les noies.....	30
Figura 30. Activitats físico-esportives no organitzades més practicades segons cicle escolar ...	31
Figura 31. Freqüència de pràctica físico-esportiva no organitzada segons sexe .....	31
Figura 32. Freqüència de pràctica físico-esportiva no organitzada segons cicle escolar.....	32
Figura 33. Intensitat de pràctica en minuts de dilluns a divendres i caps de setmana per sexe	33
Figura 34. Espai de pràctica d'activitats físico-esportives no organitzades.....	33
Figura 35. Espai de pràctica d'activitats físico-esp. no organitzades segons etapa escolar .....	34
Figura 36. Mitjà de transport per anar al lloc de pràctica d'activitats físico-esportives.....	35
Figura 37. Hàbits higiènics dels escolars en activitats físico-esportives segons sexe .....	36
Figura 38. Hàbits higiènics dels escolars en activitats físico-esportives segons cicle escolar.....	36
Figura 39. Dies a la setmana que realitzen 1 hora d'activitat física segons sexe.....	37
Figura 40. Dies a la setmana que realitzen 1 hora d'activitat física segons cicle escolar .....	38
Figura 41. Forma de desplaçar-se dels escolars.....	40
Figura 42. Llengües utilitzades pels entrenadors/monitors de les activitats.....	40
Figura 43. Llengües utilitzades pels escolars participants en les activitats.....	41
Figura 44. Llengües utilitzades pels escolars nouvinguts participants en les activitats.....	41
Figura 45. Llengües utilitzades pels escolars no nascuts a Catalunya segons edat .....	42

Figura 46. Llengües utilitzades pels escolars no nascuts a Catalunya segons àmbit territorial..	43
Figura 47. Índex de pràctica d'altres act. extraesc. no esportives dels practicants.....	44
Figura 48. Índex de pràctica d'activ. extraescolars no esportives segons tipologia d'activitats.	44
Figura 49. Activitats extraescolars no esportives més practicades.....	45
Figura 50. Activitats extraescolars no esportives més practicades segons etapa escolar .....	45
Figura 51. Activitats que realitzen els escolars durant les hores de pati .....	46
Figura 52. Activitats que realitzen els escolars durant les hores de pati segons cycle escolar ...	47
Figura 53. Activitats físico-esportives més practicades durant les vacances escolars.....	48
Figura 54. Escolars practicants que fan competició segons cycle escolar i sexe .....	49
Figura 55. Escolars practicants que fan competició segons titularitat del centre .....	50
Figura 56. Tipologia de competicions esportives segons sexe.....	51
Figura 57. Tipologia de competicions esportives segons cycle escolar .....	51
Figura 58. Escolars que fan competició i/o partits i els hi agrada.....	52
Figura 59. Escolars que fan competició i/o partits i els hi agrada segons sexe .....	52
Figura 60. Escolars que fan competició i/o partits i els hi agrada segons etapa escolar .....	53
Figura 61. Situacions positives que tenen lloc en les competicions esportives dels escolars ....	54
Figura 62. Situacions negatives que tenen lloc en les competicions esportives dels escolars ...	55
Figura 63. Situacions positives que tenen lloc en les competicions esportives i agraden.....	55
Figura 64. Situacions negatives que tenen lloc en les competicions esportives i no agraden ...	56
Figura 65. Principals motivacions per a la pràctica d'activitats físico-esportives .....	57
Figura 66. Principals motivacions per a la pràctica físico-esportiva segons sexe .....	58
Figura 67. Principals motivacions per a la pràctica físico-esportiva segons cycle escolar .....	58
Figura 68. Intenció de pràctica d'activitats físico-esportives en el futur .....	59
Figura 69. Anys amb els que van començar a realitzar activitats físico-esportives .....	60
Figura 70. Anys amb els que van iniciar a realitzar activitats físico-esportives segons sexe .....	60
Figura 71. Principals motius de no pràctica d'activitats físico-esportives segons sexe .....	61
Figura 72. Principals motius de no pràctica d'activitats físico-esportives segons cycle escolar ..	62
Figura 73. Principals motius de no pràctica d'act. físico-esportives segons titul. del centre .....	62
Figura 74. Escolars que no realitzen activitats físico-esportives i havien practicat en el passat	63
Figura 75. Escolars que no realitzen activitats físico-esportives i havien practicat .....	64
Figura 76. Principals motius d'abandonament d'activitats físico-esportives segons sexe .....	64
Figura 77. Motius d'abandonament d'activitats físico-esportives segons cycle escolar .....	65
Figura 78. Rànquing d'esports més abandonats per motius econòmics .....	66
Figura 79. Intenció en tornar a practicar activitats físico-esportives practicades en el passat ..	67
Figura 80. Relació hàbits esportius familiars i pràctica d'activitats físico-esportives escolars ...	68
Figura 81. Relació hàbits esportius familiars i tipologia de pràctica físico-esportives escolars..	69
Figura 82. Relació dels hàbits esportius dels membres familiars segons escolars practicants ..	69
Figura 83. Familiars que practiquen activitats físico-esportives amb els escolars .....	70
Figura 84. Persones de l'entorn que animen a practicar activitats físico-esportives .....	71

## 1. INTRODUCCIÓ

La Secretaria General de l'Esport ha proposat un seguit d'actuacions estadístiques relacionades amb les activitats físico-esportives, que es troben incloses en el marc del Pla Estadístic de Catalunya 2015-2018. Per tal de conèixer la realitat de pràctica d'activitat físico-esportiva extraescolar dels infants i adolescents de Catalunya, una d'aquestes actuacions ha estat la realització de l'Enquesta sobre la pràctica físico-esportiva per a infants i adolescents catalans d'entre 6 i 16 anys (de 1r de primària a 4t d'ESO) escolaritzats a Catalunya.

Els estudis que es porten a terme amb caràcter periòdic sobre els hàbits esportius de la població han estat dirigits sempre a la població de més de 15 anys. La premissa de partida en la població escolar és que en l'etapa d'ensenyament obligatori ja compten amb l'assignatura educació física que comporta una certa pràctica físico-esportiva per part dels infants i joves. Tanmateix, avui en dia està ja acceptat que la dedicació setmanal prevista en el currículum educatiu tant d'educació física de primària com de secundària no resulta suficient per garantir una pràctica que permeti millorar la condició física dels alumnes així com tampoc consolidar uns hàbits esportius que haurien de perdurar més enllà de l'adolescència. Tal i com recomana l'Organització Mundial de la Salut (OMS), els infants i joves haurien de realitzar un mínim de 60 minuts diaris d'activitat física, on s'hi engloben tot aquell seguit de practiques físico-esportives que realitzen els infants, ja sigui a nivell escolar i/o extraescolar<sup>1</sup>.

Un estudi d'aquestes característiques és rellevant per identificar els aspectes importants i determinants de la pràctica esportiva extraescolar com és el cas de les preferències en relació al tipus de pràctica esportiva, la seva freqüència, les motivacions que indueixen a la pràctica, o bé les causes que condueixen a l'abandonament de la pràctica, entre d'altres. Uns índexs de pràctica esportiva elevats i amb modalitats de pràctica esportiva variada resulten fonamentals per a la salut del sistema esportiu d'un país. Per un costat, permetrà que els escolars adoptin uns hàbits esportius des dels inicis de la seva vida, permetent conèixer els beneficis que aquesta pràctica comporta. Aquest fet resulta, si cap, de major rellevància davant les preocupants dades de les darreres Enquestes de Salut de Catalunya (ESCA) sobre l'increment de la taxa d'obesitat infantil, les recomanacions de l'OMS sobre les activitats esportives per a la salut i la detecció de noves realitats tecnològiques que condueixen a una disminució de l'activitat física ordinària, esdevenen factors clau per al desenvolupament d'aquesta enquesta.

El present estudi s'ha realitzat utilitzant una mostra vàlida de 10.160 escolars de Catalunya distribuïts de manera representativa pels 8 Àmbits Territorials del país. La metodologia de la investigació, així com el procés per seleccionar l'esmentada mostra, ha estat validada,

---

<sup>1</sup> Organització Mundial de la Salut (2010) Recomendaciones mundiales sobre actividad física para la salud. OMS, Suïssa. (pp. 17-20) Accessible a: [http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/44441/1/9789243599977\\_spa.pdf](http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/44441/1/9789243599977_spa.pdf). Pàgina visitada el 16.12.2016

supervisada i calibrada per l'Institut d'Estadística de Catalunya. D'aquesta manera, es confirma la validesa dels resultats en l'àmbit general del territori català així com la seva representativitat territorial a partir dels Àmbits Territorials en que s'estructura el país. En el Capítol 9. Metodologia del present estudi, es detalla el procés que s'ha seguit per a la realització d'aquesta investigació.

El document s'estructura en 9 grans apartats. A partir de la present introducció, es presenta una anàlisi dels nivells de pràctica esportiva tant organitzada com no organitzada entre el conjunt de la població en edat escolar, així com els tipus de pràctica que es realitzen (Capítol 2). Posteriorment s'analitza l'esport de competició, bé sigui a nivell federat o a nivell escolar, que entre els segments més joves de la població adquireix una major presència i importància que en la població adulta (Capítol 3). Identificats els nivells de pràctica, s'analitzen els motius d'aquesta pràctica (Capítol 4) i també els motius per part dels i de les escolars que no practiquen (Capítol 5). El document segueix aprofundint sobre els factors d'entorn que influeixen en els nivells de pràctica (Capítol 6) i posteriorment es presenta, a mode de resum, els 10 indicadors més rellevants relacionats amb el present estudi (Capítol 7). Per finalitzar, es presenten unes conclusions dels principals resultats observats (Capítol 8), així com l'esmentada descripció de la metodologia emprada per a la present investigació (Capítol 9).

## 2. L'ACTIVITAT FÍSICO-ESPORTIVA I EL SEU ÍNDEX DE PRÀCTICA

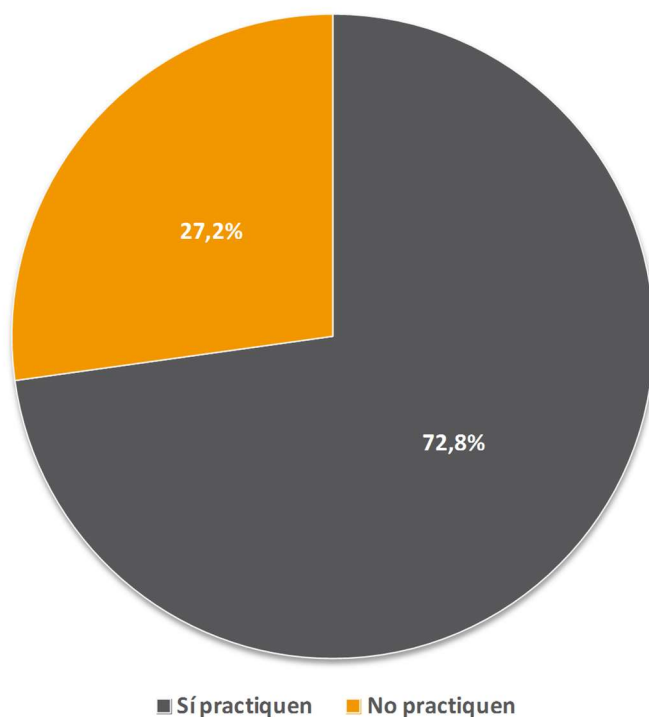
S'entén com a índex d'activitat físico-esportiva en el present estudi aquella pràctica que es realitza fora de l'horari lectiu com a mínim un cop per setmana de forma continuada durant el curs. L'Organització Mundial de la Salut (OMS) recomana que els infants i joves d'entre 5 i 17 anys haurien de realitzar un mínim de 60 minuts diaris d'activitat físico-esportiva moderada o intensa, preferiblement de tipus aeròbica, (veure Capítol 1. Introducció del present document). En la recomanació de l'OMS s'inclou qualsevol tipus d'activitat física que manifesti l'escolar al llarg del dia, incloent l'activitat que pugui realitzar a l'hora del pati, els desplaçaments caminant a l'escola o a les activitats extraescolars que pugui tenir, entre d'altres. Aquests aspectes no s'han tingut en compte a l'hora d'elaborar el present estudi i, per tant, caldrà interpretar els resultats del mateix amb precaució. En aquest sentit, es presenten a continuació els índex d'activitat físico-esportiva i, en l'apartat de en que s'analitza la freqüència d'aquesta, es presenta una hipòtesi del volum d'escolars que actualment està complint amb les recomanacions de l'OMS. En aquestes interpretacions, caldrà tenir en compte les esmentades limitacions del present estudi a l'hora d'analitzar els nivells d'activitat física dels escolars en la seva vida quotidiana. L'anàlisi de l'activitat físico-esportiva s'estructura en una visió dual i que es descriu posteriorment: a) activitat organitzada i b) activitat no organitzada. S'aprofundeix també en l'activitat físico-esportiva a partir de variables independents com el sexe, edat o lloc d'origen de l'escolar.

### 2.1. Índex d'activitat físico-esportiva

A l'hora de valorar l'índex de pràctica físico-esportiva entre la població escolar s'hi inclouen els practicants d'activitat físico-esportiva els quals realitzen aquesta pràctica dins del marc d'una organització i sota la supervisió d'un responsable encarregat de conduir l'activitat, i també aquells que realitzen una pràctica físico-esportiva no organitzada o per compte propi, fora del marc d'una organització i sense la supervisió de cap responsable encarregat de conduir l'activitat. Pel que fa a **la pràctica d'activitat físico-esportiva de la població escolar, com a mínim un cop per setmana, aquesta se situa en el 72,8%**. En comparació amb les dades extretes en l'Estudi d'hàbits esportius en edat escolar a la ciutat de Barcelona (2013), Catalunya se situa en 3,2% per sota de l'índex de practicants.

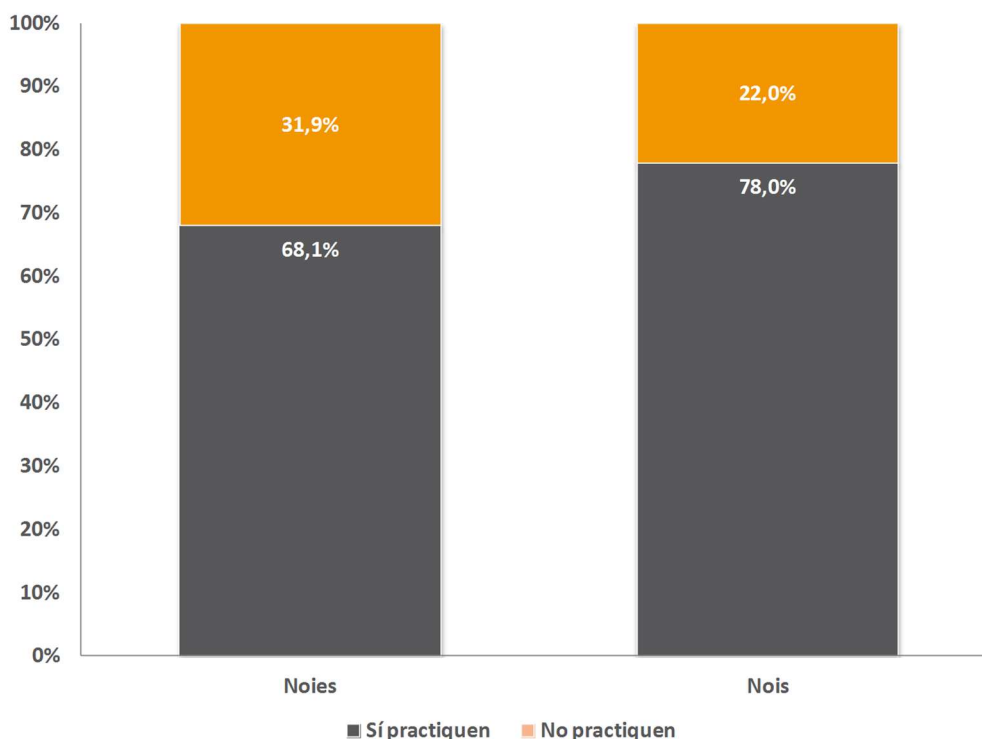


Figura 1. Índex de pràctica d'activitat físico-esportiva com a mínim un cop per setmana



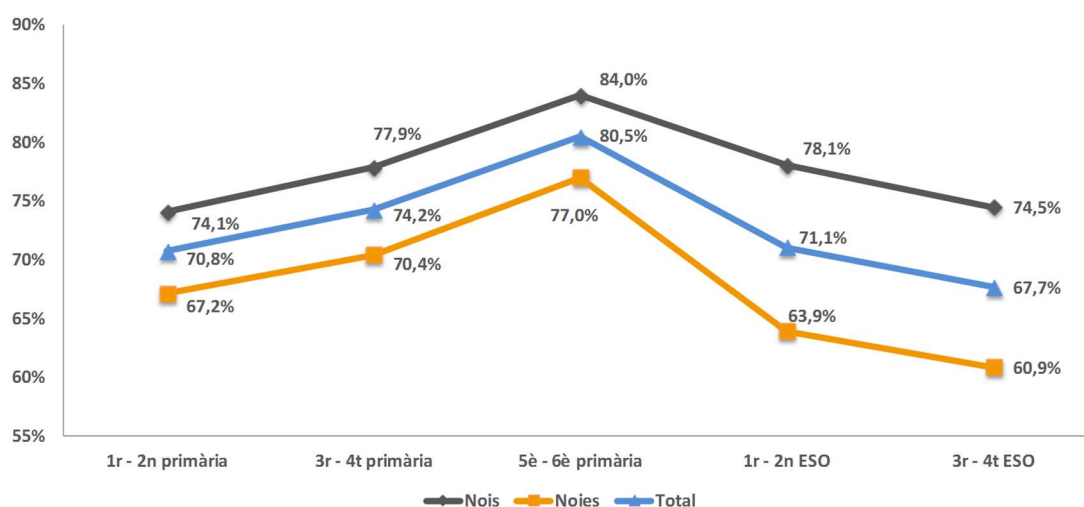
Pel que fa als índexs de pràctica físico-esportiva per sexes, la diferència entre aquests se situa en 9,9 punts: **un 78% dels nois realitzen pràctica físico-esportiva, mentre que les noies se situen en un 68,1% d'índex de pràctica físico-esportiva.**

Figura 2. Índex de pràctica d'activitat físico-esportiva segons sexe



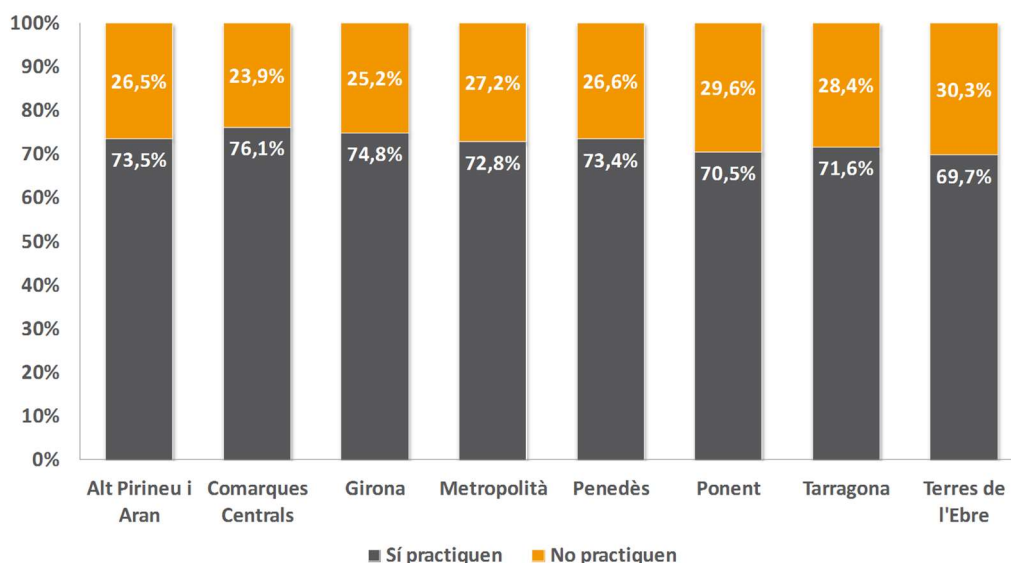
L'índex de pràctica d'activitat físico-esportiva denota una gran variabilitat en el transcurs de les edats dels infants i adolescents. D'altres estudis afirmen que amb l'arribada de l'adolescència, es produeix un abandonament gradual d'aquesta pràctica. Els resultats del present estudi confirmen aquesta realitat: **el percentatge de pràctica disminueix del 80,5% (4t -6è primària) a un 71,1% (1r – 2n ESO)**. Uns índexs que segueixen a la baixa a mida que avança l'edat dels adolescents fins a situar-se en un **67,7% (3r – 4t ESO)** de pràctica d'activitat físico-esportiva. Destaca l'increment que es viu en el pas de 1r – 2n de primària (70,8%) a 5è - 6è primària (80,5%). Per altra banda s'observa com les diferències dels índexs de pràctica segons sexe augmenten, on la davallada és molt més accentuada en les noies en el pas de primària a secundària, situant-se l'índex de 1r-2n ESO per sota del de 1r-2n de primària.

Figura 3. Índex de pràctica d'activitat físico-esportiva segons sexe i curs



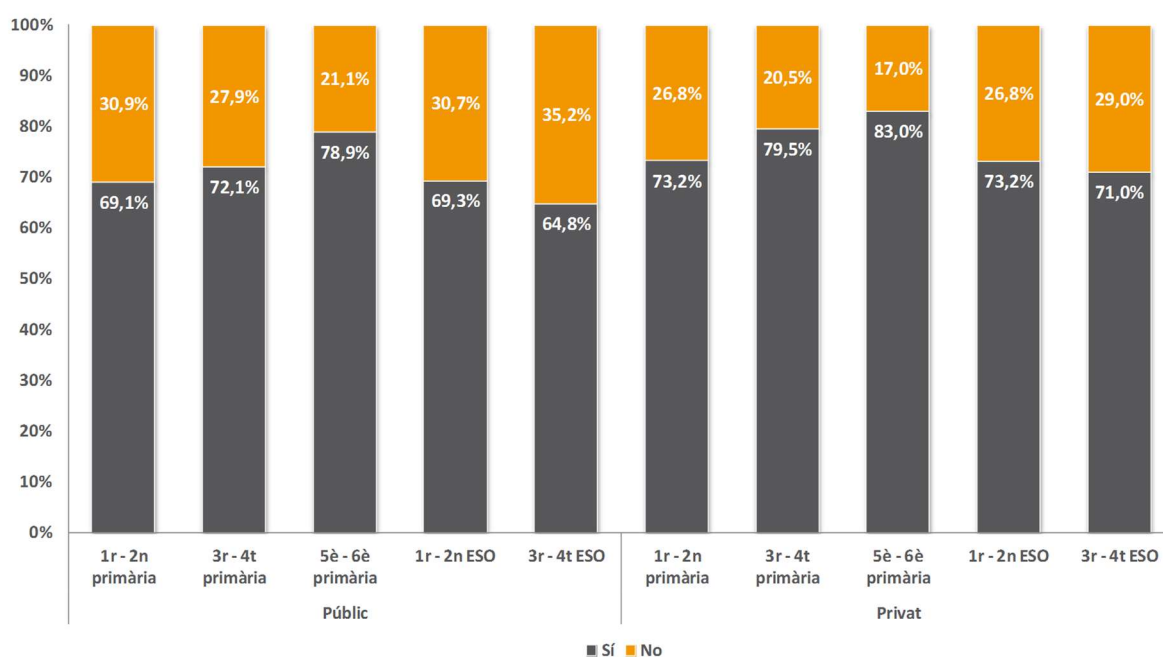
Seguint amb l'índex de pràctica físico-esportiva de la població escolar, a continuació es mostren les dades referents als índexs de pràctica segons els àmbits territorial (Metropolità, Comarques Centrals, Girona, Tarragona, Terres de l'Ebre, Ponent, Penedès i Alt Pirineu i Aran). L'àmbit territorial que mostra un **major índex de pràctica físico-esportiva és la de Comarques Centrals amb un índex d'un 76,1%**, mentre que la que presenta un **índex més baix de pràctica físico-esportiva és la de les Terres de l'Ebre amb un 69,7%**. Així doncs s'observa una homogeneïtat pel que fa als índexs de pràctica físico-esportiva arreu dels diferents àmbits territorials, on la diferència és poc notable. L'elevat índex de pràctica que presenta l'àmbit territorial de l'Alt Pirineu i Aran, s'explica per l'alt nivell de pràctica no organitzada, el qual més endavant s'analitza detalladament.

Figura 4. Índex de pràctica d'activitat físico-esportiva segons àmbit territorial



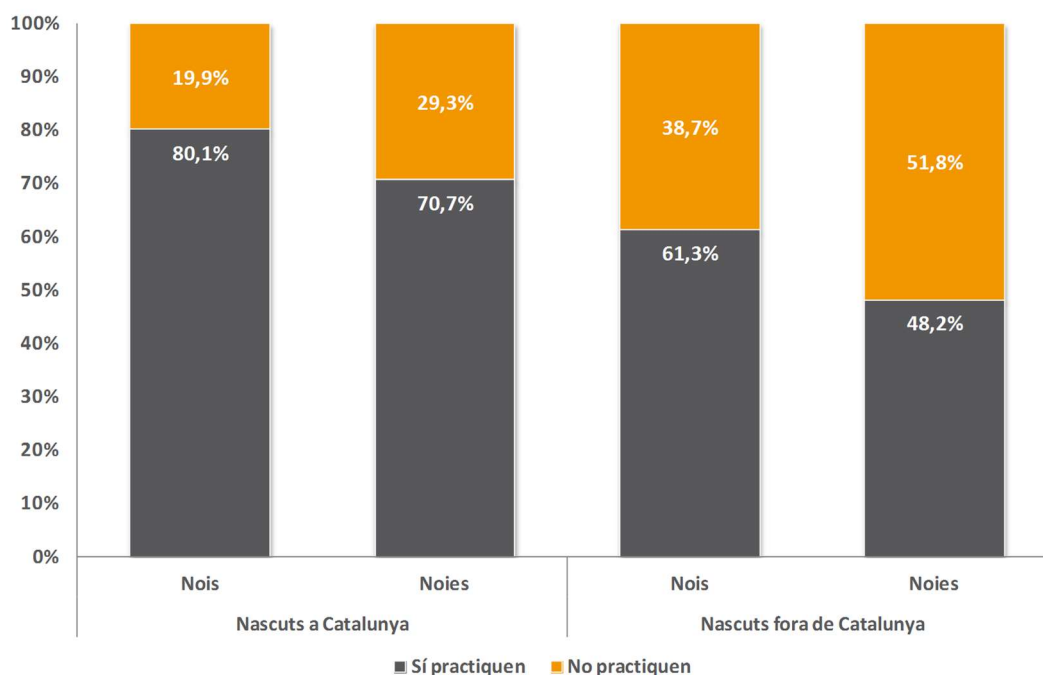
Pel que fa a l'índex de pràctica físico-esportiva dels infants i adolescents de Catalunya diferenciat segons la titularitat dels centres escolars, **els escolars que estan escolaritzats en centres privats realitzen un 4,8% més de pràctica físico-esportiva (76%)** respecte als escolaritzats en centres públics (71,2%). Com s'observa en el gràfic, tant els escolars de centres públics com privats, segueixen la tendència general en els nivells de pràctica, on en el pas de primària a secundària es viu un descens considerable en aquest índex. S'ha de destacar que les diferències més significatives en relació a l'índex de pràctica segons titularitat del centre es donen en els cursos de 3r-4t de primària i en els de 3r-4t d'ESO amb més de 6 punts de diferència.

Figura 5. Índex de pràctica d'activitat físico-esportiva segons titularitat del centre



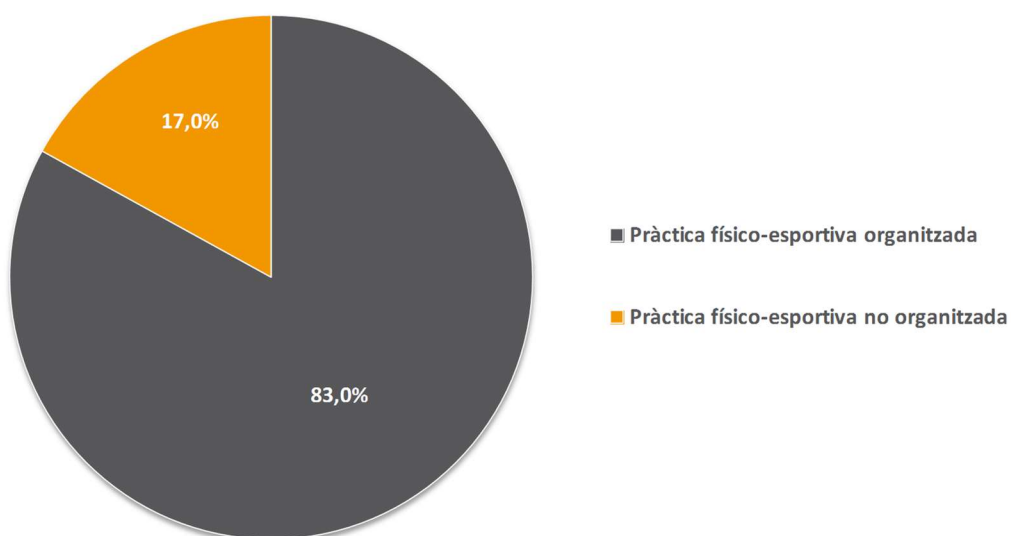
El lloc de naixement és un element que influeix de manera notable en els índexs de pràctica físico-esportiva dels escolars. En aquest sentit, **un 11,2% del total d'escolars enqestats són nascuts fora de Catalunya**, amb el que queda palès la rellevància i la influència sobre els diferents índexs analitzats. En relació amb aquest aspecte, **la població escolar nascuda a Catalunya (74,4%) té uns índexs de pràctica més elevats que els nascuts fora de Catalunya (54,8%)**. Unides les variables de lloc de naixement i sexe, s'observa com **l'índex de pràctica físico-esportiva de les noies nascudes fora de Catalunya és de tan sols un 48,2%**, el qual se situa 22,5 punts per sota de la mitjana de les escolars nascudes a Catalunya. Per altra banda l'índex dels nois nascuts fora de Catalunya (61,3%) se situa 18,8 punts per sota de la mitjana dels nois nascuts a Catalunya (80,1%).

Figura 6. Índex de pràctica d'activitat físico-esportiva segons lloc de naixement



Entre tots els escolars de Catalunya, pel que fa al **col·lectiu d'escolars amb necessitats educatives especials, aquests presenten uns índexs molt positius de pràctica d'activitats físico-esportiva amb un 82,3%**, davant d'un 17,7% d'escolars amb necessitats especials els quals no realitzen cap tipologia de pràctica d'activitat físico-esportiva.

Figura 7. Índex de pràctica d'activitat físico-esportiva del col·lectiu amb necessitats especials

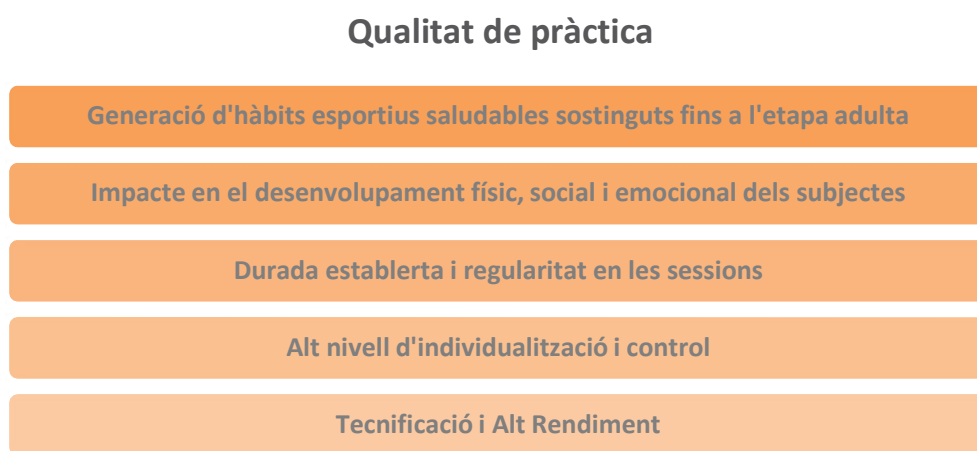


Els índexs de pràctica d'activitats físico-esportives es veuen determinats segons diferents variables dels escolars de Catalunya. Les més influents i que en conseqüència denoten diferències destacables en els índexs de dita pràctica són les següents: sexe, edat, titularitat del centre escolar i lloc de naixement.

## 2.2. Diferents tipus de pràctica físico-esportiva

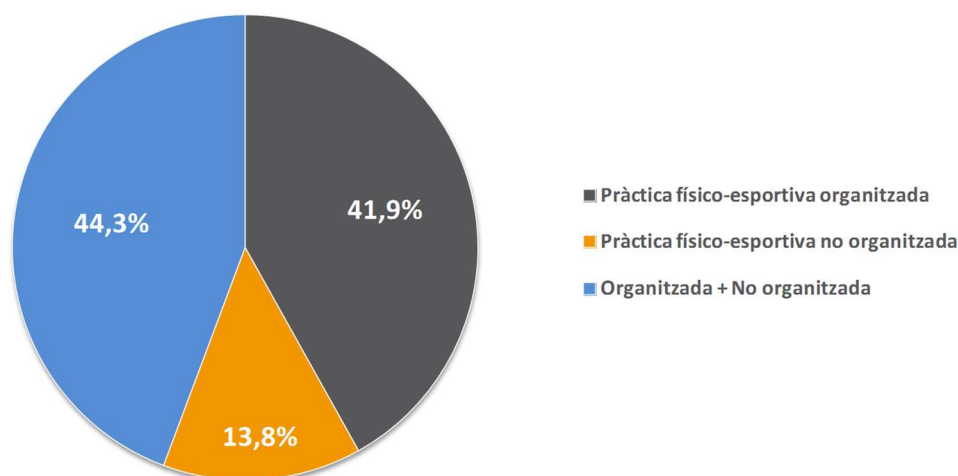
Analitzada tota la població escolar practicant d'activitat físico-esportiva, és important destacar el tipus de pràctica que aquesta realitza. Se'n diferencien dues tipologies: la pràctica d'activitat físico-esportiva organitzada (realitzada en el marc d'una organització i supervisió d'un responsable) i la pràctica d'activitat físico-esportiva no organitzada (realitzada per compte propi, sense supervisió de cap responsable ni sota cap organització). De les diferents tipologies de pràctiques esmentades, la pràctica físico-esportiva organitzada es relaciona directament amb el concepte de qualitat de pràctica, el qual esdevé un factor clau en la consecució i adquisició d'hàbits esportius saludables en el que serà l'etapa adulta dels actuals escolars, i el qual trobem en relació directe amb la pràctica de tipus organitzada.

Figura 8. Gràfic conceptual: qualitat de pràctica



Analitzant la variable en tot el seu conjunt, s'observa una clara preferència per les activitats de tipus organitzades, amb el que es pot dir que **un 41,9% de la població escolar practicant d'activitats físico-esportives prefereix la practica organitzada**, realitzada en una organització esportiva, sota la supervisió d'un responsable que guïï l'activitat. D'altra banda, un 13,8% dels escolars practicants, només realitza una pràctica físico-esportiva no organitzada, de forma lliure sense la guia de cap responsable. Per últim, un 34,3% dels escolars afirma realitzar ambdues pràctiques.

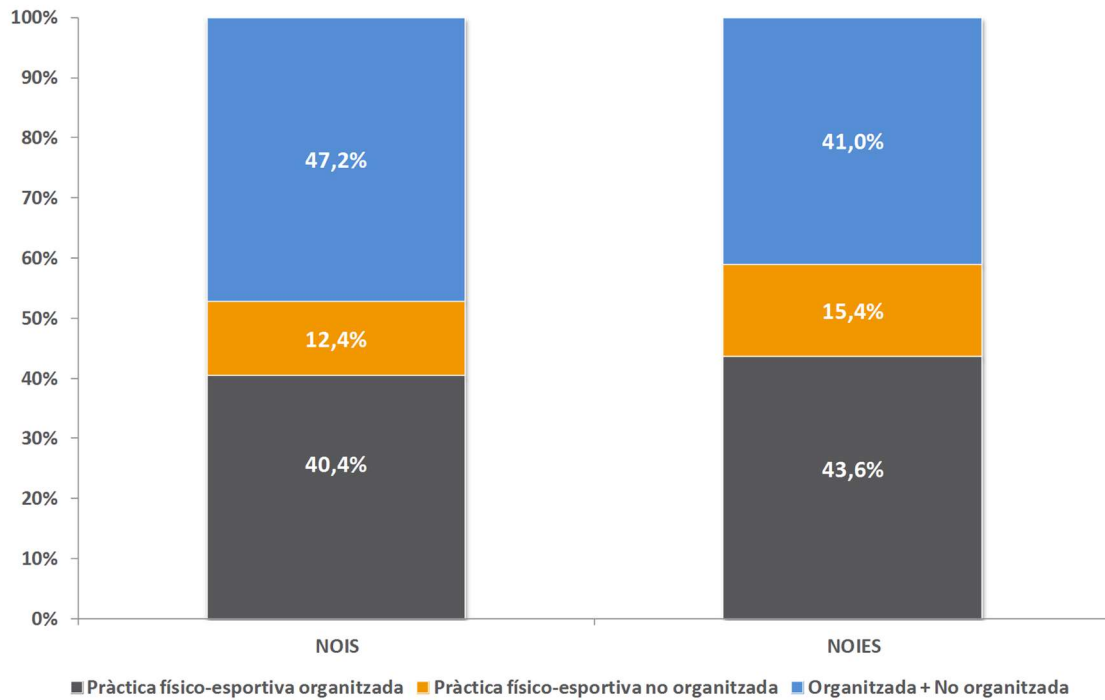
Figura 9. Tipologia de pràctica físico-esportiva dels practicants



Seguint amb el concepte de la tipologia de la pràctica d'activitat físico-esportiva practicada per la població escolar, és important analitzar aquesta segons la variable de sexe. Així doncs, es pot identificar la preferència en el tipus de pràctica segons cada sexe.

Pel que fa als dos sexes, aquests es decanten clarament per la realització d'una pràctica de tipus organitzada per una entitat sota la supervisió i/o guia d'un tècnic/monitor/entrenador responsable de l'activitat. Entre ambdós sexes, les noies tendeixen a realitzar més practica físico-esportiva de forma organitzada que els nois (3,2 punts per sobre) i també més pràctica físico-esportiva no organitzada (3 punts per sobre). I en canvi els nois, tendeixen més a fer ambdues pràctiques (6,2 punts per sobre).

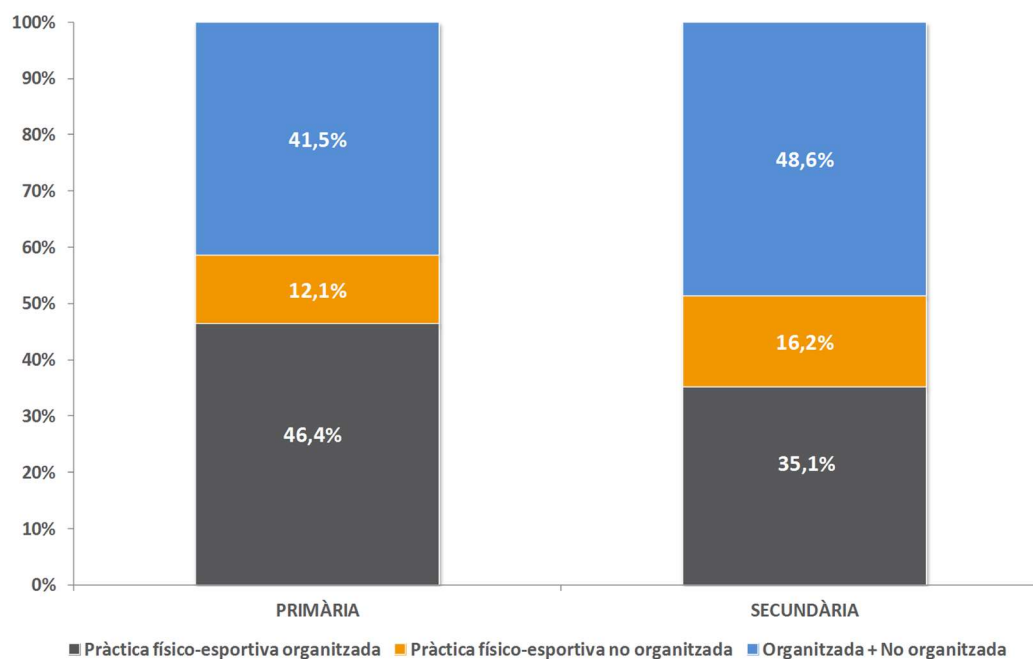
Figura 10. Tipologia de pràctica físico-esportiva dels practicants segons sexe



Una altra variable influent en el tipus de pràctica que es realitza és la de l'edat, factor important per tal d'identificar quina preferència de pràctica físico-esportiva tenen els escolars segons el cicle escolar en el qual es troben. S'observa una **tendència descendent de l'índex de pràctica físico-esportiva organitzada a mida que avança l'edat**. On de primària a secundària l'índex de pràctica organitzada descendeix en 11,3 punts, i també en aquesta mateixa etapa la pràctica físico-esportiva realitzada de forma no organitzada i la practica d'ambdues tipologies de pràctica, augmenta a mida que els escolars avancen en edat. Aquest aspecte es relaciona amb el descens que viu el percentatge de nivell de pràctica física-esportiva general, a mesura que avança l'edat.

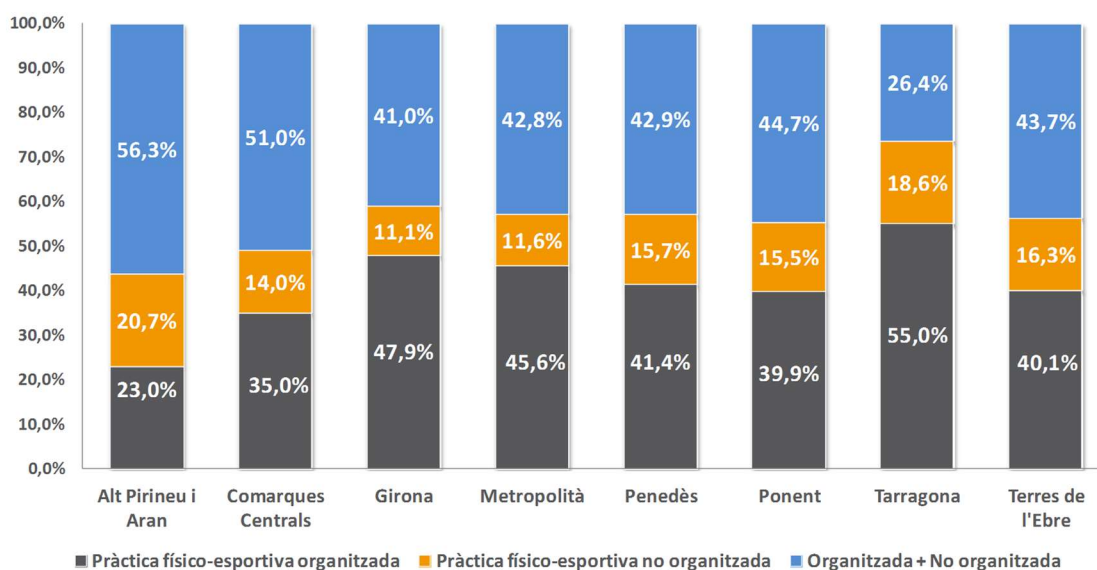


Figura 11. Tipologia de pràctica físico-esportiva dels practicants segons cycle escolar



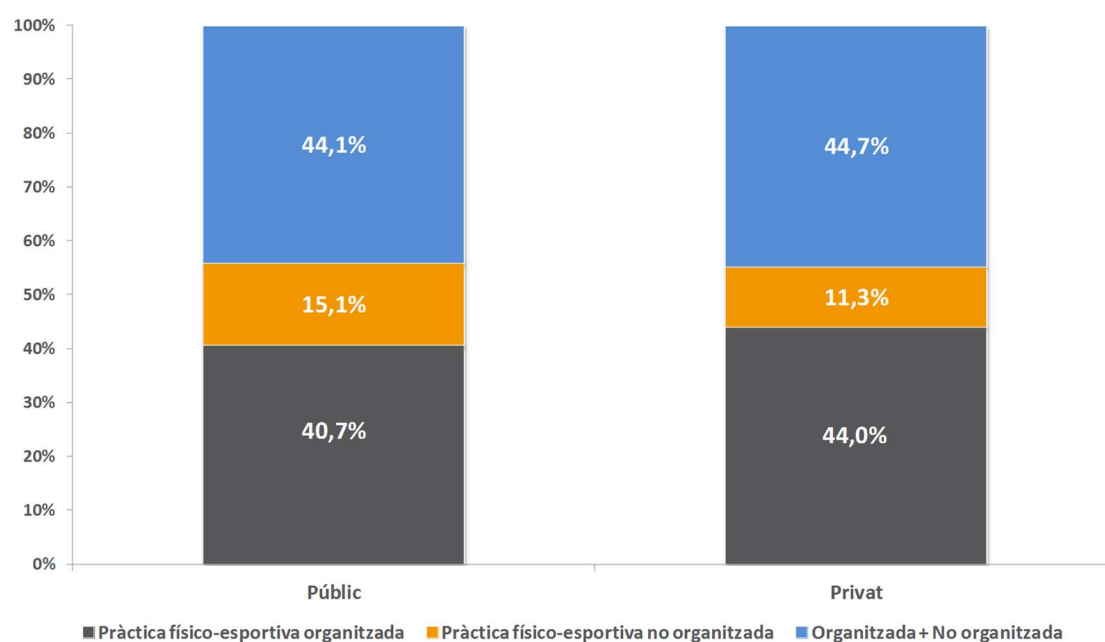
A nivell territorial, seguint amb la idea d'identificar quin tipus de pràctica físico-esportiva realitzen els escolars catalans, **s'observa que aquelles zones més urbanes tendeixen a realitzar més practica físico-esportiva organitzada que en les zones més rurals.** Destaca la diferència entre Tarragona i Alt Pirineu i Aran, que se situa en un 32%, donant clara evidència de que l'activitat físico-esportiva és practicada de forma diferent en cada territori.

Figura 12. Tipologia de pràctica físico-esportiva dels practicants segons àmbit territorial



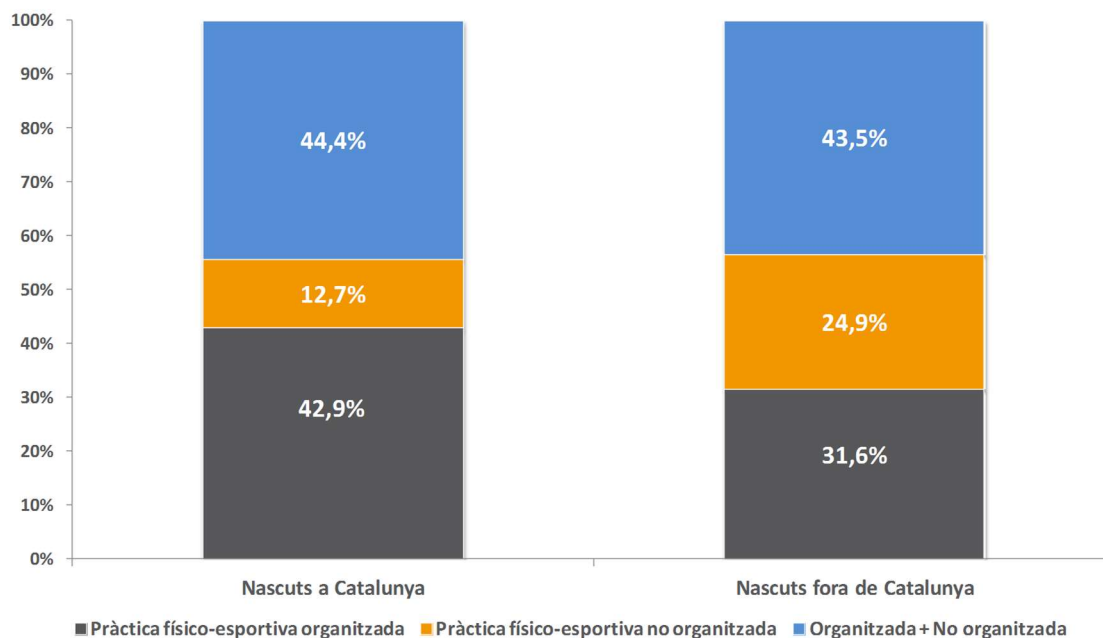
Una altra variable que dóna informació sobre la diversitat de pràctica físico-esportiva, és la tipologia de la titularitat dels centres escolars. S'observa que aquells escolars inscrits en centres privats-concertats tendeixen a realitzar la pràctica físico-esportiva sota el marc d'una organització i supervisió d'un entrenador, monitor i/o tècnic (44%). Al igual que els escolars inscrits en centres privats, els escolars escolaritzats en centres públics, un 40,7% realitzen de pràctica físico-esportiva de tipologia organitzada.

Figura 13. Tipologia de pràctica físico-esportiva dels practicants segons titularitat del centre escolar



El lloc de naixement és també un factor a tenir en compte pel que fa als índexs de pràctica físico-esportiva. Aquesta característica acaba sent també influent en el tipus de pràctica que realitzen els escolars de Catalunya. Com s'observa en la figura, els escolars nascuts fora de Catalunya tendeixen a realitzar menys pràctica físico-esportiva de forma organitzada que els escolars nascuts a Catalunya. Analitzades les dades, **un 42,9% dels escolars nascuts a Catalunya realitzen pràctica físico-esportiva de forma organitzada**, mentre que l'índex de pràctica organitzada dels escolars nascuts a fora de Catalunya és d'un 31,6%, un diferencial de 11,3 punts.

Figura 14. Tipologia de pràctica físico-esportiva dels practicants segons lloc de naixement



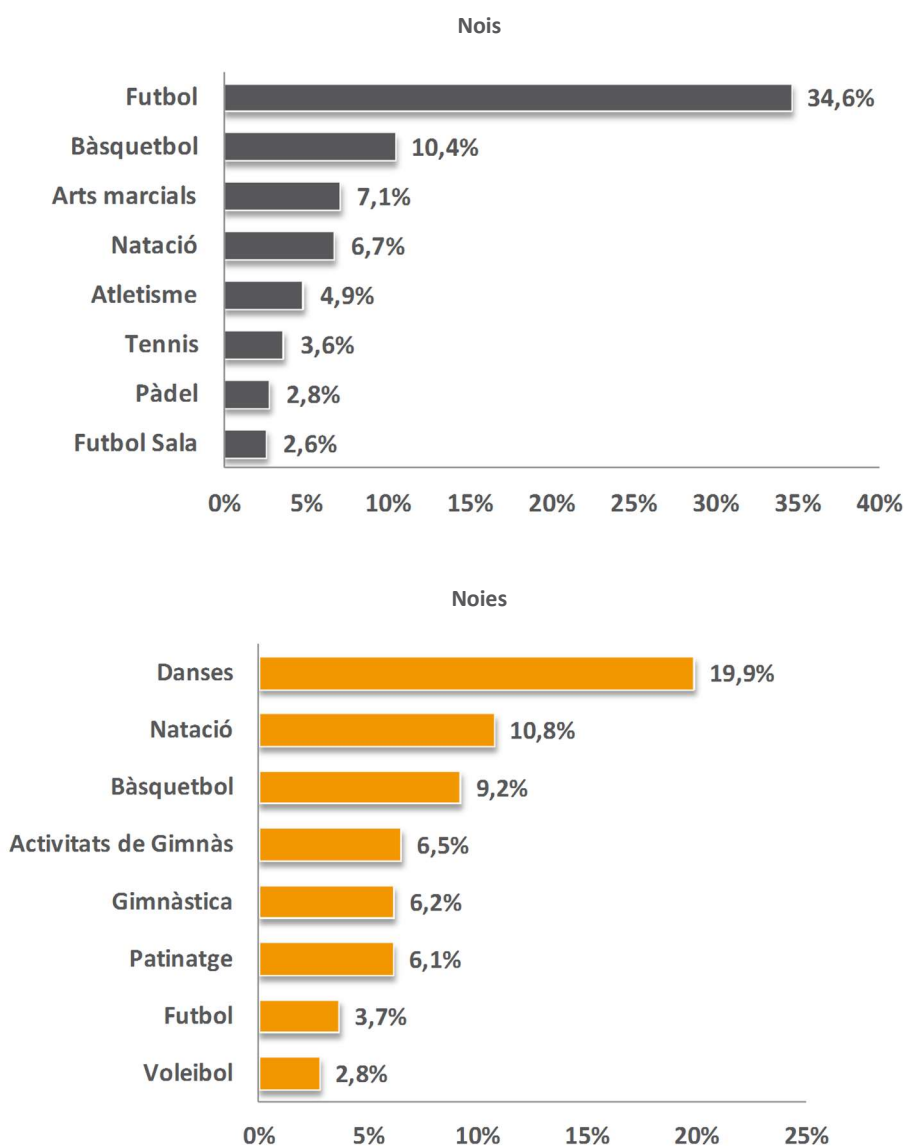
### 2.2.1. Activitat físico-esportiva organitzada

Per activitat físico-esportiva organitzada s'entén aquella pràctica realitzada dins del marc d'una organització i sota la supervisió d'un responsable encarregat de conduir l'activitat (tècnic/a, monitor/a, entrenador, entre d'altres), la qual es realitza fora de l'horari escolar com a mínim un cop per setmana. En comparació amb la pràctica no organitzada, aquesta practica presumeix d'una major qualitat i capacitat de generar hàbits esportius a l'etapa adulta. Seguidament s'analitzen les característiques i peculiaritats de la pràctica físico-esportiva organitzada, les disciplines físico-esportives més practicades, els responsables d'aquestes, la freqüència de pràctica dels escolars i l'espai de pràctica, entre d'altres.

Actualment a Catalunya existeixen 69 federacions esportives associades a la Unió de Federacions Esportives de Catalunya (UFEC) les quals sumen més de 200 modalitats esportives federades, on s'hi afegeixen d'altres modalitats físico-esportives com ara la dansa (ballet, hip-hop, funky, entre d'altres) i les activitats de gimnàs (pilates, ioga, activitats dirigides, etc). També s'hi afegeixen els 45 consells esportius existents arreu de Catalunya integrats dins de la Unió de Consells Esportius de Catalunya (UCEC). **Les cinc activitats més practicades entre la població escolar de Catalunya són el futbol (20,5%), basquetbol (9,9%), danses (9%), natació (8,6%) i arts marcial (3,9%).**

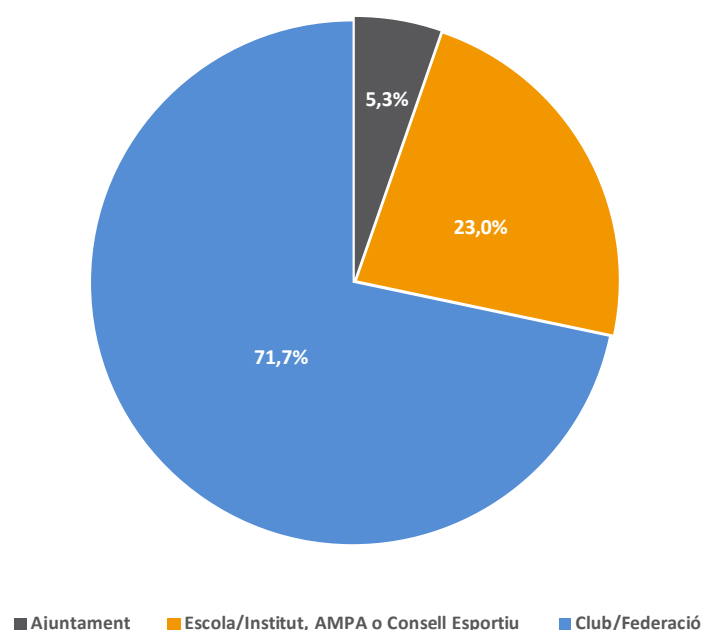
A nivell social existeixen estereotips que s'apliquen a l'esport i al sexe de cada un dels seus practicants, on s'associen certes pràctiques amb els nois, les quals es relacionen amb conceptes com ara: competició, força, lideratge, entre d'altres. D'altra banda pel que fa a les noies, aquestes es relacionen amb activitats que s'identifiquen amb l'expressió, la no competició i la tranquil·litat. En el llistat de les activitats més practicades per els nois destaquen el futbol (34,6%), el bàsquetbol (10,4%), les arts marcials (7,1%), la natació (6,7%) i l'atletisme (4,9%). En el cas de les noies destaquen la dansa (19,9%), la natació (10,8%), el bàsquetbol (9,2%), les activitats de gimnàs (6,5%) i la gimnàstica (6,2%).

Figura 15. Activitats físico-esportives organitzades més practicades segons sexe



En la següent figura es mostra qui són els promotors i/o organitzadors de tot aquest seguit d'activitats físico-esportives realitzades pels escolars de Catalunya. Tradicionalment Catalunya s'identifica com un territori on el teixit associatiu s'ha arrelat fortament en la societat catalana, fet que ha marcat també el sector esportiu. Com s'observa en la figura **els clubs o federacions (71,7%) centren la gran part de l'activitat físico-esportiva organitzada entre els escolars de Catalunya**, seguit de les escoles/instituts, AMPA's i Consells Esportius (23%) i per últim els Ajuntaments (5,3%).

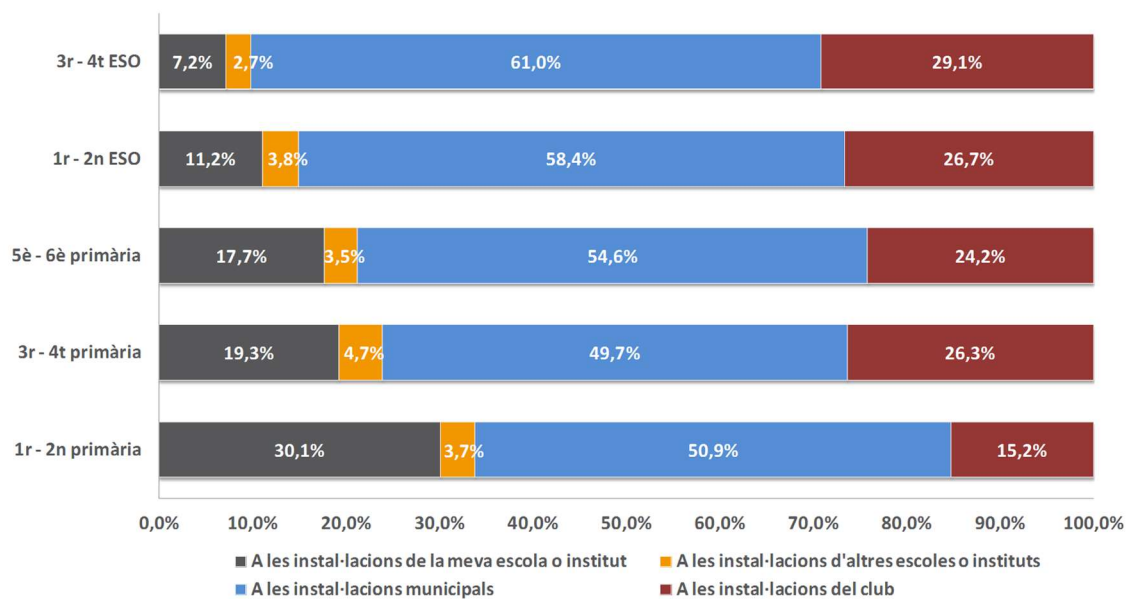
Figura 16. Promotors de les activitats físico-esportives organitzades



El lloc de pràctica és una variable que, en la gran majoria, es relaciona i deriva de la modalitat esportiva practicada i el responsable/organitzador d'aquesta. Com s'observa en la figura següent, **les instal·lacions més utilitzades són les instal·lacions esportives municipals (55%)**, les quals són utilitzades en gran part pels clubs, associacions esportives i ajuntaments. Per contra, les menys utilitzades són les instal·lacions d'altres escoles/instituts (3,7%), seguit de les instal·lacions de la pròpia escola/institut (16,7%) i les instal·lacions dels propis clubs (24,7%).

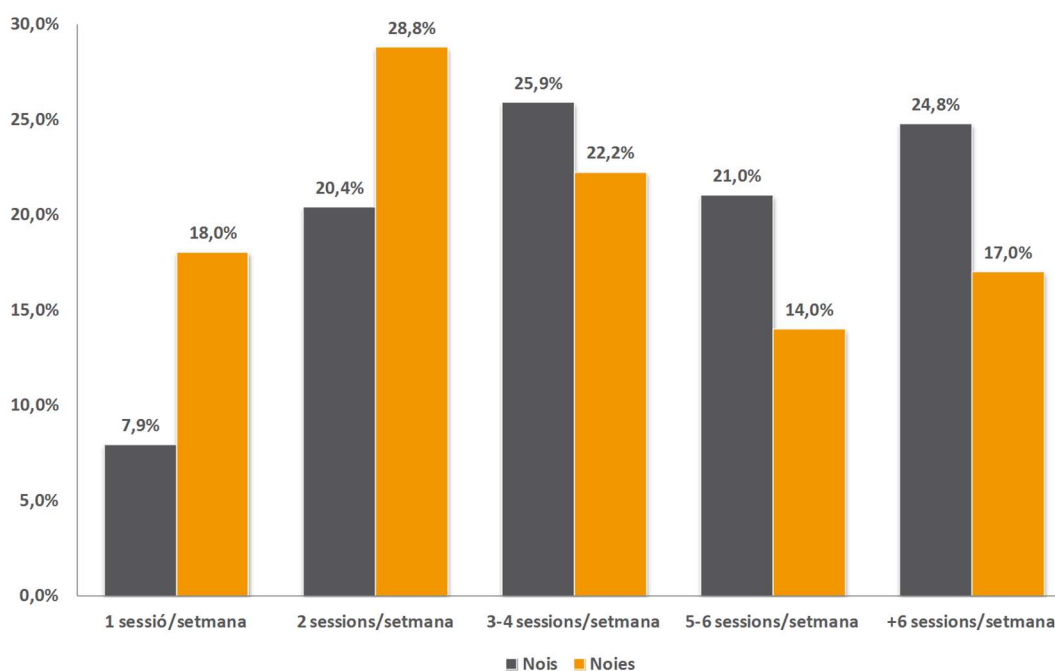
A mesura que els escolars són més grans, s'observa una clara tendència a utilitzar cada vegada menys les instal·lacions esportives de l'escola o institut, i es decanten per la utilització d'instal·lacions esportives municipals o les instal·lacions dels propis clubs. Aquesta tendència s'explica en el simple fet que els escolars de primària acostumen a realitzar aquestes activitats dins d'un marc extraescolar organitzat per la pròpia escola i/o AMPA de cada centre i a mida que aquests es van fent grans fan el salt i s'apunten als clubs esportius, els quals fan ús de les instal·lacions municipals o pròpies.

Figura 17. Espai de pràctica d'activitats físico-esportives organitzades segons curs escolar



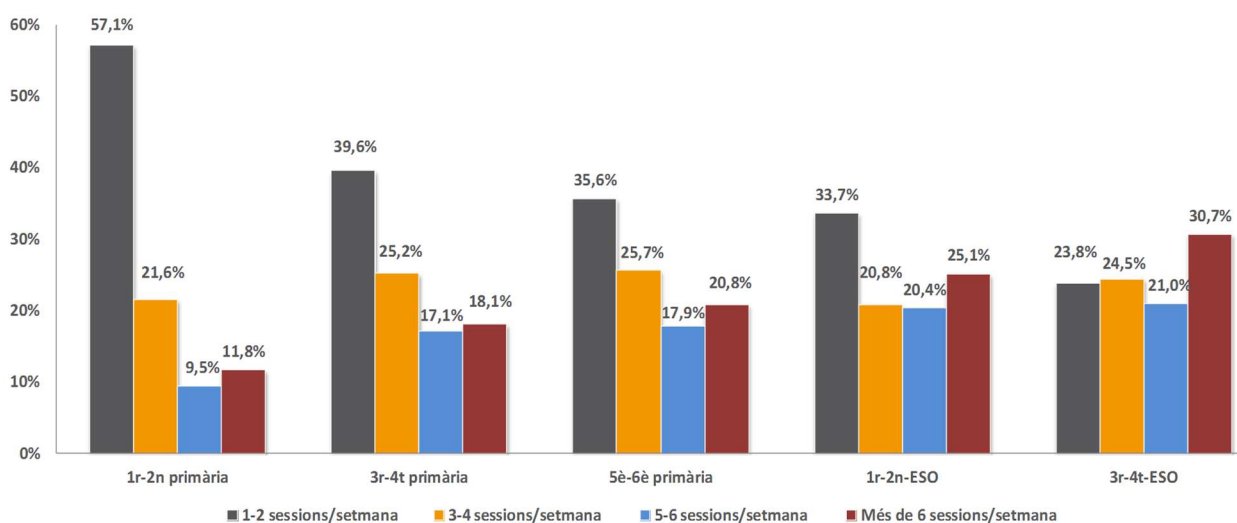
Analizant la freqüència de pràctica d'activitat físico-esportiva en nombre de sessions que realitzen els escolars de Catalunya que fan pràctica esportiva organitzada, s'observa com els nois presenten una major freqüència de pràctica que les noies. Els nois són més propensos a realitzar entre 3 i 4 sessions setmanals d'activitat físico-esportiva (25,9%), mentre que la freqüència més comuna en les noies és de 2 sessions setmanals (28,8%).

Figura 18. Freqüència de pràctica d'activitats físico-esportives organitzades segons sexe



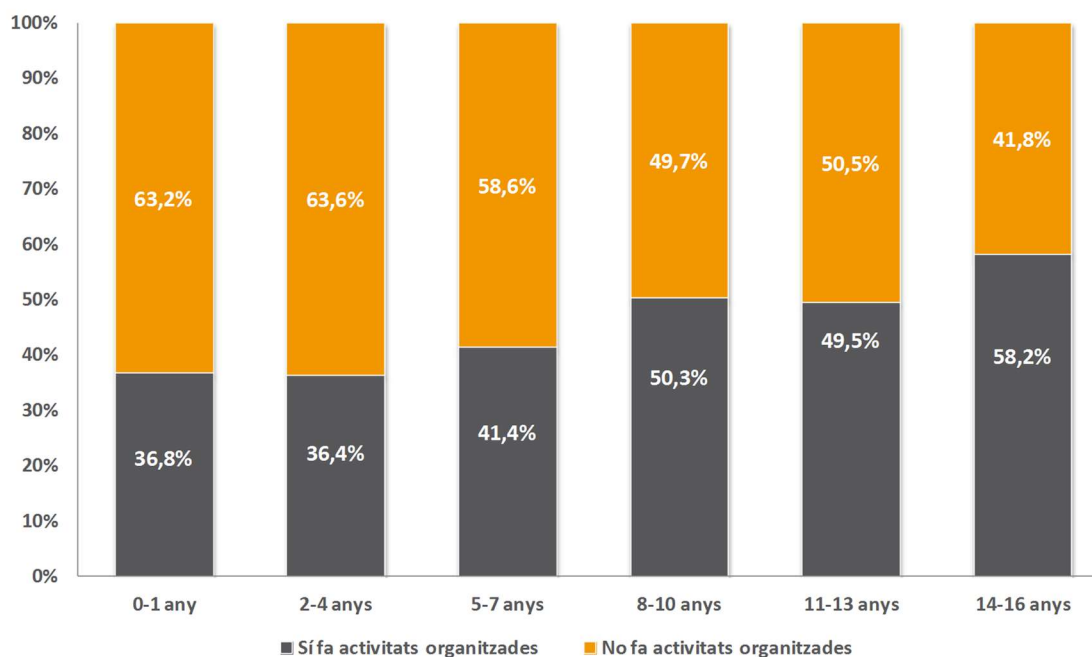
A mesura que els escolars es van fent grans, el nombre de sessions setmanals de pràctica d'activitat físico-esportiva s'incrementa. On **s'observa un clar descens en les persones que realitzaven 1-2 sessions setmanals, passant d'un 57,1% a un 23,8% en l'etapa de 1r-2n de primària a 3r-4t d'ESO**. D'altra banda el percentatge d'escolars que realitzen més de 6 sessions setmanals augmenta gradualment a mida que aquests es fan més grans. Aquest fet es relaciona amb que la pràctica organitzada practicada pels escolars, és més exigent a mesura que els escolars són més grans.

Figura 19. Sessions setmanals d'activitats físico-esportives organitzades segons cycle escolar



Com s'ha comentat amb anterioritat, existeixen grans diferències en els nivells de pràctica d'activitats físico-esportives entre els escolars nascuts a Catalunya i els nascuts fora del territori català. En aquest sentit, analitzant els nivells de pràctica **dels escolars nascuts fora de Catalunya, aquests mostren una tendència a realitzar més pràctica físico-esportiva a mesura que porten més anys vivint al territori català**, així doncs existeix una integració social positiva, en matèria esportiva, on el percentatge d'escolars no practicants d'activitats físico-esportives organitzades descendeix en 21,4 punts a mesura que aquests porten més anys vivint al país.

Figura 20. No nascuts a Catalunya que realitzen activitats organitzades segons anys vivint a Catalunya



Analitzant la intensitat d'aquesta activitat físico-esportiva organitzada dels escolars, es troba que els caps de setmana s'hi destina més temps diari (101,7 minuts) que el destinat diàriament de dilluns a divendres (88,8 minuts). Tenint en compte la setmana completa, els escolars que realitzen pràctica organitzada hi destinen de mitjana 95,2 minuts diaris. La intensitat de pràctica dels escolars no presenta diferències significatives entre sexes, ja que de dilluns a divendres els nois realitzen 89,8 minuts de mitjana de pràctica diària mentre que les noies fan 87,5 minuts de mitjana per dia. Els caps de setmana la pràctica és més intensa, sobretot en les noies, realitzant aquestes 105,6 minuts de pràctica diària i els nois 99,6 minuts. L'augment de la intensitat el cap de setmana en les noies pot venir donat pel tipus d'activitats que realitzen, ja que activitats com la gimnàstica rítmica o artística i el patinatge (activitats on predominen les noies) requereixen d'un elevat volum d'hores d'entrenament que se sol intensificar als caps de setmana donat que es disposa de més temps lliure.

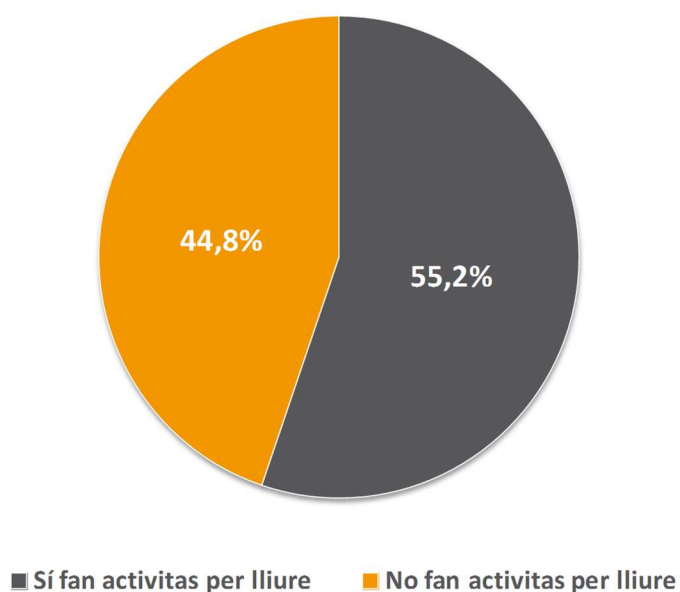
### 2.2.2. Activitat físico-esportiva no organitzada

L'activitat físico-esportiva no organitzada s'entén com a aquella que es realitza fora de l'horari escolar, com a mínim un cop per setmana, per lliure, fora d'un marc organitzatiu i sense la supervisió de qualsevol responsable que condueixi l'activitat en qüestió. A continuació s'analitzen els índexs de pràctica d'aquest tipus d'activitats, les característiques i peculiaritats d'aquesta.



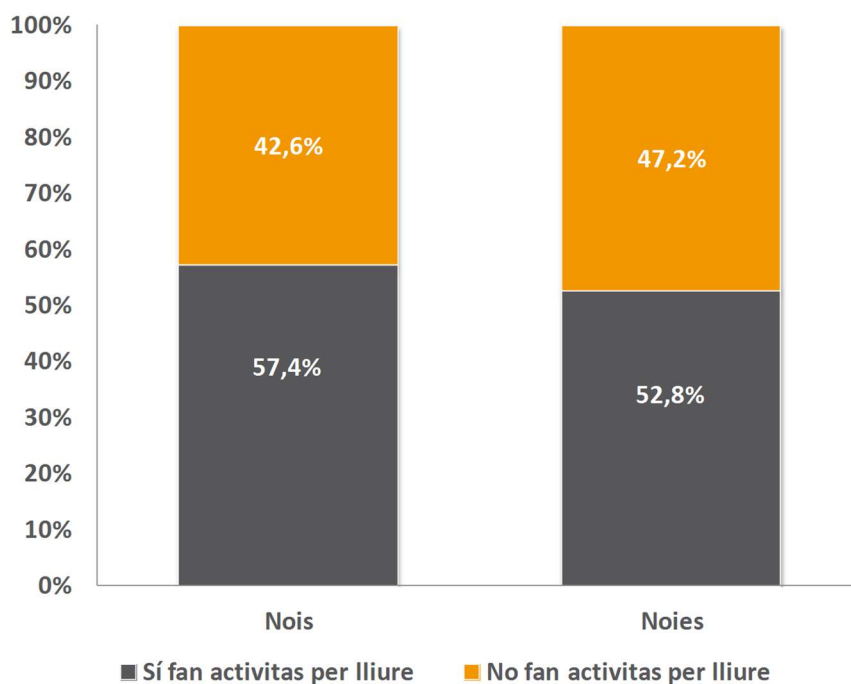
Pel que fa a aquest aspecte i a l'índex de pràctica, **un 55,2% dels escolars afirma realitzar pràctica físico-esportiva no organitzada o per lliure com a mínim un cop per setmana.**

Figura 21. Índex de pràctica físico-esportiva no organitzada



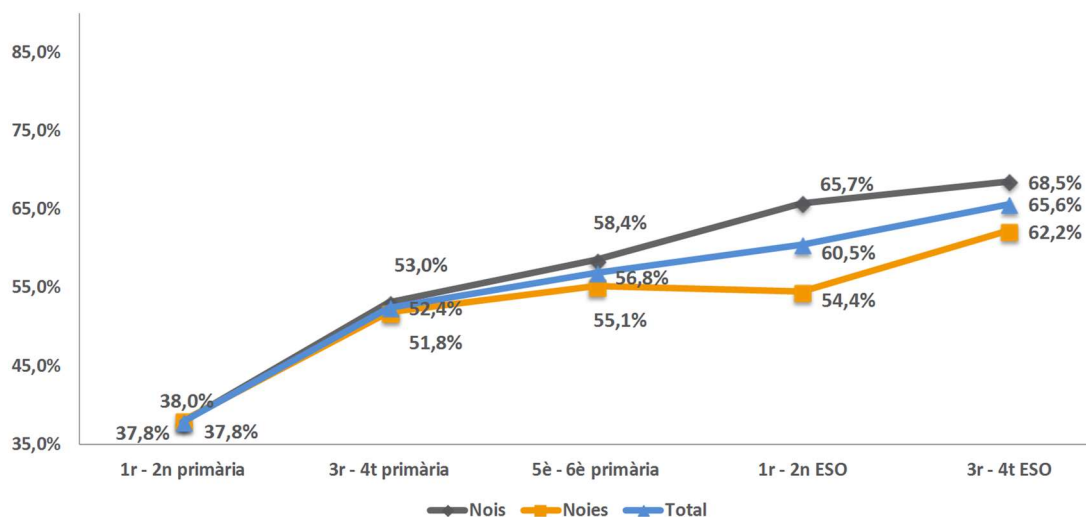
En aquest mateix sentit, diferenciant l'índex de pràctica físico-esportiva no organitzada segons sexe, els nois realitzen més pràctica per lliure que les noies. **Un 57,4% dels nois realitzen activitats físico-esportives no organitzades, mentre que les noies se situen en un 52,8% de pràctica.** Una diferència de 4,6 punts a favor dels nois.

Figura 22. Índex de pràctica físico-esportiva no organitzada segons sexe



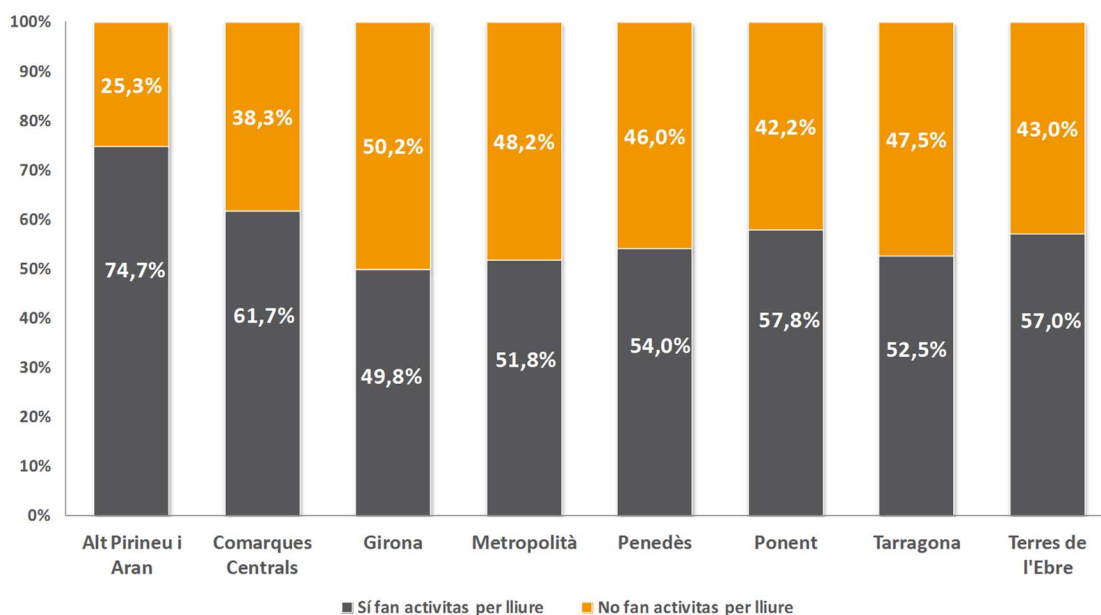
L'índex de pràctica físico-esportiva no organitzada viu una forta variació en el transcurs de les edats dels escolars i els seus nivells de pràctica. El gràfic que es mostra a continuació presenta un **augment positiu de 27,8 punts en el percentatge de pràctica entre 1r-2n de primària i el segon cicle de la ESO (3r i 4t d'ESO)**. Destaca una variació en els índexs de pràctica segons sexes. Els nois presenten uns índexs cada vegada més positius, mentre que les noies mostren una tendència similar a l'índex de pràctica general, on es viu una lleugera davallada en el pas de primària a secundària, on seguidament augmenten el seu índex de pràctica.

Figura 23. Índex de pràctica físico-esportiva no organitzada segons cicle escolar i sexe



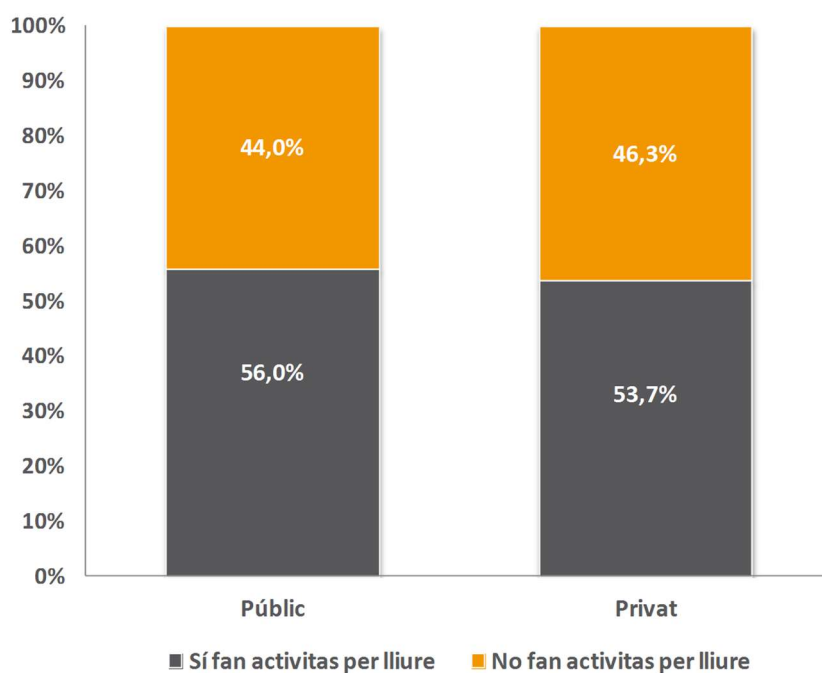
Seguint amb l'anàlisi de l'índex de pràctica físico-esportiva no organitzada, però, diferenciat per àmbits territorials, s'observen certes variacions entre els diferents territoris catalans, on destaca que **en les zones més rurals del territori català la pràctica no organitzada supera el 60% de pràctica, especialment a la zona de l'Alt Pirineu i Aran (74,7%)**. En contra, a les zones més urbanes, l'índex de pràctica es situa al voltant del 50%.

Figura 24. Índex de pràctica físico-esportiva no organitzada segons àmbit territorial



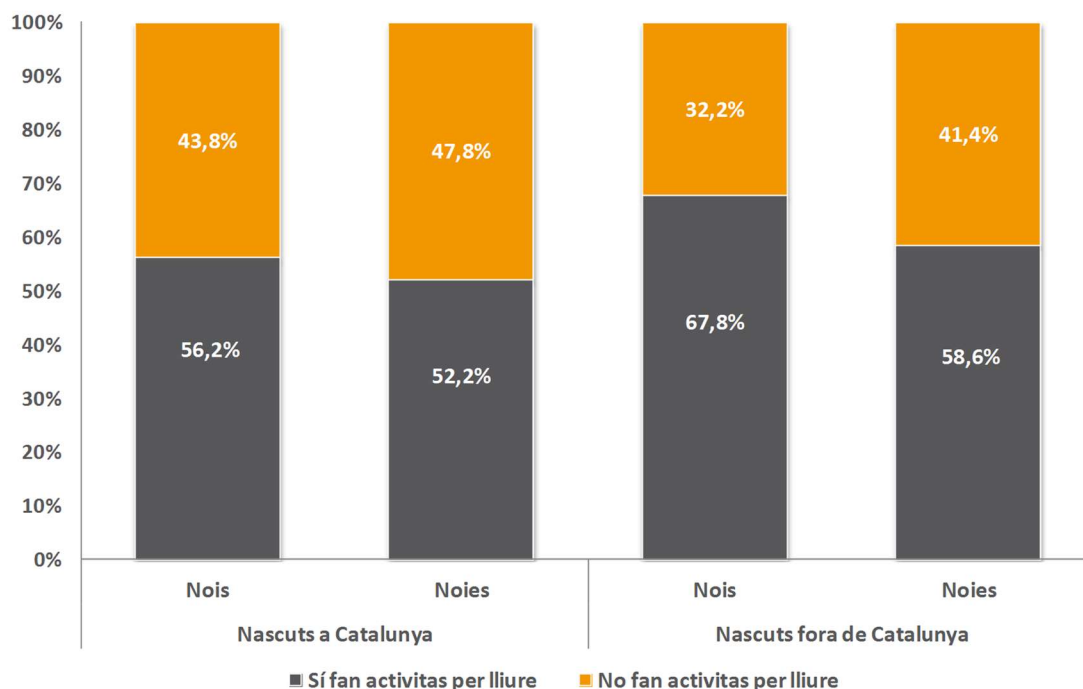
Pel que fa a l'índex de pràctica físico-esportiva no organitzada segons la titularitat del centre escolar on estan inscrits els escolars de Catalunya, **aquells que estan escolaritzats en centres de titularitat pública, realitzen un 2,3% més de pràctica físico-esportiva no organitzada (56%) respecte als que estan escolaritzats en centres privats (53,7%).**

Figura 25. Índex de pràctica físico-esportiva no organitzada segons titularitat del centre



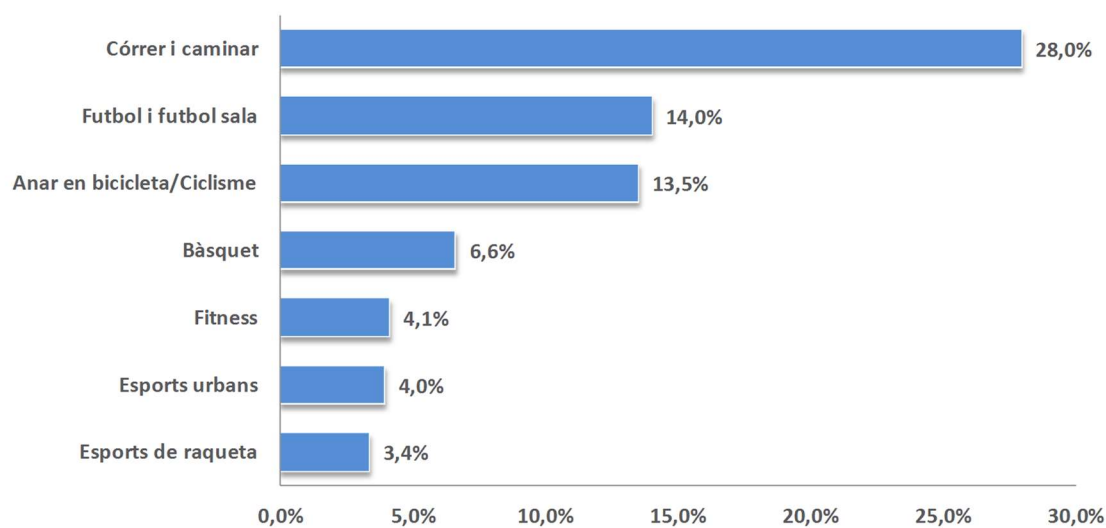
Al igual que en la pràctica d'activitats físico-esportives en general, l'índex de pràctica físico-esportiva no organitzada es veu afectat pel lloc de naixement dels escolars de Catalunya. En el següent gràfic s'analitzen els percentatges de pràctica segons el lloc de naixement dels escolars, on s'observa que **els escolars nascuts fora del territori català (63,6%) són més freqüents a realitzar activitats físico-esportives per lliure que els escolars nascuts a Catalunya (54,3%).** D'altra banda i com en altres dades analitzades en anterioritat s'observa una major tendència per part dels nois a realitzar aquest tipus de pràctica, on la diferencia s'accentua, especialment, entre els nois i noies nascuts fora de Catalunya ( $\pm 9,2\%$ ).

Figura 26. Índex de pràctica físico-esportiva no organitzada segons lloc de naixement



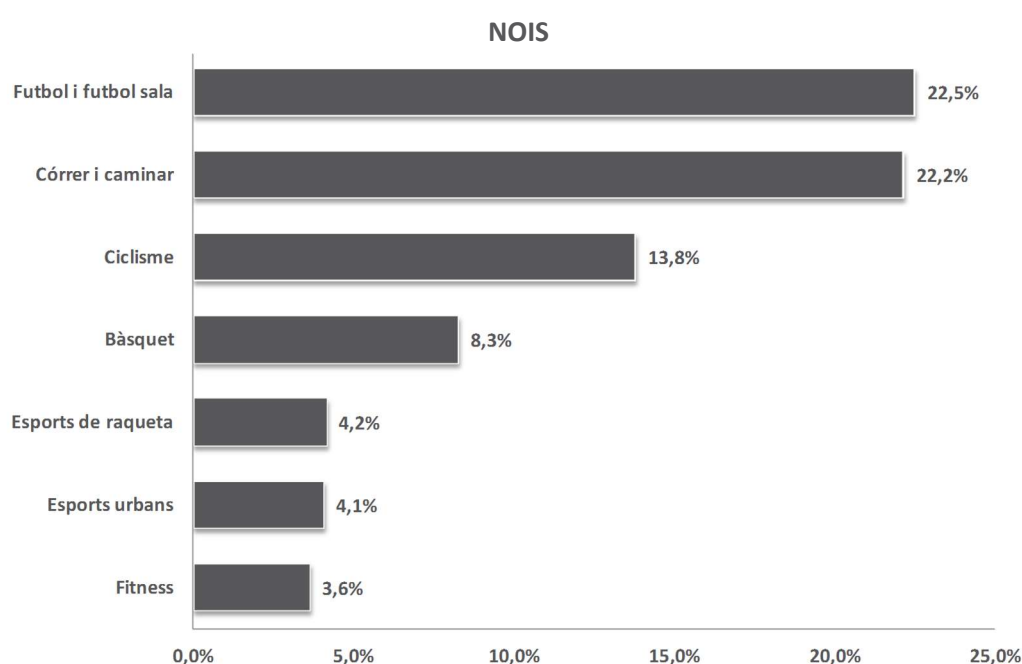
Entre els escolars de Catalunya, de les **activitats físico-esportives no organitzades més practicades destaquen: córrer i caminar (28%), futbol i futbol sala (14%) i el ciclisme (13,5%)** com a les tres activitats més practicades pels escolars. Per sota, es troben pràctiques com ara el bàsquet (6,6%), activitats de condicionament físic general (fitness) (4,1%), els esports urbans (4%) i els esports de raqueta (3,4%).

Figura 27. Rànquing d'activitats físico-esportives no organitzades més practicades



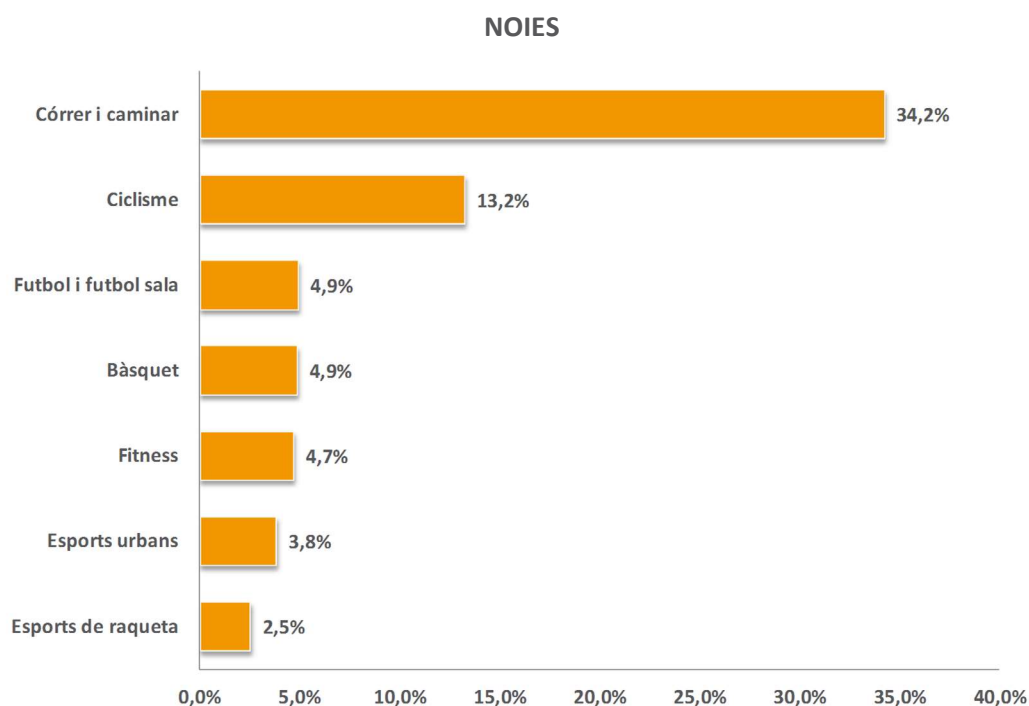
Des de la perspectiva de sexe, s'observen diferències en la preferència de pràctica d'activitats físico-esportives no organitzades, tot i que pràctiques com el córrer i caminar, i el ciclisme, es situen com a una de les activitats més comunes en la pràctica dels escolars de Catalunya. **Entre el nois destaquen el futbol i futbol sala (22,5%) i sortir a córrer i caminar (22,2%).** En menor mesura cal destacar les pràctiques com ara anar en bicicleta i ciclisme (13,8%), el bàsquet (8,3%). Per últim es troben els esports de raqueta (4,2%), els esports urbans (4,1%), que engloben pràctiques com ara el skateboard, el longboard, parkour, entre d'altres, i les activitats de fitness (3,6%).

Figura 28. Activitats físico-esportives no organitzades més practicades dels nois



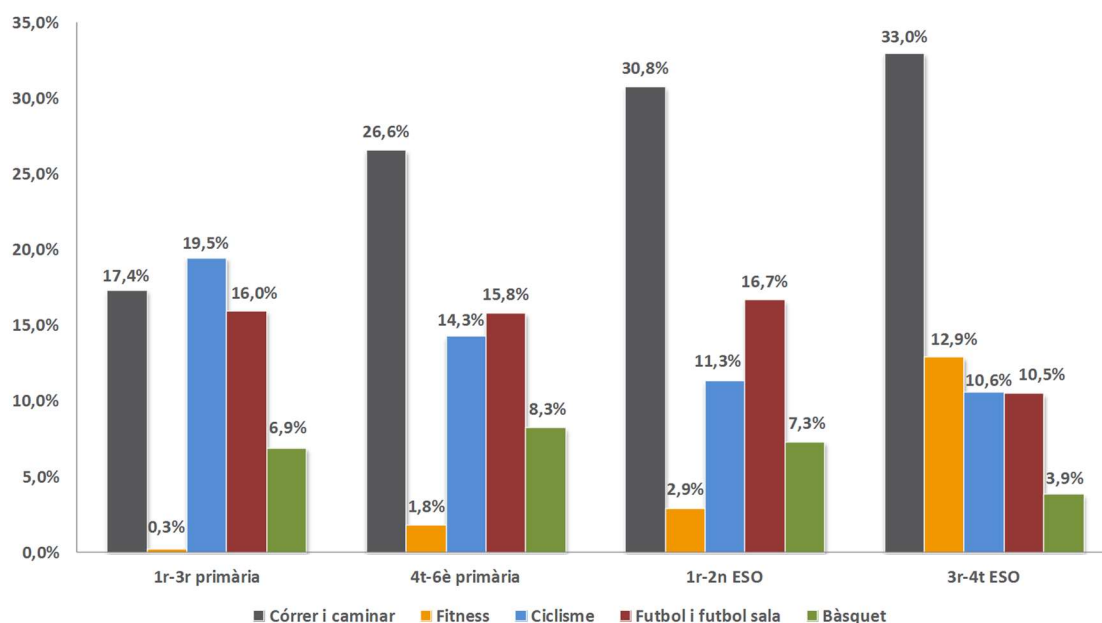
Per altra banda, **entre les noies escolars de Catalunya, destaca per sobre de totes les altres activitats físico-esportives, el sortir a caminar i/o a córrer amb un 34,2% de pràctica.** La segona activitat més practicada passa a ser el sortir en bicicleta i el ciclisme (13,2%) seguit del futbol i futbol sala, basquetbol, el fitness i els esports urbans que se situen al voltant d'un 4-5% d'índex de pràctica d'activitats físico-esportives no organitzades.

Figura 29. Activitats físico-esportives no organitzades més practicades de les noies



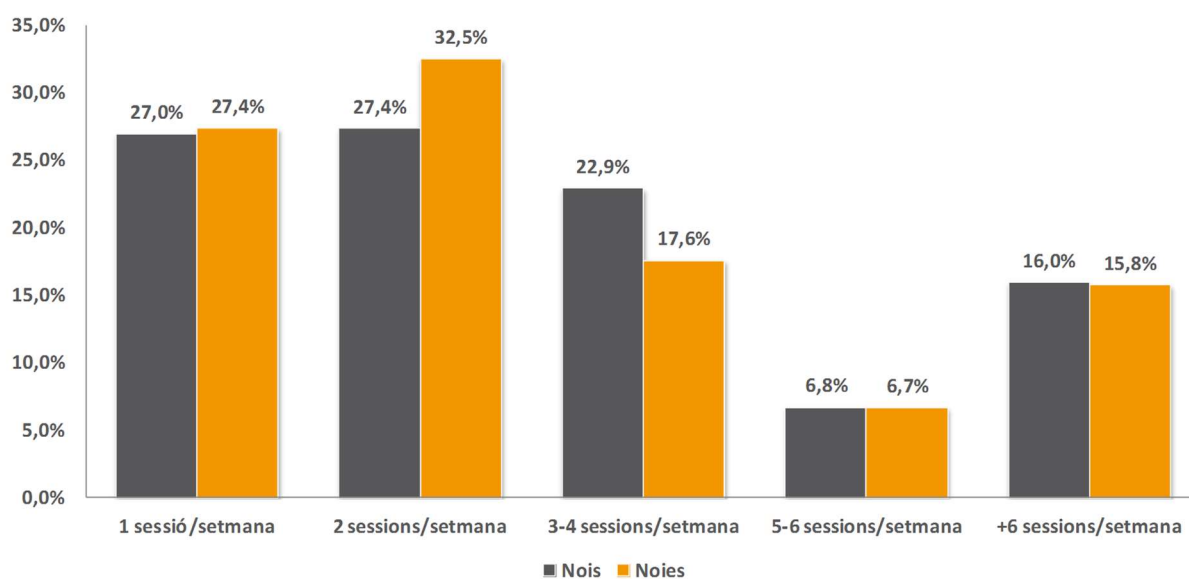
Seguint amb l'aspecte de les activitats no organitzades més practicades pels escolars de Catalunya, és interessant, a banda de conèixer la pràctica segons sexe, conèixer aquesta preferència en les diferents pràctiques existents segons l'edat. Així doncs, com s'observa en la següent figura, **l'activitat de córrer i caminar evoluciona molt positivament en els seus índexs de pràctica a mida que els escolars són més grans**, on en l'etapa de 1r-3r primària a 3r-4t d'ESO, existeix un increment d'un 15,6%. D'altra banda **les activitats de fitness viuen també aquest increment amb el pas dels anys**, en aquest cas, en l'etapa de 1r-2n ESO a 3r-4t ESO, on el nivell de pràctica augmenta un 10%. Per contra, les activitats de ciclisme, futbol i futbol sala, i bàsquet, experimenten un descens important en els seus índexs de pràctica d'activitats físico-esportives no organitzades.

Figura 30. Activitats f·sico-esportives no organitzades m·s practicades segons cicle escolar



A continuaci· s'analitza la freq·ncia en la pr·ctica esportiva no organitzada. Entenent com a sessi·, el fet de realitzar alguna pr·ctica f·sico-esportiva durant algun dia de la setmana. En aquest cas, analitzant la freq·ncia segons sexe, s'observen uns nivells de pr·ctica bastant similars pel que fa al nombre de sessions setmanals que realitzen els escolars de Catalunya segons nois i noies, on la variaci· m·s destacable se situa en un marge d'un 5%.

Figura 31. Freq·ncia de pr·ctica f·sico-esportiva no organitzada segons sexe

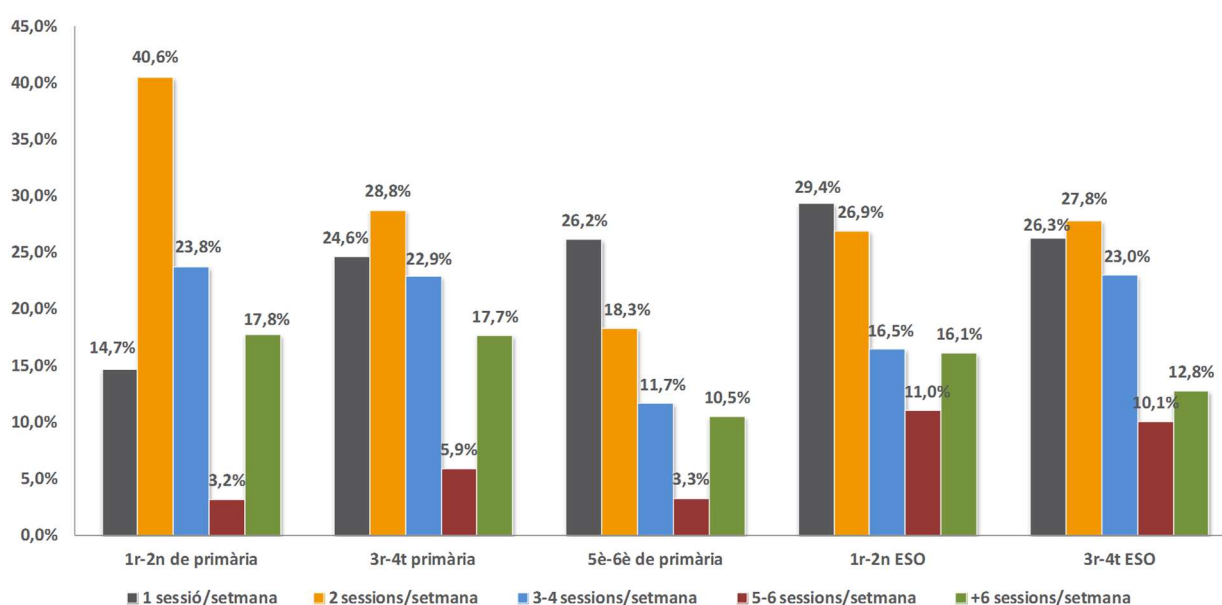


Pel que fa a la freq·ncia de pr·ctica segons el cicle escolar dels infants i adolescents, s'observen grans variacions segons l'etapa escolar en la que es troben aquests. L'aspecte m·s destacat ·s



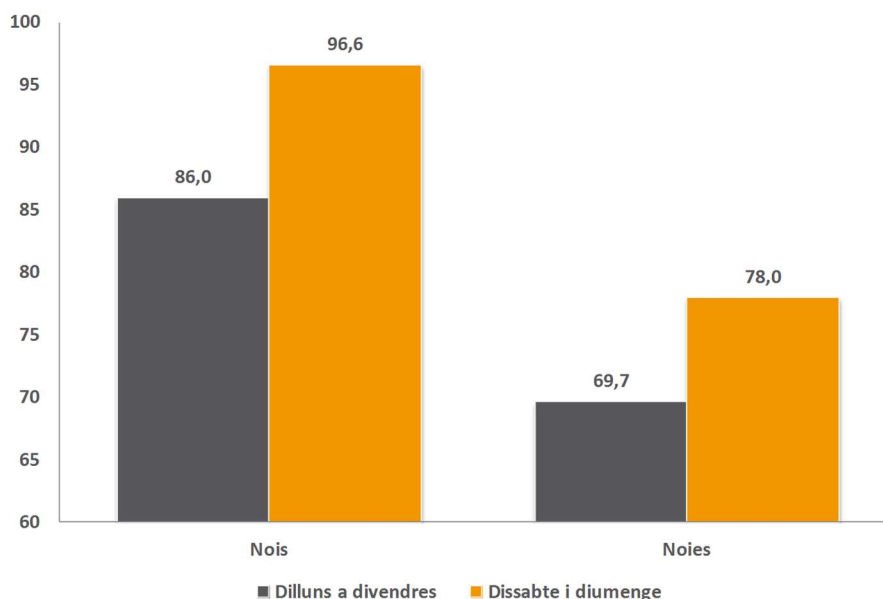
que en l'etapa de 3r-4t i 5è-6è de primària, els escolars augmenten l'índex de realitzar aquestes pràctiques físico-esportives no organitzades un cop per setmana, creant una davallada en relació a la freqüència de pràctica de dues vegades o més per setmana. Una vegada passada aquesta etapa escolar, la freqüència de pràctica s'estabilitza, essent les majoritàries, les de 1, 2 i 3-4 sessions per setmana. D'aquesta manera doncs, segueixen les recomanacions de la OMS de realitzar 60 minuts d'activitat físico-esportiva en un 24,8% els alumnes de 1r-2n de primària, un 46,5% els de 3r-4t de primària, un 25,5% els de 5è-6è de primària, un 43,6% els de 1r-2n d'ESO i un 45,9% els de 3r-4t d'ESO.

Figura 32. Freqüència de pràctica físico-esportiva no organitzada segons cycle escolar



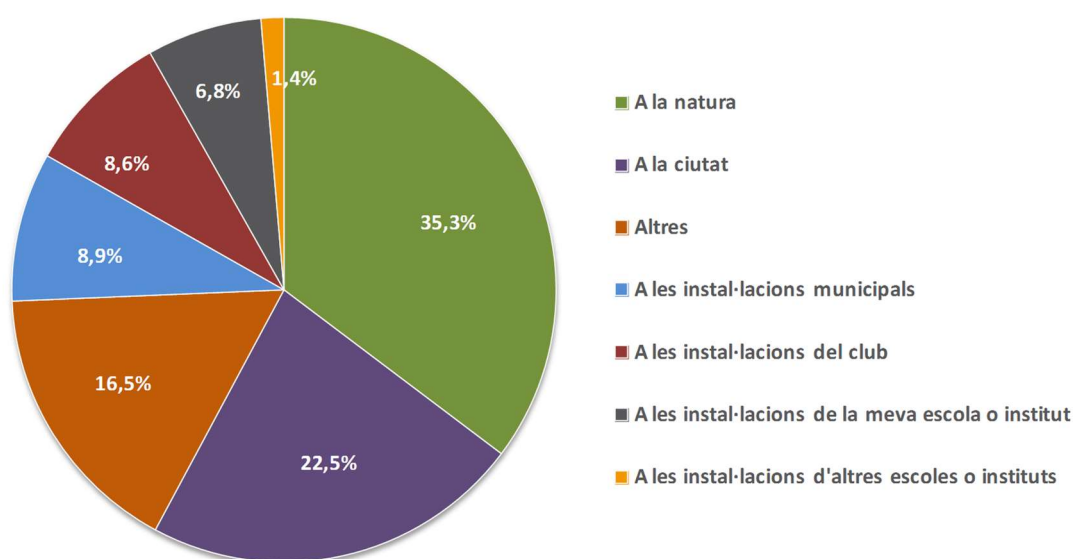
Si s'analitza la intensitat d'aquest tipus de pràctica, tal i com passa amb la pràctica organitzada, els caps de setmana es realitza una pràctica més intensa amb una mitjana de 87,3 minuts diaris davant dels 78,1 minuts diaris de mitjana de dilluns a divendres. La major disponibilitat de temps lliure els caps de setmana podria explicar aquesta lleugera diferència. Per sexes, els nois fan clarament activitats més intenses que les noies, tant de dilluns a divendres com el cap de setmana. Així, els nois fan 86,0 minuts de mitjana de pràctica diària i les noies 69,7 minuts entre setmana de dilluns a divendres. Dissabtes i diumenges, els nois fan 96,6 minuts de mitjana per dia i les noies 78,0 minuts.

Figura 33. Intensitat de pràctica en minuts de dilluns a divendres i caps de setmana per sexe



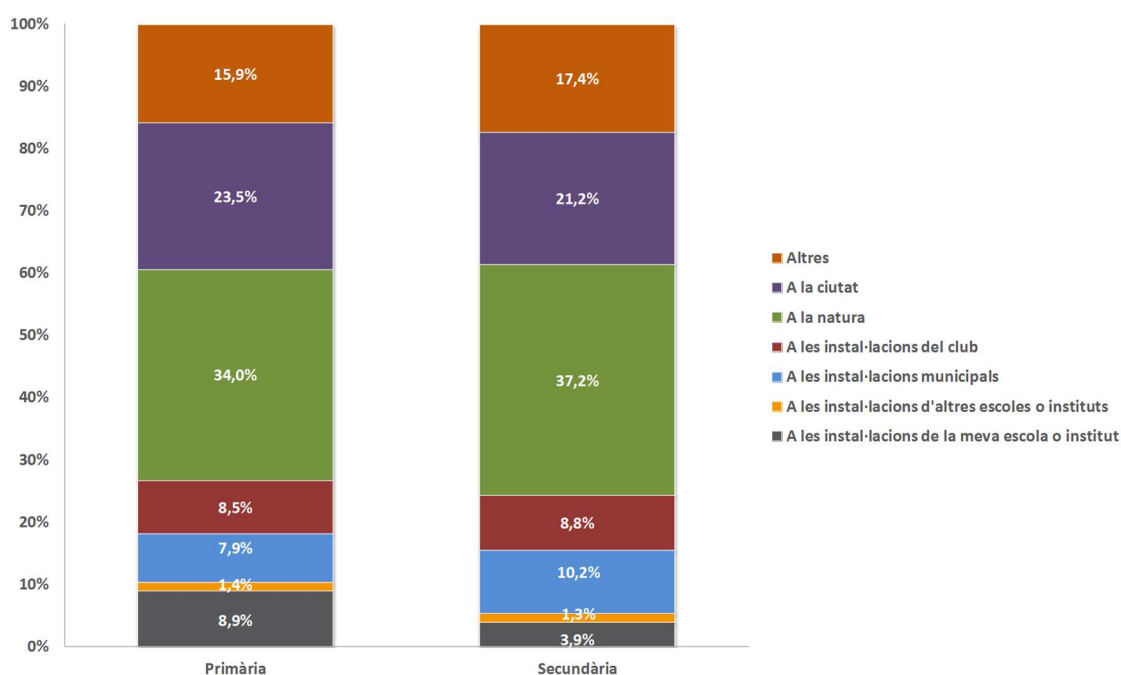
Els espais urbans i la natura representen els espais més utilitzats per a la pràctica d'activitats físico-esportives no organitzades dels escolars de Catalunya (57,8%). A diferència de la pràctica organitzada, la pràctica d'activitats físico-esportives realitzada lliurement es desenvolupa en espais comuns dels llocs de residència dels escolars. Espais que per tradició social s'han convertit en la zona per a realitzar aquella pràctica físico-esportiva en concret, com podrien ser els passeigs de mar que acullen a un gran nombre de caminadors, corredors i ciclistes.

Figura 34. Espai de pràctica d'activitats físico-esportives no organitzades



L'evolució dels percentatges dels espais de pràctica segons l'etapa escolar dels infants i adolescents, no denota canvis molt significatius. Però és interessant analitzar com **la utilització d'instal·lacions municipals va guanyant terreny, alhora que la utilització de les instal·lacions escolars va perdent**. S'observa com en tots els casos, els espais de lliure accés de les ciutats i la natura segueixen una concordança en les diferents etapes escolars

Figura 35. Espai de pràctica d'activitats físico-esportives no organitzades segons etapa escolar



La tipologia de pràctica d'entre els escolars de Catalunya és un aspecte rellevant, ja que és en el tipus de pràctica que aquests realitzen i les seves característiques, on es troba la base per a l'adquisició d'hàbits esportius saludables en edats adultes. Així doncs, els hàbits esportius dels adults venen determinats, entre d'altres factors, per la pràctica que han realitzat o no en anterioritat, en aquest cas, en l'edat escolar.

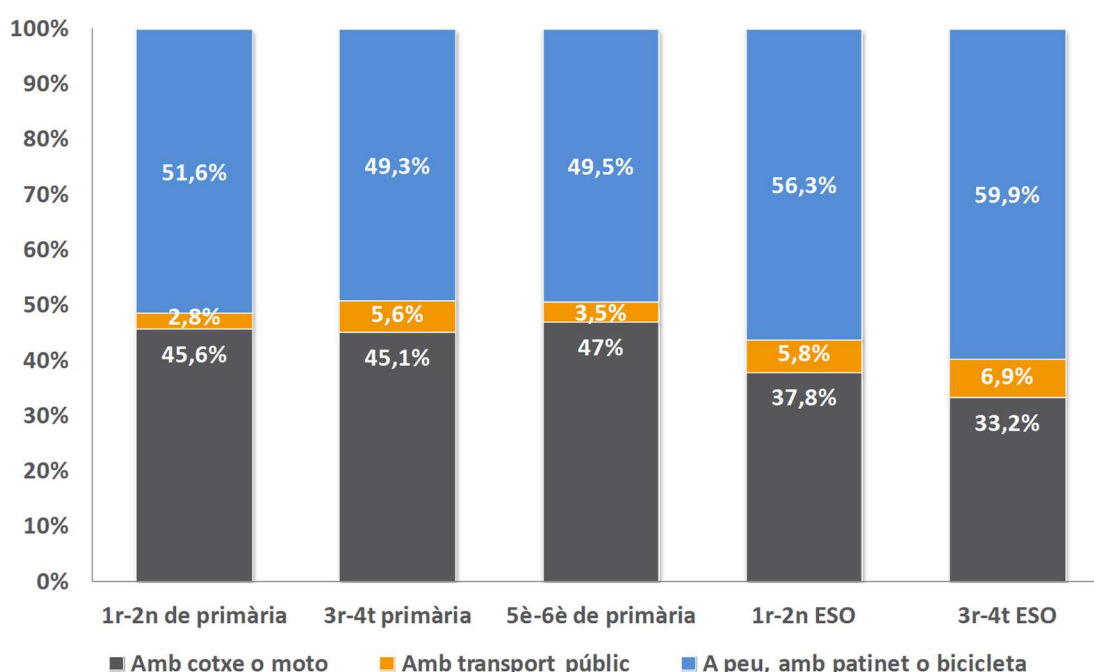
### 2.3. Hàbits en la pràctica d'activitats físico-esportives

El següent apartat tracta els hàbits en relació a la pràctica d'activitats físico-esportives que realitzen els escolars de Catalunya, on s'hi engloben els hàbits dels escolars que realitzen activitats físico-esportives de tipologia organitzada i no organitzada, i en alguns dels casos centrats en una de les dues tipologies de pràctica. Així doncs, s'analitzen aspectes com el mitjà de transport més utilitzat en el moment de desplaçar-se cap al lloc de pràctica, els hàbits d'higiene dels escolars i la llengua utilitzada durant la pràctica.

En la pregunta que fa referència a com els escolars es desplacen cap al lloc de pràctica de les activitats físico-esportives que realitzen, **un 53,1% declara desplaçar-s'hi a peu, patinet o bicicleta, mentre que un 42% s'hi desplaça en cotxe o moto.** En menor mesura aquells practicants que es desplacen en transport públic, representen un 4,9%.

S'observa com **a mida que els escolars són més grans, s'incrementa el percentatge dels que es desplacen en transport a peu, amb patinet o bicicleta,** i en conseqüència disminueix el percentatge d'aquells que es desplacen als llocs de pràctica físico-esportiva amb cotxe o moto. També augmenta lleugerament, a mida que ho fa l'edat, el percentatge dels que es desplacen en transport públic.

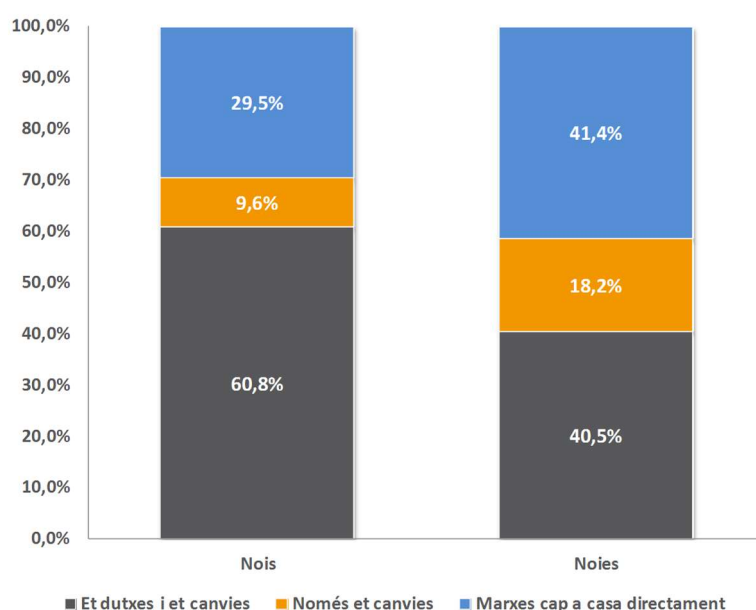
Figura 36. Mitjà de transport per anar al lloc de pràctica d'activitats físico-esportives



En referència als hàbits d'higiene dels escolars de Catalunya que realitzen pràctica d'activitats físico-esportives organitzades, a la pregunta: "Què fas quan acabes de fer les activitats esportives?", **un 51,6% dels escolars declara dutxar-se i canviar-se una vegada acabada l'activitat físico-esportiva.** Per contra, un 34,9% marxa cap a casa directament sense dutxar-se ni canviar-se, mentre que els escolars que realitzen l'activitat i tan sols es canvien i marxen cap a casa representen un 13,5%.

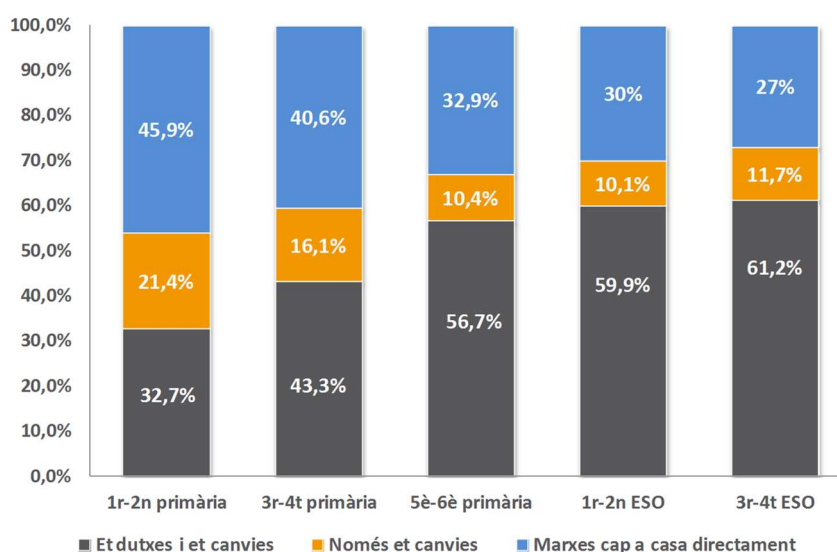
Diferenciant aquestes dades per sexe, existeix una gran diferència entre els nois i les noies que es dutxen i es canvien en acabar la pràctica, on els nois que es dutxen i es canvien al acabar la pràctica se situen en 20,3 punts per sobre de les noies, les quals un 41,4% afirmen marxar cap a casa directament sense dutxar-se ni canviar-se, una vegada acabada l'activitat.

Figura 37. Hàbits higiènic dels escolars en activitats físico-esportives segons sexe



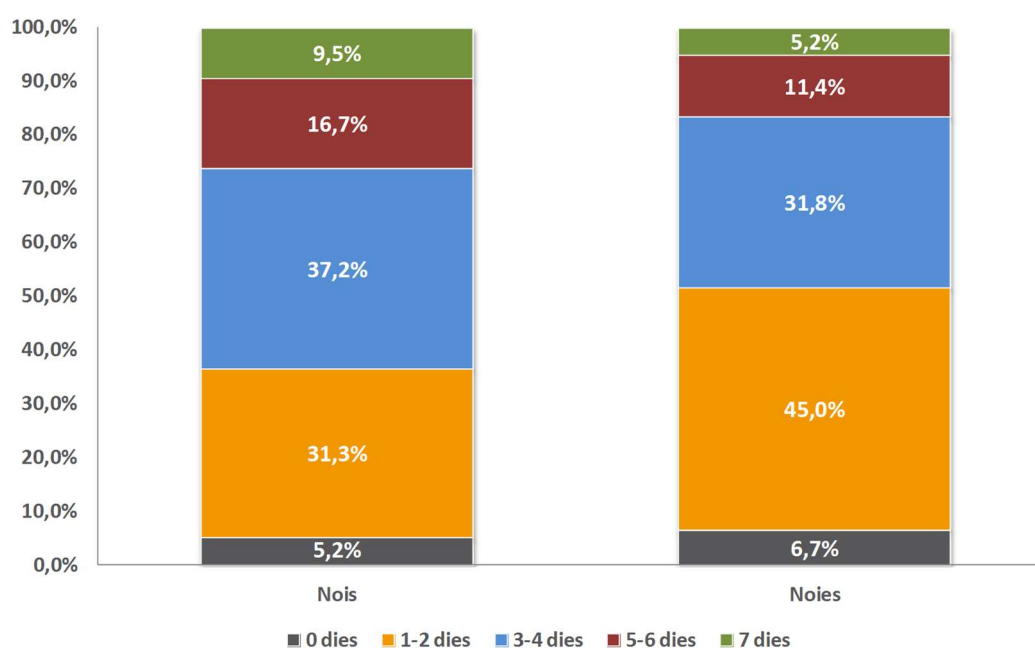
Analitzant aquests mateixos hàbits segons el cicle escolar dels infants i adolescents de Catalunya, s'observa una clara tendència a mida que els escolars són més grans, aquests augmenten els percentatges que una vegada acabada la pràctica físico-esportiva es dutxen i es canvien. Com s'observa en la figura, l'augment entre l'etapa de 1r-2n de primària i la de 3r-4t d'ESO, és d'un 28,5%. Augment que en conseqüència disminueix en aquells que directament marxen cap a casa sense canviar-se ni dutxar-se, el qual descendeix en 18,9 punts. D'altra banda els percentatge dels escolars que tan sols es canvien passa a reduir-se un 9,7%.

Figura 38. Hàbits higiènic dels escolars en activitats físico-esportives segons cicle escolar



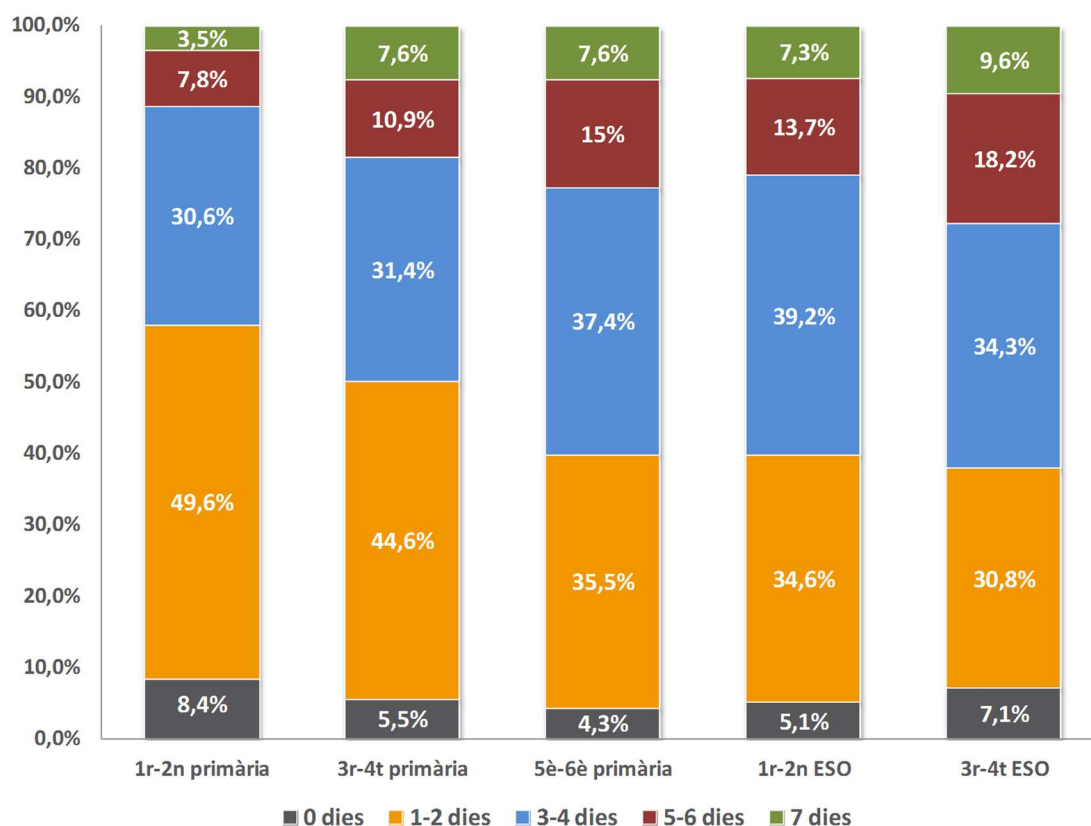
A la pregunta: "Quants dies a la setmana fas, com a mínim, 1 hora d'esport o activitat física?", s'identifica, sota l'opinió dels conceptes d'activitat física i esport, dels escolars, que un 5,8% no realitzen cap tipus de pràctica, un 38,5% dels escolars afirmen realitzar entre 1 i 2 dies de pràctica, mentre que un 35,1% realitzen entre 3 i 4 dies de pràctica de com a mínim 1 hora diària. Els escolars que realitzen entre 5 i 6 dies de pràctica representen un 13,4% i els que en realitzen els 7 dies de la setmana, un 7,2%.

Figura 39. Dies a la setmana que realitzen 1 hora d'activitat física segons sexe



Des d'un punt de vista de l'edat dels escolars, segons el cicle escolar on es troben, s'observa com a mesura que els escolars es fan més grans en edat, aquests són més propensos a realitzar 3 o més dies de pràctica. Aquest fet fa disminuir el percentatge dels que realitzen 1 o 2 dies de pràctica, els quals passen d'un 49,6% a un 30,8%. D'altra banda, aquells que no realitzen cap dia de pràctica físico-esportives representen una minoria en el conjunt dels escolars de Catalunya.

Figura 40. Dies a la setmana que realitzen 1 hora d'activitat física segons cycle escolar



L'activitat física comprèn qualsevol activitat que manifesti un moviment del cos i per tant de la seva musculatura durant un determinat període de temps. Així doncs, un dels aspectes que es relaciona amb el concepte d'activitat física, és la manera com es desplacen els escolars i la seva incidència en els nivells d'activitat física d'aquests.

D'acord amb les dades presentades en aquest darrer apartat, es podria fer una aproximació sobre el nivell de compliment de les recomanacions que fa l'OMS sobre els nivells d'activitat física per a la població en edat escolar<sup>2</sup>. En aquest sentit, es planteja la següent aproximació a l'hora de valorar el número de dies en que es realitzen 60 minuts d'activitat físico-esportiva:

- L'educació física curricular comportaria la realització d'activitat físico-esportiva durant 2 dies per setmana.
- L'activitat física i els jocs que es realitzen en horari de pati i en la resta de franges horàries no lectives permetria fer una aproximació d'1 dia més per setmana.

<sup>2</sup> Veure inici del Capítol 2.

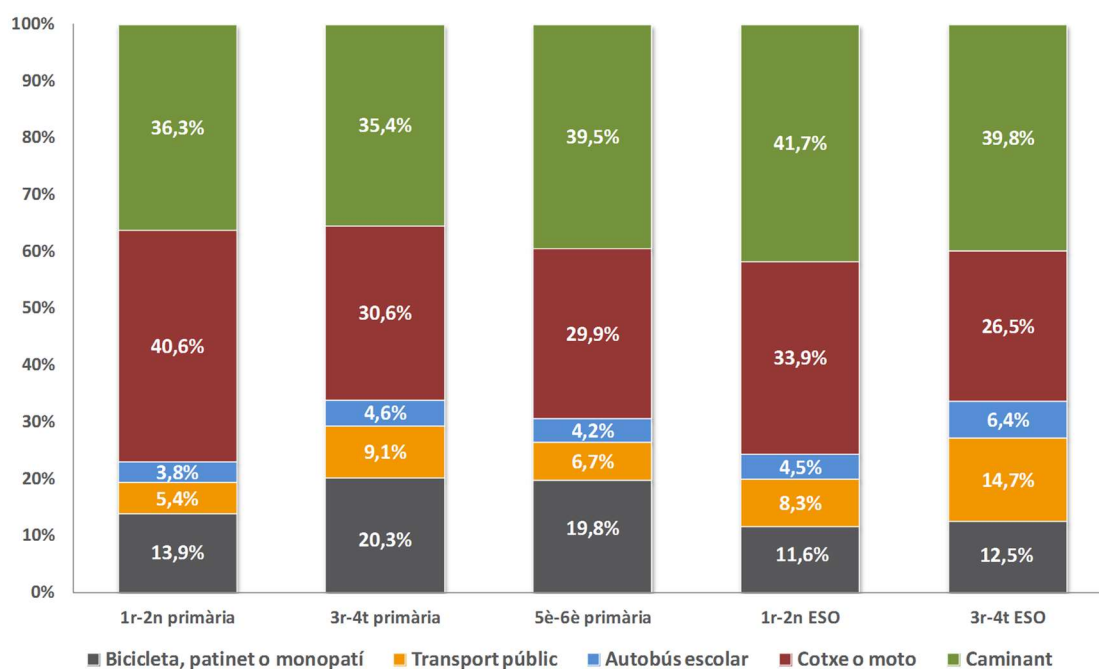
- c) S'ha vist com les hores d'entrenament d'acord amb les dades analitzades superen amb escreix els 60 minuts, així es podria comptabilitzar 1 hora més per setmana per a aquells que practiquen activitats físico-esportives dues o més vegades per setmana.

D'acord amb aquestes premisses, caldria analitzar el volum de població escolar que practica 3 o més sessions d'activitat físico-esportiva dins el present estudi. Tal i com indica la Figura 18, el 43% de la població escolar fa menys de 3 sessions d'activitat físico-esportiva a la setmana. Es podria afirmar, per tant, que tan sols el 57% de la població en edat escolar que practica esport almenys una vegada per setmana, compleix amb els requisits establerts per l'OMS. Si aquesta recomanació s'analitza per al total de la població en edat escolar (practicant i no practicant) aquesta xifra disminuiria fins al 41,5%. És a dir, **es podria estimar que només el 41,5% de la població en edat escolar compleix amb els requisits sol·licitats per l'Organització Mundial de la Salut (OMS).**

A la pregunta: "Com et desplaces durant el dia?", **un 39% dels escolars declara desplaçar-se caminant, mentre que un 32,1% ho fa en cotxe o moto**, seguit d'un 14,9% que ho fa en bicicleta, patinet o monopatí. D'altra banda, un 9,2% es desplaça en transport públic i un 4,8% ho fa en autobús escolar. Seguint amb l'anàlisi de les dades, ara segons l'edat dels escolars, s'observa **com la dependència del transport pel que fa al cotxe o moto, descendeix a mesura que l'edat avança**, i en conseqüència augmenta, de forma gradual, els que es desplacen caminant. S'ha de destacar que aquests darrers, juntament amb els que es desplacen amb bicicleta, patinet o monopatí ho fan de manera activa.

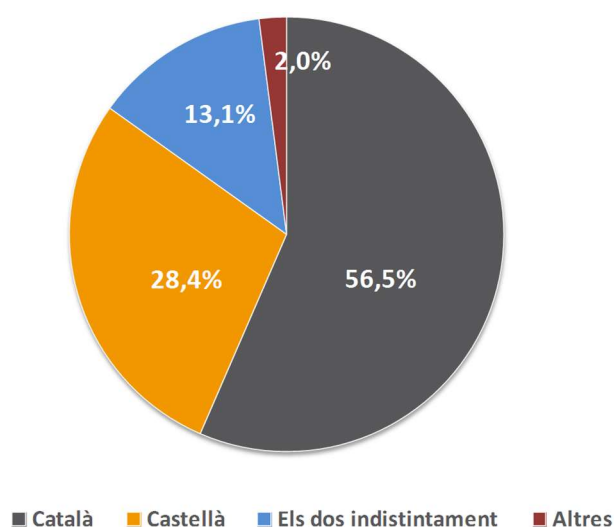


Figura 41. Forma de desplaçar-se dels escolars



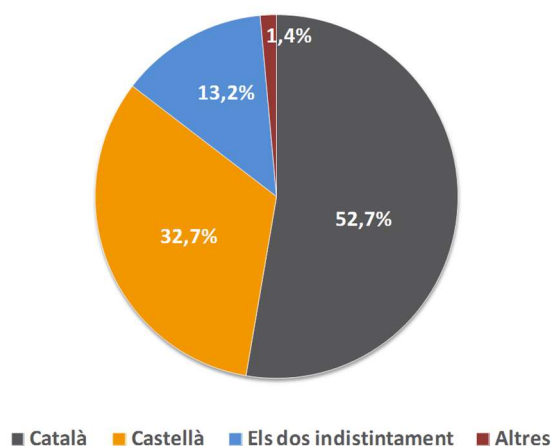
Pel que fa a l'idioma utilitzat en les activitats físico-esportives, primer s'analitza la llengua utilitzada per l'entrenador-monitor d'aquelles activitats físico-esportives organitzades. **El català és utilitzat per més de la meitat dels responsables de les activitats (56,5%),** mentre que el castellà és utilitzat per un 28,4%. Tanmateix, un 13,1% afirma que en els seus casos s'utilitzen les dues llengües indistintament. L'ús d'altres llengües representa un 2,0%.

Figura 42. Llengües utilitzades pels entrenadors/monitors de les activitats



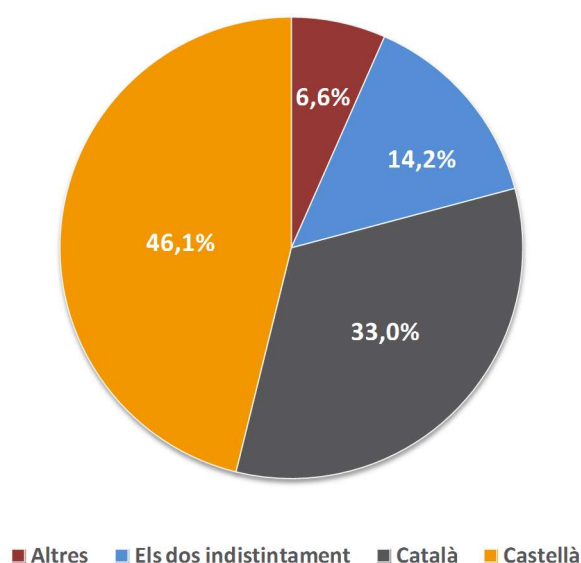
D'altra banda, englobant la practica físico-esportiva organitzada i no organitzada, **el català (52,7%) és la llengua més utilitzada pels participants/companys de les activitats realitzades.** En el cas del castellà, és utilitzat per un 32,7%, mentre que l'ús d'ambdues llengües indistintament representa un 13,2%. La utilització d'altres llengües se situa en un 1,4%.

Figura 43. Llengües utilitzades pels escolars participants en les activitats



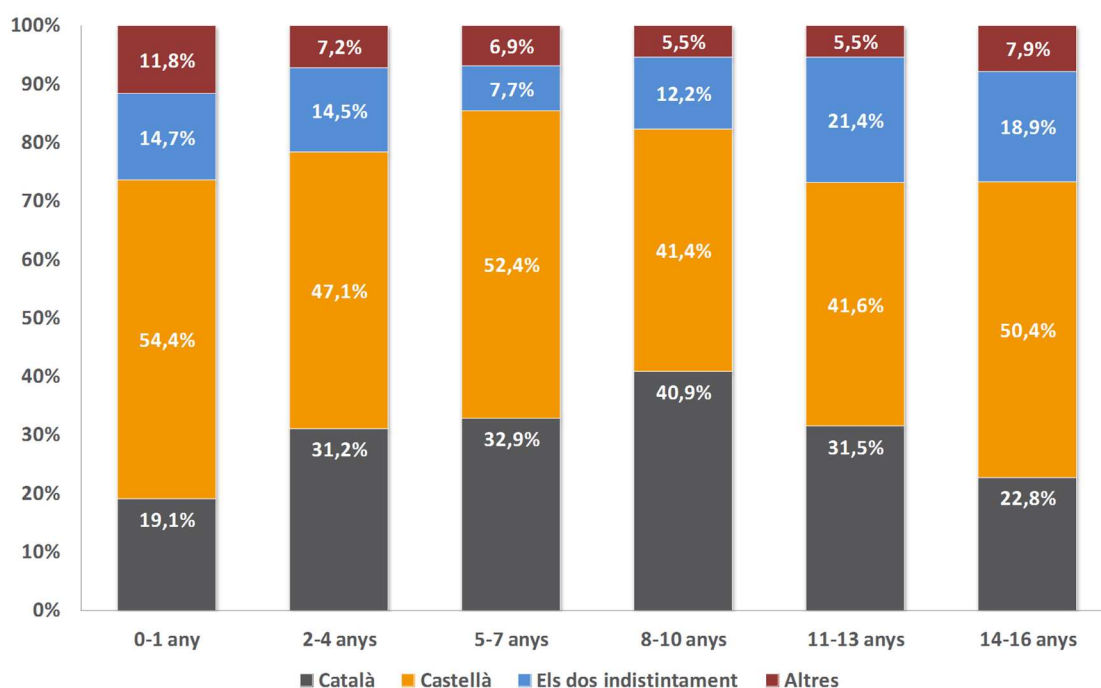
Analitzant les característiques en la pràctica físico-esportiva del escolars de Catalunya nascuts fora del territori català, en relació a l'ús de la llengua utilitzada entre els companys a l'hora de realitzar pràctica físico-esportiva, **la llengua més utilitzada per els nascuts fora de Catalunya és el castellà (46,1%), seguit del català (33%),** mentre que un 14,2% utilitza les dues llengües indistintament, i un 6,6% fa ús d'altres llengües.

Figura 44. Llengües utilitzades pels escolars nouvinguts participants en les activitats



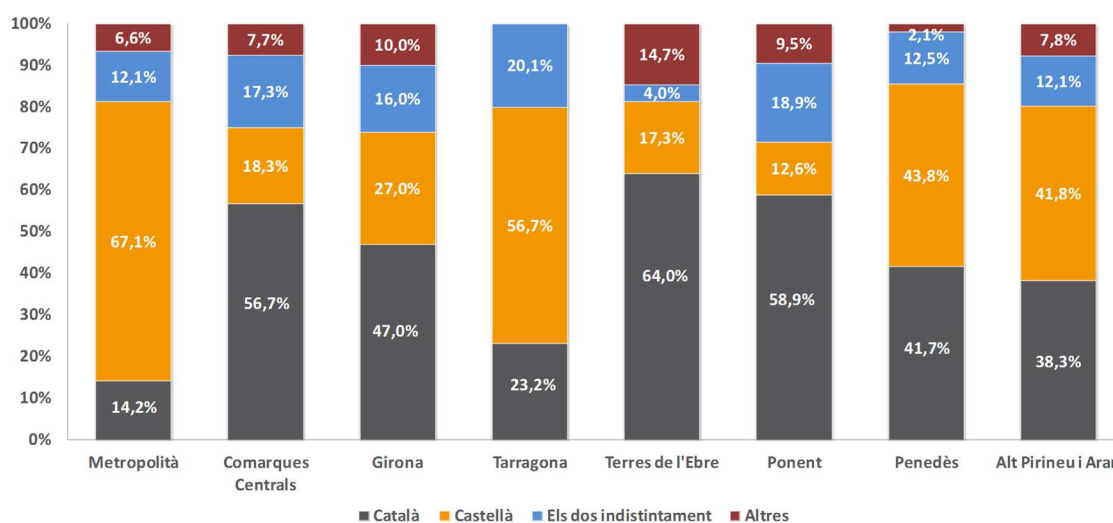
En el mateix sentit, s'observen clares diferències en l'ús de la llengua durant la realització d'aquestes activitats segons les edats dels escolars nascuts fora de Catalunya. La llengua més utilitzada segueix sent el castellà, seguit del català, però existeix una variació a mesura que l'edat dels escolars avança, on **s'observa una tendència creixent en l'ús del català fins a l'edat de 8-10 anys**, a partir d'aquestes edats, el percentatge disminueix notablement.

Figura 45. Llengües utilitzades pels escolars no nascuts a Catalunya segons edat



La mateixa dada es diferencia segons l'àmbit territorial on viuen els escolars no nascuts a Catalunya, on s'observen grans variacions en l'ús de la llengua durant la pràctica d'activitats físico-esportives segons àmbits territorials. **Destaca el gran ús del castellà en l'àmbit Metropolità (67,1%) i Tarragona (56,7%). Per altra banda cal destacar l'ús del català a les Terres de l'Ebre (64%), Comarques Centrals (56,7%) i Ponent (58,9%).**

Figura 46. Llengües utilitzades pels escolars no nascuts a Catalunya segons àmbit territorial



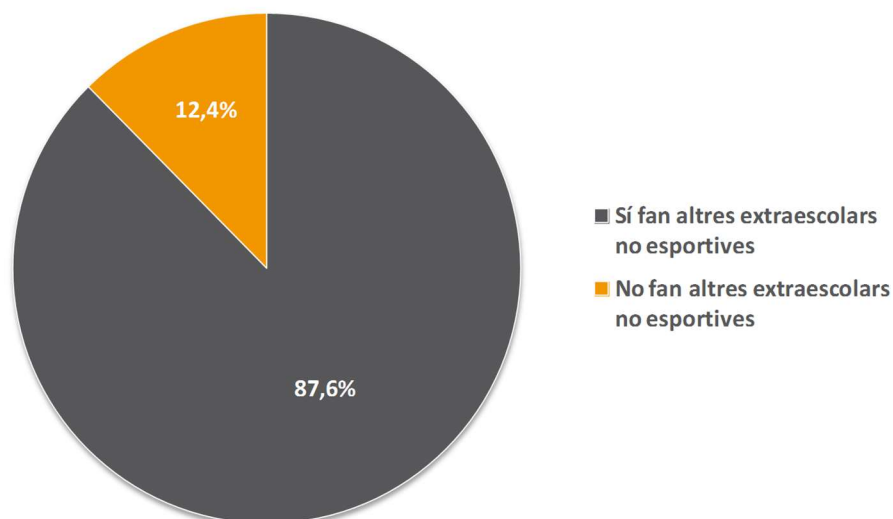
La pràctica físico-esportiva també es nodreix de factors i hàbits que influeixen directament en el desenvolupament i comportament social de les persones. Com s'ha observat en aquest apartat, en l'esport, s'hi veuen reflectits comportaments i aspectes quotidians com ara la higiene corporal, la forma de transport i les llengües utilitzades, els quals es troben també en el dia a dia dels escolars no tan sols en la pràctica físico-esportiva.

## 2.4. Altres activitats

Aquest apartat tracta d'identificar les activitats físico-esportives i no esportives que realitzen els escolars en diferents moments del dia i de la temporada de l'any. Aquí s'hi engloben les activitats extraescolars no esportives, les activitats que es realitzen en les hores del pati dins de l'horari escolar, i les activitats que els escolars realitzen durant el període de vacances.

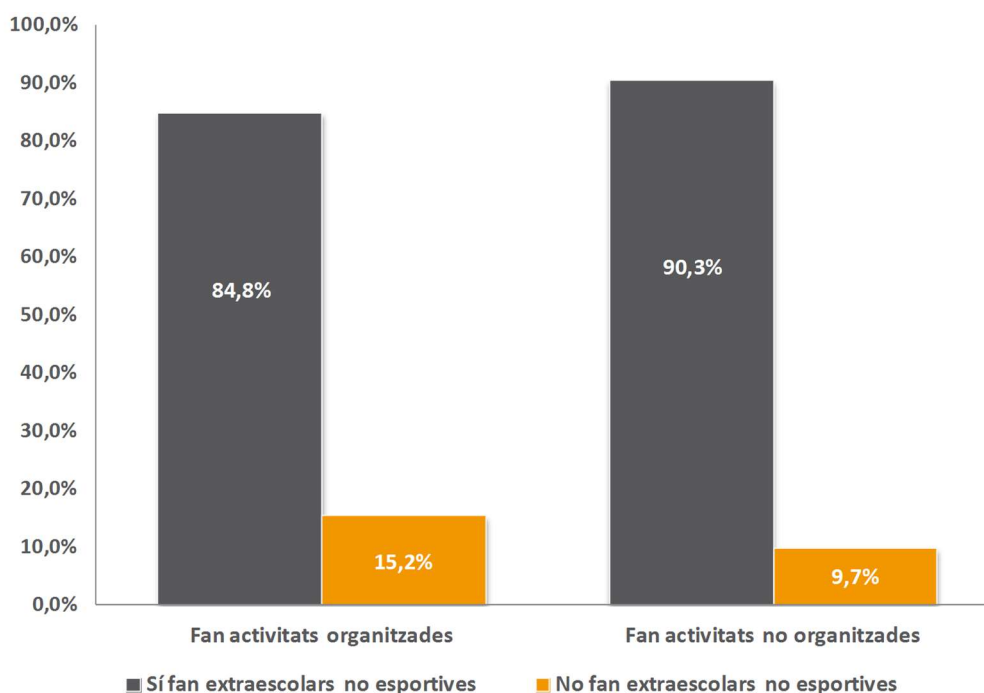
Primerament, cal destacar que **els escolars de Catalunya que practiquen alguna tipologia de pràctica físico-esportiva, organitzada o no organitzada, en un 87,6% dels casos, afirmen realitzar, també, alguna activitat extraescolar no esportiva fora de l'horari escolar.**

Figura 47. Índex de pràctica d'altres activitats extraescolars no esportives dels escolars practicants d'activitats físico-esportives



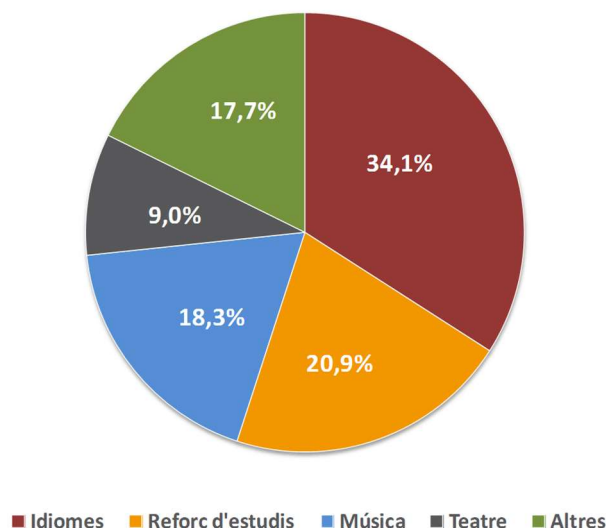
Diferenciant aquest fet entre els escolars practicants d'activitats organitzades i no organitzades, els que ho fan de forma lliure són més propensos a realitzar activitats extraescolars no esportives (90,3%), mentre que els que realitzen alguna activitat físico-esportiva organitzada, un 84,8% declara realitzar activitats extraescolars no esportives, una diferència d'un 5,5%.

Figura 48. Índex de pràctica d'activitats extraescolars no esportives segons tipologia d'activitats



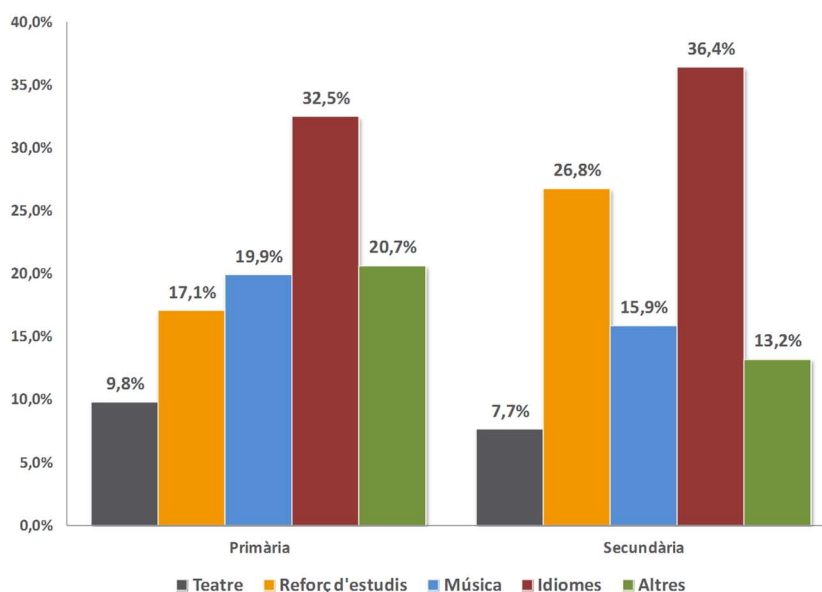
D'altra banda, s'identifiquen les activitats extraescolars no esportives que realitzen els escolars fora de l'horari lectiu. Entre totes elles destaquen les extraescolars d'idiomes (34,1%), seguit de les activitats que fan referència al reforç d'estudis (20,9%), de les activitats extraescolars musicals (18,3%) i, per últim, l'activitat de teatre (9%).

Figura 49. Activitats extraescolars no esportives més practicades



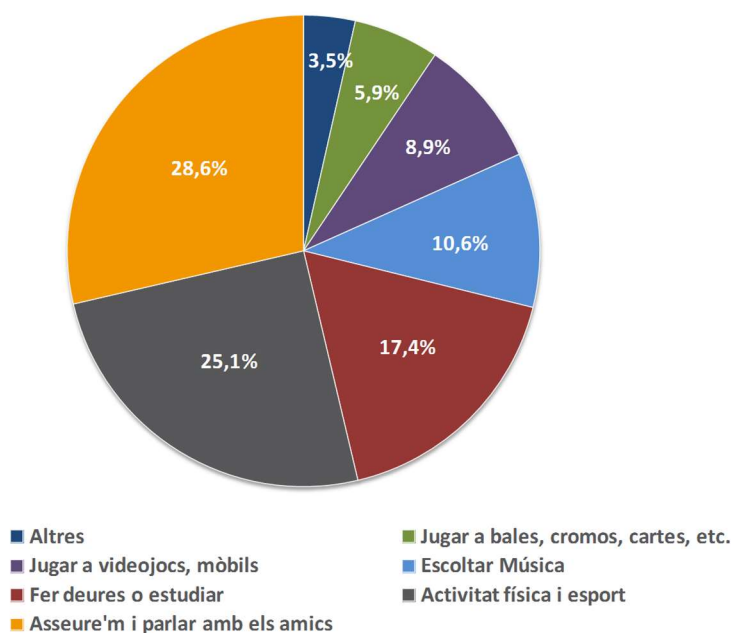
Analitzant les mateixes dades segons l'edat i l'etapa escolar dels infants i adolescents, **s'observa una tendència creixent en els índexs de realització d'activitats extraescolars de reforç d'estudis** el qual passa d'un 17,1% (primària) a un 26,8% (ESO), una tendència que afecta en la disminució dels percentatges de les altres activitats com ara el teatre i la música.

Figura 50. Activitats extraescolars no esportives més practicades segons etapa escolar



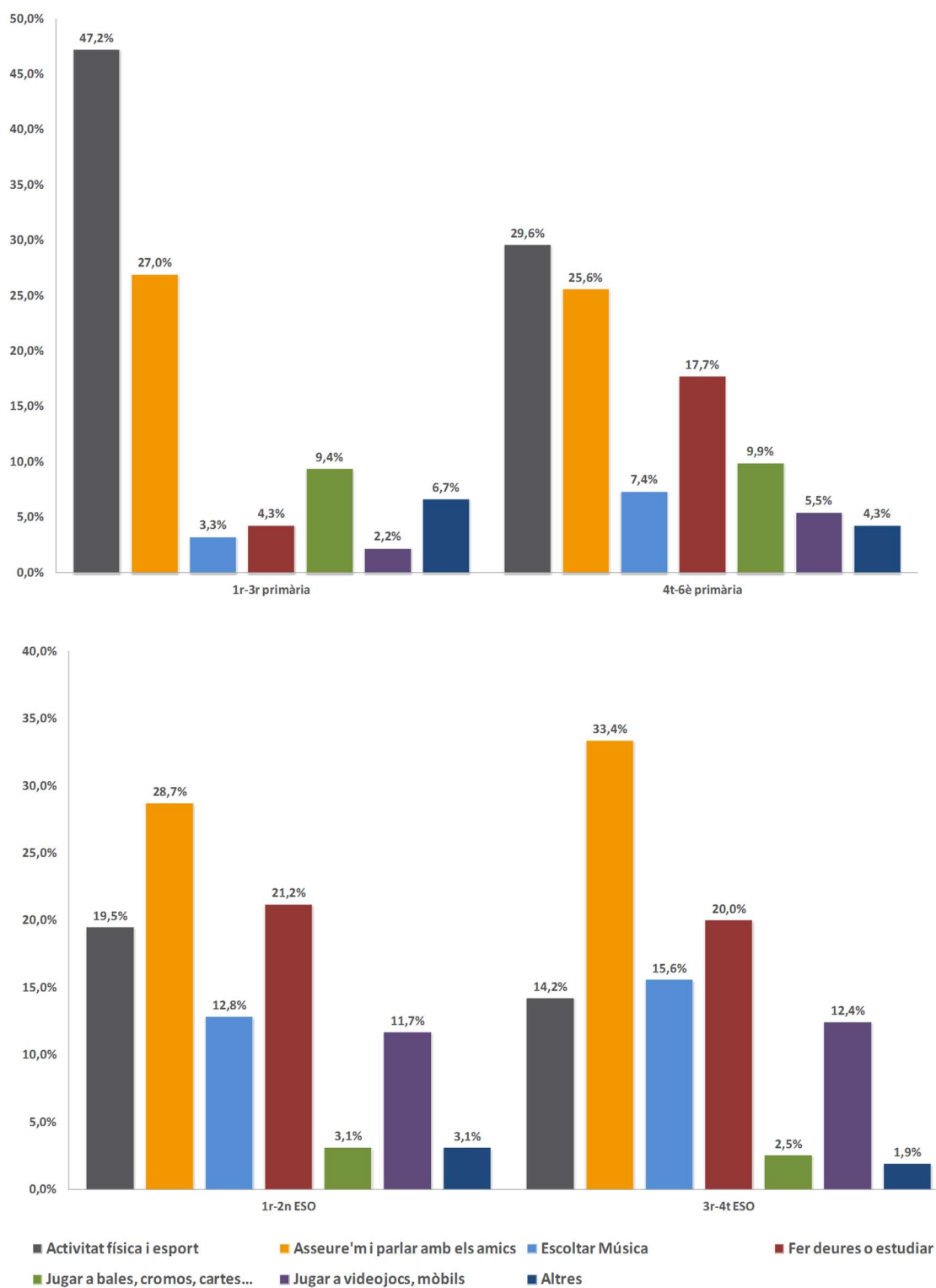
Pel que fa a les activitats que els escolars realitzen durant les hores del pati als seus centres escolars, un **28,6%** afirma ocupar l'estona parlant amb els amics i amigues, un **25,1%** dedica el temps a fer activitat física i esport, mentre que un **17,4%** el dedica a estudiar o fer deures. Escoltar música, jugar a videojocs/mòbil, jugar a bales/cromos/cartes se situen entre un 10 i menys d'un 10%.

Figura 51. Activitats que realitzen els escolars durant les hores de pati



La preferència en les activitats que es realitzen durant les hores del pati varien segons l'edat i l'etapa escolar. En el mateix anàlisi, ara realitzat segons el cicle escolar, **s'observa una clara tendència a l'abandonament de les activitats esportives durant les hores del pati**, on aquesta disminueix d'un 47,2% a un 14,2% entre l'etapa de primer cicle de primària al segon de secundària, amb el que **la pràctica físico-esportiva en les hores del pati descendeix en un 33%**. Aspecte que es contraresta en l'augment que pateix el fet de fer deures i/o estudiar durant aquests espais, el qual passa d'un 4,3% a un 20% en el mateix salt de cicles escolars. D'altra banda les pràctiques d'escoltar música i jugar a videojocs/mòbil experimenta un augment gradual similar a l'anterior.

Figura 52. Activitats que realitzen els escolars durant les hores de pati segons cicle escolar

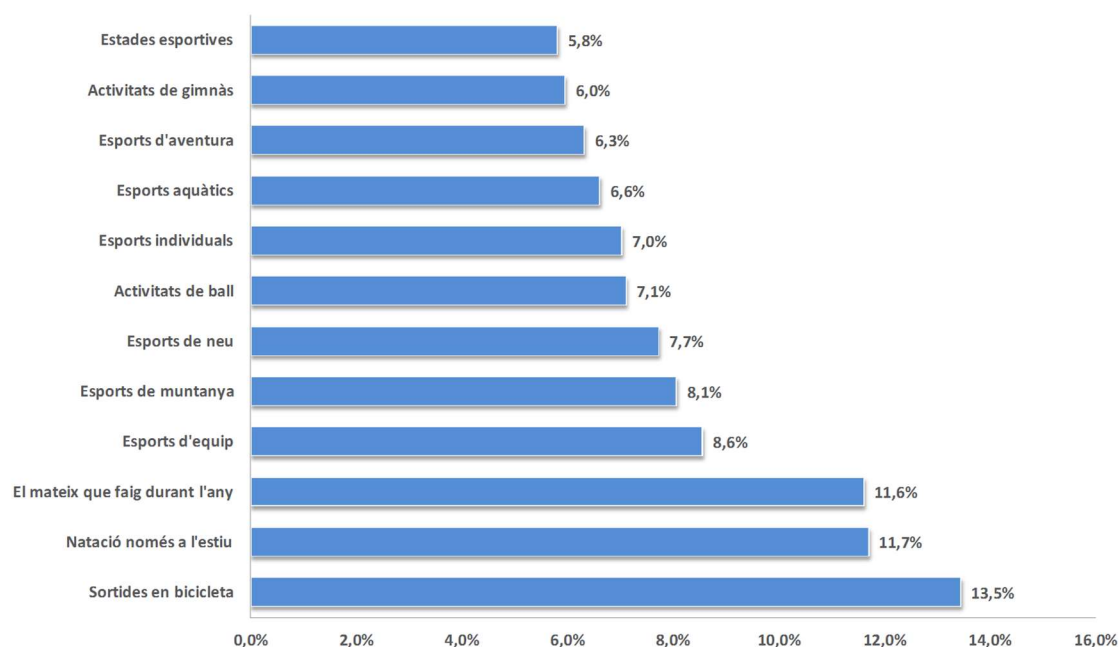




L'últim aspecte que es tracta en aquest apartat és el que fa referència a les activitats físico-esportives que els escolars realitzen durant els períodes de vacances escolars. Així doncs a través de la pregunta: "Quins esports o activitats físiques fas quan estàs de vacances?", s'extreu el llistat d'activitats físico-esportives més practicades durant les vacances escolars.

**L'activitat més practicada en els períodes de vacances escolars és el ciclisme (13,5%), seguit de la natació a l'estiu (11,7%),** dels que un 11,6% declaren realitzar la mateixa pràctica físico-esportiva que realitzen durant l'any. La resta de modalitats i tipus de pràctiques físico-esportives se situen per sota d'un 10% de pràctica sobre el total de practicants d'activitats físico-esportives durant els períodes de vacances escolars.

**Figura 53. Activitats físico-esportives més practicades durant les vacances escolars**



Com s'ha observat en aquest apartat, el fet de realitzar pràctica físico-esportiva no és sinònim de no realitzar d'altres activitats fora de l'horari escolar, és més, la gran majoria dels escolars practicants d'activitats físico-esportives, també realitzen d'altres activitats extraescolars no esportives. En aquest aspecte s'observa una variabilitat en el tipus d'activitats extraescolars no esportives en el pas dels anys del escolars de Catalunya.

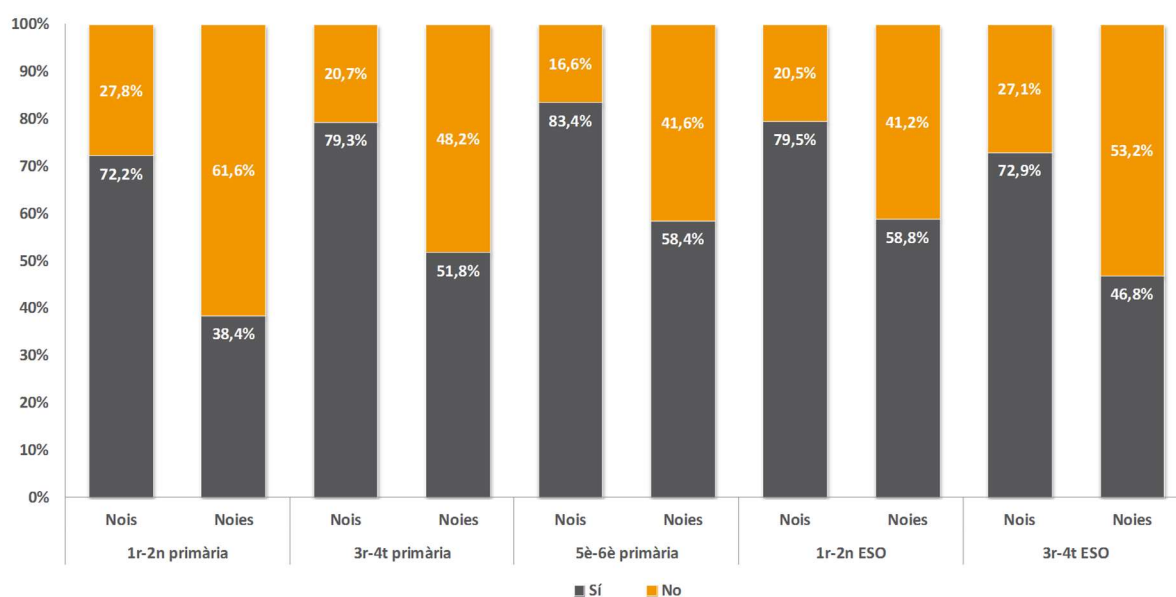
### 3. L'ESPORT DE COMPETICIÓ

Com s'ha anat comentant, la pràctica d'activitat físico-esportiva engloba diferents tipologies de pràctica, fent incís en l'activitat físico-esportiva de tipologia organitzada i la no organitzada. D'altra banda, i en relació amb les mateixes, aquest tipus de pràctiques esportives es relacionen amb l'existència de la competició. En aquest apartat s'analitzen diferents aspectes que fan referència a la competició de les activitats físico-esportives en l'àmbit escolar.

Entre tots els escolars practicants d'activitats físico-esportives, **un 65,8% realitza una pràctica d'esport de competició**. Com s'observa en la figura, els nois són més propensos a realitzar activitats esportives competitives, els quals un 77,9% realitzen activitats de competició, mentre que les noies se situen en un terme mig, on la mitjana del seu índex de pràctica d'esport competició és d'un 51,9%.

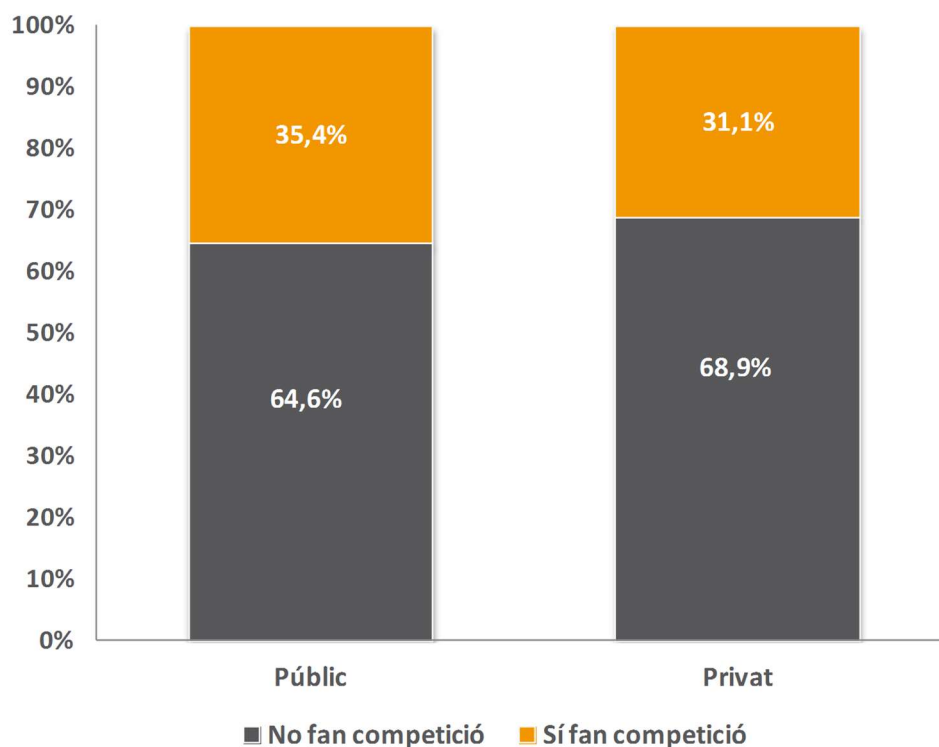
Analitzant la mateixa dada segons l'edat dels escolars, s'observa una variació en l'índex de pràctica esportiva de competició depenent de l'edat dels mateixos. En l'etapa escolar de cicle inicial de primària, l'índex se situa en el 56,6% de pràctica amb competició el qual viu un augment de 14,8 punts en quant als escolars de cicle superior de primària, on l'índex de pràctica competitiva se situa en el 71,4%. Aquesta xifra decau lleugerament en el primer cicle de la ESO, on l'índex de pràctica esportiva competitiva se situa en el 69,9%, el qual viu una davallada en l'etapa de segon cicle de la ESO, on la pràctica d'esport competició és d'un 61,3%. Tal i com s'observa en el gràfic la variabilitat en l'índex de pràctica, mostra grans diferències en els nivells de pràctica segons edat i sexe del escolars tal i com s'ha observat en anterioritat.

Figura 54. Escolars practicants que fan competició segons cicle escolar i sexe



Pel que fa al mateix aspecte, diferenciada la pràctica físico-esportiva de competició segons la titularitat del centre dels escolars en qüestió, s'observa com **els escolars de centres privats són lleugerament més propensos a realitzar activitats esportives competitives (68,9%) que els de centres públics (64,6%).**

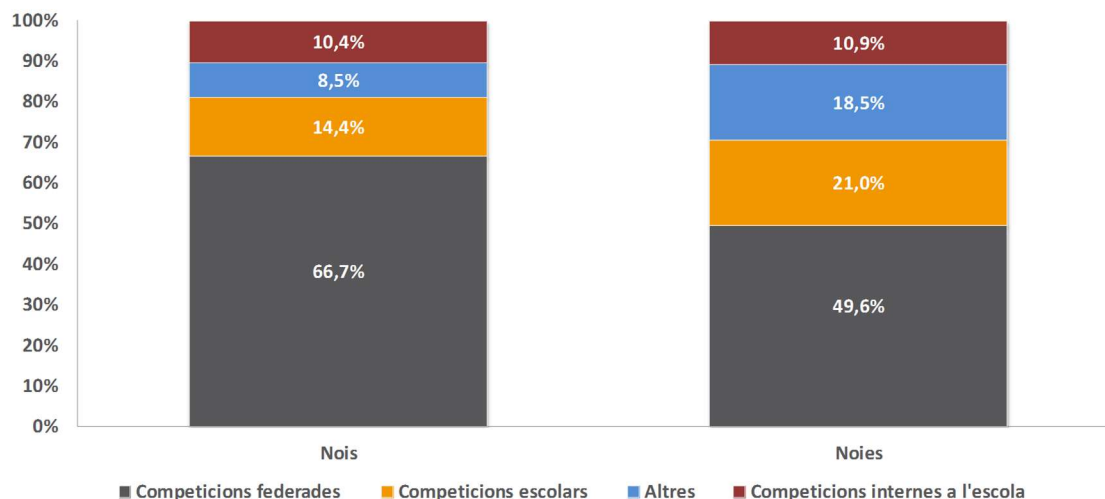
Figura 55. Escolars practicants que fan competició segons titularitat del centre



La pràctica físico-esportiva escolar presenta diferents tipologies de competició segons les característiques de cada modalitat i disciplina esportiva, així com de qui les organitza. Entre els escolars que practiquen esport de competició, **un 60,4% realitza competicions federades, seguit d'un 16,9% de competicions escolars i d'un 10,6% de competicions internes a l'escola.**

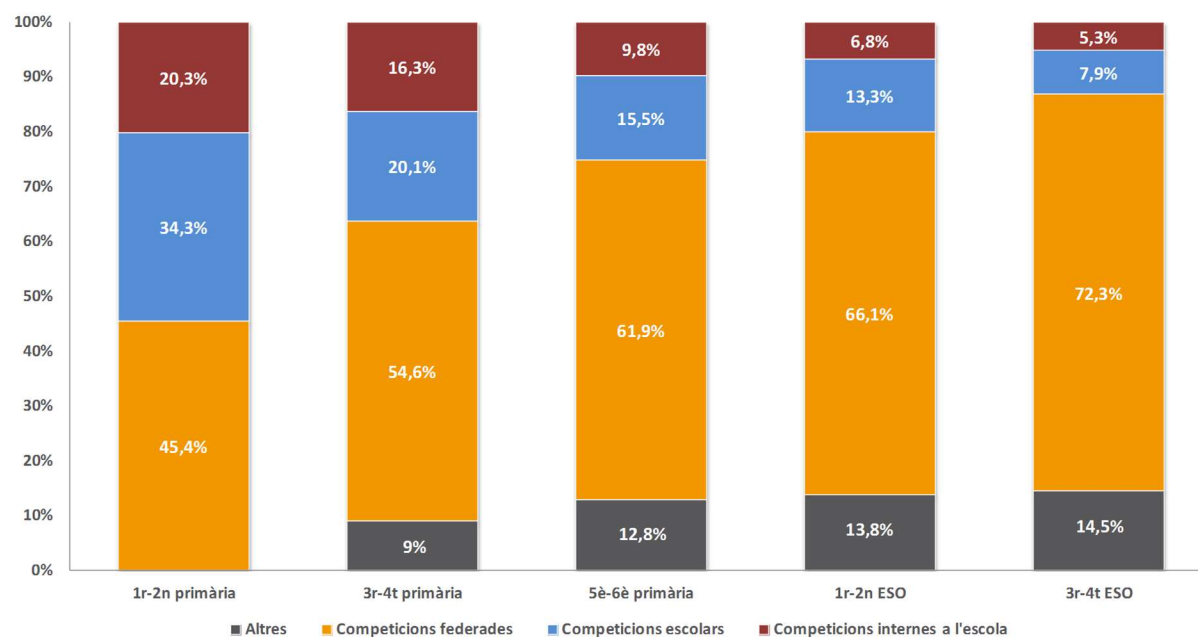
A nivell de sexe, la diferència en l'esport de competició és bastant notable, on en **l'índex dels nois en les competicions federades se situa en el 66,7%, davant d'un 49,6% de les noies.** D'altra banda, en les diferents competicions no federades, les noies presenten uns índexs més alts que els nois.

Figura 56. Tipologia de competicions esportives segons sexe



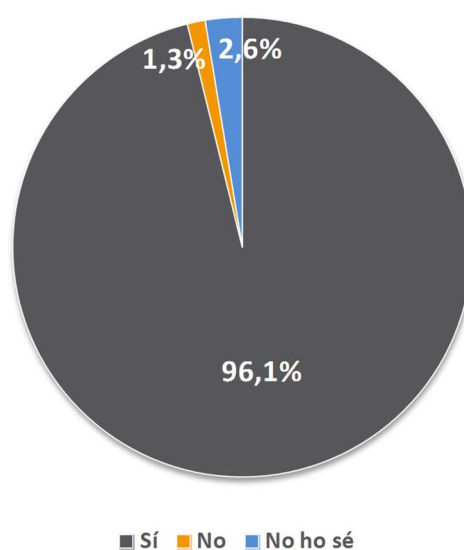
Les diferències en la tipologia d'esport són més notables quan es diferencia segons l'edat dels escolars, **s'observa una tendència creixent en la pràctica de competicions esportives federades a mida que s'avança en edat**. La diferència entre el cicle inicial de primària al segon cicle de secundària és de 26,9 punts. Mentre que els escolars d'edats més avançades prefereixen les competicions federades, els escolars de cicle inicial de primària tendeixen a realitzar competicions escolars (34,3%) i competicions internes a l'escola (20,3%).

Figura 57. Tipologia de competicions esportives segons cicle escolar



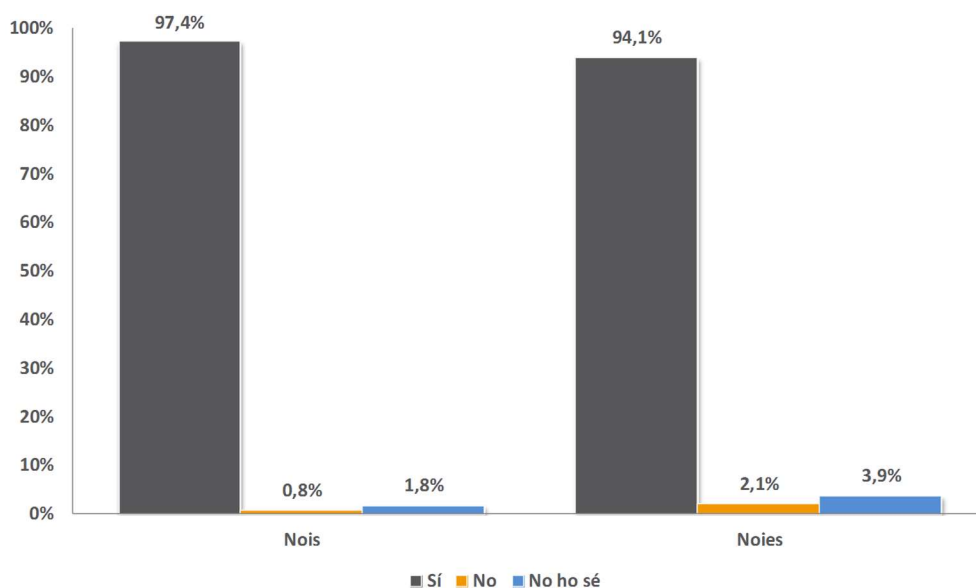
La competició en la pràctica físico-esportiva pot arribar a ser un element motivant pel pròpi fet de competir. En contra, aquesta pràctica també pot ser causant de desmotivacions i en conseqüència, pot arribar a ser un desencadenant de l'abandonament d'aquesta pràctica. Davant la pregunta "T'agrada fer competicions i partits?", un 96,1% dels escolars practicants d'activitats físico-esportives de competició, van respondre afirmativament.

Figura 58. Escolars que fan competició i/o partits i els hi agrada



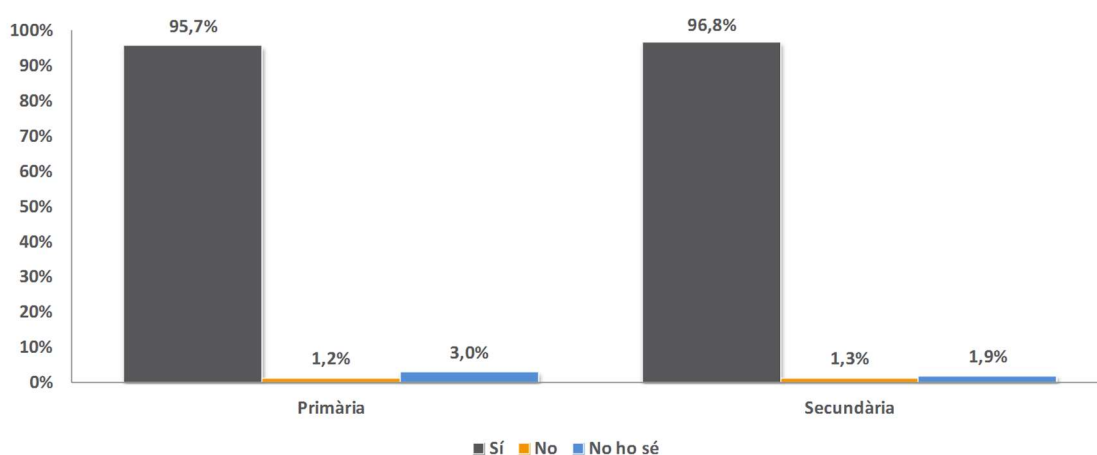
Pel que fa a la mateixa pregunta, les diferències entre sexes no presenten una variació important, on els nois es posicionen en un 97,4% davant d'un 94,1% de les noies, amb el que s'observa una homogeneïtat en la idea de la pràctica físico-esportiva de competició.

Figura 59. Escolars que fan competició i/o partits i els hi agrada segons sexe



Seguint amb el mateix concepte, no existeixen variacions significatives segons l'edat dels escolars, on **s'observa una forta homogeneïtat en els gustos dels escolars que realitzen pràctica físico-esportiva de competició**. En la figura s'observa com a mida que els escolars es van fent grans, a aquests els hi agrada cada vegada més la competició dins de les activitats físico-esportives.

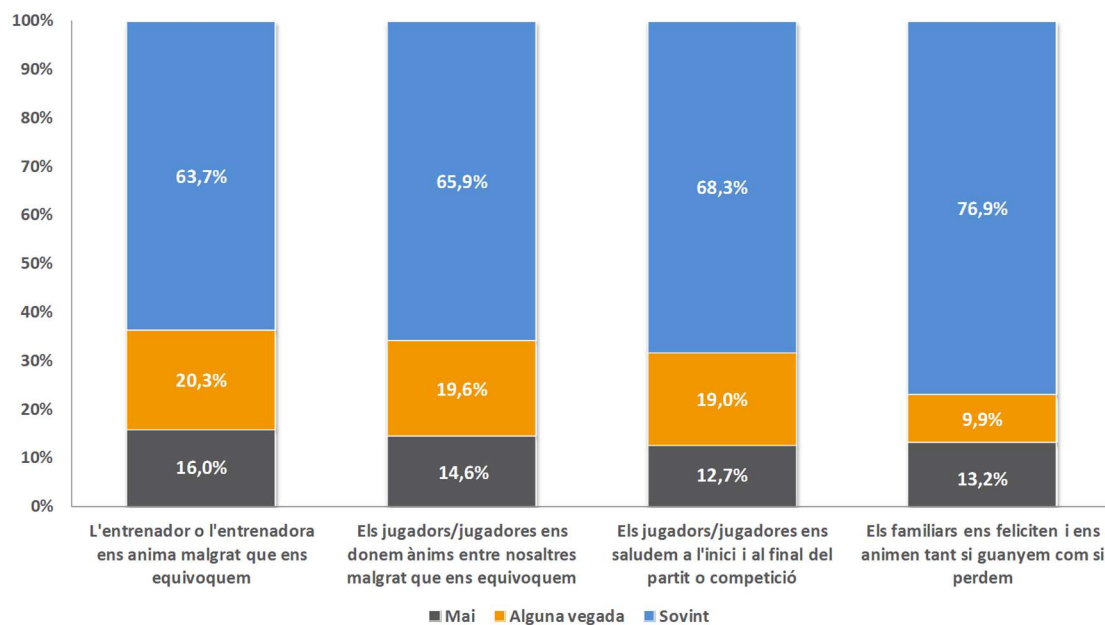
Figura 60. Escolars que fan competició i/o partits i els hi agrada segons etapa escolar



Durant les situacions de competició esportiva escolar, com també passa en les competicions esportives d'adults, existeixen diferents situacions que succeeixen al voltant del propi desenvolupament de la competició. Entre elles s'identifiquen situacions positives i negatives. En el que es refereix a situacions positives, en la gran majoria dels casos, aquestes, sovint succeeixen durant el desenvolupament de la competició. Així doncs, situacions com ara: animar als jugadors, fills i companys, com també el respecte amb els jugadors de l'equip contrari són visibles en diferents moments de la competició escolar.

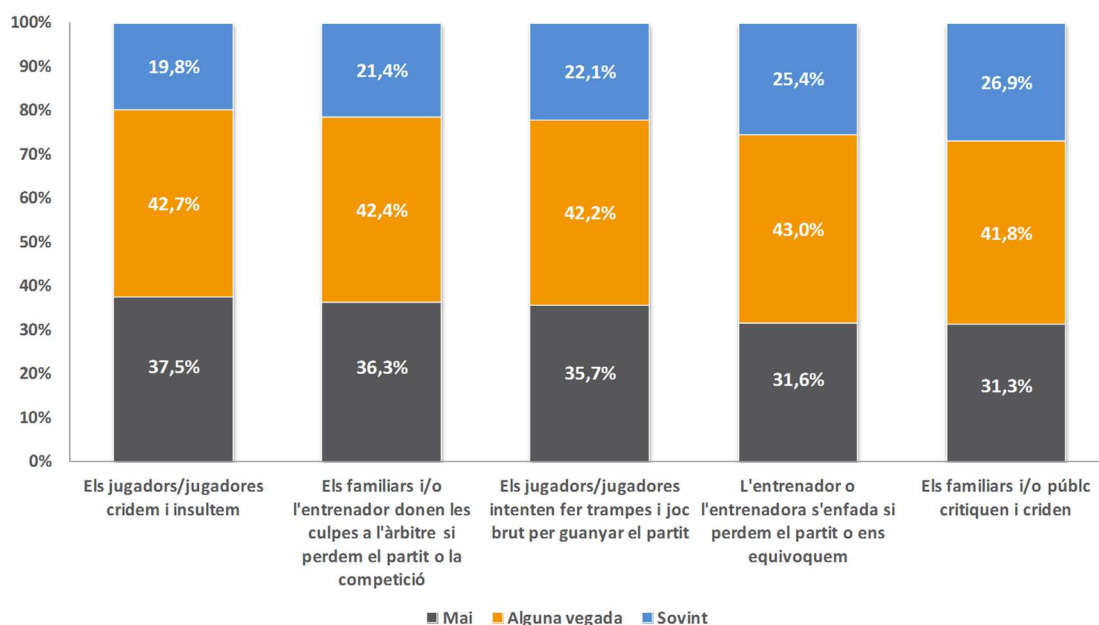
S'observa com els familiars dels infants i adolescents, són els que més feliciten i animen tant si guanyen com si perden. D'altra banda, els entrenadors, són els que tenen un índex més alt pel que fa al fet de no animar mai quan els infants s'equivoquen.

Figura 61. Situacions positives que tenen lloc en les competicions esportives dels escolars



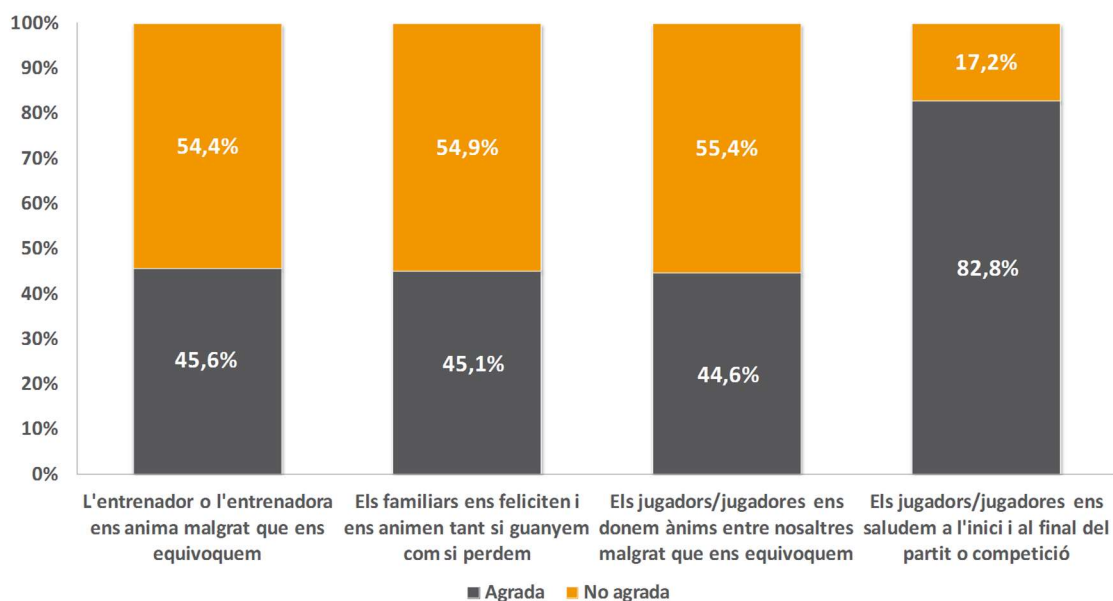
D'altra banda, entenent les situacions negatives com a aquelles que perjudiquen el desenvolupament de la pràctica esportiva ja sigui per part dels propis participants, entrenador i/o pares, aquestes acaben apareixent en la majoria de casos, en situacions com ara: el joc brut dels jugadors, les crítiques dels pares, entrenadors i dels propis jugadors del mateix equip, apareixen en més d'un 60% en cada una de les situacions plantejades.

Figura 62. Situacions negatives que tenen lloc en les competicions esportives dels escolars



Entre tot el seguit de situacions positives plantejades que succeeixen durant el transcurs de les competicions esportives escolars de diferents tipologies, sota la percepció de cada subjecte sobre el que és positiu i negatiu, existeix una diversitat d'opinió pel que fa a les diferents situacions que tenen lloc en les competicions esportives.

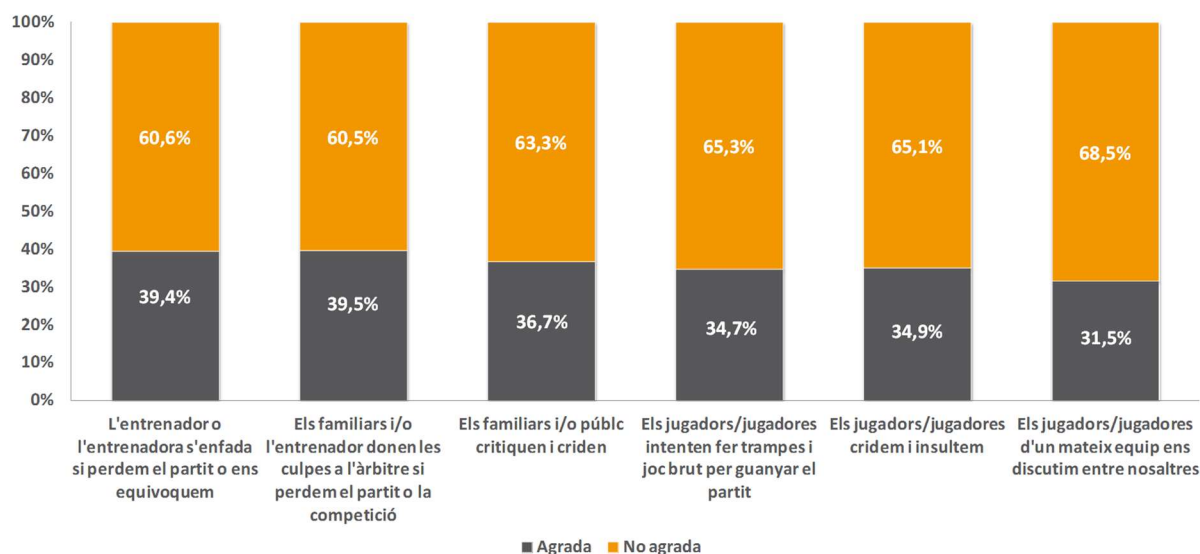
Figura 63. Situacions positives que tenen lloc en les competicions esportives i agraden





D'altra banda, seguint amb la idea que cada subjecte té la seva percepció en particular d'allò que és positiu i negatiu, en relació a les situacions negatives, en línies generals **a més d'un 60% en tots els casos no agrada que succeeixin aquest seguit de situacions negatives** plantejades. Situacions on hi intervenen diferents protagonistes ja siguin els propis participants en l'activitat com també els entrenadors, pares, mares, tutors i tutores i/o els jugadors de l'equip contrari.

**Figura 64. Situacions negatives que tenen lloc en les competicions esportives i no agraden**



La pràctica d'esport de competició té una gran participació d'entre els escolars de Catalunya. On la gran majoria d'escolars practicants realitzen esport de competició. És un fet més notable entre els nois i els escolars d'edats més adultes, on la pràctica competitiva guanya més adeptes en comparació a les noies i els escolars més petits. Tot i això, la pràctica esportiva competitiva és vista com a un element el qual agrada a la gran majoria dels seus practicants.

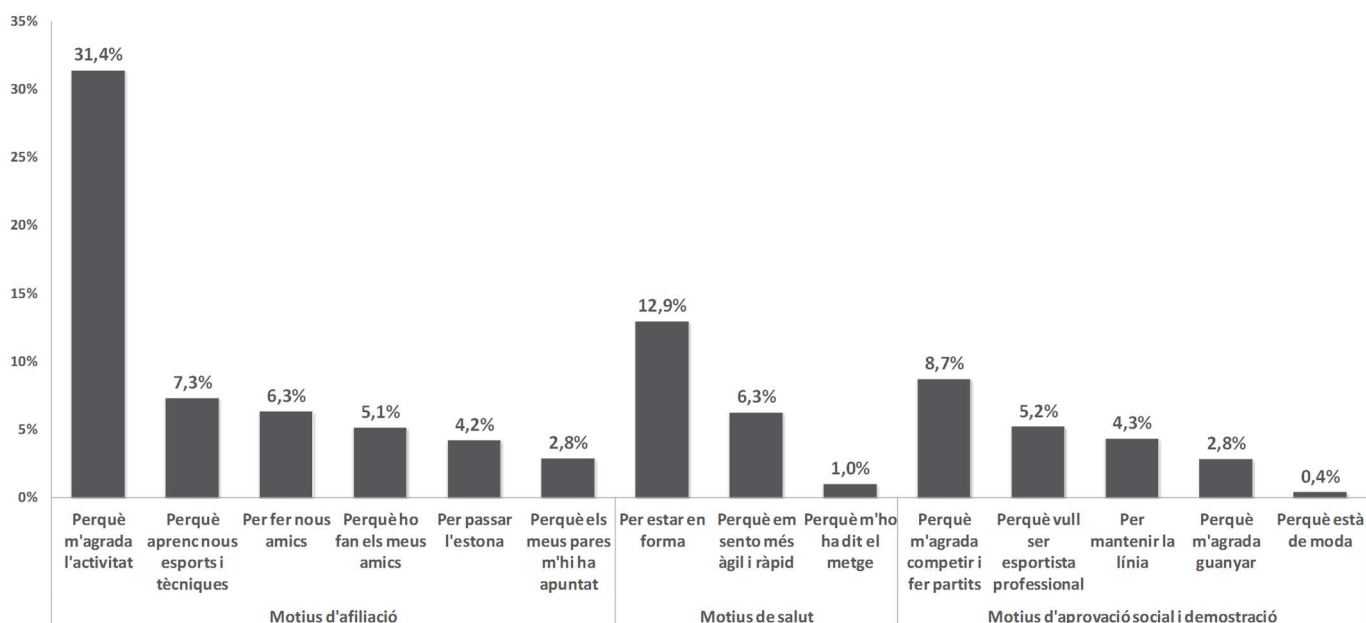
## 4. MOTIUS DE PRÀCTICA FÍSICO-ESPORTIVA

Un factor clau per dissenyar amb èxit un millor oferta d'activitats físico-esportives, és conèixer les motivacions dels escolars envers a la pràctica d'activitats físico-esportives. Seguint la classificació realitzada per Castillo i Balaguer (2001) sobre els motius de realització de pràctica esportiva, les motivacions poden agrupar-se en tres dimensions:

- Motius d'aprovació social i demostració de capacitat
- Motius d'afiliació
- Motius de salut

A partir d'aquestes tres dimensions es diferencien de diverses motivacions agrupades dins de cada dimensió específica. Tal i com es presenta en la següent figura, **s'observa una clara tendència a practicar per gust personal**, on la resposta "Perquè m'agrada l'esport" representa un 31,4% del total de motivacions. Destaca també el fet d'estar en forma (12,9%), seguit del gust per competir i realitzar partits (8,7%). Existeixen motivacions de tipus socials com ara "per fer nous amics" i "perquè ho fan els meus amics i amigues" les quals sumen un total d'un 11,4%. Per tant s'observa com l'esport és vist com a una eina socialitzadora entre el col·lectiu escolar. Així doncs, s'observa que les tres principals motivacions pertanyen a tres dimensions diferents.

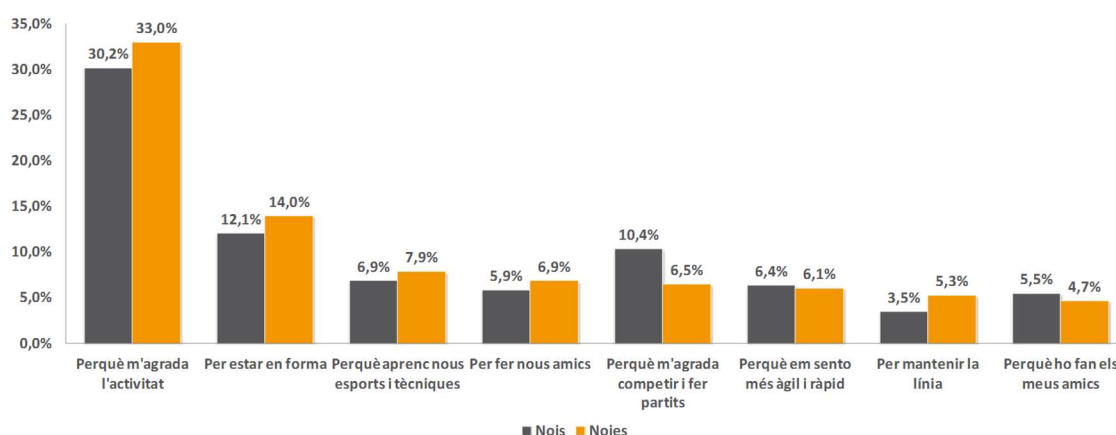
Figura 65. Principals motivacions per a la pràctica d'activitats físico-esportives



Les motivacions en relació a la pràctica físico-esportiva diferenciades per sexe no presenten variacions molt notables entre elles, a excepció del fet de competir com a motivació en la

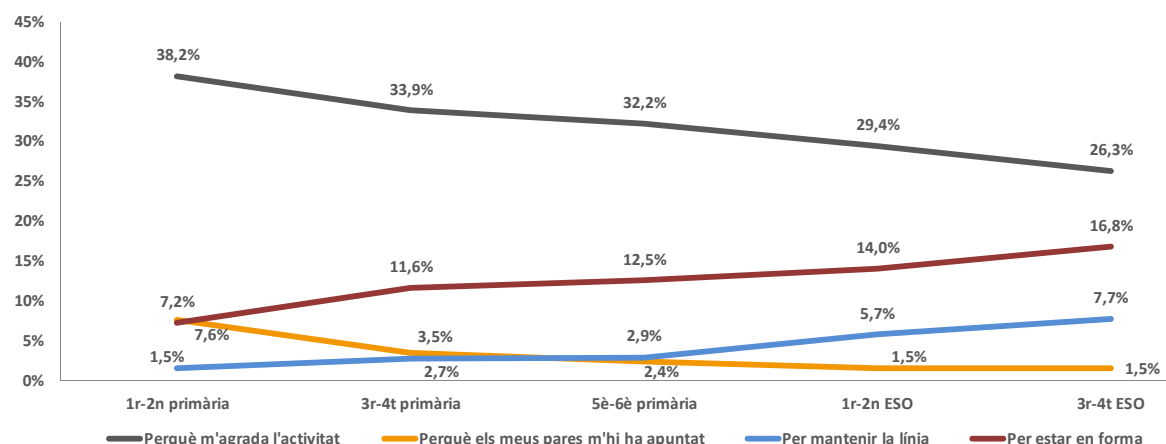
pràctica d'activitats físico-esportives, on els nois representen un 10,4% davant d'un 6,5% de les noies.

Figura 66. Principals motivacions per a la pràctica físico-esportiva segons sexe



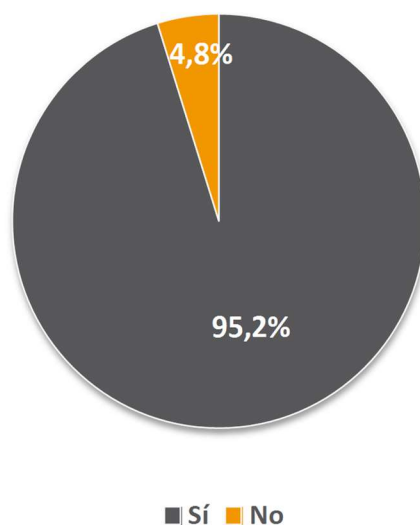
Analitzant les motivacions envers la realització d'activitat físico-esportiva segon les edats dels escolars, s'observen clares diferències depenent de l'edat dels subjectes. En les motivacions que presenten variacions més significatives, s'observa com amb el pas del temps, l'opció de realitzar pràctica físico-esportiva "perquè m'agrada" viu una davallada en el pas de l'edat dels escolars, on en edats més primerenques, aquesta se situa en un 38,2%, mentre que en l'etapa de 3r i 4t d'ESO disminueix fins a un 26,3%. Seguint en aquest línia, l'opció de que l'escolar realitza activitat físico-esportiva perquè el pares l'han apuntat, disminueix d'un 7,6% a un 1,5%. D'altra banda, el fet de mantenir la línia i estar en forma augmenten un 6,2% i un 9,6% respectivament en el pas de primer cicle de primària al segon de secundària.

Figura 67. Principals motivacions per a la pràctica físico-esportiva segons cicle escolar



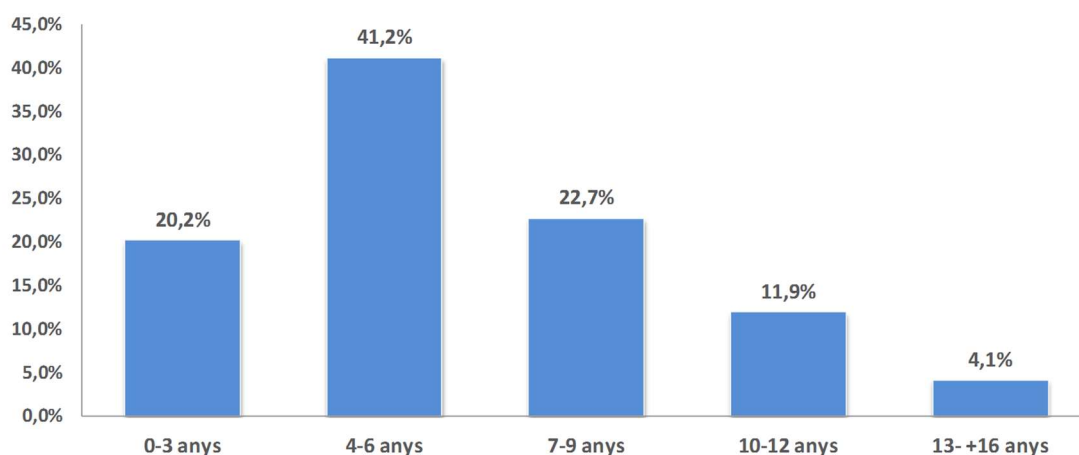
En relació a la pràctica físico-esportiva dels escolars quan aquests siguin adults, davant la pregunta “Quan siguis gran t’agradaria continuar fent esport o activitat física?”, **un 95,2% dels escolars actius respon afirmativament al fet de voler continuar practicant**. El que denota una predisposició a que els escolars en el futur segueixin realitzant pràctica físico-esportiva. En aquest aspecte la diferència entre sexes és inexistent, on l’opinió sobre si els agradaria seguir fent activitat físico-esportiva i/o esport es situa lleugerament per davant en les noies (95,7%) que en els nois (94,7%).

Figura 68. Intenció de pràctica d’activitats físico-esportives en el futur



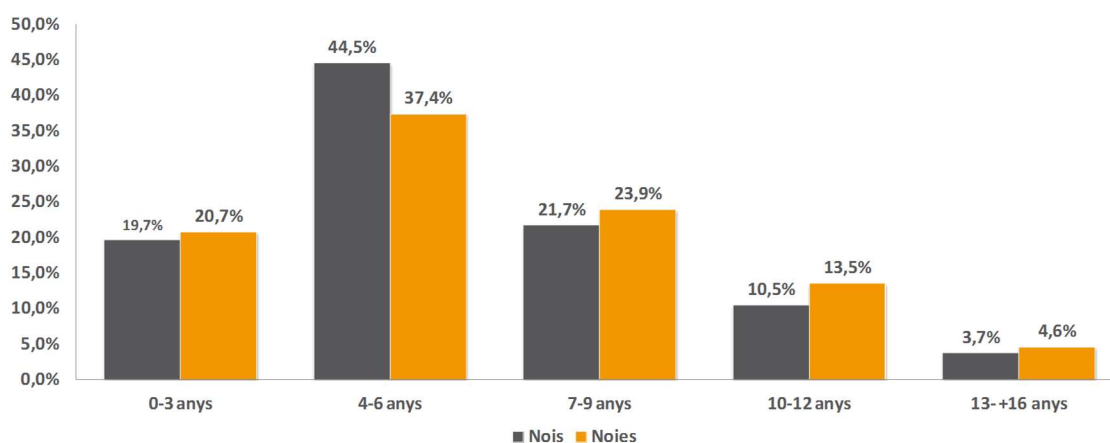
Per altra banda, una dada rellevant pel que fa als motius de pràctica i índexs de pràctica, és la que fa referència a quants anys tenien els escolars en el moment de començar a practicar alguna tipologia d’activitat físico-esportiva. **El 41,2% dels escolars afirma haver iniciat la seva pràctica físico-esportiva entre els 4 i 6 anys d’edat**, seguit dels que ho van fer entre els 7 i 9 anys d’edat (22,7%) i dels que ho van fer en l’etapa de 0 a 3 anys (20,2%). Aquest fet es relaciona amb l’augment en el percentatge de pràctica entre el primer i el segon cicle de primària, on l’índex de pràctica augmenta un 8,3%.

Figura 69. Anys amb els que van començar a realitzar activitats físico-esportives



En el mateix sentit, diferenciant les dades segons sexe, el gràfic que es presenta a continuació mostra, per part del nois una preferència a iniciar la pràctica en edats primerenques, preferiblement dels 4 als 9 anys d'edat (66,2%). Les noies, al igual que els nois situen la seva preferència en aquesta mateixa franja d'edat (61,3%) lleugerament per sota dels nois, i presenten majors percentatges que els nois en edats més adultes.

Figura 70. Anys amb els que van iniciar a realitzar activitats físico-esportives segons sexe



Els motius de pràctica són un factor determinant en els índexs de pràctica físico-esportiva en totes les edats. En aquest cas, segons les edats i sexe dels escolars, les motivacions són diferents en cada subjecte.

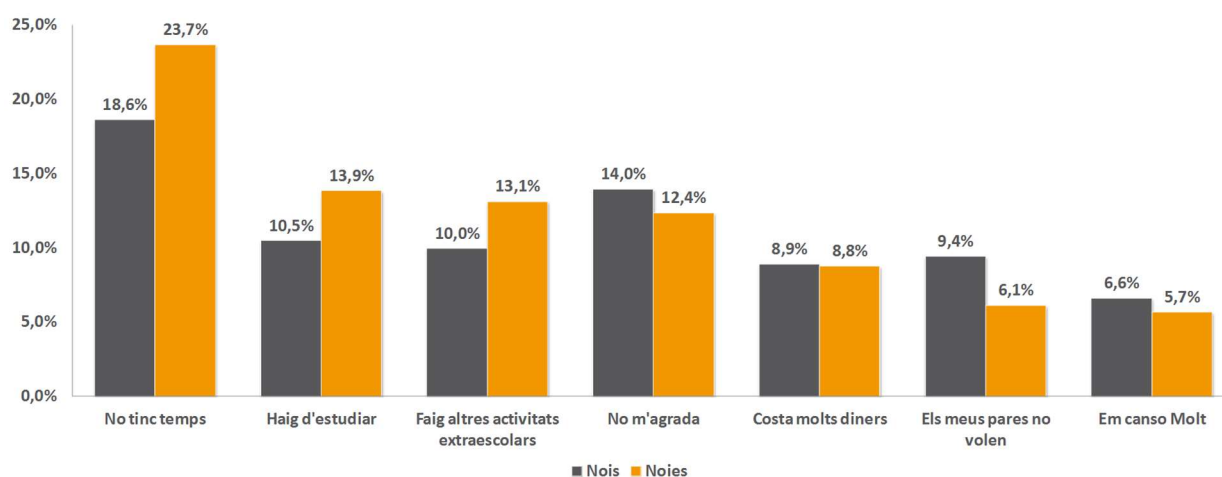
## 5. ELS INFANTS I ADOLESCENTS QUE NO FAN ACTIVITAT FÍSICO-ESPORTIVA

En el següent apartat s'analitzen diferents factors que relacionen els escolars de Catalunya amb el fet de no realitzar cap tipus de pràctica físico-esportiva en el moment de realitzar l'estudi. En aquest punt es troba informació referent als motius de no pràctica, el passat físico-esportiu dels mateixos, així com els motius d'abandonament en la pràctica físico-esportiva en cas que existís previament.

Una vegada analitzades les motivacions per les quals els escolars practiquen activitats físico-esportives, no es pot deixar de banda els motius pels quals els escolars no practicants d'activitats físico-esportives no realitzen cap d'aquestes pràctiques, factor clau en el fet de promocionar l'activitat físico-esportiva entre els infants i adolescents de Catalunya.

Així doncs, entre la població no activa físico esportivament parlant **destaquen principalment els motius de no practica referents a la manca de temps (21,7%), que no els agrada realitzar aquest tipus de pràctica (13%), el fet d'haver d'estudiar (12,5%) i a que realitzen d'altres activitats extraescolars (11,9%)**. Pel que fa als motius de no pràctica segons sexe, les diferències més notables es troben en el fet de no tenir temps (Nois: 18,6%; Noies: 23,7%), que fan altres activitats extraescolars (Nois: 10%; Noies: 13,1%), i la dedicació als estudis (Nois: 10,5%; Noies: 13,9%).

Figura 71. Principals motius de no pràctica d'activitats físico-esportives segons sexe

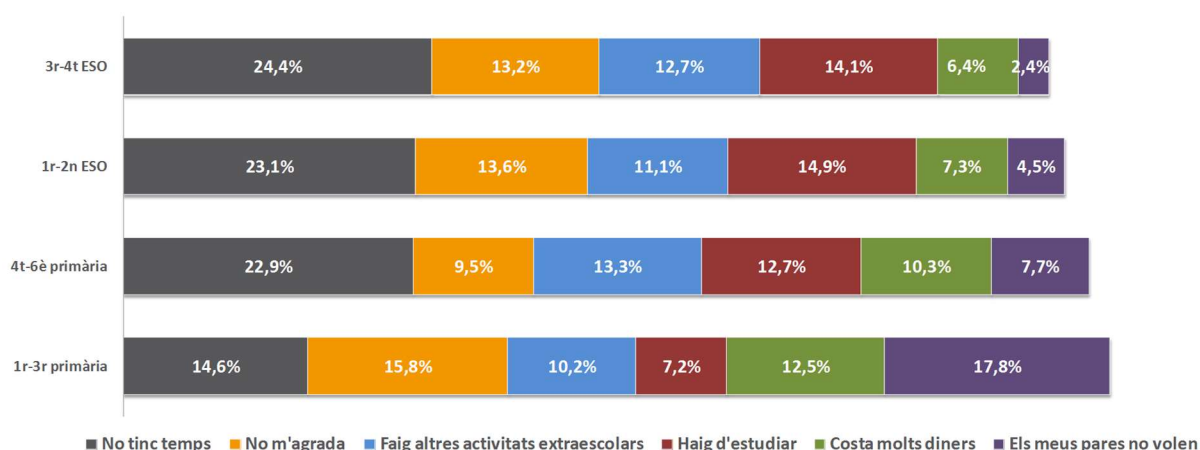


En aquest aspecte, les diferències són més significatives quan es diferencia segons l'edat dels escolars, on s'observa que **la manca de temps és un factor negatiu en creixement a mida que s'avança en l'edat dels escolars**. Un dels altres motius creixents a mida que els escolars es van

fent grans, és el fet d'estudiar. En contra, el motiu de perquè els pares no volen que els infants realitzin pràctica d'activitat físico-esportiva disminueix en el pas dels anys dels escolars.

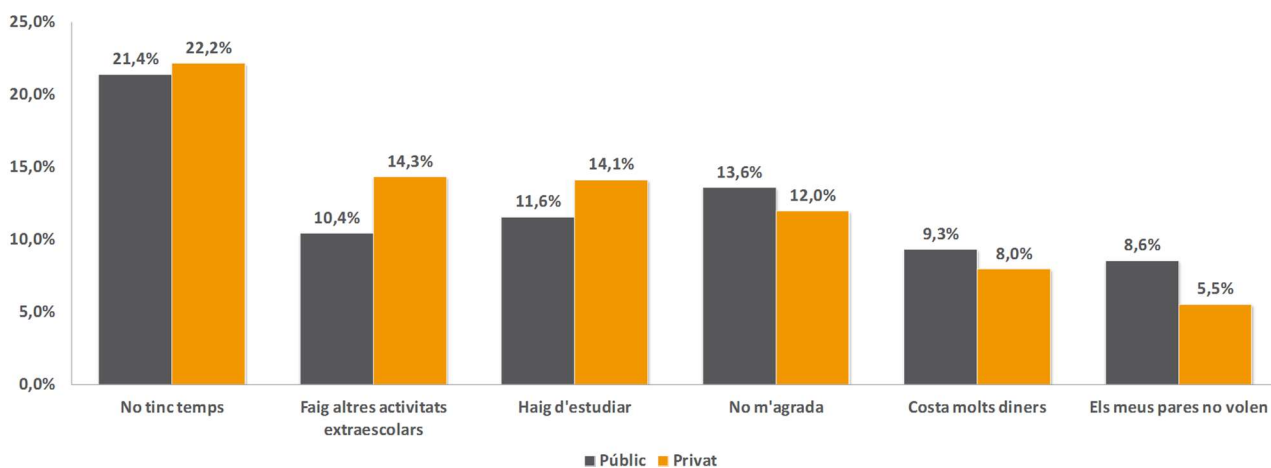
El fet de no tenir temps per a la pràctica esportiva, és una causa que amaga d'altres motius. A mesura que els escolars es fan més grans són més conscients dels beneficis de la pràctica física-esportiva i amaguen sota la manca de temps les diferents excuses per no practicar.

Figura 72. Principals motius de no pràctica d'activitats físico-esportives segons cicle escolar



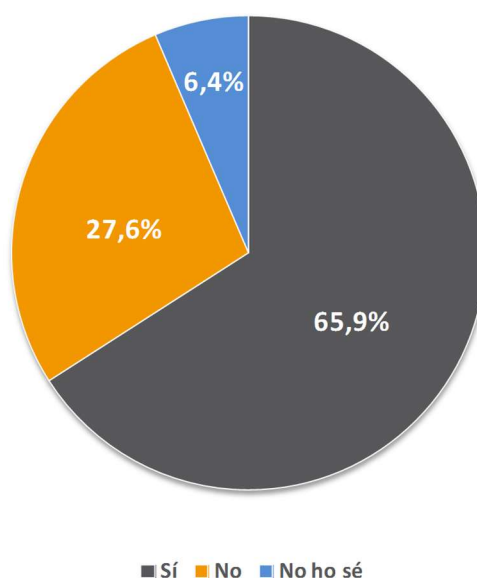
Pel que fa als motius de no pràctica dels escolars segons la titularitat del centre on aquest estan escolaritzat, les diferències no son molt significatives, tot i això **cal destacar el fet de no tenir temps com a principal motiu de no pràctica** en ambdós casos. Per altra banda, realitzar altres activitats extraescolars és el segon motiu segons els escolaritzats en centres privats, mentre que el segon motiu per part dels escolaritzats en centres públics és el fet de no agradar l'activitat físico-esportiva.

Figura 73. Principals motius de no pràctica d'activitats físico-esportives segons titularitat del centre



Seguint parlant dels escolars que actualment no realitzen cap tipus d'activitat físico-esportiva, un 65,9% declara haver realitzat alguna activitat físico-esportiva en el passat, davant d'un 27,6% que no ha estat mai practicant d'activitat físico-esportiva fora de l'horari escolar.

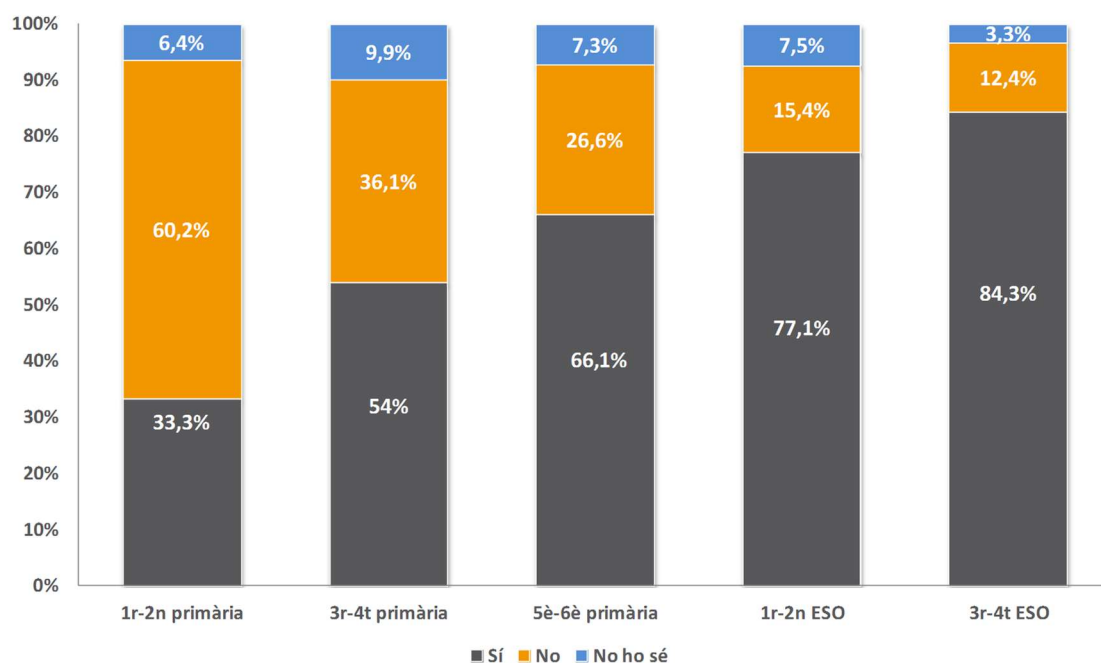
Figura 74. Escolars que no realitzen activitats físico-esportives i havien practicat en el passat



Com s'ha observat, una gran majoria dels escolars no practicants, en el seu passat han realitzat algun tipus de pràctica físico-esportiva, ara, segons l'edat dels escolars es pot veure com en el pas del temps, els escolars no actius i cada vegada més adults augmenten l'índex dels escolars que han practicat alguna activitat físico-esportiva amb anterioritat. Factor que es relaciona amb l'edat dels escolars i és explicable pel fet d'haver tingut més anys de vida i temps per haver pogut realitzar algun tipus de pràctica físico-esportiva en el seu passat. S'observa un gran salt en els percentatges de pràctica entre 1r-2n de primària i 3r-4t de primària, mentre que el pas en les següents etapes viu un salt positiu més gradual pel que fa als nivells de pràctica dels escolars.

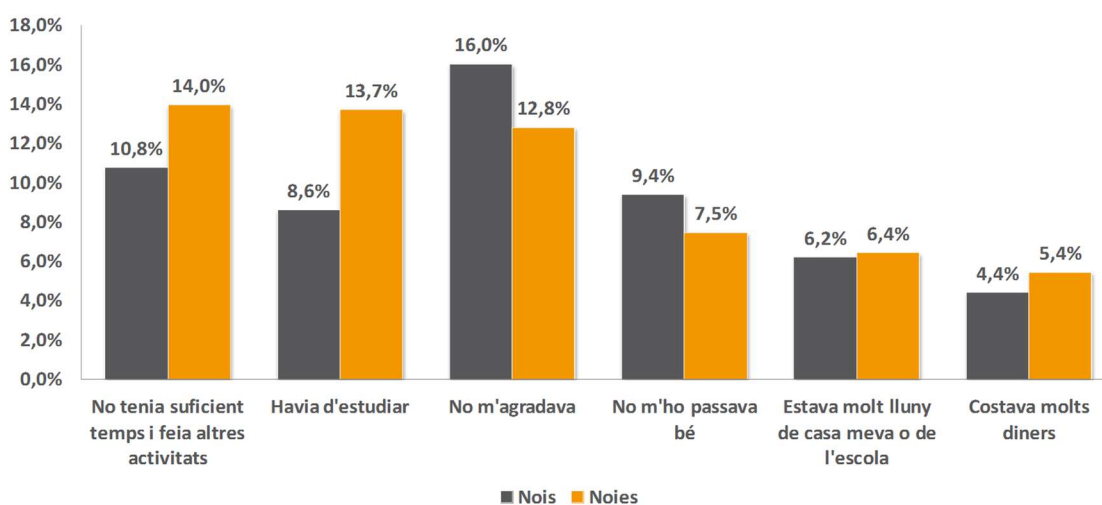


Figura 75. Escolars que no realitzen activitats físico-esportives i havien practicat



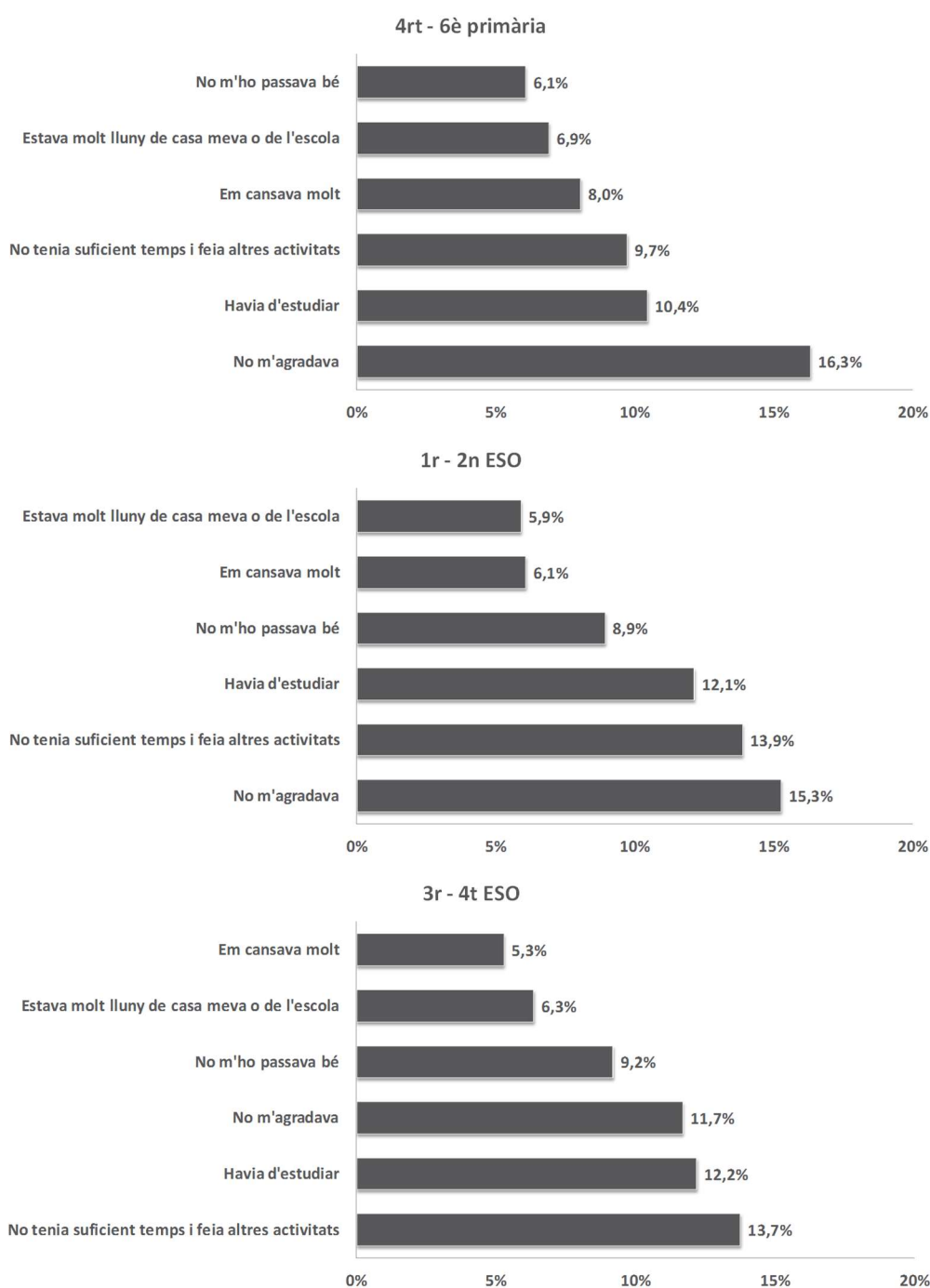
De la mateixa manera que és important identificar les motivacions en el fet de realitzar alguna pràctica físico-esportiva i analitzar el fet de perquè aquests no en fan, també és important analitzar els motius pels quals els escolars que feien alguna pràctica físico-esportiva han apartat aquesta del seu dia a dia, on destaquen els següents motius: **no m'agradava (14,1%)**, **no tenia prou temps i feia altres activitats (12,7%)**, **seguit del fet d'haver d'estudiar (11,7%)**. La diferència més significativa entre sexes se situa en el fet d'haver d'estudiar on les noies al·leguen un 5,1% més que els nois com a causa d'abandonament, seguit del fet de no agradar la pràctica (nois 3,2% més que les noies) i de la manca de temps (noies 3,2% més que els nois).

Figura 76. Principals motius d'abandonament d'activitats físico-esportives segons sexe



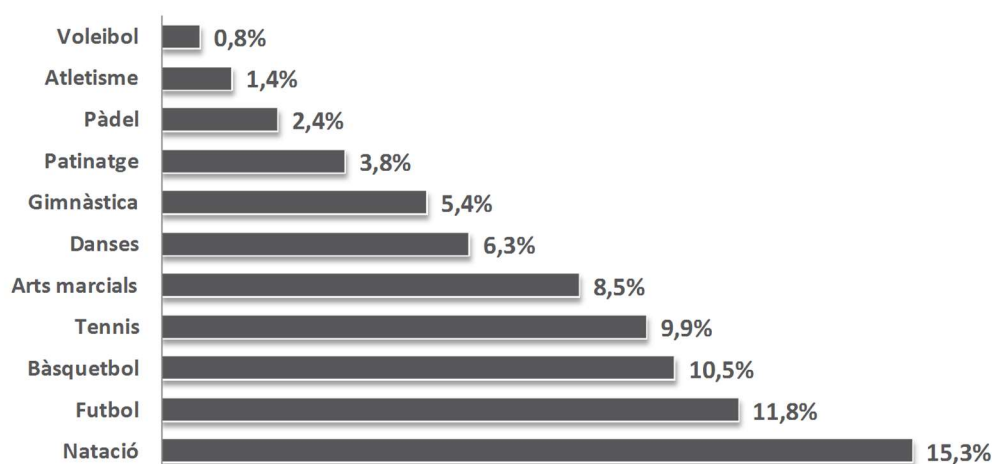
Pel que fa als motius d'abandonament de la pràctica físico-esportiva segons el cicle escolar, les diferències més significatives es presenten en els motius de la manca de temps, on augmenta un 4% del segon cicle de primària al segon cicle de secundària i en el fet de no agradar la pràctica físico-esportiva, motiu el qual descendeix d'un 16,3% a un 11,7% (-4,6% de 4t-6è de primària a 3r-4t d'ESO).

Figura 77. Motius d'abandonament d'activitats físico-esportives segons cicle escolar



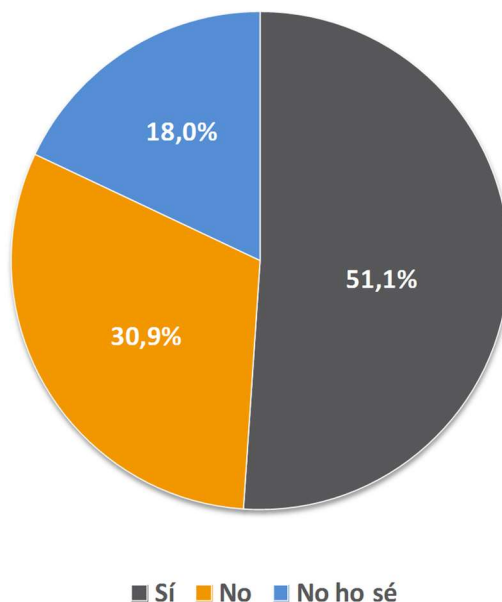
Dins l'abandonament de les activitats físico-esportives practicades amb anterioritat pels escolars de Catalunya, un percentatge significatiu afirma haver-ho fet per motius econòmics. D'aquests se'n deriven quines activitats van abandonar per motius econòmics. Els esports abandonats per motius econòmics que més destaquen són: la natació (15,3%), seguit d'esports abandonats per motius econòmics que més destaquen són: la natació (15,3%), seguit d'esports de tipus col·lectius com el futbol i el bàsquet (11,8% i 10,5% respectivament) i el tennis (9,9%).

Figura 78. Rànquing d'esports més abandonats per motius econòmics



D'altra banda, a diferència de la dada que feia referència als escolars practicants d'activitats físico-esportives i la intenció d'aquests en fer o no activitats en un futur, ara es tracta amb els escolars que actualment no realitzen cap pràctica d'activitat físico-esportiva però que si n'han fet amb anterioritat. En aquest cas es pregunta sobre la intenció d'aquests sobre si en un futur tornarien a realitzar alguna activitat físico-esportiva. **Un 51,1% és partidari/a de tornar a practicar, mentre que el no es situa en un 30,9%**, davant d'un 18% d'indecisos sobre el seu futur en relació a la pràctica físico-esportiva.

Figura 79. Intenció en tornar a practicar activitats físico-esportives practicades en el passat



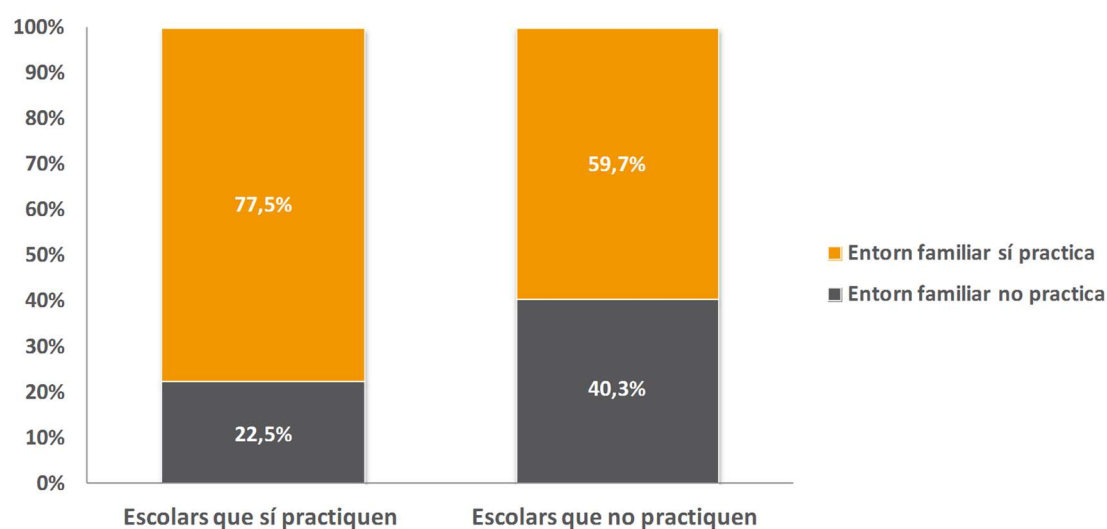
De la mateixa manera que les motivacions influeixen en els índexs de pràctica d'activitats físico-esportives, és vital analitzar les causes de no pràctica i/o abandonament d'aquesta. En el cas dels escolars, com en molts adults, aquests recauen en la manca de temps com a factor que impedeix el fet de realitzar pràctica físico-esportiva. Aquest aspecte però, és una causa que amaga d'altres motius per a no practicar. Com s'ha observat en anterioritat, els escolars físicament actius realitzen en la gran majoria d'altres activitats ocupant molt de temps durant la jornada extraescolar, fet que fa dubtar de "la manca de temps" com a factor que influeix negativament en la no pràctica d'activitats físico-esportives d'entre els escolars.

## 6. FACTORS DE L'ENTORN

L'entorn familiar s'identifica com les persones que comparteixen habitatge amb els escolars, els quals són part de l'educació i influència dels infants i adolescents en qüestió. En les decisions que prenen i els hàbits dels escolars, aquest entorn juga un paper molt important, sobretot en edats més primerenques, on el poder de decisió sovint no recau exclusivament en els infants. En aquest apartat, s'analitza la situació de l'entorn dels escolars i la influència d'aquests sobre els hàbits dels escolars.

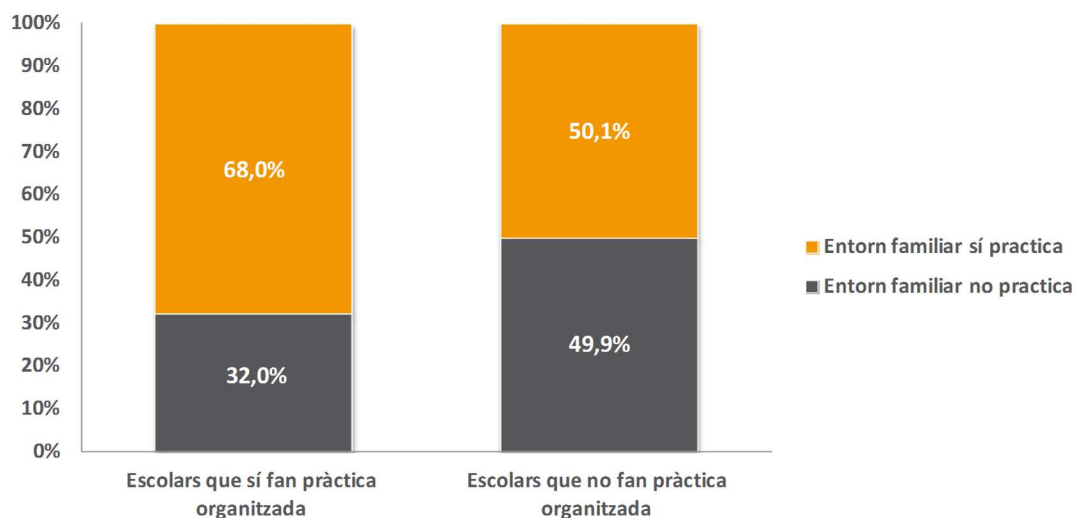
L'entorn familiar practicant d'activitats físico-esportives presenten un índex més alts de sensibilització envers a la importància d'aquesta pràctica. Com s'observa al gràfic, un 77,5% de l'entorn familiar dels escolars que sí realitzen alguna activitat físico-esportiva, també són practicants. En contra, dels escolars no practicants, l'entorn familiar que realitza alguna pràctica físico-esportiva disminueix a un 59,7%. Per tant, **s'observa que l'entorn familiar dels escolars actius és un 17,8% més actiu que l'entorn familiar dels escolars no actius.**

Figura 80. Relació hàbits esportius familiars i pràctica d'activitats físico-esportives escolars



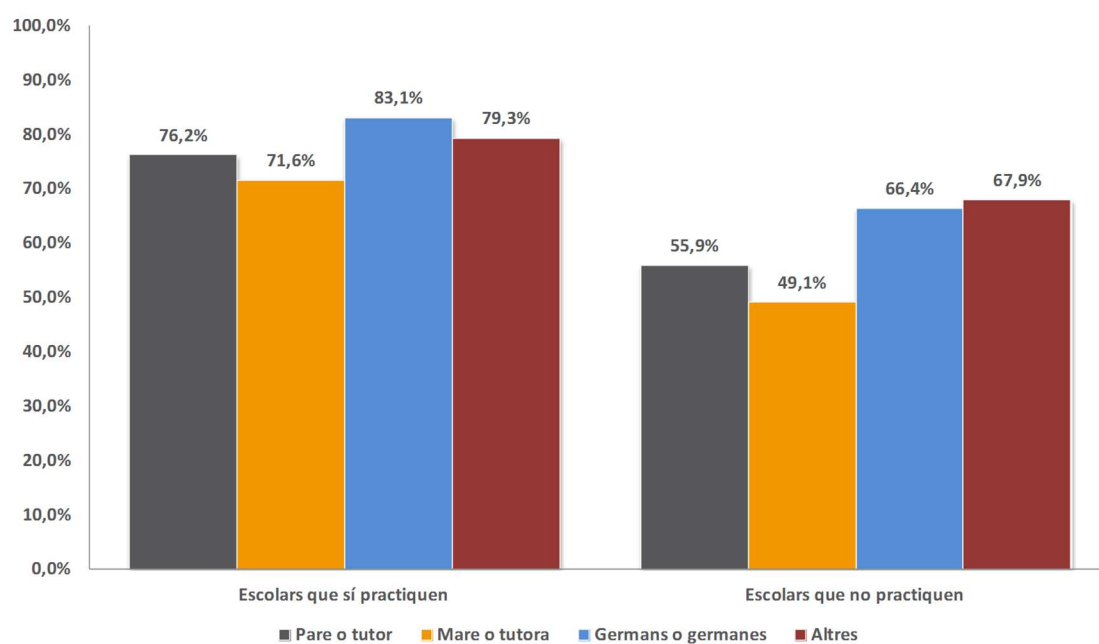
Seguint amb aquesta idea, dins dels escolars que sí realitzen alguna pràctica físico-esportiva organitzada, un 68% de l'entorn familiar realitza alguna activitat físico-esportiva. D'altra banda, aquells infants que realitzen algun tipus de pràctica físico-esportiva per compte propi (no organitzada), un 50,1% del seu entorn familiar realitza alguna pràctica físico-esportiva. Amb el que es conclou que els infants que provenen de famílies més actives físico esportivament parlant, són més propensos a realitzar pràctica físico-esportiva de forma organitzada durant la seva etapa escolar.

Figura 81. Relació hàbits esportius familiars i tipologia de pràctica físico-esportives escolars



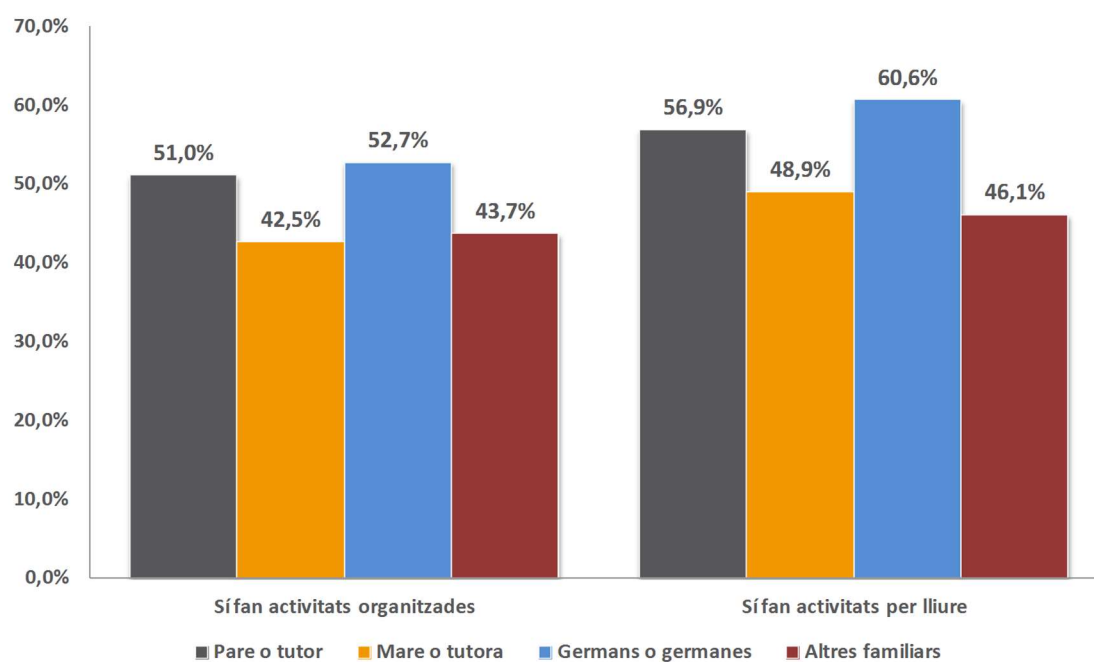
És important identificar quins membres de la unitat familiar i/o entorn familiar poden acabar sent els més influents en les decisions i adquisició dels hàbits esportius dels escolars de Catalunya. **Destaca el paper dels germans i de les germanes, els quals són els membres més actius de l'entorn familiar**, seguit d'altres familiars, passant pel pare i per la mare en última instància, ja sigui en els infants que realitzen activitats físico-esportives com dels que no en realitzen.

Figura 82. Relació dels hàbits esportius dels membres familiars segons escolars practicants



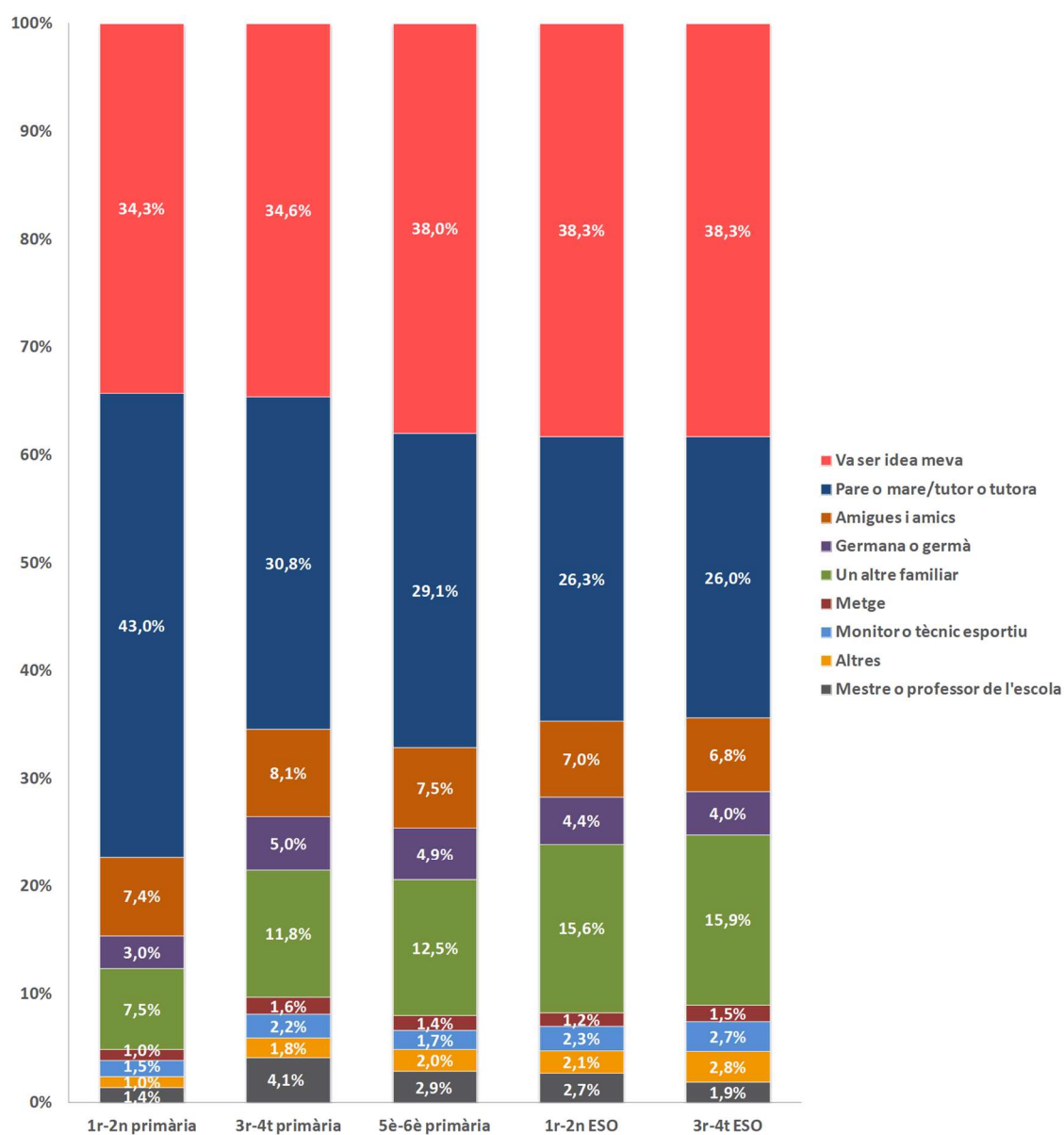
D'altra banda també és un factor influent en l'adquisició dels hàbits esportius dels escolars, quins membres de l'entorn familiar realitzen algun tipus de pràctica físico-esportiva amb els seus infants. On destaca el paper del germà, seguit del pare, la mare i en última opció altres familiars.

Figura 83. Familiars que practiquen activitats físico-esportives amb els escolars



Per últim, un altre factor determinant en la realització d'iniciar algun tipus d'activitat físico-esportiva és el fet de qui anima als escolars a realitzar aquesta pràctica. En aquest sentit, **un 37% afirma que va ser per decisió i idea d'ell/a mateix/a, seguit d'un 30% que afirmen que és degut al pare o mare, tutor o tutora**. D'altra banda un 13,1% declara que ha sigut per influència dels amics, i com a altres agents destacables, els germans i germanes amb un 7,4%.

Figura 84. Persones de l'entorn que animen a practicar activitats físico-esportives





## 7. DECÀLEG DELS HÀBITS ESPORTIUS DELS ESCOLARS

### 7.1. Índex de pràctica esportiva

Catalunya compta amb un índex de pràctica físico-esportiva extraescolar de mínim 1 dia a la setmana en edat escolar de 6 a 16 anys, del **72,8%** sobre el total de la població d'aquesta franja d'edat. Respecte a l'estudi realitzat pel CSD l'any 2011, l'índex de pràctica ha augmentat en un 5,5%. Per altra banda, en comparació amb l'enquesta d'adults, la diferència és de 22,3% a favor dels escolars actuals.

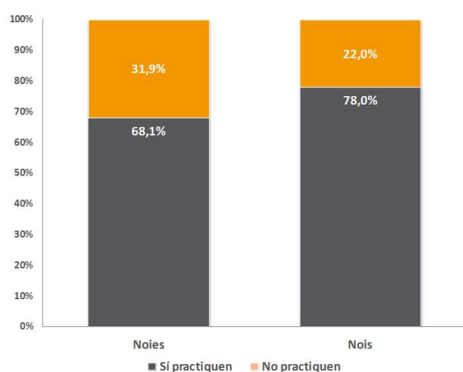


Els índexs presenten una evolució positiva cap a l'assoliment d'índexs de pràctica d'activitat física-esportiva més favorables per part de la població infanto-juvenil de Catalunya.

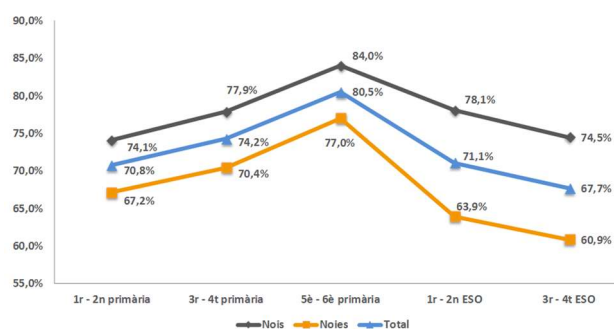
## 7.2. Factors que influeixen en l'índex de pràctica

Els tres elements clau per entendre els índex de pràctica esportiva i la seva evolució són: sexe, edat i lloc de naixement.

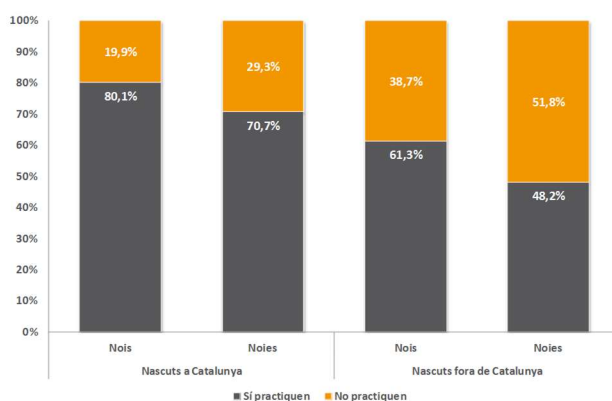
### Sexe



### Edat



### Lloc de naixement



**Sexe.** El percentatge de nois que practica esport és un 9,9% superior al de noies.

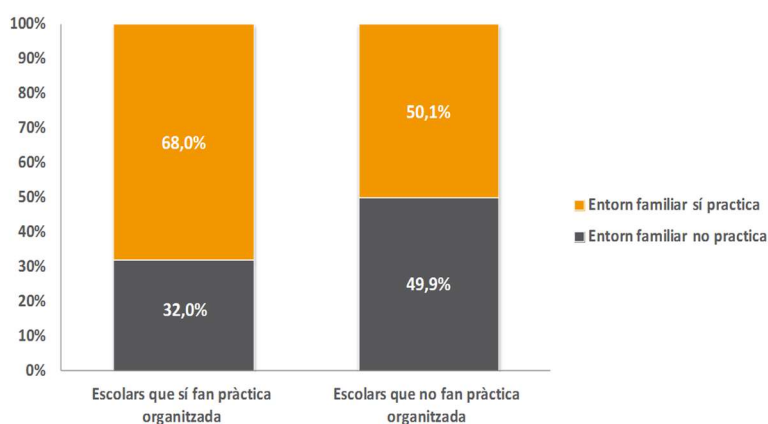
**Edat.** En el canvi de cicle de primària a secundària es produeix una important davallada de l'índex de pràctica esportiva, a partir de la qual s'estabilitza.

**Lloc de naixement.** L'índex de pràctica esportiva dels escolars nascuts a Catalunya és un 19,6% superior al dels nascuts fora de Catalunya.

### 7.3. Elements secundaris que influeixen en l'índex de pràctica

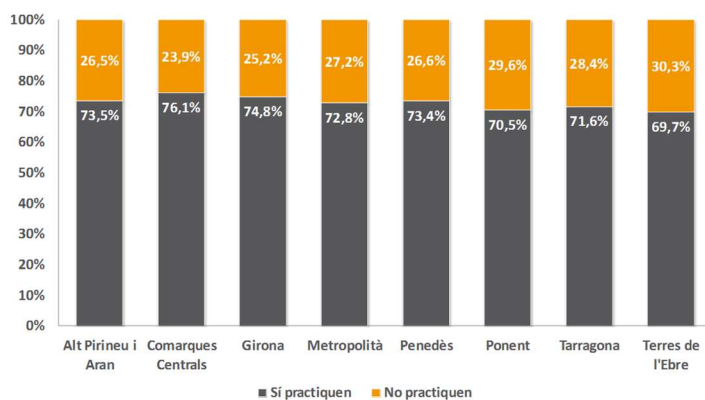
L'índex de pràctica esportiva també es troba influenciat per tres elements secundaris claus: l'índex de pràctica física-esportiva de l'entorn familiar, l'àmbit territorial de residència i la titularitat del centre on estan escolaritzats els infants i adolescents.

#### Índex de pràctica del pare i/o mare



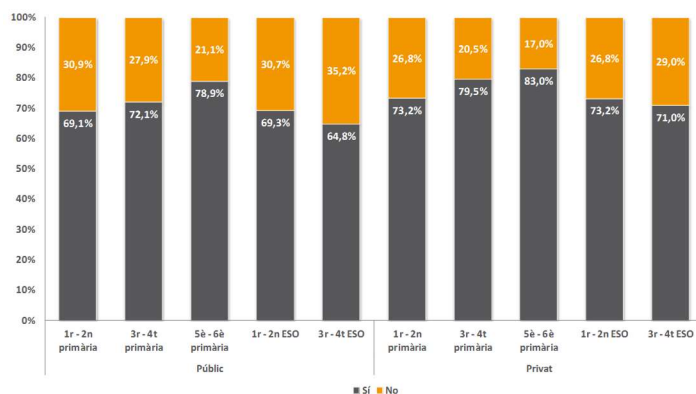
Dels escolars que realitzen pràctica física-esportiva, un 68% de l'entorn familiar realitza algun tipus de pràctica física-esportiva. D'altra banda dels escolars que no són actius, un 50,1% de l'entorn familiar realitza pràctica esportiva.

#### Àmbit territorial



Les diferències segons àmbit territorial de residència no és un factor que influencii notablement en els índexs de pràctica dels escolars de Catalunya. Els diferents àmbits territorials presenten uns índexs de pràctica similars, sense diferències notables.

#### Titularitat del centre escolar

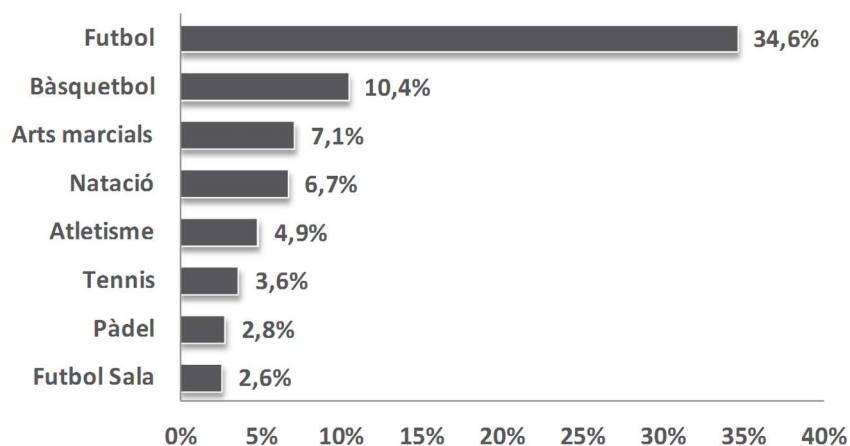


Els infants i adolescents escolaritzats en centres privats tendeixen, lleugerament, a realitzar més pràctica que els que ho estan en centres públics.

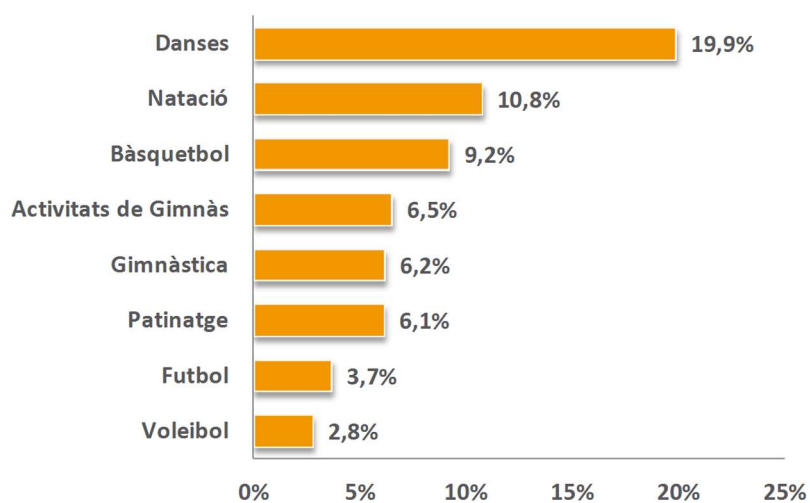
#### 7.4. Tipus de pràctica

Existeixen diferències d'entre les diferents disciplines esportives organitzades més practicades segons nois i noies.

#### Nois

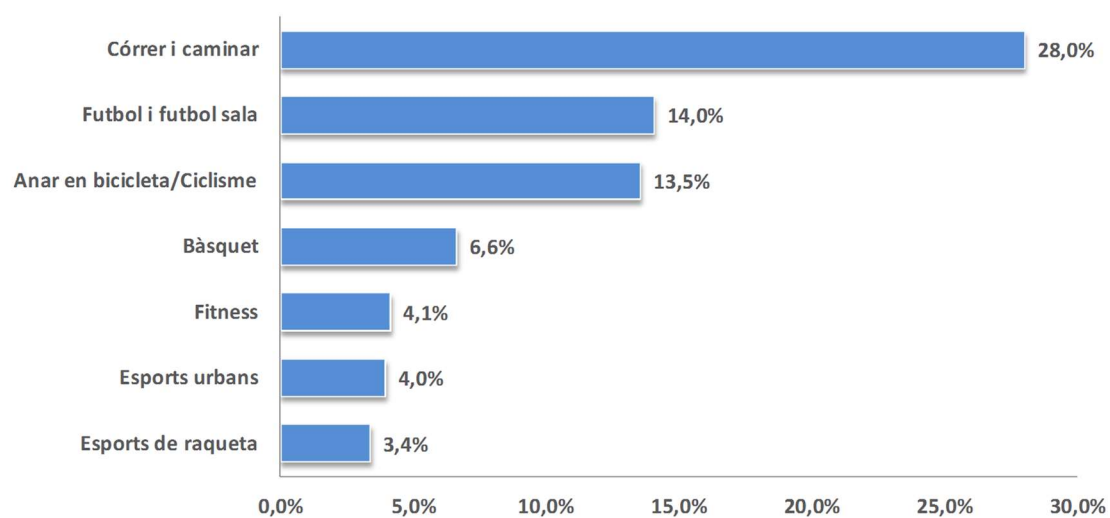


#### Noies



Cal esmentar que, deixant de banda el futbol i les danses, modalitats esportives més practicades pels nois i noies respectivament, la pràctica física-esportiva tendeix a diversificar-se en la pràctica de diferents modalitats i disciplines esportives en ambdós sexes.

Per altra banda, d'entre totes les activitats física-esportives no organitzades practicades pels escolars de Catalunya en destaquen les següents:



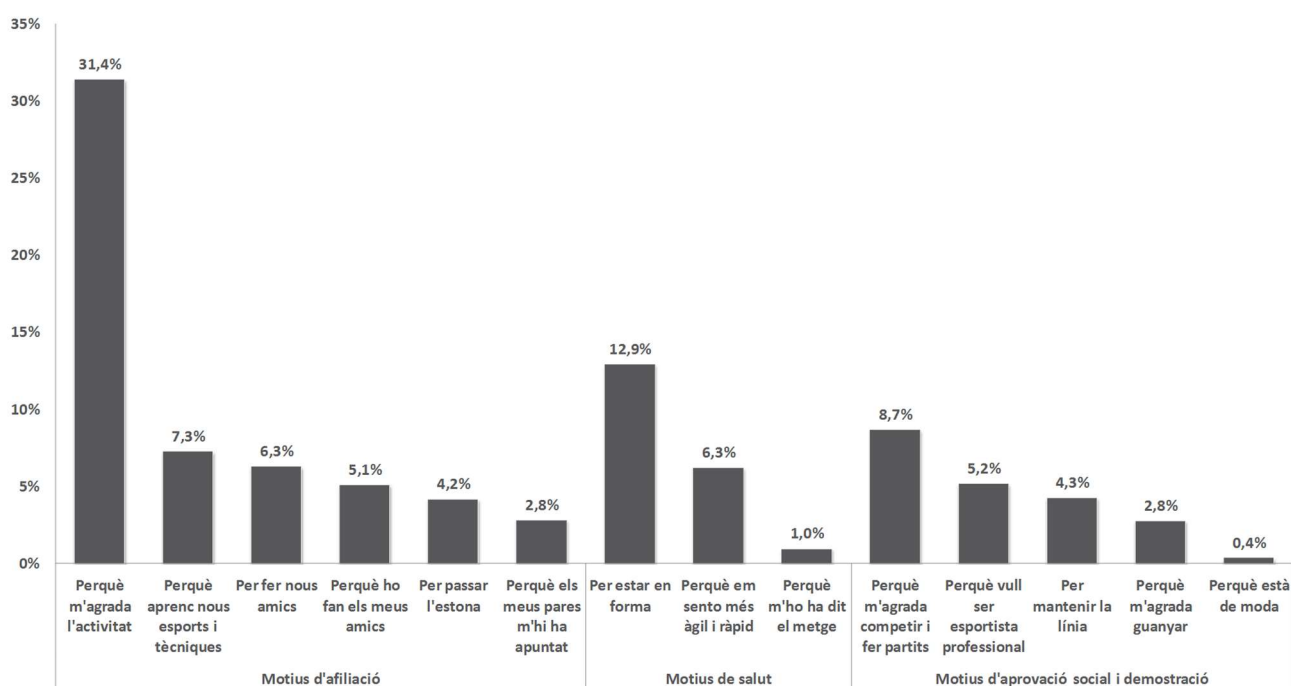
S'observa una tendència a la realització d'activitats no guiades a l'aire lliure com són el fet de córrer i caminar o anar en bicicleta. També s'hi afegeixen activitats esportives com el futbol, futbol sala i el bàsquet.

### 7.5. Motivacions de pràctica

És important conèixer els motius que porten a la població a realitzar activitat físico-esportiva, així doncs ser coneixedor dels factors que acaben determinant el fet de la realització d'aquesta pràctica d'entre els escolars de Catalunya. Seguint la classificació realitzada per Castillo i Balaguer (2001) sobre els motius de realització de pràctica esportiva, les motivacions poden agrupar-se e tres dimensions:

- Motius d'aprovació social i demostració de capacitat
- Motius d'afiliació
- Motius de salut

A partir d'aquestes tres dimensions es diferencien de diverses motivacions agrupades dins de cada dimensió específica. Analitzant el gràfic que es presenta a continuació s'observa com el principal motiu de pràctica esportiva dels escolars és "perquè m'agrada l'activitat" (31,4%), seguit de "per estar en forma" (12,9%) i de "perquè m'agrada competir i fer partits" (8,7%). Així doncs, s'observa que les tres principals motivacions pertanyen a tres dimensions diferents.

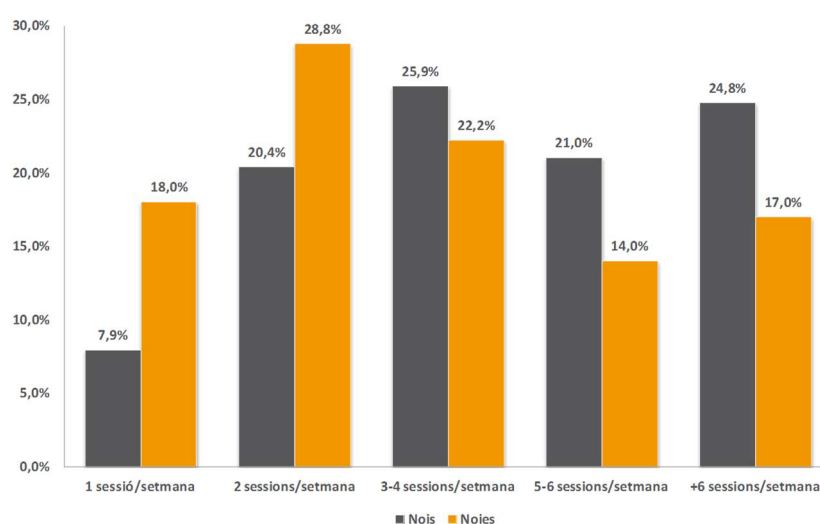


## 7.6. Freqüència de pràctica

Analitzada la freqüència de pràctica dels escolars, s'identifiquen diferències significatives pel que fa a la pràctica esportiva organitzada i la pràctica física-esportiva no organitzada, amb lleugeres diferències entre nois i noies.

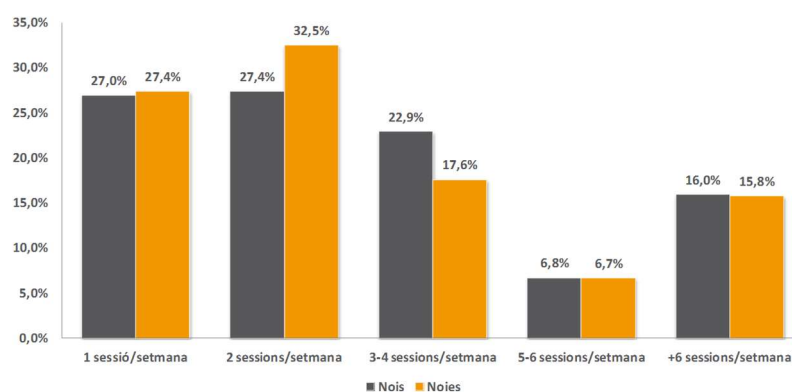
En el cas de la pràctica esportiva organitzada, s'observa una tendència majoritària a realitzar entre 2 i 4 sessions setmanals. En el cas del noi, aquests són més propensos a realitzar una major nombre de sessions que en el cas de les noies.

### Freqüència organitzada



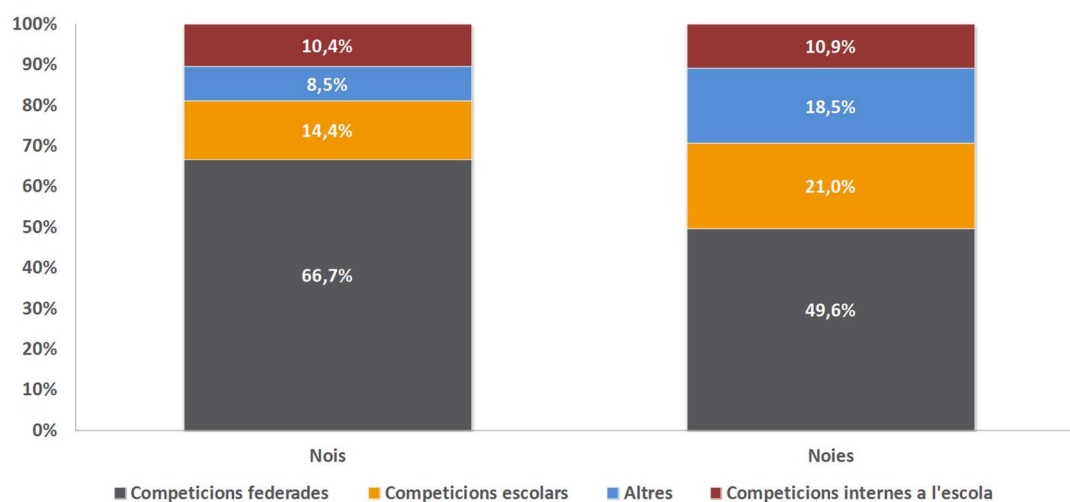
Per altra banda, la majoria dels escolars practicants d'activitats físico-esportives no organitzades són més propensos a realitzar entre 1 i 2 sessions setmanals, les quals, sovint, són realitzades durant els caps de setmana.

### Freqüència no organitzada

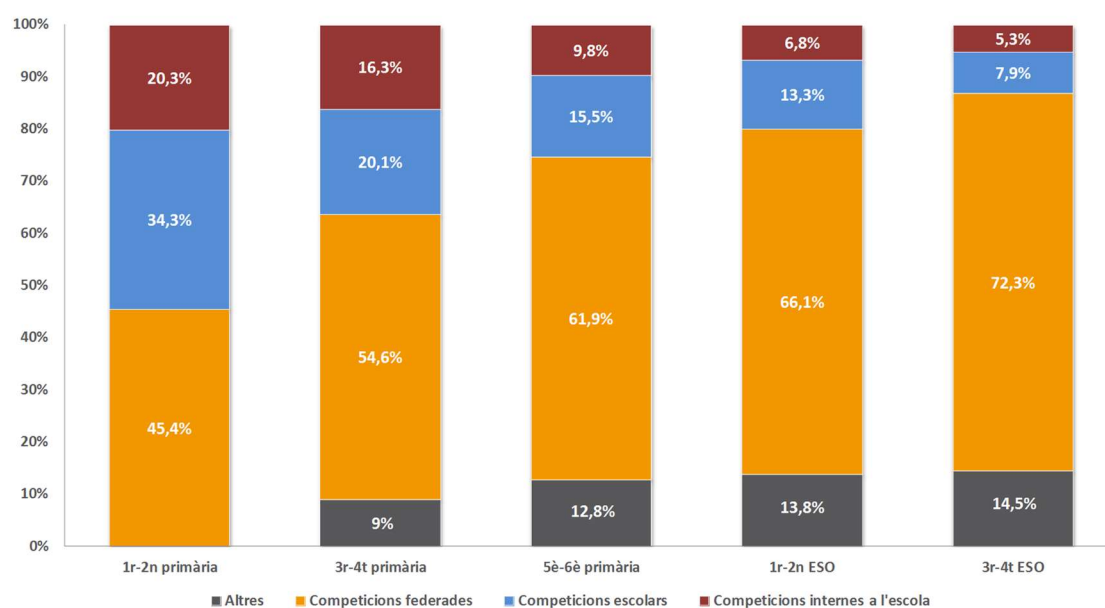


### 7.7. Esport de competició

Des de la perspectiva d'esport de competició, es fa evident la tendència a la participació en competicions federades, una tendència més accentuada en el cas del nois comparada amb els nivells de practica competitiva de les noies. Les competicions escolars es situen en les segones competicions amb més participants.



Les diferències en la tipologia de competicions són més notables sota la visió de les edats dels escolars. Existeix una tendència creixent en la participació en competicions federades a mesura que els escolars són més grans, en contra, al mateix temps, les competicions escolars disminueixen els seus índexs de participació.



El canvi a secundària, suposa també un punt d'inflexió cap a l'esport federat, de manera que les competicions escolars van progressivament perdent força.

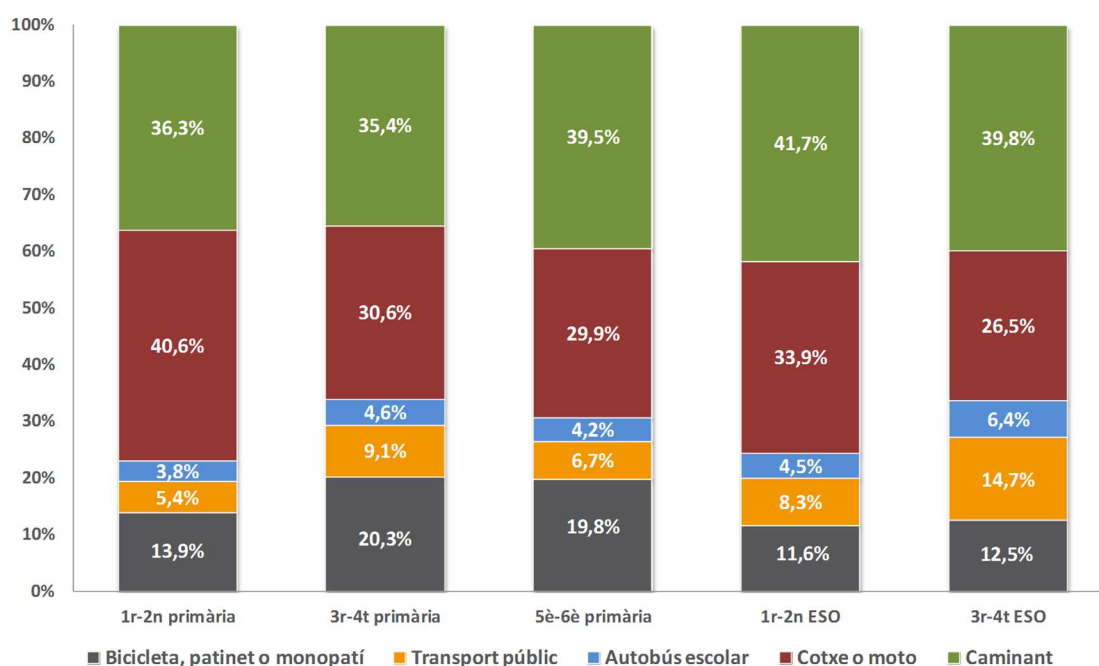


## 7.8. Hàbits en la pràctica esportiva

La pràctica d'activitats físico-esportives es complementa d'altres aspectes relacionat amb la conducta dels escolars. Aquests aspectes són el que s'anomena hàbits esportius on s'hi relacionen fets com la forma de desplaçar-se, els hàbits higiènics i també l'idioma utilitzat en el moment de la realització de la pràctica físico-esportiva concreta.

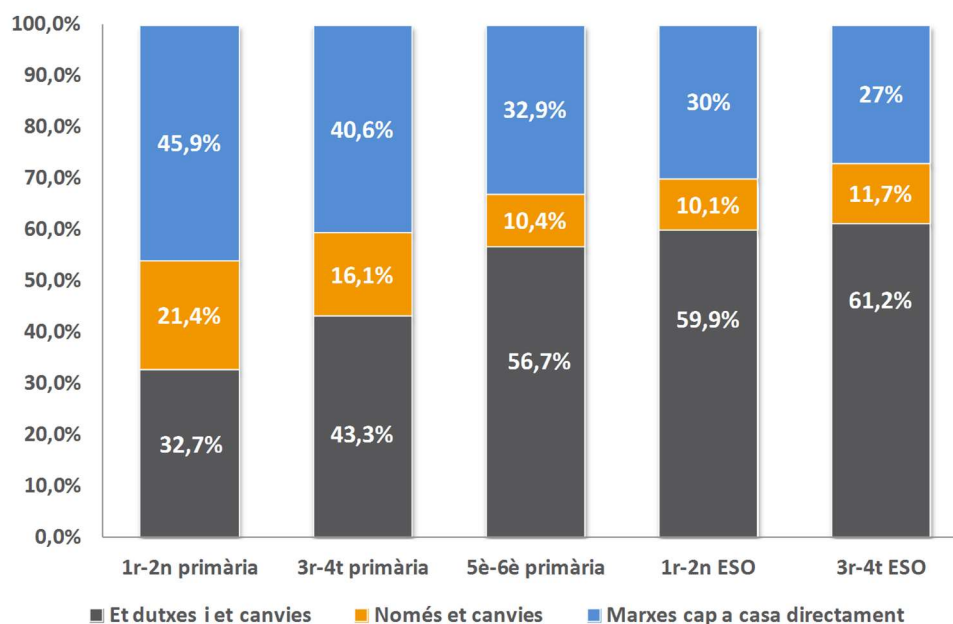
La forma més habitual de desplaçar-se cap als llocs i/o espais de pràctica per part dels escolars de Catalunya és fer-ho caminant seguit dels que ho fan amb cotxe o moto. A mesura que els escolars són més grans, augmenta lleugerament l'índex dels que es desplacen a peu. Si es sumen aquests als escolars que van amb bicicleta, patinet o monopatí en total representen més del 50% de cada curs escolar. Per tant, es pot parlar que més de la meitat dels escolars es desplacen de manera activa als llocs i/o espais de pràctica. En contra, existeix una lleugera tendència a la baixa a no fer tant d'ús de del cotxe o moto en els desplaçaments. Fet explicable per la dependència parental dels escolars en edats primerenques.

### Forma de desplaçar-se cap al lloc de pràctica



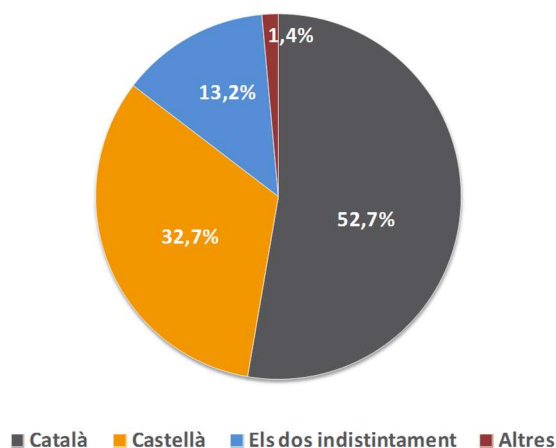
Els hàbits higiènics es veuen influenciats clarament per l'edat dels escolars practicants d'activitats físico-esportives. En el primer cicle de primària, la majoria dels escolars, després de realitzar l'activitat, no es dutxa i marxa cap a casa. Aquest fet disminueix a mesura que els escolars són més grans, i en conseqüència, amb l'edat augmenta l'índex dels escolars que es dutxen i es canvien al lloc de pràctica al acabar l'activitat.

### Hàbits higiènics



La llengua més utilitzada pels escolars practicants d'activitats físico-esportives és el català en un 52,7%, seguit del castellà (32,7%), i en menor mesura un 13,2% dels escolars declara fer ús de les dues llengües indistintament. Per últim, aquells que utilitzen altres llengües representen un 1,4%.

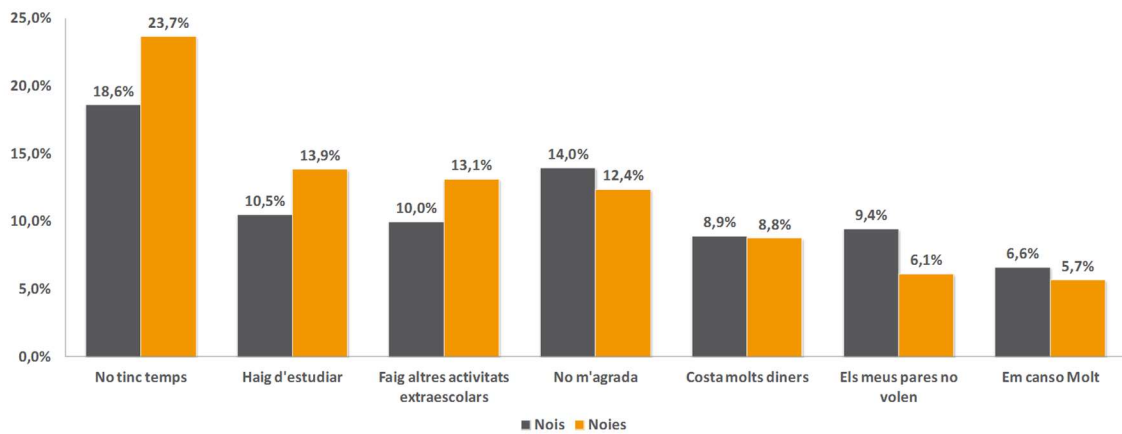
### Hàbits lingüístics



Tal com s'ha observat, la variable edat és un factor determinant en l'adquisició d'hàbits en la pràctica esportiva. On es constata que s'ha d'incidir en edats més primerenques per al bon assoliment d'hàbits esportius i/o saludables.

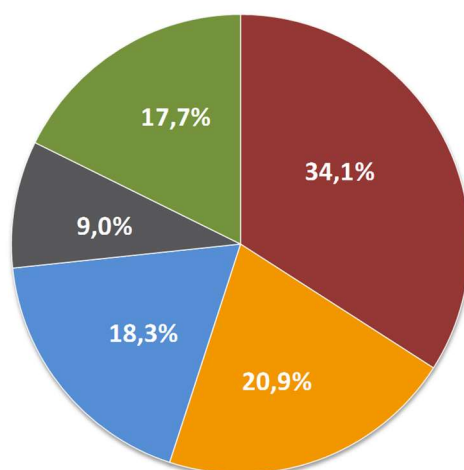
### 7.9. Motius de no pràctica

La varietat de motius de no pràctica també tendeix a diversificar-se, mostrant algunes diferències entre sexes. Tot i la diversificació de respostes, la resposta més comuna de no tenir temps, suposa un 21,7%. Aquesta resposta normalment amaga d'altres respostes més personals o bé fins i tot no identificades per la pròpia persona.

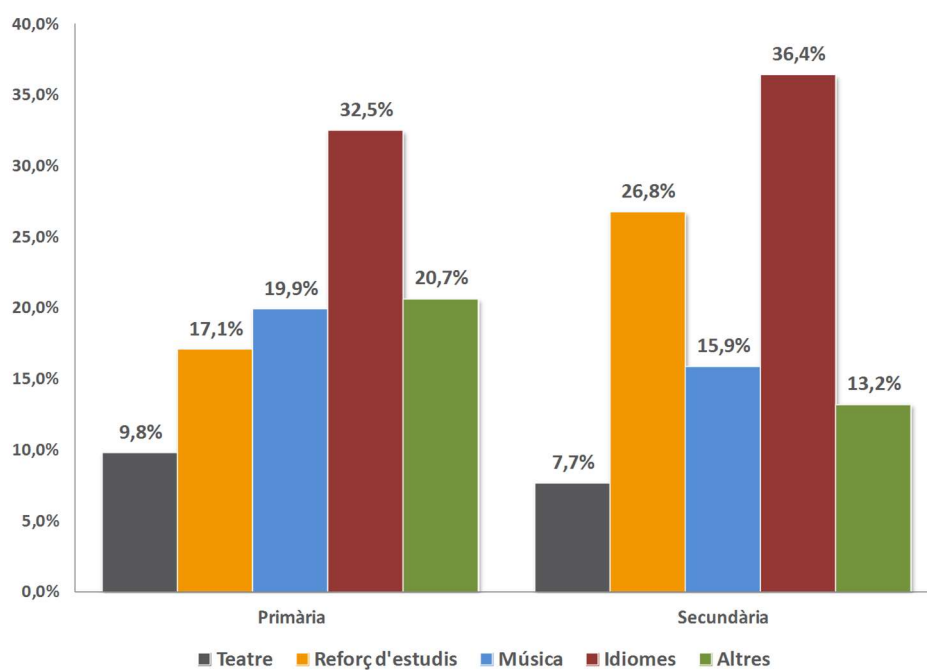


### 7.10. La realització d'altres activitats extraescolars no esportives

Les activitats més practicades fora de l'horari lectiu i que no són de naturalesa físico-esportiva són els idiomes, el reforç d'estudis, seguit de la música i les activitats de teatre.



■ Idiomes ■ Reforç d'estudis ■ Música ■ Teatre ■ Altres



■ Teatre ■ Reforç d'estudis ■ Música ■ Idiomes ■ Altres

S'observa una tendència creixent, en l'augment d'escolars que realitzen activitats relacionades amb els idiomes a mesura que aquests són més grans. En aquest mateix sentit, les activitats de reforç d'estudi viuen un augment més pronunciat que en el cas anterior. D'altra banda existeix un descens en els índexs de pràctica d'activitats com la música i el teatre en el pas de 1r-3r de primària a 3r-4t d'ESO.

## 8. CONCLUSIONS

Analitzades les dades referents a l'estudi d'hàbits esportius dels escolars de Catalunya, es presenta un resum amb les conclusions principals del mateix. La pràctica físico-esportiva engloba en sí mateixa dos tipologies de pràctiques: la pràctica físico-esportiva organitzada i la no organitzada, les quals sumades ambdues donen el resultat real de pràctica d'activitat físico-esportiva que realitzen els escolars com a mínim un cop per setmana. En aquest sentit, l'índex de pràctica físico-esportiva mínima dels escolars de Catalunya queda representat per un 72,8% de població escolar practicant. La diferència entre sexes se situa en un 10%, on un 78% dels nois són practicants, davant un 68% de les noies.

Una altra dada rellevant és la variació de l'índex de pràctica segons l'edat dels escolars i cicle escolar en el que es troben, on s'observa un clara davallada en l'índex de pràctica en la transició de l'etapa de primària cap a la secundària. En relació amb aquest aspecte el motiu principal desencadenant en el descens de l'índex de pràctica físico-esportiva és la manca de temps el qual se situa en el 21,7%, arribant al 24,4% en l'etapa de segon cicle de la ESO. Aquest fet però, no és la causa determinant en aquest descens ja que la manca de temps, és vista com a la principal excusa dels adolescents, ja que el temps no acaba sent un factor determinant d'aquells que sí fan activitat física-esportiva. D'altra banda, en l'anàlisi d'altres activitats extraescolars no esportives, els escolars en major mesura ocupen el seu temps realitzant activitats relacionades amb idiomes (34,1%), reforç d'estudis (20,9%), música (18,3%) i teatre (9%).

L'índex de pràctica segons àmbit territorial presenta uns percentatges força homogenis en els diversos àmbits territorials de Catalunya, on l'àmbit l'índex més alt és el de Comarques Centrals (76,1%) i el que presenta un menor índex de pràctica és el de les Terres de l'Ebre (69,7%).

Un altre factor determinant en l'índex de pràctica físico-esportiva dels escolars de Catalunya acaba sent el país de naixement dels mateixos. Els escolars nascuts fora de Catalunya presenten un percentatge de pràctica d'activitat físico-esportiva (54,7%) més baix al dels escolars nascuts a Catalunya (74,4%). Aquesta característica cultural dels escolars de Catalunya, sumat al fet de ser noia, fa arribar l'índex de pràctica d'aquestes a nivells molt per sota de la mitjana presentada, situant-se en un 48,18%.

L'entorn dels escolars acaba condicionant l'índex de pràctica físico-esportiva dels mateixos, on es pot observar que els escolars més actius, provenen d'un entorn familiar els quals practiquen alguna activitat físico-esportiva de forma regular. En relació amb aquest aspecte, aquelles famílies físicament més actives, condicionen directa o indirectament a que els infants i adolescents realitzin pràctica físico-esportiva organitzada, on en major mesura els germans i germanes, pares/mares/tutors i amics juguen un paper clau en l'adquisició dels hàbits físico-esportius dels escolars, els quals incentiven als infants a realitzar aquesta pràctica.

Entre tots els escolars practicants d'activitat físico-esportiva, un 83% declara realitzar-la de

forma organitzada, la qual es realitza sota el marc d'una organització responsable i sota la supervisió i guia d'un monitor/entrenador. La diferència entre sexe mostra que els nois (85,2%) són lleugerament més propensos a realitzar activitat física organitzada que les noies (80,5%). En canvi, relacionat amb el lloc de naixement dels escolars, cal ressaltar que la diferència entre aquests és notable, on un 84,3% dels escolars nascuts a Catalunya declaren realitzar activitat físico-esportiva organitzada, davant d'un 70,6% dels escolars nascuts a fora de Catalunya.

En relació als escolars que realitzen pràctica físico-esportiva de manera organitzada, un 65,8% fan esport de competició. En aquest sentit, els nois (77,9%) se situen en un major percentatge que les noies (51,9%), i pel que fa a l'edat, aquells que es troben en l'etapa de segon cicle de primària i primer cicle de secundària són els més propensos a realitzar activitats físico-esportives de competició. Del conjunt d'escolars que realitzen competició, la gran majoria afirma fer-ho en competicions federades (60,3%), davant de les competicions escolars (16,9%) i de les competicions escolars internes (10,6%). En relació amb aquest aspecte, un 96,2% dels escolars afirmen que els agrada competir i realitzar partits, sent aquest, també, un element clau en la participació dels escolars en aquest tipus d'activitats.

En relació a les activitats físico-esportives organitzades més practicades pels escolars de Catalunya destaquen el futbol per sobre de tots, seguit del bàsquet, danses, natació i arts marcial, disciplines esportives que en el conjunt superen el 50% del total de disciplines esportives. D'altra banda s'observa una clara tendència per part del nois a practicar futbol (34,6%), mentre que les noies es decanten per les activitats de dansa (19,9%).

Per part dels escolars que realitzen activitats físico-esportives per compte propi, destaquen com activitats més practicades: córrer i caminar (28%), futbol i futbol sala (14%), ciclisme (13,5%) i el bàsquet (6,6%). Així doncs, les noves tendències de la societat com són el running i el ciclisme, arrelen també entre els escolars de Catalunya.

Un altre dels aspectes analitzats és el lloc de pràctica dels escolars. Per part dels que realitzen activitats organitzades, un 55% ho fa en instal·lacions municipals, seguit de les instal·lacions de la pròpia escola/institut (16,6%). Per altra banda, dels escolars que realitzen activitats esportives per compte propi, l'espai més utilitzat són els espais urbans i la natura (57,8%), i en comparació amb els que fan activitats de tipus organitzades, només un 8,9% ho fa en instal·lacions municipals.

En el present estudi també s'identifiquen diferents hàbits al voltant de la pràctica de les diferents activitats físico-esportives. Un 53,1% dels escolars es desplacen a peu, patinet o bicicleta cap al lloc de pràctica, seguit d'un 42% que ho fa en cotxe o moto. Existeix un augment progressiu dels escolars que es desplacen a peu, patinet o bicicleta a mesura que els escolars són més grans.

Un altre dels altres aspectes analitzats és la llengua utilitzada en el moment de realització de l'activitat. Per part del monitor, el català és utilitzat en un 56,5%, seguit del castellà (28,4%) i els

que utilitzen les dues llengües indistintament representen un (13,1%). Per part dels escolars, un 52,7% utilitzen el català, un 32,7% el castellà, mentre que els que utilitzen les dues llengües representen un 13,2%.

D'altra banda, s'han analitzat els hàbits higiènics dels escolars practicants d'activitats físico-esportives. Un 51,6% dels escolars es dutxa i canvia una vegada acabada l'activitat en el lloc de pràctica, un 34,9% marxa sense dutxar-se ni canviar-se, mentre que un 13,5% es canvien i marxen a casa. Cal afegir que aquest aspecte relacionat amb el sexe, presenta diferències significatives, on mentre un 60,8% dels nois afirmen dutxar-se i canviar-se al lloc de pràctica una vegada acabada l'activitat, les noies ho fan un 40,5% dels casos. Aquesta dada agafa rellevància si es parla de l'edat dels escolars, els quals a mida que es fan grans, l'hàbit de dutxar-se i canviar-se en el lloc de pràctica augmenta progressivament.

Pel que fa a les activitats en que ocupen el temps els escolars durant les hores de descans i pati en l'horari escolar, un 28,6% afirma estar parlant amb els amics i amigues, seguit dels que dediquen aquest temps a realitzar activitat física i esport (25,1%), mentre que un 17,5% es dedica a estudiar i/o fer deures. La tendència en aquest aspecte en quan els escolars es fan gran, és que el temps de descans, cada vegada s'ocupa menys en realitzar activitats físico-esportives i cada vegada més a estudiar i/o fer deures.

En les activitats que realitzen durant les vacances escolars, les cinc més practicades són: sortides en bicicleta (13,5%), natació a l'estiu (11,7%), la mateixa activitat que es realitza durant l'any (11,6%), esports d'equip (8,6%) i esports de muntanya (8,1%).

Per últim, en aquest estudi, s'ha volgut analitzar també, l'aspecte de la violència en relació a l'esport, així doncs, en aquest sentit s'han identificat quines situacions negatives es reproduïen al voltant dels espais de joc on els escolars realitzen la seva activitat físico-esportiva competitiva, i també s'hi han afegit, les situacions positives que s'hi generen.

Pel que fa a les situacions negatives en l'esport escolar com ara el joc brut dels jugadors, les crítiques dels pares, entrenadors i dels propis jugadors del mateix equip, s'identifica que en més d'un 60% dels casos aquestes accions apareixen en el desenvolupament de la competició esportiva escolar, i en aquest sentit, a més d'un 60% dels escolars, no els agrada que succeeixin aquests fets i situacions.

D'altra banda, pel que fa a les situacions positives s'identifica que el fet d'animar als jugadors, fills, companys, entre d'altres, com també el respecte amb els jugadors de l'equip contrari, es reproduïx en diferents moments de la competició escolar en més d'un 60% en tots els casos. En aquest mateix sentit, a la majoria dels escolars els agrada que succeeixin aquest seguit de fets i situacions.



## 9. METODOLOGIA

La metodologia emprada s'ha basat en la realització d'una investigació quantitativa amb una mostra representativa de la població en edat escolar de Catalunya amb edats compreses entre els 6 i els 16 anys i matriculada en els cursos de primer de primària a quart d'Educació Secundària Obligatòria.

### 9.1. Qüestionari

Per a la realització del treball de camp, s'ha utilitzat el qüestionari redactat en llengua catalana, facilitat pel Consell Català de l'Esport, realitzat amb la col·laboració de l'Institut d'Estadística de Catalunya. Donada la complexitat del qüestionari íntegre per segons quines edats, per als alumnes de primer a tercer de primària, s'ha administrat una versió reduïda del qüestionari.

### 9.2. Validació del qüestionari

Després de definir el qüestionari, aquest es va validar fent una prova amb escolars de diferents edats per garantir que totes les preguntes fossin de fàcil comprensió i no generessin confusió o interpretacions diferents (pre-test del qüestionari). Aquesta prova es va realitzar mitjançant entrevistes a 4 escoles amb 100 nens/es (2/3 parts de primària i 1/3 de secundària). L'objectiu perseguit era verificar el correcte funcionament de l'aplicació informàtica de suport a les entrevistes, del sistema de selecció de les unitats mostrals, dels sistemes de seguiment i control del treball de camp, i del fitxer de dades. Les enquestes realitzades en aquest assaig no s'han incorporat al fitxer definitiu.

### 9.3. Mostra

El disseny i selecció de la mostra també han estat realitzats pel Consell Català de l'Esport i l'Institut d'Estadística de Catalunya (IDESCAT) amb el vist-i-plau del Departament d'Ensenyament. L'IDESCAT ha supervisat el procés de selecció de la mostra i ha validat i calibrat finalment la mostra seleccionada.

La selecció de la mostra està basada en una afixació segons estrats definits per àmbits territorials (Serveis Territorials del Departament d'Ensenyament), tipus d'escola (pública o concertada), edat (1r primària a 4t d'ESO) i sexe. S'ha establert com a univers tota la població catalana entre 6 i 16 anys. Donat que la manera d'arribar a aquesta població és a través de les escoles, la mostra està conformada per una relació de centres educatius de cada àmbit territorial.

En la selecció de les escoles que formarien part de la mostra, es va partir de la premissa d'administrar el qüestionari a un màxim de dos grups classe de diferents cursos a cada centre

escolar. En cas que alguna de les escoles de la mostra no pogués participar, s'ha substituït per la següent de la base de dades que complís amb les mateixes característiques.

S'han obtingut un total de 13.603 respostes en aquest estudi, de les quals s'ha treballat amb les 10.160 de la mostra inicial. El marge d'error global és d'un  $\pm 3\%$  i, per Àmbit Territorial és inferior al  $\pm 4\%$  en tots els casos. A continuació es presenta la fitxa tècnica de la investigació:

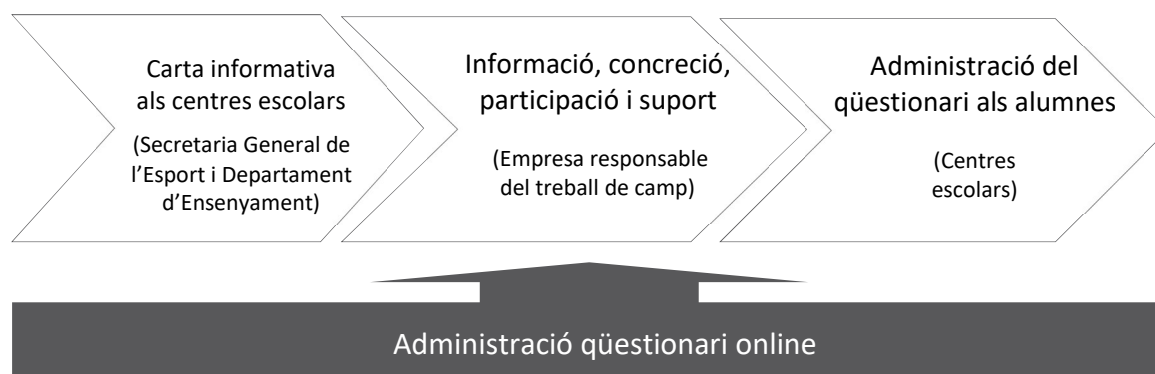
<b>Fitxa tècnica de la investigació</b>	
<b>Univers</b>	Alumnat escolaritzat de 1er de primària a 4rt d'ESO (767.932 persones).
<b>Àmbit</b>	Comunitat Autònoma de Catalunya
<b>Dimensió de la mostra</b>	10.160 qüestionaris, d'un total de 13.603 administrats
<b>Error de la mostra</b>	$\pm 3\%$
<b>Nivell de confiança</b>	95% $p=q=0,5$
<b>Procediment de mostreig</b>	Mostreig aleatori per conglomerats
<b>Dates del treball de camp</b>	8 desembre de 2015 al 4 de març de 2016

#### 9.4. Administració del qüestionari

El qüestionari es va administrar mitjançant una plataforma *online*, a la que es va donar accés a la població inclosa a la mostra. Per comunicar als centres que foren seleccionats per formar part de la mostra, es va enviar prèviament per part del Consell Català de l'Esport i del Departament d'Ensenyament conjuntament, una carta per correu (postal o electrònic) en la qual es va proporcionar tota la informació referent al projecte i se'ls avisà que serien contactats per l'empresa encarregada de realitzar el treball de camp per concretar la seva participació.

Posteriorment, l'empresa responsable d'elaborar el treball de camp va iniciar els contactes amb les escoles informant-les sobre el projecte, donant les instruccions necessàries per emplenar el qüestionari, informant dels cursos als quals han d'administrar el qüestionari i notificant els terminis de realització. Se'ls va proporcionar també es dades de contacte de la persona responsable del treball de camp perquè poguessin contactar amb ella en cas de qualsevol dubte o aspecte a comentar. A més, se'ls facilità una guia d'administració del qüestionari amb l'objectiu d'orientar-los abans d'administrar el qüestionari.

A continuació es presenta un esquema resum de l'esmentat procediment:



El tractament de les dades obtingudes s'ha realitzat amb el programa informàtic estadístic SPSS en la seva versió 17.0 i resten a disposició e la Secretaria General de l'Esport i del Departament d'Ensenyament per a potencials posteriors anàlisi que es puguin derivar del present estudi.