

DESCRIPCIÓN DE LOS HÁBITOS DE PRÁCTICA FÍSICA Y USO DE VIDEOJUEGOS EN ESCOLARES, EN FUNCIÓN DE SU NIVEL PERCIBIDO DE AUTOEFICACIA MOTRIZ Y EN VIDEOJUEGOS

Pablo José Borges Hernández, Ricardo de la Vega Marcos y
Roberto Ruiz Barquín
Universidad Autónoma de Madrid

RESUMEN: Los estudios realizados hasta la fecha indican que, en la actualidad, el tiempo que destinan los niños a la práctica física es escaso. Por ello, este estudio pretende conocer si existe una relación significativa en cuanto al nivel de autoeficacia percibida, en el ámbito motriz y en videojuegos; y en el tiempo destinado a estas actividades. Se desarrolla este estudio con una muestra de 225 participantes de cuatro centros educativos, pertenecientes a distintos contextos socio-culturales. Se encontró que existe una relación ($\rho = 0.237$, y un p -valor de .001) entre el tiempo dedicado a la práctica física y/o a videojuegos; así como entre este tiempo y el nivel de autoeficacia percibida, destinando más tiempo de práctica aquellos que presentan un mayor nivel de autoeficacia. A su vez, esta autoeficacia es mayor en el ámbito motriz que en videojuegos, con una relación ($\rho = 0.4$, y un p -valor de $2e-09$). Por otro lado, se dedica el doble de tiempo a realizar actividad física que a jugar con videojuegos (125 minutos a realizar AF frente a los 62 de medida dedicados a jugar con videojuegos).

PALABRAS CLAVE: autoeficacia motriz, autoeficacia en videojuegos, videojuegos activos.

DESCRIPTION OF PHYSICAL PRACTICE HABITS AND USE OF VIDEO GAMES IN SCHOLAR, ACCORDING TO THEIR PERCEIVED LEVEL OF MOTOR AND VIDEO GAME SELF-EFFICACY

ABSTRACT: Previous studies indicate that the time children spend in physical activity is currently limited. This paper wants to determine if a relation between significant influence on the level of perceived self-efficacy in videogames or physical field and the time spent to these activities exist. This study is developed with a sample of 225 participants from four schools with different socio-cultural contexts. As

expected there is a relationship between the amount of time spent on physical activity and/or game play ($\rho = 0.237$ and a p-value of 0.001), and perceived self-efficacy level, devoting more time to practice those with a higher level of specific self-efficacy. It was more in motor field that in videogame, with a relationship ($\rho = 0.4$ and a p-value of $2e-09$). Moreover, children spend two times longer doing physical activity to playing video games.

KEY WORDS: physical self-efficacy, self-efficacy in video games, active videogames.

DESCRIÇÃO DE HÁBITOS DE PRÁTICA FÍSICA E USO DE JOGOS DE VÍDEO NA ESCOLA, DE ACORDO COM SEU NÍVEL DE PERCEPÇÃO DE AUTO-EFICÁCIA MOTRIZ E DE JOGOS DE VÍDEO

RESUMO: O tempo que as crianças destinam à atividade física na atualidade é muito escasso (Nuviala et al., 2009), por isso este estudo pretende conhecer se existe uma relação significativa ao nível de auto-eficácia percebida, no âmbito motriz y nos videogames, e no tempo dedicado a essas atividades. Este estudo é desenvolvido com uma amostra de 225 participantes de quatro escolas pertencentes a diferentes contextos sócio-culturais. Como esperado, existe uma relação entre a quantidade de tempo dedicado à prática de atividade física e/ou ao videogame ($\rho=0.237$ e um valor-p de 0.001), e o nível de auto-eficácia percebida, onde dedicam mais tempo de prática aqueles que apresentam um maior nível de auto-eficácia específico. Sendo esta última maior no âmbito motriz do que nos videogames com uma relação ($\rho=0.4$ e um valor-p de $2e-09$) encontrando ainda, que se dedicam dois vezes mais tempo fazendo atividade física do que jogar videogames.

PALAVRAS-CHAVE: auto-eficácia motora, auto-eficácia em videogames, videogames ativos.

El tiempo que destinan los niños a la práctica de actividad física (AF) es escaso (Nuviala, Munguía, Fernández, Ruiz y García, 2009), hecho que se ve agravado según Fraile (1995), a que el papel reservado a la educación del cuerpo dentro del horario escolar no es el más adecuado, pues el niño permanece durante mucho tiempo sentado. Al mismo tiempo cada día se dedica más tiempo al ocio digital pasivo y menos tiempo a la AF cotidiana (Pate, O'Neill y Lobelo, 2008) lo que repercute negativamente en la salud, puesto que los beneficios de la AF en la salud, tanto física como mental, están más que probados, (Remor y Pérez-Llantada, 2007; Romero, Brustad y García-Mas, 2007; Olmedilla, Ortega y Madrid, 2008).