

Revista de Psicología del Deporte
2011. Vol. 20, núm. 1, pp. 45-59
ISSN: 1132-239X

Universitat de les Illes Balears
Universitat Autònoma de Barcelona

Relación entre el autoconcepto y la condición física en alumnos del Tercer Ciclo de Primaria

Félix Guillén García y Montserrat Ramírez Gómez*

RELATIONSHIP BETWEEN SELF-CONCEPT AND THE PHYSICAL FITNESS OF THIRD-CYCLE PRIMARY SCHOOL STUDENTS

KEYWORDS: Fitness, Self-concept, Children, Gender.

ABSTRACT: The purpose of this study was to investigate the relationship between self-image and the physical condition or fitness of 10 to 13-year-old children. The sample consisted in 75 third-cycle primary school students, 36 of whom were girls and 39 were boys. A battery of tests on physical fitness and Piers-Harris Self-Concept Scale were applied. The results partially confirmed the relationship between self-concept and physical condition. There were no differences as regards gender, but several differences by age appeared. In general, older pupils displayed a better self-concept. The results in the abdominal fitness test showed a positive relationship with the behaviour and happiness dimensions of self-concept. Similarly, subjects with higher agility scores showed a higher intellectual self-concept.

Correspondencia: Félix Guillén García. Facultad de Formación del Profesorado. C/. Santa Juana de Arco, 1. 35004 Las Palmas de Gran Canaria. E-mail: fguillen@dps.ulpgc.es

* Universidad de Las Palmas de Gran Canaria.

— Fecha de recepción: 22 de Noviembre de 2009. Fecha de aceptación: 30 de Septiembre de 2010.

El autoconcepto y la autoestima son posiblemente dos de los constructos más estudiados por la psicología actual (Harter, 1999). Los términos autoconcepto y autoestima frecuentemente han sido utilizados como sinónimos (Shavelson, Hubner y Stanton, 1976). Sin embargo, es importante distinguir entre los dos términos. El autoconcepto se referiría a los descriptores o etiquetas que un individuo se atribuye, a menudo relacionados con los atributos físicos, características de comportamiento y cualidades emocionales. Estos auto-atributos poseen una naturaleza descriptiva y evaluativa. Por su parte, la autoestima se refiere a cómo una persona percibe y se evalúa a sí misma en contextos experienciales y ambientales (Shavelson et al., 1976). Es diferente del concepto de sí mismo, ya que se compone de juicios cualitativos y sentimientos íntimamente asociados a la descripción de uno mismo; la autoestima se define como el sentimiento general de valía como persona (Harter, 1999).

En todos los ámbitos del ser humano, la autoestima y el autoconcepto tienen una enorme importancia para las personas, pero más en particular, para los niños y jóvenes (Fox, 2000; García y García, 2006), ya que es a edades muy tempranas cuando se empieza a consolidar la autoestima y el autoconcepto (Slutzky y Simpkins, 2009). La percepción y la valoración que las personas tienen sobre sí mismas condicionan su equilibrio psicológico, la relación que mantienen con los demás y su rendimiento en distintos ámbitos.

El autoconcepto: un constructo multidimensional y jerárquico

Ya en 1981, Epstein definía el *concepto de sí mismo* como el conjunto de representaciones mentales y conceptos (juicio descriptivo) que el individuo tiene acerca de sí mismo, y que

engloban sus distintos aspectos corporales, psicológicos, sociales y morales. Más recientemente, Harter (1990) se refería al autoconcepto como a las percepciones que tiene el individuo sobre sí mismo.

En la década de los sesenta, los modelos explicativos existentes sobre el autoconcepto poseían una naturaleza unidimensional, en los que se consideraba que el autoconcepto era un constructo unitario y sugerían que existía un único factor general y estaba compuesto por diferentes áreas de experiencia. Así aparecieron instrumentos como el *Coopersmith Self-Esteem Inventory* (Coopersmith, 1967) o el *Rosenberg Self-esteem Scale* (Rosenberg, 1965), en los que se recogía esa única dimensión.

Sin embargo, es a partir de finales de la década de los setenta con las aportaciones formuladas por Shavelson, Hubner y Stanton (1976) cuando empiezan a predominar los modelos multidimensionales, en los que se sugiere la diversidad de dimensiones del autoconcepto, de tal forma que las mismas pueden estar referidas a la naturaleza familiar, social, emocional, física o académica del sujeto. Así Marsh y Roche (1996) ampliaron la definición de autoconcepto global, proponiendo que además de ser jerárquico y multidimensional, es un constructo global. De tal forma que el Autoconcepto global está en la cúspide de la jerarquía, seguido de los aspectos de segundo orden del concepto como son los académicos (por ejemplo, matemáticas, inglés) y no académicos (e.g., social, emocional y físico). Concretamente el Autoconcepto físico puede ser global (e.g., una combinación de la salud, la coordinación, la actividad física, la grasa corporal, la competencia deportiva, apariencia, fuerza, flexibilidad, y las puntuaciones de resistencia) o específico (e.g., el constituido por cada una de esas subescalas; Fox, 1997).

Una muestra de esta multidimensionalidad son los numerosos instrumentos

aparecidos que han intentado recoger esa variedad de dimensiones, como pueden ser el *Affective Perception Inventory* (API) de Soares y Soares (1979), *Self-Perception Profile for Children-SPPC* de Harter (1985), *Tennessee Self-concept Scale* (TSCS) de Roid y Fitts (1988), *Self Description Questionnaire* de Marsh (1990), *Perception of Ability Scale for Students* de Boersma y Chapman (1992), o el *Multidimensional Self-Concept Scale* (MSCS) de Bracken (1992).

Autoconcepto y desarrollo

La importancia que tienen las edades tempranas para la consolidación de la personalidad y, por ende, del autoconcepto, del sujeto la justifican Demo y Savin-Williams (1992) cuando indican que, como ocurre a todos los niveles de la vida humana, durante la infancia se desarrollan las primeras tendencias a determinados comportamientos, concentrándose luego en intereses que durante la adolescencia se pueden convertir en categorías de valor decisivas para la vida futura. Diversos autores, entre los que destaca Harter (1999), señalan precisamente cómo en la infancia y la adolescencia el autoconcepto y la autoestima son de suma relevancia, más aún si se considera que el autoconcepto, una vez estructurado, presenta una tendencia a la estabilidad y muestra resistencias al cambio, de tal modo que aquellas experiencias no consistentes y contradictorias con la imagen ya formada presentan serias dificultades para poder ser aceptadas. Varias teorías enfatizan la importancia que tiene para el autoconcepto y la autoestima el periodo medio y final de la niñez, ya que es en esta etapa cuando se producen los mayores cambios en las competencias de los niños, así como su capacidad para evaluar sus competencias (Harter, 1993, 1999). Concretamente esta

autora señala que las diversas representaciones del self comienzan a emerger hacia los 9-10 años y culminan al final de la adolescencia. Por lo tanto, y tal como indican Shavelson, Hubner y Stanton (1976), las modificaciones serían más factibles durante la infancia y la adolescencia, cuando todavía se busca la identidad, coherencia, permanencia y seguridad en uno mismo. En general, la investigación ha demostrado que los niños en torno a los 10 años de edad tienen más probabilidades que los jóvenes de utilizar las comparaciones para evaluar su competencia (Horn y Hasbrook, 1987; Horn y Weiss, 1991) y por tanto formar su autoconcepto y, por ende, su autoestima.

Condición física

Hablar de condición física resulta sumamente complejo ya que en los últimos 50 años ha habido un gran desacuerdo y no ha existido una sola definición aceptada universalmente ni tampoco un solo término para hablar de este mismo concepto. Sin embargo, en los últimos años se ha ido alcanzando un consenso sobre lo que es verdaderamente la condición física. En muchas ocasiones, los autores han definido la condición física de forma confusa, pero sin embargo si han determinado con claridad cuáles son las capacidades físicas que la conforman.

Una de las definiciones que a nuestro juicio resulta más apropiada es la de Generelo y Lapetra (1993) que define la condición física o el acondicionamiento físico como el desarrollo intencionado de las cualidades o capacidades físicas y cuyo resultado sería el grado de condición física. Otra definición que nos parece igualmente adecuada es la enunciada por Legido, Segovia y Ballesteros (1996), según la cual la condición física (o aptitud biológica) sería el conjunto de cualidades o condiciones orgáni-

cas, anatómicas y fisiológicas que debe reunir una persona para poder realizar esfuerzos físicos tanto en el trabajo como en los ejercicios musculares y deportivos. En cualquier caso, Corbin, Pangrazi y Franks (2000) realizan una revisión más exhaustiva del concepto. Siguiendo las aportaciones de estos mismos autores, las cualidades físicas se clasifican en cualidades relativas a la salud y distintas habilidades, entre las que destacan la resistencia, la flexibilidad, la fuerza, la velocidad y la agilidad, entre otras.

Autoconcepto y ejercicio físico

Los estudios que relacionan el autoconcepto y la autoestima con distintas variables han sido muy numerosos (Estévez, Martínez, Moreno y Musitu, 2006; Marsh, 1990; Marsh y Hattie, 1996). Por sólo citar algunos ejemplos, se ha relacionado a niveles generales con la autopercepción de competencia (Novick, Cauce y Grove, 1996), con la autoeficacia (Bandura, 1997) o con el logro y el éxito (Mruk, 2006).

Sin embargo, en los últimos años, uno de los aspectos que posiblemente más ha destacado es el que intenta establecer relaciones con los aspectos físicos. Esas relaciones han ido en ambas direcciones, desde las que han intentado establecer la relación y las influencias del autoconcepto físico sobre la ejecución física y deportiva (Guérin, Marsh y Famose, 2004; Marsh, Richards, Johnson, Roche y Tremayne, 1994), a las que han intentado, por el contrario, analizar la influencia de esa práctica física y deportiva sobre el autoconcepto y la autoestima (Guillén y Sánchez, 2003; Landers y Arent, 2001; Moreno, Cervelló y Moreno, 2008).

Conviene recordar los cuatro subdominios específicos del autoconcepto físico: habilidad, condición, atractivo y fuerza (Fox, 1997) puesto que los mismos estarán refle-

jando la complejidad de este dominio y su importancia en el desarrollo del sujeto, lo que ha dado lugar a esa gran variedad de estudios.

Como consecuencia de una de las líneas que se han desarrollado en este sentido, Harter (1993, 1999, 2006) considera que la autoestima de los niños depende del autoconcepto en varios dominios, tales como el de la apariencia física, las habilidades sociales, académicas, de comportamiento, de competencia y de capacidad deportiva.

En este ámbito de la actividad física y el deporte se han intentado establecer múltiples relaciones entre las variables implicadas. Un ejemplo de estas relaciones es la establecida por Moreno, Moreno y Cervelló (2007) entre la intención de ser físicamente activo y el autoconcepto físico; otro ejemplo es la que relaciona el tiempo dedicado al ejercicio físico y la autoestima (Pedersen y Seidman, 2004); o la que relaciona el impacto que tienen sobre la autoestima las valoraciones que realizan los niños del deporte o de la actividad física (Rodríguez, Wigfield y Eccles, 2003).

Autoconcepto y condición física

En general, la relación entre autoconcepto y diferentes aspectos relacionados con el ejercicio y el deporte ha sido abundantemente estudiada, a diferencia de la relación que se establece entre el autoconcepto y la condición física que apenas ha sido objeto de estudio, aunque no inexistente. A pesar de que Beets, Beighle, Erwin y Huberty (2009), a través de un meta-análisis realizado, señalan el impacto que tienen los programas de actividad física y condición física sobre distintos aspectos, entre los que se encuentra el autoconcepto. Un caso claro de esta afirmación es el estudio realizado por Weiss, McAulley, Ebbeck y Wiese (1990), el cual indica que el incremento en la práctica de

actividades físico-deportivas orientadas a la condición física mejora la autoestima. La mayoría de esos estudios normalmente han ido en la línea de realizar programas de intervención, incidiendo en la condición física pero con una duración de unas pocas semanas o meses. En la mayoría de ellos se han encontrado ciertos beneficios sobre el autoconcepto, pero sólo en algunas de sus dimensiones o la autoestima

Las principales aportaciones del presente trabajo estribarían, en primer lugar, en estudiar el autoconcepto en función de la condición física, aspecto al que se le ha dedicado escasa atención, ya que la mayoría de los estudios se han realizado considerando las habilidades físicas o la práctica deportiva (Weiss, McAulley, Ebbeck y Wiese, 1990), a pesar de que múltiples autores inciden en la importancia de la condición física (Dunton, Schneider, Graham y Cooper, 2006). En segundo lugar, se lleva a cabo con niños de muy corta edad, mientras que la mayoría de los trabajos se han realizado con muestras de adolescentes o con jóvenes Aşçi (2003). En este sentido diversos autores destacan la necesidad de investigar con sujetos de estas edades tempranas pues los estudios son escasos aún siendo necesarios (García y García, 2006). En tercer lugar, se emplea un instrumento como el Cuestionario de Autoconcepto de Piers-Harris, que aún siendo muy utilizado por los profesionales de la educación física y en otras disciplinas de investigación como la medicina y en otras áreas de la psicología (Bektas y Ozturk, 2008; Mouttapa, Weiss y Hermann, 2009; Vessey, Horowitz, Carlson y Duffy, 2008) no lo ha sido tanto en el ámbito de la psicología del deporte. Realizar propuestas diferentes a las existentes ha sido planteado muy recientemente por Slutzky y Simpkins (2009), al señalar la necesidad de utilizar otras medidas

y otros aspectos concretos del deporte o el ejercicio físico. En cuanto al instrumento utilizado, debemos destacar el comportamiento del mismo, que se refleja en una adecuada consistencia interna.

El objetivo general del presente trabajo ha sido analizar la relación que se establece entre la condición física o condicionamiento físico y el nivel de autoconcepto de los niños de los últimos cursos de la Educación Primaria. Asimismo se ha considerado el sexo y la edad, en la medida en que es en estas edades tempranas cuando se empieza a definir el autoconcepto del sujeto y estas dos variables resultan sumamente relevantes.

Método

Participantes

El estudio se realizó con una muestra formada por 75 alumnos, de los que 25 pertenecían al Primer Curso del Tercer Ciclo de enseñanza primaria y 50 al 2º Curso del Tercer Ciclo. Del total de la muestra 36 son chicas (44.4%) y 39 chicos (48.1%). Con edades comprendidas entre los 10 y los 13 años, siendo la media de edad de 11.36 años ($DT = .70$).

Instrumentos y Material

Para medir la *condición física o condicionamiento físico* aplicamos las siguientes pruebas: una prueba de velocidad (Test de los 50 m.), que mide el tiempo, en segundos, que se tarda en realizar una prueba de 50 metros; de resistencia (Test de Cooper), que mide la distancia recorrida en 12 minutos; de flexibilidad (Test de flexión anterior vertical de tronco), para medir en centímetros la extensión de la flexión; de abdominales (Test de abdominales en 1 minuto), en nuestra adaptación se contabiliza el número de abdominales realizados en 30 segundos; de fuerza de piernas (Test de Salto

Longitudinal), para registrar la longitud de salto, medida en metros, con los pies juntos; de fuerza de brazos (Test de lanzamiento de balón medicinal), para medir la longitud alcanzada, en metros, en el lanzamiento de un balón medicinal de 2 Kg.; y circuito de agilidad (Test de la carrera de obstáculos) que se contabiliza en los segundos empleados en ejecutar un circuito. Se han seleccionado estas pruebas porque son las que más se han utilizado en estudios anteriores (Generelo y Lapetra, 1993), siendo adaptadas las características de las pruebas a las edades de los niños.

Con el fin de medir *el autoconcepto*, se optó por la administración de la *Escala de Autoconcepto de Piers-Harris* (Piers y Harris, 1969) realizada específicamente para niños de 7 a 12 años, que fue adaptada por Fierro, Godoy y Cardenal (1987), al ser la más sencilla de las existentes para niños de estas edades y posiblemente además la más utilizada entre los maestros. Dicha escala consta de 80 ítems formulados con frases sencillas y respuestas dicotómicas (Sí o No), que indicarían el grado de acuerdo o desacuerdo con lo enunciado en el ítem. La escala mide la percepción que el alumno/a tiene de sí mismo/a (Autoconcepto Global) y cómo valora diferentes aspectos de su forma de ser y su comportamiento, según las siguientes dimensiones: Conducta-Comportamiento (18 ítems), refleja el grado en que el niño admite o niega conductas problemáticas; el Estatus Intelectual y Escolar (17 ítems), refleja la autovaloración infantil en cuanto a las tareas escolares, incluyendo un sentimiento general hacia el colegio; la Apariencia y Atributos físicos (12 ítems), refleja las actitudes infantiles relativas a sus características físicas y aspectos como liderazgo y habilidad para expresar sus ideas; la Falta de Ansiedad (12 ítems), refleja un

humor alterado y comprende diversas emociones referidas a preocupaciones, nerviosismo, timidez, tristeza, miedo, etc.; la Escala Social o Popularidad (12 ítems), refleja la forma en que el niño valora su popularidad y aceptación entre su grupo de iguales; y Felicidad-Satisfacción (9 ítems) refleja un sentimiento general de ser feliz y estar satisfecho de vivir.

El Alpha de Cronbach obtenido para la totalidad de la prueba es de .982. En particular para la subescala de Conducta/Comportamiento es de .934; para la de Estatus Intelectual y Escolar, de .909; para la de Apariencia y Atributos físicos, de .891; para la de Ansiedad, de .893; para la de Social o Popularidad, de .895; y, por último, para la de Felicidad/Satisfacción, de .840.

Procedimiento

Un investigador administró la *Escala de Autoconcepto de Piers-Harris* a los participantes seleccionados. El investigador estuvo presente durante toda la aplicación para proporcionar la ayuda necesaria y verificar la adecuada cumplimentación por parte de los participantes. Considerando las edades de los niños, y antes de aplicar la prueba, se intentó crear un clima de confianza, haciendo referencia al carácter confidencial de las respuestas, aclarándoles que no existían respuestas correctas ni incorrectas y que lo importante era la opinión sincera de cada uno. Cada alumno contestó según la realidad, y no como pensaban que debería ser. Se les explicó lo importante que era no dejar ninguna pregunta sin responder y si en algún caso dudaban entre el sí y el no, habría que contestar lo que ocurre en la mayoría de las ocasiones. Se dispuso previamente de las autorizaciones correspondientes tanto de los padres como de los profesores.

Análisis de datos

Los datos fueron analizados con los paquetes estadísticos SPSS 16.0. Para las variables edad, curso, pruebas de condición física y dimensiones del autoconcepto, se calcularon la media, la desviación típica y las correlaciones. Igualmente, se realizó una diferencia de medias para comparar si las medias de las dimensiones del autoconcepto

eran iguales o distintas tanto para la variable sexo como para la variable curso. Se realizaron análisis de correlaciones entre las dimensiones del autoconcepto y de estas con las distintas pruebas de condición física. También se realizó un análisis de regresión lineal con el objetivo de conocer las variables predictivas del autoconcepto. Finalmente, se calculó la fiabilidad global de la *Escala de Autoconcepto Pier-Harris* y de las diferentes dimensiones del mismo.

Variables	Global	8	9	10	11	12	13	14
Media (DT)								
1. Global	35.13 (23.05)	.023	-.037	.063	.137	-.129	-.017	-.189
2. Conducta	38.80 (25.46)	-.033	.017	.241*	-.017	-.054	-.085	-.206
3. Intelectual	30.06 (19.59)	.101	.204	.143	.170	-.016	.094	-.250*
4. Física	40.46 (21.98)	.200	-.019	.090	.200	-.065	-.069	-.153
5. Ansiedad	46.66 (29.20)	-.006	-.184	.119	-.073	-.203	-.093	.013
6. Popularidad	23.45 (18.81)	-.031	.027	.005	-.112	-.219	-.064	-.025
7. Felicidad	37.58 (27.92)	-.022	.128	.261*	.180	-.072	.166	-.167
8. Velocidad (-)	803.26 (238.41)							
9. Flexibilidad	2.85 (4.04)							
10. Abdominales	32.18 (9.41)							
11. Fuerza de brazos	216.10 (125.80)							
12. Fuerza de piernas	365.72 (110.86)							
13. Test Cooper	8.60 (2.46)							
14. Agilidad (-)	157.14 (35.42)							

* $p < .05$; ** $p < .01$

Tabla 1. Análisis descriptivo y correlación de las variables de Condicionamiento Físico y Autoconcepto.

Resultados

Medias, Desviaciones típicas y Análisis de correlación de las distintas variables

En la Tabla 1 se muestran las puntuaciones medias obtenidas para todos los par-

ticipantes en cada una de las variables. Igualmente, se puede apreciar en dicha tabla que apenas se aprecian correlaciones entre las subescalas del autoconcepto y las distintas pruebas físicas. Sólo destacan las correlaciones existentes entre la puntuación en la prueba de

abdominales y las subescalas correspondientes a la conducta ($r = .241$) y a la felicidad ($r = .261$). Asimismo la relación también es estadísticamente significativa, aunque en este caso negativa, entre agilidad y dimensión intelectual ($r = -.250$), esto estaría indicando que una mayor rapidez en la realización de la prueba de agilidad (menor puntuación) se relaciona con una mayor puntuación en la escala de autoconcepto intelectual.

Relaciones entre sexo y la condición física o condicionamiento físico y el autoconcepto

Para examinar las diferencias de sexo para cada una de las escalas del autoconcepto y medidas de la condición física realizamos un análisis de diferencias de medias (T-Students) (Tabla 2). Con respecto al sexo no se encontraron diferencias significativas.

En cuanto a la condición física, sólo se encontraron diferencias significativas en Flexibilidad ($t = 2.75, p < 0.007$) y el Test de Cooper ($t = -2.37, p < 0.020$). Esto es, los chicos mostraban mejores resultados en el Test de Cooper, mientras que las chicas se mostraban superiores en flexibilidad.

Relaciones del curso sobre la condición física y el autoconcepto

En lo relativo al curso, se aprecian diferencias significativas tanto en las escalas del autoconcepto como en las de los aspectos físicos.

Concretamente, al referirnos al autoconcepto, se mostraban diferencias en Autoconcepto Global ($t = -2.72, p < .008$), Conductual ($t = -2.75, p < .007$), Intelectual ($t = -3.55, p < .001$) y Físico ($t = -2.27, p < .026$).

	Hombre ($n = 39$)	Mujer ($n = 36$)	<i>t</i>	<i>p</i>
	Media (DT)	Media (DT)		
Global	36.28 (22.67)	33.88 (23.72)	-.447	.656
Conducta	40.12 (26.16)	37.36 (24.97)	-.468	.641
Intelectual	29.35 (15.52)	30.83 (23.43)	.324	.747
Física	40.51 (23.39)	40.13 (20.95)	-.073	.942
Ansiedad	52.94 (27.61)	39.86 (29.72)	-1.97	.052
Popularidad	22.28 (18.77)	24.72 (19.04)	.559	.578
Felicidad	36.28 (28.60)	39.00 (27.50)	.419	.677
Velocidad (-)	770.02 (241.01)	839.27 (233.54)	1.26	.211
Flexibilidad	1.66 (2.85)	4.13 (4.75)	2.75	.007**
Abdominales	33.38 (10.03)	30.88 (8.65)	-1.14	.254
Fuerza de brazos	225.87 (117.49)	209.44 (134.92)	-.563	.575
Fuerza de piernas	384.46 (119.07)	345.41 (98.88)	-1.53	.128
Test Cooper	9.23 (2.78)	7.91 (1.87)	-2.37	.020*
Agilidad (-)	150.33 (34.25)	164.52 (35.65)	1.75	.083

* $p < .05$; ** $p < .01$

Tabla 2. Diferencias de medias y DT de las variables de Condicionamiento Físico y Autoconcepto, según género.

Variables	Curso		<i>t</i>	<i>p</i>
	1º (<i>n</i> = 24)	2º (<i>n</i> = 51)		
	Media (DT)	Media (DT)		
Global	25.00 (21.21)	39.90 (22.52)	-2.72	.008**
Conducta	27.50(24.53)	44.11 (24.34)	-2.75	.007**
Intelectual	19.16 (15.92)	35.19 (19.18)	-3.55	.001***
Física	32.08(17.99)	44.21 (22.94)	-2.27	.026*
Ansiedad	48.75 (32.00)	45.68 (28.07)	.421	.675
Popularidad	23.95 (19.99)	23.21 (18.43)	.158	.875
Felicidad	28.91 (29.82)	41.66 (26.29)	-1.87	.065
Velocidad (-)	757.25 (304.63)	824.92 (199.84)	-1.14	.254
Flexibilidad	2.66 (2.83)	2.94 (4.53)	-2.72	.786
Abdominales	27.37 (4.93)	34.45 (10.18)	-3.22	.002**
Fuerza de brazos	137.45 (16.54)	255.88 (136.50)	-4.22	.000***
Fuerza de piernas	351.45 (88.01)	372.43 (120.35)	-.762	.448
Test Cooper	7.58 (1.63)	9.07 (2.65)	-2.53	.013*
Agilidad (-)	188.83 (35.22)	142.23 (24.03)	6.71	.000***

p*< .05; *p*< .01; ****p*< .001

Tabla 3. Diferencias de medias y DT de las variables de Condicionamiento Físico y Autoconcepto, según curso.

En cuanto a la condición física de los alumnos, se apreciaron diferencias estadísticamente significativas en las pruebas de Abdominales ($t = -3.22$, $p < .002$), Fuerza de brazos ($t = -4.22$, $p < .000$), Test Cooper ($t = -2.53$, $p < .013$) y Agilidad ($t = 6,71$, $p < .000$). Ello estaría indicando que las puntuaciones han sido mejores para los alumnos del 2º curso del Tercer ciclo de Primaria que para los del 1º curso.

Discusión

El presente estudio ha intentado identificar las relaciones que se establecen entre la condición física y el autoconcepto, así como

mediación debida a variables sociodemográficas como la edad y curso o nivel.

En el análisis de las relaciones entre las diferentes dimensiones del autoconcepto se observó que, en general, las mismas se encuentran bastante relacionadas. Concretamente, se apreció que aquellos alumnos con puntuación alta en la dimensión de “comportamiento positivo”, también obtienen puntuaciones altas en todas las demás dimensiones como la intelectual, la física, la falta de ansiedad, la popularidad y la felicidad).

Al estudiar el género no se han encontrado diferencias respecto a las dimensiones del autoconcepto y, más específicamente, a la del autoconcepto físico. Esto difiere de lo

hallado por Jacobs et al. (2002, 2005), Marsh et al. (2007) y Moreno, Cervelló y Moreno (2008). Sin embargo, no se puede olvidar que la Teoría del Desarrollo indica que a estas edades es cuando los chicos y chicas empiezan a construir sus competencias, las cuales serán la base del futuro autoconcepto y autoestima, por lo que, en esta edad que hemos estudiado, todavía no se tiene totalmente consolidado el autoconcepto. Además de lo señalado, esa ausencia de diferencias puede deberse a los cambios que se están produciendo en nuestra sociedad respecto al aspecto físico, en su sentido más amplio, ya que cada vez hay más semejanza entre las actividades físicas o deportivas realizadas por chicos y chicas y también entre la condición física de ambos sexos. Un estudio que resulta sumamente interesante es el realizado por Richman (2002), que revela que las jóvenes adolescentes que han practicado a edades tempranas algún tipo de actividad deportiva desarrollan una capacidad física y sensaciones más favorables sobre la valoración de su imagen corporal y, presumiblemente, de su autoconcepto físico, que aquellas que no lo han hecho a esas edades.

En la condición física sí se hallaron algunas diferencias a estas edades, concretamente en la flexibilidad, que es mayor en las chicas, mientras que los chicos obtuvieron una puntuación mayor en el Test de Cooper, resultados que coinciden con lo aparecido en la literatura sobre el tema.

Por su parte, en la edad sí se apreciaron diferencias en cuanto al autoconcepto, tanto general como en algunas dimensiones, específicamente en la conductual, intelectual y en menor medida en la física. De tal forma que los alumnos del curso superior mostraban un mejor autoconcepto. Estos resultados van en la línea de los obtenidos por Cole et al. (2001) al indicar que en el

inicio de la escolarización ese autoconcepto es alto y disminuye con el paso de los años y hacia el final de la primaria se vuelve a recuperar. Estos cambios también se producen durante la adolescencia para después en la juventud (entre 19-30 años) no producirse cambios destacables (Dieppa, Guillén, Machargo y Luján, 2008).

En la relación establecida entre la condición física y el autoconcepto, sólo se encontró que aquellos alumnos que obtuvieron altos resultados en la prueba de abdominales lograron a su vez altas puntuaciones en las dimensiones de conducta y de felicidad. A pesar de la carencia de estudios que relacionen ambos aspectos, Arent, Landers y Etner (2000) en un meta-análisis encontraron que el entrenamiento de fuerza resultaba más efectivo que el ejercicio aeróbico para el fortalecimiento del ánimo. Asimismo, aquellos con puntuaciones elevadas en la prueba de agilidad alcanzaron mejores puntuaciones en la dimensión de autoconcepto intelectual. Estos datos parecen confirmar en parte lo señalado previamente por Sonstroem (1998), quien indica que aquellos alumnos que se perciben con actitudes físicas favorables tendrán un concepto de sí mismos mejor que el resto. En términos semejantes se ha pronunciado Piéron (1998) al apuntar que si un niño percibe su habilidad como alta, mantendrá una actitud más positiva hacia esa actividad y por consiguiente se acercará más hacia ella. En esta misma línea se han pronunciado Aşçi, Aşçi y Zorba (1999) al señalar que los hombres se basan en el deporte y los aspectos relativos a la fuerza física al construir su autoconcepto físico. Sin embargo, esta aportación no ha resultado adecuada para explicar la relación con todos los parámetros de la condición física.

Por último, de los resultados obtenidos se desprende que sólo la prueba de abdominales

relaciona, aunque ligeramente, la dimensión de felicidad y conducta. Una posible explicación podría venir dada por la importancia social que en los últimos tiempos han adquirido la apariencia física y la imagen corporal. Así Hagger, Ashford y Stambulova (1998) apuntan que en las mujeres la autoestima se ve influida por la imagen corporal. Esta influencia es debida en gran medida a los modelos de belleza imperantes que se acentúan en las mujeres, aunque sin descartar la influencia que también está ejerciendo cada día más sobre los hombres (Dieppa, Machargo, Luján y Guillén, 2008).

Este estudio no está exento de limitaciones. Por un lado, el tamaño de la muestra resulta reducido, por lo que sería aconsejable en futuras investigaciones incrementar el número de sujetos; asimismo, sería conveniente incluir un rango de edad más amplio, tomando edades inmediatamente superiores. Por otro lado, y aunque se trata de un instrumento de evaluación ampliamente

utilizado, sería interesante en un futuro utilizar otros. Por estas razones sería necesario considerar en investigaciones futuras estas cuestiones.

En resumen, la condición física parece que no influye sobre el autoconcepto global e influye poco sobre las distintas dimensiones del autoconcepto. Desde el punto de vista estadístico estas mejoras son pequeñas. Tal como aseguran McAuley et al. (1997, 2000) y Spence, McGannon y Poon (2005), la influencia de la práctica deportiva y del ejercicio sobre el autoconcepto y la autoestima posiblemente esté sobredimensionada.

En cualquier caso, se debería ser consciente de que múltiples estudios señalan que en estas edades analizadas el autoconcepto de los niños suele ser bajo y que es más tarde cuando presentan mejoras. Ello sugeriría la necesidad de estudios longitudinales que permitan apreciar cómo la labor realizada a edades tempranas puede verse reflejada a más avanzada edad.

RELACION ENTRE EL AUTOCONCEPTO Y LA CONDICION FISICA EN ALUMNOS DEL TERCER CICLO DE PRIMARIA

PALABRAS CLAVE: Condición física, Autoconcepto, Niños, Sexo.

RESUMEN: El propósito de este trabajo ha sido estudiar la relación entre el autoconcepto y la condición física o condicionamiento físico en niños de 10 a 13 años. La muestra está constituida por 75 alumnos del Tercer Ciclo de Primaria, de los que 36 eran chicas y 39 chicos. Se aplicó una batería de pruebas sobre la condición física y la Escala de Autoconcepto de Piers-Harris. Los resultados obtenidos confirman parcialmente la relación entre autoconcepto y la condición física. No se apreciaron diferencias de sexo, pero sí se destacan algunas diferencias según la edad. En general, los alumnos de más edad muestran un mejor autoconcepto. Los resultados en la prueba de abdominales muestran una relación positiva con las dimensiones del autoconcepto referidas a la conducta y a la felicidad. Asimismo, los que mostraban mayores puntuaciones en agilidad mostraban un mejor autoconcepto intelectual.

RELAÇÃO ENTRE O AUTO-CONCEITO E A CONDIÇÃO FÍSICA EM ALUNOS DO TERCEIRO CICLO DA PRIMÁRIA

PALAVRAS-CHAVE: Condição física, Auto-conceito, Crianças, Género.

RESUMO: O objectivo deste trabalho foi estudar a relação entre o auto-conceito e a condição física de crianças com idades compreendidas entre os 10 e os 13 anos. A amostra é constituída por 75 alunos do terceiro ciclo da primária, sendo que destes 36 eram raparigas e 39 rapazes. foi aplicada uma bateria de provas sobre a condição física e a escala de auto-conceito de piers-harris. Os resultados obtidos confirmam parcialmente a relação entre auto-conceito e condição física. Não se verificaram diferenças relativas ao género, mas destacam-se algumas diferenças segundo a idade. em geral, os alunos mais velhos apresentam um melhor auto-conceito. os resultados da prova de abdominais apresentam uma relação positiva com as dimensões de auto-conceito referentes ao comportamento e à felicidade. De igual modo, os sujeitos com maiores pontuações na prova de agilidade apresentaram um melhor auto-conceito intelectual.

Referencias

- Arent, S. M., Landers, D. M. y Etnier, J. L. (2000). The effects of exercise on mood in older adults: A meta-analytic review. *Journal of Aging and Physical Activity*, 8, 407-430.
- Aşçi, F. H. (2003). The effects of physical fitness training on trait anxiety and physical self-concept of female university students. *Psychology of Sport and Exercise*, 4, 255-264.
- Aşçi, F. H., Aşçi, A. y Zorba, E. (1999). Cross-cultural validity and reliability of Physical Self-Perception Profile. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 30, 399-406.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. Nueva York: WH Freeman and Company.
- Beets, M. W., Beighle, A., Erwin, H. E. y Huberty, J. (2009). After-school program impact on physical activity and fitness: A meta-analysis. *American Journal of Preventive Medicine*, 36 (6), 527-537.
- Bektas, M. y Ozturk, C. (2008). Effect of health promotion education on presence of positive health behaviors, level of anxiety and self-concept. *Social Behavior & Personality*, 36 (5), 681-690.
- Boersma, F. J. y Chapman, J. W. (1992). *Perception of Ability Scale for Students*. Los Angeles: Western Psychological Services.
- Bracken, B. A. (1992). *Multidimensional Self-Concept Scale*. Austin, TX: Pro-Ed.
- Brettschneider, W. D. y Heim, R. (1997). Identity, sport and youth development. En K. Fox (Ed.), *The Physical Self* (pp. 205-228). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Carapeta, C., Ramires, A. y Viana, M. (2001). Auto-conceito e participacao desportiva. *Análise Psicológica*, 19 (1), 51-58.
- Cole, D. A., Maxwell, S. E., Martin, J. M., Peeke, L. G., Seroczynski, A. D., Tram, J. M. et al. (2001). The development of multiple domains of child and adolescent self-concept: A cohort sequential longitudinal design. *Child Development*, 72 (69), 1723-1746.
- Coopersmith, S. (1967). *The antecedents of self-esteem*. San Francisco: Freeman.
- Corbin, C. B., Pangrazi, R. P. y Franks, B. D. (2000). Definitions: Health, fitness and physical activity. *President's Council on Physical Fitness and Sports Research Digest*, 3 (9), 1-8.
- Demo, D. H. y Savin-Williams, R. C. (1992). Self-concept stability and change during adolescence. En R. P. Lipka y T. M. Brinthaupt (Eds.), *Self-perspectives across the life span* (pp. 116-150). Albany: State University of Nueva York Press.
- Dieppa, M., Guillén, F., Machargo, J. y Luján, I. (2008). Autoconcepto general y físico en jóvenes españoles y brasileños que practican actividad física vs. no practicantes. *Revista de Psicología del Deporte*, 17 (2), 221-339.
- Dunton, G. F., Schneider, M., Graham, D. J. y Cooper, D. M. (2006). Physical Activity, Fitness, and Physical Self-Concept in Adolescent Females. *Pediatric Exercise Science*, 18, 240-251.
- Epstein, W. M. (1981). The theory and use of ad hoc advisory committees. *Journal of Applied Social Sciences*, 5 (2), 66-82.
- Estévez, E., Martínez, B., Moreno, D. y Musitu, G. (2006). Relaciones familiares, rechazo entre iguales y violencia escolar. *C y E: Cultura y Educación*, 18 (3), 335-344.
- Fierro, A., Godoy, A. y Cardenal, V. (1987). Análisis de ítems, fiabilidad y validez factorial de la Escala de Autoconcepto para Niños de Piers y Harris. *Presentado en el II Congreso de Evaluación Psicológica*. Madr

- Fox, K. R. (1997). The physical self and processes in self esteem development. En K. R. Fox (Ed.), *The physical self. From motivation to well-being* (pp. 111-140). Champaign: Human Kinetics.
- Fox, K. R. (2000). Self-esteem, self-perceptions and exercise. *International Journal of Sport Psychology*, 31, 228-240.
- García, L. y García, C. (2006). La autoestima y el aprendizaje de destrezas motoras deportivas en niños de 6 a 8 años. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 1 (1), 41-68.
- Generelo, E. y Lapetra, S. (1993). Las cualidades físicas básicas: análisis y evolución. En VV.AA., *Fundamentos de Educación Física para Enseñanza Primaria*. Barcelona: INDE.
- Guérin, F., Marsh, H. W. y Famose, J. P. (2004). Generalizability of the PSDQ and its relationship to physical fitness: The European French Connection. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 26, 19-38.
- Guillén, F. y Sánchez, R. (2003). Autoconcepto en jóvenes sedentarios y practicantes deportivos. *Edupsyké*, 2 (2), 259-272.
- Hagger, M., Ashford, B. y Stambulova, N. (1998). Russian and British children's physical self-perceptions and physical activity participation. *Pediatric Exercise Science*, 10, 137-152.
- Harter, S. (1985). *Manual for the Self-Perception Profile for Children*. Denver, CO: University of Denver.
- Harter, S. (1990). Issues in the assessment of the self-concept of children and adolescents. En A. M. La Greca (Ed.), *Through the eyes of the child: Obtaining self-reports from children and adolescents* (pp. 292-325). Boston: Allyn & Bacon.
- Harter, S. (1993). Visions of self: Beyond me in the mirror. En J. E. Jacobs (Ed.), *Nebraska symposium on motivation* (pp. 99-144). Lincoln, NE: University of Nebraska Press.
- Harter, S. (1999). *The construction of self: A developmental perspective*. Nueva York: Guilford.
- Harter, S. (2006). Developmental and individual perspectives on self-esteem. En D. K. Mroczek y T. D. Little (Eds.), *Handbook of personality* (pp. 311-336). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Horn, T. S. y Hasbrook, C. A. (1987). Psychological characteristics and the criteria children use for self-evaluation. *Journal of Sport Psychology*, 9, 208-221
- Horn, T. S. y Weiss, M. R. (1991). A developmental analysis of children's self-ability judgements in the physical domain. *Pediatric Exercise Science*, 3, 310-326.
- Jacobs, J. E., Lanza, S., Osgood, D. W., Eccles, J. S. y Wigfield, A. (2002). Changes in children's self-competence and values: Gender and domain differences across grades one through twelve. *Child Development*, 73, 509-527.
- Jacobs, J. E., Vernon, M. K. y Eccles, J. (2005). Activity choices in middle childhood: The roles of gender, self-beliefs, and parents' influence. En J. Mahoney, R. W. Larson, y J. S. Eccles (Eds.), *Organized activities as contexts of development: Extracurricular activities, after-school, and community programs* (pp. 235-254). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Landers, D. M. y Arent, S. M. (2001). Physical activity and mental health. En R. N. Singer, H. A. Hausenblas y C. M. Janelle (Eds.), *Handbook of sport psychology* (2º ed., pp. 740-765). Nueva York: John Wiley & Sons.



- Lee, A., Hal, E. y Carter, J. (1983). Age and sex differences in expectancy for success among American children. *The Journal of Psychology*, 113, 35-39
- Legido, J. C., Segovia, J. C., y Ballesteros, J. M. (1996). *Valoración de la condición física por medio de test*. Madrid: Ediciones Pedagógicas.
- Levy, S. S. y Ebbeck, V. (2005). The exercise and self-esteem model in adult women: the inclusion of physical acceptance. *Psychology of Sport and Exercise*, 6, 571-584.
- Marsh, H. W. (1989). Age and sex effects in multiple dimension of self-concept: preadolescence to early adulthood. *Journal of Educational Psychology*, 81, 417-430.
- Marsh, H. W. (1990). Confirmatory factor analysis of multitrait-multimethod data: The construct validation of multidimensional self-concept responses. *Journal of Personality*, 58, 661-692.
- Marsh, H. W. y Hattie, J. (1996). Theoretical perspectives on the structure of self-concept. En B. A. Bracken (Ed.), *Handbook of self-concept* (pp. 38-90). Nueva York: John Wiley & Sons.
- Marsh, H. W. y Roche, L. A. (1996). Structure of artistic self-concept for performing arts in a high school: "Setting the stage" with multigroup confirmatory factor analysis, *Journal of Educational Psychology*, 88, 461-477.
- Marsh, H. W., Gerlach, E., Trautwein, U., Ludtke, O. y Brettschneider, W. (2007). Longitudinal study of preadolescent sport self-concept and performance: Reciprocal and causal ordering. *Child Development*, 78, 1640-1656.
- Marsh, H. W., Richards, G. E., Johnson, S., Roche, L. y Tremayne, P. (1994). Physical Self-Description Questionnaire: Psychometric properties and a multitrait-multimethod analysis of relations to existing instruments. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 16, 270-305.
- McAuley, E., Blissmer, B., Katula, J., Duncan, T.E. y Mihalko, S.L. (2000). Physical activity, self-esteem, and self-efficacy relationships in older adults: A randomized controlled trial. *Annals of Behavioral Medicine*, 22, 131-139.
- McAuley, E., Mihalko, S.L. y Bane, S.M. (1997). Exercise and self-esteem in middle-aged adults: Multidimensional relationships and physical-fitness and self-efficacy influences. *Journal of Behavioral Medicine*, 20, 67-83.
- McHale, J. P., Vinden, P. G., Bush, L., Richer, D., Shaw, D. y Smith, B. (2005). Patterns of personal and social adjustment among sport-involved and non-involved urban middle-school children. *Sociology of Sport Journal*, 22, 119-136.
- Mendoza, R., Sagrera, M. R. y Batista, J. M. (1994). *Conductas de los escolares españoles relacionadas con la salud*. Madrid: CSIC.
- Meyer, R. (1987). Imagen del yo en los adolescentes y posición escolar en Educación Física y deportiva. Estudio comparativo con alumnos varones de tercero. *Infancia y aprendizaje*, 37, 45-56.
- Moreno, J. A., Cervelló, E. y Moreno, R. (2008). Importancia de la práctica físico-deportiva y del sexo en el autoconcepto físico de los 9 a los 23 años. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 8 (1), 171-183.
- Moreno, J. A., Moreno, R. y Cervelló, E. (2007). El autoconcepto físico como predictor de la intención de ser físicamente activo. *Psicología y Salud*, 17 (2), 261-267.
- Mouttapa, M., Weiss, J. W. y Hermann, M. (2009). Is Image Everything? The Role of Self-Image in the Relationship Between Family Functioning and Substance Use Among Hispanic Adolescents. *Substance Use & Misuse*, 44 (5), 702-721.



- Mruk, C. (2006). *Self-esteem research, theory, and practice: Toward a positive psychology of self-esteem* (3ª Ed.). Nueva York: Springer.
- Novick, N., Cauce, A. y Grove, K. (1996). Competence self-concept. En B. A. Bracken (Eds.), *Handbook of Self-Concept: Developmental, Social, and Clinical Considerations* (pp. 210-258). Nueva York: John Wiley & Sons.
- Pedersen, S. y Seidman, E. (2004). Team sports achievement and self-esteem development among urban adolescents girls. *Psychology of Women Quarterly*, 28, 412-422.
- Piéron, M. (1998). Perspectivas de la Educación Física en el siglo XXI. En J. Hernández, U. Castro y H. Cruz (Eds.), *Educación física escolar y deporte de alto rendimiento* (pp. 19-45). Las Palmas: ACCAFIDE.
- Piers, E. V. y Harris, D. B. (1969). *The Piers-Harris Children's Self-Concept Scale*. Nashville, Tennessee: Counselor Recording and Tests.
- Richman, E. L. (2002). Girls' self-construction: Influence of early sport participation on self-esteem in late adolescence. *Dissertation Abstracts International*. Vol 62 (9-B). p. 4256.
- Rodríguez, D., Wigfield, A. y Eccles, J. S. (2003). Changing competence perceptions, changing values: Implications for youth sport. *Journal of Applied Sport Psychology*, 15, 67-81.
- Roid, G. H. y Fitts, W. H. (1988). *Tennessee Self-Concept Scale* [revised manual]. Los Angeles: Western Psychological Services.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the Adolescent Self-Image*. Princeton: Princeton University Press.
- Rosenberg, M. (1986). Self-concept from middle childhood through adolescence. En J. Suls y A. G. Greenwald (Eds.), *Psychological perspective on the self* (Vol. 3, pp. 107-135). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Shavelson, R. J., Hubner, J. J. y Stanton, G. C. (1976). *Self-concept: validation of construct interpretations*. *Review of Educational Research*, 46 (3), 407-441.
- Simpkins, S. D., Fredricks, J., Davis-Kean, P. y Eccles, J. S. (2006). Healthy minds, healthy habits: The influence of activity involvement in middle childhood. En A. Huston y M. Ripke (Eds.), *Developmental contexts in middle childhood: Bridges to adolescence and adulthood* (pp. 283-302). Nueva York: Cambridge University Press.
- Slutzky, C. B. y Simpkins, S. D. (2009). The link between children's sport participation and self-esteem: Exploring the mediating role of sport self-concept. *Psychology of Sport and Exercise*, 10, 381-389
- Soares, A. T. y Soares, L. M. (1979). *The Affective Perception Inventory-Advanced Level*. Trumbull, CT: Also.
- Sonstroem, R. J. (1998). Physical self-concept: Assessment and external validity. *Exercise and Sport Sciences Reviews*, 26, 133-164.
- Sonstroem, R. J. y Potts, S. A. (1996). Life adjustment correlates of physical self-concepts. *Medicine & Science in Sports and Exercise*, 28, 619-625.
- Spence, J. C., McGannon, K. R. y Poon, P. (2005). The Effect of Exercise on Global Self-Esteem: A Quantitative Review. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 27, 311-334.
- Vessey, J. A., Horowitz, J. A., Carlson, K. L. y Duffy, M. (2008). Psychometric Evaluation of the Child-Adolescent Teasing Scale. *Journal of School Health*, 78 (6), 344-350.
- Weiss, M. R., McAuley, E., Ebbeck, V. y Wiese, D. M. (1990). Self-esteem and causal attributions for children's physical and social competence in sport. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 12, 21-36.