

ESCALA DE ACTITUDES HACIA LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE (E.A.F.D.)

Joaquín Dosil Díaz
Universidad de Vigo

Resumen: Este trabajo presenta la "Escala de Actitudes hacia la Actividad Física y el Deporte". Se comienza contextualizando el término actitud y se relaciona con la actividad física y el deporte; se continúa con una somera descripción de los pasos que se siguieron en la construcción del instrumento de medida de actitudes hacia la actividad física y el deporte, para acabar con los ítems que constituyen la Escala definitiva (doce afirmaciones con siete alternativas de respuesta, desde totalmente en desacuerdo a totalmente de acuerdo).

PALABRAS CLAVE: Escala, actitudes, actividad física, deporte.

Abstract: This essay presents the "Scale of Attitudes Towards Physical Activity and Sports". Started with the attitudes concept and the relationship with physical activity and sport. Then describes who elaborated the Scale of attitudes towards physical activity and sport. The definitive Scale is composed of twelve items with seven answer alternatives going from: totally disagree to totally agree.

KEYWORDS: Scale, attitudes, physical activity, sport.

MARCO TEÓRICO: ACTITUDES, ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE

El término **actitud** procede de la psicología social. Son muchas las definiciones que se han dado a lo largo del siglo XX, desde que nació el término como un constructo para explicar y medir el **grado por el que las personas tienden a comportarse de manera selectivamente distinta en situaciones similares**. La variación de una a otra definición es producto de la orientación que se le dé a la misma. De esta manera, se encuentran autores que dan prioridad a elementos cognitivos, otros a elementos afectivos y otros a elementos comportamentales. Algunas de las definiciones más representativas, ordenadas cronológicamente, se recogen en la *Tabla 1*.

Tabla 1. Definiciones de actitudes

Allport (1935, pág. 798)	<i>"Estado de disposición mental y neural, organizado a través de la experiencia, que ejerce una influencia directiva o dinámica sobre las respuestas del individuo a toda clase de objetos y situaciones con los que se relaciona".</i>
Krech y Crutchfield, (1949, pág. 33)	<i>"Sistema estable de evaluaciones positivas o negativas, sentimientos, emociones y tendencias de acción favorables o desfavorables respecto a objetos sociales".</i>
Fishbein y Ajzen (1975, pág. 6)	<i>"Predisposición aprendida para responder consistentemente de un modo favorable o desfavorable con respecto a un objeto social dado".</i>
Kerlinger (1984, pág. 5)	<i>"Estructuras duraderas y organizadas de creencias sociales que predisponen selectivamente a los individuos a pensar, sentir, percibir y creer en referentes u <objetos cognitivos> de actitudes".</i>
Coll (1987, pág. 23)	<i>"Tendencia a comportarse de una forma consistente ante determinadas situaciones, objetos, sucesos o personas".</i>
Diccionario de Psicología e Educación, (1999)	<i>"Predisposición, relativamente estable de la conducta, que resulta a la vez de la experiencia individual y de la integración de los modelos sociales, culturales y morales del grupo".</i>

Teniendo en cuenta los elementos esenciales de cada una de las definiciones que han ido surgiendo a lo largo de los años, se puede afirmar que las actitudes son un **conjunto de creencias, sentimientos y tendencias que predisponen a actuar de una determinada manera al individuo**. Esta definición sugiere que las actitudes tienen tres componentes:

- a) **Componente cognitivo:** hace referencia a las convicciones, creencias, valores, ideas, expectativas, etc... que una persona tiene sobre algo. Los conocimientos incluidos en este sistema son juicios de valor, tales como verdadero ó falso, bueno ó malo, positivo ó negativo, deseable o indeseable...
- b) **Componente afectivo:** hace referencia a las emociones y sentimientos vinculados a un determinado objeto. Es decir, sentirse bien o mal cuando se piensa en algo predispondrá favorable o desfavorablemente.

- c) **Componente conductual:** hace referencia a la predisposición, tendencia o inclinación a actuar o reaccionar de una determinada manera respecto a un objeto.

Resumiendo, una persona ante un determinado objeto tendrá una actitud, resultante de la representación cognitiva que hace del objeto, la asociará con hechos agradables o desagradables y actuará en consecuencia.

En el ámbito de la actividad física y el deporte, los estudios de las actitudes se han centrado, en la mayor parte de los casos, en la alta competición. Pese a todo, en los últimos años, han proliferado los trabajos en poblaciones escolares y en tercera edad (Theodorakis et al., 1992).

Tal vez, los estudios de referencia en el campo de las actitudes hacia la actividad física y el deporte corresponden a Kenyon (1968), quién elaboró un inventario para evaluar este tipo de actitudes, denominado **ATPA (Attitudes Toward Physical Activity)**. El inventario surge a partir de un modelo multidimensional de la actividad física, en el que aparecen 6 subdominios que permiten delimitar la actitud del sujeto hacia la actividad física: experiencia social, salud y forma física, búsqueda de vértigo, experiencia estética, como catarsis y como experiencia ascética (*Tabla 2*).

Tabla 2: Escalas del ATPA

CRITERIO DE PREFERENCIA	ESCALA
1. Actividad física con fines sociales	EXPERIENCIA SOCIAL
2. Actividad física para estar sano y en forma	SALUD Y FORMA FÍSICA
3. Actividad física para lograr sensaciones y emociones	BÚSQUEDA DE VÉRTIGO
4. Actividad física como experiencia estética	EXPERIENCIA ESTÉTICA
5. Actividad física como pasatiempo y recreación	CATARSIS
6. Actividad física como un reto físico	EXPERIENCIA ASCÉTICA

Fuente: Kenyon (1981)

La actitud hacia cada uno de estos subdominios se mide a través de escalas, con 8 adjetivos bipolares, siguiendo el formato del diseño Diferencial Semántico de Osgood. Márquez (1995) recoge el **significado** de cada uno de los dominios:

- ? **Experiencia social.** Las características de la actividad física y del contexto en el que se realizan, se convierte para algunas personas en el mejor momento para satisfacer las necesidades sociales. Sirve para hacer nuevas amistades y para mantener las que ya se tienen.
- ? **Salud y forma física.** La salud y la forma física se mejoran cuando se realiza una actividad física regularmente y de forma controlada.
- ? **Búsqueda de vértigo.** Se refiere a todas las actividades físicas y/o deportes que se practican para buscar el riesgo, la velocidad y las sensaciones nuevas. El "puenting", esquí, patinaje, etc. son ejemplos de estos deportes.
- ? **Experiencia estética.** Se incluyen todas las actividades que implican belleza, gracia, simetría u otras cualidades artísticas. El ballet, la danza, la gimnasia rítmica y la natación sincronizada son ejemplos de este dominio.
- ? **Catarsis.** Se refiere al ejercicio físico como una forma de aliviar la tensión y dejar escapar las emociones reprimidas.

- ? **Experiencia ascética.** Se incluyen en este grupo de actividades, aquellas que implican el deseo o la búsqueda de un entrenamiento duro y doloroso en pro de la consecución de alguna meta. Un ejemplo de este tipo de domino es la preparación de una maratón, de un triatlón, etc.

Otros trabajos, como los de Doganis y Theodorakis (1995) recopilan diferentes investigaciones sobre **la formación y la modificación de actitudes** hacia la actividad física y el deporte, llegando a la conclusión de que la experiencia práctica, las habilidades adquiridas y la competencia derivada de la participación del sujeto en actividades físicas y deportes, constituyen las variables fundamentales en la formación y modificación de las actitudes. Asimismo, existen numerosos trabajos que hacen referencia a este último aspecto, la modificación de las actitudes: la influencia que tienen los padres (Edward y Crawford, 1990; Gutiérrez, 1995) o los profesores (Patterson y Faucette, 1990) son claros ejemplos. Por último, se debe tener en cuenta que el cambio de actitudes o comportamientos en relación a la actividad física y/o el deporte tiene mejores resultados cuanto más jóvenes son los sujetos (Grenocke et al., 1990).

JUSTIFICACIÓN Y CONSTRUCCIÓN DE LA ESCALA

El estudio de las actitudes hacia la actividad física y el deporte ha sido cuantioso en los últimos años, pese a todo, se constata la existencia de un cierto **vacío de instrumentos de medición**. La *Escala de Actitudes hacia la Actividad Física y el Deporte* que se presenta en este trabajo pretende ser un instrumento de medida que valore la actitud de cualquier sujeto hacia la actividad física y el deporte, independientemente de si es o no practicante.

La Escala definitiva es el resultado de un largo **proceso**, cuyos pasos más relevantes vamos exponer:

1. Revisión bibliográfica e información seleccionada

Como punto de arranque se hizo una amplia revisión bibliográfica de la temática en cuestión. Nos ha sido de gran utilidad el soporte informático facilitado por la Facultad de Psicología de la Universidad de Santiago y la Facultad de Educación de la Universidad de Vigo, que nos han permitido acceder a las bases de datos más importantes del mundo. Resultado de esta revisión ha sido la elaboración de una serie de proposiciones para la Escala sobre Actitudes hacia la Actividad Física y el Deporte en la que se recogen 43 ítems, que son otras tantas formulaciones sobre la temática en cuestión, extraídos de la bibliografía analizada. Los ítems seleccionados fueron ordenados en cuatro grandes ámbitos o áreas:

- *Importancia Percibida (IP)*: formulación enfocada hacia la importancia "subjetiva" que le da el sujeto a la actividad física y/o al deporte,
- *Sociedad (S)*: relevancia que tiene el deporte en la sociedad y medios que se pueden utilizar para tal repercusión,
- *Información (I)*: conocimiento del sujeto sobre aspectos concretos relacionados con la actividad física y el deporte,
- *Actividad-Práctica (AP)*: posibilidad de práctica de una actividad física y/o deporte.

2. Elaboración de la Pre-escala

Partiendo de los ítems que se habían ubicado en los cuatro ámbitos, atendiendo a su contenido, se realizó la primera Pre-escala, en la que se fueron intercalando ítems de cada uno de ellos, al tiempo que se matizaban sus formulaciones (*Anexo 1*). Para la contestación a estas afirmaciones se incorporaron siete niveles de respuesta a cada ítem, constituyendo un formato de escala compuesta por 43 ítems con 7 alternativas de respuesta cada uno (Tipo Escala Likert), que iba desde la respuesta "*Totalmente en Desacuerdo*" (1) a la de "*Totalmente de Acuerdo*" (7), con la formulación planteada.

A esta primera Escala de Actitudes hacia la Actividad Física y el Deporte se le añadieron una serie de datos biográficos que considerábamos relevantes en cualquier trabajo de investigación: edad, sexo, nivel de estudios, actividad ocupacional, lugar de residencia,...

Construida la Pre-escala, se le aplicó a un grupo de 15 personas, principalmente relacionadas con las Ciencias del Comportamiento y de la Salud, con el fin de que valorasen la formulación que se hacía de cada uno de los ítems, así como la Escala en general. Las valoraciones realizadas por estos "jueces" fueron tenidas en cuenta en la elaboración del instrumento definitivo.

3. Elaboración de la Escala definitiva: Prueba piloto.

El paso siguiente consistió en la elaboración de la Escala, para la que se han tenido en cuenta las sugerencias de los "jueces" que habían respondido a la Pre-escala (cuyas diferencias, en relación a la anterior, han sido mínimas).

El instrumento resultante se aplicó a una muestra de 130 sujetos de edades comprendidas entre los 17 y los 35 años. Los sujetos de esta aplicación Piloto eran alumnos de la Facultad de Educación de la Universidad de Vigo. El número de sujetos de la aplicación respondía a la exigencia psicométrica de que cada uno de los ítems fuera respondido, cuando menos, por dos o tres personas.

3.1. Análisis de los resultados de la Prueba Piloto

Los datos recogidos con esta aplicación fueron objeto de un análisis factorial. Resultado del mismo fue la obtención de 4 factores que explican el 43,84% de la varianza, y cuya matriz de componentes rotados se presenta en la tabla 3 (se eliminan los que tienen una carga factorial menor de 0,300).

Si se analizan los ítems correspondientes al factor 1, se observa que todos ellos están relacionados con lo que denominábamos **Importancia Percibida** y **Actividad-Práctica** de la Actividad Física y el Deporte (13 ítems), que explica un 17,06% de la varianza total.

También se observa que si bien, aparecen cuatro factores, los ítems no se corresponden estrictamente con las características que habíamos apuntado para cada uno de los bloques de contenido. A esto hay que añadir que los factores 2, 3 y 4 explican muy poca varianza, por lo que se estimó, con el fin de disponer de un instrumento más nítido y objetivo para medir actitudes hacia la Actividad Física y el Deporte, tener en cuenta, únicamente, los ítems recogidos en el factor 1, de los que, tras un análisis de los mismos, se ha llegado a eliminar uno de ellos (ítem 30: carga factorial muy baja), quedando 12 ítems que conforman la Escala definitiva. En la *Tabla 4* se recoge su formulación y si pertenecen al factor ACTIVIDAD-PRÁCTICA (AP) o al factor IMPORTANCIA PERCIBIDA (IP).

Tabla 3. Matriz de Componentes Rotados

	FACTOR 1	FACTOR 2	FACTOR 3	FACTOR 4
ITEM 41	.815			
ITEM 1	.787			
ITEM 18	.740			
ITEM 5	.735			
ITEM 34	.713			
ITEM 22	.702			
ITEM 29	.668			
ITEM 4	.642			
ITEM 35	.592			
ITEM 21	.583			
ITEM 38	.572			
ITEM 30	.514			
ITEM 8	.484			
ITEM 14		.775		
ITEM 13		.723		
ITEM 7		.645		
ITEM 25		.629		
ITEM 17		.618		
ITEM 9		.615		
ITEM 3		.592		
ITEM 27			.737	
ITEM 23			.631	
ITEM 36			.622	
ITEM 32			.606	
ITEM 40			.493	
ITEM 37			.390	
ITEM 10			.352	
ITEM 28			.351	
ITEM 12			.346	
ITEM 16				.566
ITEM 19				.565
ITEM 42				.477
ITEM 20				.431
ITEM 15				.418
ITEM 11				.407
ITEM 2				.389

Tabla 4. Ítems de la Escala Definitiva que miden Actitudes hacia la Actividad Física y el Deporte

1. La actividad física/deporte ocupa un lugar importante en mi vida. (IP)
2. Si tuviera una tarde libre emplearía una parte de mi tiempo en realizar una actividad física o deportiva. (AP)
3. Alguna vez me he acostado o levantado antes para poder practicar una actividad física/ deporte. (AP)
4. Siempre que puedo asisto a manifestaciones o espectáculos deportivos en directo. (IP)
5. Me gustaría tener siempre un tiempo a la semana para dedicarlo a la actividad física/deporte. (IP)
6. Alguna vez me he acostado o levantado antes para poder ver una retransmisión deportiva. (IP)
7. En relación con mis amigos, dedico más tiempo a la práctica de una actividad física/deporte. (AP)
8. Si no puedo practicar una actividad física/deporte durante toda una semana aumentan las ganas de practicarla. (AP)
9. Cuando veo una actividad física/deporte me aumentan las ganas de practicarla/o. (IP)
10. Si dejo de practicar una semana una actividad física/deporte noto un bajón en mi estado de forma. (AP)
11. La actividad física/deporte está entre mis prioridades en la vida. (IP)
12. Mis programas favoritos son los deportivos. (IP)

3.2. Elaboración de la Escala definitiva

Fruto de las aplicaciones y de los análisis anteriores es la Escala definitiva, tal como se recoge en el *Anexo 2*. Puede observarse que se contemplan 12 ítems con 7 alternativas de respuesta posibles en cada uno de ellos. Para comprobar si realmente la Escala discrimina correctamente entre personas con actitud positiva o negativa hacia la actividad física y el deporte, le pedimos a 10 sujetos que constataban que siguen y practican deporte y a 10 sujetos que, en principio, no siguen ni practicaban deporte, que la cumplimentasen. Las puntuaciones obtenidas mostraron diferencias significativas ($t=8,017$; $p<0,001$).

Por último, recogimos una muestra de 2800 sujetos de edades comprendidas entre los 12 y 90 años para hacer la última comprobación de la Escala. Los resultados finales en estos ítems se recogen en la Tabla 5.

Tabla 5. Resultados en los 12 ítems que miden actitudes hacia la Actividad Física y el Deporte

N= 2800	MEDIA	DES. TÍPIC	Rif	ALPHA (if item deleted)
ITEM1	4,6407	1,8593	,7330	,8871
ITEM2	4,9125	1,9125	,5862	,8940
ITEM3	4,0871	2,1925	,5837	,8946
ITEM4	3,6811	2,0009	,5711	,8949
ITEM5	5,3979	1,7046	,6529	,8913
ITEM6	3,6654	2,2843	,5664	,8959
ITEM7	3,7879	1,9125	,6100	,8929
ITEM8	4,4411	2,0475	,7102	,8877
ITEM9	4,6050	1,8779	,6723	,8899
ITEM10	4,4686	1,9266	,5412	,8962
ITEM11	3,9964	1,8767	,7345	,8869
ITEM12	3,6657	2,1006	,5312	,8971

Alpha = ,9005 Standardized item alpha = ,9028

A estos 12 ítems se ha añadido el ítem 13 ("En general, me considero una persona que tengo una actitud favorable o con buena predisposición hacia la actividad física/deporte") en el que se recoge información sobre la "percepción" que tiene el sujeto sobre su actitud hacia la Actividad Física y el Deporte. Es un ítem orientado a la validez de la Escala, puesto que permite correlacionarlo con los 12 ítems que se consideran miden "realmente" las actitudes.

REFLEXIONES FINALES

En los últimos años, los estudios sobre actitudes y actividad física/deporte han aumentado considerablemente. Los trabajos que más relevancia han tenido se deben a **Kenyon (1968)** que desarrolló una línea de investigación sobre el tema que se cristalizó con la construcción de la **Escala de Actitudes hacia la Actividad Física (ATPA)**. El **problema** más importante que se encuentra a un sujeto que utiliza la escala de este autor es la **orientación de los ítems**, pues favorecen a los

practicantes, lo que supone un sesgo para delimitar si la actitud positiva hacia la actividad física/deporte depende única y exclusivamente de si el sujeto es participante activo (por una parte, es lógico que los sujetos que practican una actividad física/deporte tengan una actitud positiva hacia ella, pero, por otra, es probable que algún sujeto que no practica pueda obtener resultados positivos y que, simplemente, no tengan oportunidad de participar en actividades deportivas).

Son muchos los autores que siguiendo este planteamiento y partiendo de un análisis de la práctica deportiva llegan a la convicción de que detrás de ella hay una actitud favorable a este tipo de actividades, pero son pocos los que realizan el análisis partiendo de la actitud como constructo que aunque está ligado a la práctica, no siempre se traduce en ella. La formulación de los **ítems de la Escala presentada en este artículo, en la que se entremezclan ítems relacionados con la práctica con otros que no están relacionados con ella, permite medir cual es la actitud hacia la actividad física y el deporte de cualquier sujeto**. De esta forma, personas que no practican, pero siguen de alguna manera el deporte, podrán mostrar una actitud más positiva que otros que, sin embargo, practican pero no les interesa en absoluto el deporte (por ejemplo, practicantes "obligados" por prescripción médica).

Próximas investigaciones deberán profundizar en el constructo actitud, teniendo en cuenta la relación, en principio positiva, entre práctica y actitud, pero **sin descuidar que por no existir práctica no tiene porque haber una actitud negativa**.

BIBLIOGRAFÍA

- Allport, G.W. (1935). Attitudes. En C. Murchison (Ed.). *Handbook of Social Psychology*. Worcester: Clark University Press.
- Coll, C. (1987). *Psicología y Currículum. Una Aproximación Psicopedagógica al Currículum Escolar*. Barcelona: Laia.
- Diccionario de Psicología e Educación* (1999). Santiago de Compostela: Xunta de Galicia.
- Doganis, G y Theodorakis, Y. (1995). The influence of attitude on exercise Participation. En S. Biddle (ed.), *European Perspective on Exercise and Sport Psychology*. England: Human Kinetics.
- Dosil, J. (2001). *Actividad Física y Deporte a lo largo del Ciclo Vital: Actitudes, Motivaciones y Práctica*. Santiago: Universidad de Santiago de Compostela.
- Edwards, C y Crawford, G. (1990). Contemporary American physical education: A fitness critique. *International Journal of Physical Education*, 27, 35-39.
- Fishbein, J. y Ajzen, R. (1975). *Understanding Attitude and Predicting Social Behaviour*. Nueva York: Prentice Hall.
- García Ferrando, M. (1997). *Los Españoles y el Deporte (1980-1995): Un Estudio Sociológico Sobre Comportamientos, Actitudes y Valores*. Madrid y Valencia. Consejo Superior de Deporte y Tirant lo Blanch.
- Grenockle, K.; Lee, A. y Lomax, R. (1990). The relationship between selected student characteristics and activity patterns in a required high-school physical education class. *Research Quarterly on Exercise and Sport*, 61, 59-69.
- Gutierrez, M. (1995). *Valores Sociales y Deporte*. Madrid: Gymnos.
- Kenyon, G.S. (1968). A conceptual model for characterizing physical activity. *Research Quarterly*, 39, 96-104.

- Kenyon, G.S. (1981). *Attitude Toward Physical Activity (ATPA Scales)*. Waterloo: Manuscrito no publicado.
- Kerlinger, F.N. (1984). *Liberalism and Conservatism: The Nature and Structure of Social Attitudes*. New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates.
- Krech, D. y Crutchfield, R. (1948). *Theory and Problems of Social Psychology*. New York: McGraw-Hill.
- Márquez, S. (1995). Beneficios psicológicos de la actividad física. *Revista de Psicología General y Aplicada*, 48, 1-2, 185-205.
- Patterson, P y Faucette, N. (1990). Children's attitudes toward physical activity in classes taught by specialist versus nonspecialist P.E. teachers. *Journal of Teaching in Physical Education*, 9, 324-331.
- Ponseti, F.X.; Gili, M.; Palou, P. y Borrás, P.A. (1998). Intereses, motivos y actitudes hacia el deporte en adolescentes: diferencias en función del nivel de práctica. *Revista de Psicología del Deporte*, 7-2, 261-274.
- Theodorakis, Y.; Doganis, G. y Bagatis, K. (1992). Attitudes Toward Physical Activity in Female Physical Fitness Programs Participants. *International Journal of Sport Psychology*, 23, 262-273.
- Trepal, D. (1995). La educación en valores a través de la iniciación deportiva. En D. Blázquez (dir.). *La Iniciación Deportiva y el Deporte Escolar*. Barcelona: Inde.

ANEXO 1: ESCALA INICIAL DE ACTITUDES HACIA LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE

1. La actividad física/deporte ocupa un lugar importante en mi vida (IP)
2. En la sociedad actual se da mucha importancia a la actividad física/deporte (S)
3. Una actividad física/deporte adecuada ayuda a relajar el cuerpo y la mente del que la practica (I)
4. Si tuviera una tarde libre emplearía una parte de mi tiempo en realizar una actividad física o deportiva (AP)
5. Mis programas favoritos son los deportivos (IP)
6. Los medios de comunicación (televisión, radio, periódicos, etc...) dedican mucho tiempo a las retransmisiones y programas deportivos relacionados con el fútbol (S)
7. La actividad física/deporte contribuye a "desarrollar" una vida sana (I)
8. Alguna vez me he acostado o levantado antes para poder practicar una actividad física/ deporte (AP)
9. Todo el mundo debería realizar una actividad física o deporte (IP)
10. Los medios de comunicación (televisión, radio, periódicos, etc...) dedican mucho tiempo a las retransmisiones y programas deportivos distintos al fútbol (S)
11. Por lo general, la vida de un deportista de élite es muy sacrificada (I)
12. Algunos deportes de competición pueden llegar a ser perjudicial para la salud (I)
13. La práctica adecuada de una actividad física/deportiva es beneficiosa para la salud (AP)
14. Todas las personas deberían dedicar un tiempo diario para realizar una actividad física/deporte (IP)
15. La escasez de instalaciones es una de las causas de que la población no practique una actividad física/deporte (S)
16. Las asignaturas relacionadas con la actividad física/deporte tienen mucha relevancia en la escuela (I)
17. Algunas personas practican una actividad física/deporte para desconectar del trabajo cotidiano (S)
18. Siempre que puedo asisto a manifestaciones o espectáculos deportivos en directo (IP)
19. La calidad de las instalaciones es la causa de que la población no practique una actividad física o deporte (S)
20. El coste económico que supone practicar una actividad física/deporte es una de las causas que impide que haya más participantes (I)
21. Me gustaría tener siempre un tiempo a la semana para dedicarlo a la actividad física/deporte (IP)
22. Alguna vez me he acostado o levantado antes para poder ver una retransmisión deportiva (IP)
23. Cuando un deporte está de moda la gente lo practica más (S)
24. Exceptuando los futbolistas de alto nivel, las personas que se dedican profesionalmente al deporte no pueden "vivir bien" de él (I)
25. Después de practicar una actividad física/deporte me siento muy bien (P)
26. A medida que me haga mayor iré perdiendo interés por la actividad física/deporte (I)
27. Los éxitos deportivos de una ciudad o pueblo ayudan a que sus habitantes practiquen más actividad física o deporte (S)
28. El deporte es considerado como una profesión por algunas personas (I)
29. En relación con mis amigos, dedico más tiempo a la práctica de una actividad física/deporte (AP)

30. Después de presenciar una actividad física/deporte me siento bien conmigo mismo (IP)
31. Hay deportistas que abandonan los estudios por entrenar (I)
32. Si un país, ciudad o pueblo tiene buenos resultados en un deporte la mayoría de la gente practicará ese deporte (S)
33. El ambiente que se respira en una actividad física/deporte es siempre competitivo (I)
34. Si no puedo practicar una actividad física/deporte durante toda una semana aumentan las ganas de practicarla (AP)
35. Cuando veo una actividad física/deporte aumenta las ganas de practicarla /o (P)
36. El deporte es considerado actualmente como un fenómeno de masas (S)
37. Las casas comerciales sólo patrocinan a los deportes mayoritarios (I)
38. Si dejo de practicar una semana una actividad física/deporte noto un bajón en mi estado de forma (P)
39. Todo el mundo tiene la posibilidad de realizar una actividad física/deporte (IP)
40. Los mejores deportistas de cada especialidad suelen tener el apoyo de una o varias marcas publicitarias (I)
41. La actividad física/deporte está entre mis prioridades en la vida (IP)
42. La mayoría de la gente practica una actividad física/deporte (AP)
43. Un deportista de 40 años rendirá siempre menos que uno de 20 años (I)

ANEXO 2: ESCALA DE ACTITUDES HACIA LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE

EDAD: AÑOS

SEXO: HOMBRE 1? MUJER 2?

NIVEL DE ESTUDIOS: PRIMARIOS 1? SECUNDARIOS 2? UNIVERSITARIOS 3?

PROFESIÓN: ESTUDIA 1? TRABAJA 2? EN PARO 3? JUBILADO 4? OTROS 5?

LUGAR DE RESIDENCIA: RURAL 1? URBANO 2?

Teniendo en cuenta los siguientes niveles de respuesta,

1: Totalmente en desacuerdo

2: Bastante en desacuerdo

3: En desacuerdo

4: Indeciso

5: De acuerdo

6: Bastante de acuerdo

7: Totalmente de acuerdo

conteste a las siguientes afirmaciones:

1. La actividad física/deporte ocupa un lugar importante en mi vida	1 2 3 4 5 6 7
---	---------------

2. Si tuviera una tarde libre emplearía una parte de mi tiempo en realizar una actividad física o deportiva	1 2 3 4 5 6 7
---	---------------

4. Alguna vez me he acostado o levantado antes para poder practicar una actividad física/ deporte.	1 2 3 4 5 6 7
--	---------------

5. Siempre que puedo asisto a manifestaciones o espectáculos deportivos en directo	1 2 3 4 5 6 7
--	---------------

6. Me gustaría tener siempre un tiempo a la semana para dedicarlo a la actividad física/deporte	1 2 3 4 5 6 7
---	---------------

6. Alguna vez me he acostado o levantado antes para poder ver una retransmisión deportiva	1 2 3 4 5 6 7
---	---------------

7. En relación con mis amigos, dedico más tiempo a la práctica de una	
---	--

Escala de actitudes hacia la actividad física y el deporte (E.A.F.D.)

actividad física/deporte	1 2 3 4 5 6 7
8. Si no puedo practicar una actividad física/deporte durante toda una semana aumentan las ganas de practicarla	1 2 3 4 5 6 7
9. Cuando veo una actividad física/deporte aumenta las ganas de practicarla /o	1 2 3 4 5 6 7
10. Si dejo de practicar una semana una actividad física/deporte noto un bajón en mi estado de forma	1 2 3 4 5 6 7
11. La actividad física/deporte está entre mis prioridades en la vida	1 2 3 4 5 6 7
12. Mis programas favoritos son los deportivos	1 2 3 4 5 6 7
13. En general, me considero una persona que tengo una actitud favorable o con buena predisposición hacia la actividad física/deporte	1 2 3 4 5 6 7