

# OCIO FAMILIAR Y ACTIVIDAD FÍSICA EN ESTUDIANTES DE BACHILLERATO ¿ALIANZA, RIVALIDAD O INDEPENDENCIA?<sup>1</sup>

## FAMILY LEISURE AND PHYSICAL ACTIVITY IN HIGH SCHOOL STUDENTS: ALLIANCE, RIVALRY, OR INDEPENDENCE?<sup>2</sup>

### LAZER EM FAMÍLIA E ATIVIDADE FÍSICA EM ESTUDANTES DO ENSINO SECUNDÁRIO: ALIANÇA, RIVALIDADE OU INDEPENDÊNCIA

Ana Ponce-de-León-Elizondo, Eva Sanz-Arazuri  
y Ma<sup>a</sup> Ángeles Valdemoros-San-Emeterio

UNIVERSIDAD DE LA RIOJA, ESPAÑA

---

**RESUMEN:** El ocio se constituye en un espacio y tiempo idóneo para el desarrollo de potencialidades individuales que repercutirán en un crecimiento social. Los estudiantes de bachillerato conforman una población privilegiada para generar oportunidades de ocio que favorezcan su potencial humano y les ayude a decidir y actuar con responsabilidad. Los padres se establecen en agentes sociales con gran capacidad para beneficiar estas situaciones de crecimiento personal entre los adolescentes. Asimismo, se constata un impacto de la actividad física sobre la calidad de vida del individuo en sus dimensiones física, psicológica y social, así como un abandono intensificado de esta práctica durante la adolescencia, alcanzando su pico más elevado al llegar a la edad de Bachillerato. El objetivo del presente artículo es determinar si realizar o desear realizar actividades de ocio con la familia se asocia positiva o negativamente con el deseo o la práctica real de actividad física en los estudiantes de bachillerato. Participan en el estudio 812 adolescentes, de entre 16 y 18 años; se emplea el cuestionario de motivaciones, actitudes y comportamientos en el ocio físico-deportivo juvenil -MACOFYD-; el análisis y tratamiento de los datos se lleva a cabo con ayuda del programa estadístico SPSS 19.0 y se realiza un análisis inferencial a partir del coeficiente Phi con el fin de detectar cómo y en qué medida estar con la familia y el deseo de estar con ella se asocian con la práctica de actividad física y el deseo de ejercitarse. Los resultados constatan que el colectivo de estudiantes riojanos de bachillerato es más activo que familiar, siendo las mujeres más familiares que los hombres; asimismo, se verifica que el deseo y la dedicación de tiempo libre compartido con los familiares se alía con la intención de realizar actividad física, así como que entre esta práctica y la realización de actividades en familia se detectan alianzas o independencias, pero en ningún caso rivalidad, lo que subraya la posibilidad de compaginar actividad física y ocio familiar, e incluso fusionar ambas opciones planteando actividades físicas en familia. Dado que se constata

la existencia de una estrecha asociación del funcionamiento interno de la familia con el ocio familiar, se plantea como prospectiva indagar sobre cómo la cohesión, la flexibilidad y la comunicación familiar condicionan, en concreto, la actividad física de ocio de los adolescentes.

**PALABRAS CLAVE:** ocio; familia; actividad física.

**ABSTRACT:** Leisure constitutes an ideal time and place for the development of individual potentialities that have an impact on social growth. High school students are a privileged population that can create opportunities for leisure, fostering their human potential and helping them to make decisions and act responsibly. Parents are social agents who have a great capacity to promote these situations of personal growth among adolescents. We observe the impact of physical activity on individuals' quality of life in their physical, psychological, and social dimensions, as well as the increased dropout of this physical exercise during adolescence, reaching its highest peak at high school age. The goal of the present article is to determine the possible association of performing or wishing to perform leisure activities with one's family with the desire to practice or the actual practice of physical activity in high school students. In this study, participants were 812 adolescents, aged between 16 and 18 years. We used the Questionnaire of Motivations, Attitudes, and Behaviors in Juvenile Physical-Sport Leisure (MACOFYD). The analysis and treatment of the data were carried out with the statistical program SPSS 19.0. An inferential analysis using the Phi coefficient was conducted to detect how and to what extent being with one's family and the desire to be with one's family are associated with the practice of physical activity and the desire to exercise. The results reveal that the collective of Riojan high school students is more active than family-oriented; moreover, girls are more family-oriented than boys. It was also verified that the desire to share and the actual sharing of free time with one's family are associated with the intention to carry out physical activity. Alliances or independence, but not rivalry, were also detected between physical activity and taking part in family activities, underlining the possibility of combining physical activity and family leisure, and even merging both options by proposing physical activities with the family. As the existence of a strong association of the internal functioning of the family with family leisure was verified, we propose to determine how cohesion, flexibility and family communication specifically condition adolescents' leisure physical activity.

**KEYWORDS:** leisure; family; physical activity.

**RESUMO:** O lazer constitui um espaço e um tempo propício para o desenvolvimento de potencialidades individuais com impacto no crescimento social. Os estudantes do ensino secundário pertencem a uma população privilegiada para gerar oportunidades de lazer que favorecem o seu potencial humano e os ajudam a decidir e atuar de forma responsável. Os pais apresentam-se como agentes sociais com grande capacidade para estimular estas situações de crescimento pessoal entre os adolescentes. Constatase, também, um impacto da atividade física sobre a qualidade de vida dos indivíduos, nas suas dimensões psicológica e social, assim como um abandono pronunciado desta prática durante a adolescência, com o ponto mais elevado nas idades do ensino secundário. O objetivo do presente artigo é determinar se realizar ou desejar realizar atividades de lazer com a família se associa positiva ou negativamente com o desejo ou a prática real de atividade física em estudantes do ensino secundário. Participam no estudo 812 adolescentes com idades compreendidas entre os 16 e os 18 anos, através de resposta ao questionário de motivações, atitudes e comportamentos de lazer físico-desportivo juvenil -MACOFYD-; a análise e tratamento dos dados é realizada com a ajuda do programa estatístico SPSS 19.0, recorrendo a uma análise inferencial a partir do coeficiente Phi a fim de detetar como e em que medida estar com a família e o desejo de estar com ela se associam com a prática de atividade física e o desejo de se exercitar. Os resultados evidenciam que o coletivo de estudantes do ensino secundário riojanos é mais ativo do que orientado para o lazer em família, sendo as mulheres mais orientadas para o lazer em família do que os homens; de igual modo se veri-

fica que o desejo e a dedicação de tempo livre partilhado com familiares se aliam com a intenção de realizar atividade física. Alianças ou independência, mas em nenhum caso rivalidade, são também detetadas entre a atividade física e as atividades em família, o que faz sobressair a possibilidade de compatibilizar a atividade física com o lazer em família, ou inclusive fundir ambas as opções, projetando atividades físicas em família. Dado que se constata a existência de uma associação estreita entre o funcionamiento interno e o lazer em família, importará indagar sobre o modo como a coesão, a flexibilidade e a comunicação no seio da família condicionam, em concreto, a atividade física de lazer dos adolescentes.

**PALAVRAS-CHAVE:** lazer; família; atividade física

## Introducción

En una época de crisis económica como la que atraviesa nuestro país, se hace necesario invertir grandes esfuerzos para aumentar la riqueza social, que no debe ser medida en términos económicos, sino de empoderamiento personal y comunitario (Sánchez, 2013). Las políticas educativas, sociales y culturales han de asumir este reto como una tarea pedagógica y social inapelable (Caride, Lorenzo & Rodríguez, 2012).

En esta línea, el ocio se constituye en un espacio y tiempo ideal para el desarrollo de potencialidades individuales que repercutirán en un crecimiento social (Cuenca, 2000; Verbakel, 2013), pues la libertad que otorga el ocio permite tanto la expresión personal como el cultivo de las relaciones con los otros (Kleiber, Bayón & Cuenca, 2012).

Los estudiantes de bachillerato conforman una población sobre la que centrar especial atención para generar oportunidades de ocio que, por un lado, favorezcan la florecencia de todas sus potencialidades humanas y, por otro, les ayude a beneficiarse de sus posibilidades para sentir, decidir y actuar con responsabilidad (Travis & Leech, 2014).

Entre los agentes sociales con gran capacidad para favorecer estas situaciones de crecimiento personal entre los adolescentes, destacan los padres. Las evidencias científicas señalan la influencia de los progenitores en el desarrollo de comportamientos más o menos saludables de los jóvenes (Ragan, Osgood y Feinberg, 2014) como la alimentación (Goldschmidt *et al.*, 2014), el consumo de alcohol y otras drogas (Ragan *et al.*, 2014; Unger, 2014), las actividades de pantalla (Bleakley, Jordan & Hennessy, 2013) o la práctica de actividad física (Ridder, Viss-

## Introduction

In a time of economic crisis such as the one traversing our country, it is necessary to put out a great deal of effort to increase social wealth, which should not be measured in economic terms, but in terms of personal and community empowerment (Sánchez, 2013). The educational, social, and cultural policies should accept this challenge as an inappealable pedagogical and social task (Caride, Lorenzo & Rodríguez, 2012).

In the same vein, leisure is established in an ideal time and place for the development of individual potentialities that will have an impact on social growth (Cuenca, 2000; Verbakel, 2013), because the freedom provided by leisure leads to personal expression and the cultivation of relationships with others (Kleiber, Bayón & Cuenca, 2012).

High school students constitute a population that deserves special attention in order to create leisure opportunities that, on the one hand, promote the development of all their human potentialities and, on the other, help them to reap the benefits from their possibilities to feel, make decisions, and act responsibly (Travis & Leech, 2014).

Among the social stakeholders with a great capacity to foster these situations of personal growth among adolescents, the parents are particularly important. Scientific evidence indicates the parents' influence on the development of either healthy or unhealthy behaviors in youth (Ragan, Osgood & Feinberg, 2014) such as nutrition (Goldschmidt *et al.*, 2014), consumption of alcohol or other drugs (Ragan *et al.*, 2014; Unger, 2014), screen activities (Bleakley, Jordan & Hennessy, 2013), or the practice of physical activity (Ridder, Visscher, Hirasing, Seidell

cher, Hirasing, Seidell & Renders, 2014; Silva, Lott, Mota & Welk, 2014).

Precisamente, estas últimas experiencias deben ser uno de los principales focos a impulsar entre los adolescentes por dos razones fundamentales:

- El impacto, altamente constatado, de la actividad física sobre la calidad de vida del individuo en todas sus dimensiones -física y fisiológica (Lamont, Mortby, Anstey, Sachdev & Cherbuin, 2014), psicológica (Weng & Chiang, 2014) y social (Omorou, Erpelding, Escalon & Vuillemin, 2013).
- El abandono intensificado de la actividad física durante la adolescencia, alcanzando su pico más elevado al llegar a la edad de Bachillerato (Allison, Adlaf, Dwyer, Lysy & Irving, 2007; Clemente-Bosch, Llopis-Gonzalez, Rubio-Lopez, Westall-Pixton & Morales-Suarez-Varela, 2013).

En esta línea, los resultados de numerosas investigaciones indican la importancia del referente deportivo de los progenitores (Codina & Pestana, 2012; García Ferrando, 2001, 2005; Moscoso & Moyano, 2009), constatándose que es más probable que los hijos practiquen cuando sus padres son físicamente activos (Cheng, Mendonca & de Farias Junior, 2014; Sanz, Ponce de León & Valdemoros, 2012). Sin embargo, al profundizar más sobre estos dos aspectos, se observan discrepancias importantes entre la literatura científica. Mientras que unas investigaciones concluyen que la práctica físico-deportiva de ambos progenitores se asocia con la de sus hijos, tanto chicas como chicos (Fuemmeler, Anderson & Mâsse, 2011; Toftegaard-Stockel, Nielsen, Ibsen & Andersen, 2011), otras especifican que padres y madres físicamente activos se relacionan con la actividad de sus hijas pero no con la de sus hijos (Dumith, Domingues, Gigante, Hallal, Menezes & Kohl, 2010), y otras determinan que solo la ejercitación de la madre, no la del padre, se asocia con la actividad físico-deportiva de sus hijos de ambos géneros (Kahn et al., 2008) o, incluso, favorece que su hija, no su hijo, deje de ser inactiva (Rangul et al., 2011). Estas controversias científicas, resaltan la necesidad de seguir profundizando en investigaciones que contemplen a los progenitores, en cualquier intento por entender y potenciar las experiencias físico-deportivas de los adolescentes.

& Renders, 2014; Silva, Lott, Mota & Welk, 2014).

Precisely, the physical activity should be one of the main points to promote among adolescents for two essential reasons:

The confirmed impact of physical activity on quality of life in all its dimensions –physical and physiological (Lamont, Mortby, Anstey, Sachdev & Cherbuin, 2014), psychological (Weng & Chiang, 2014), and social (Omorou, Erpelding, Escalon & Vuillemin, 2013).

The intensified dropout from physical activity during adolescence reaches its peak when attaining high school age (Allison, Adlaf, Dwyer, Lysy & Irving, 2007; Clemente-Bosch, Llopis-Gonzalez, Rubio-Lopez, Westall-Pixton & Morales-Suarez-Varela, 2013).

In the same vein, the results of numerous investigations indicate the importance of parents as a sports referent (Codina & Pestana, 2012; García Ferrando, 2001, 2006; Moscoso & Moyano, 2009), and it is confirmed that it is more likely for children to exercise when their parents are physically active (Cheng, Mendonca & de Farias Junior, 2014; Sanz, Ponce de León & Valdemoros, 2012). However, when examining these two aspects in more depth, important discrepancies are noted in the scientific literature. Whereas some investigations conclude that the physical-sport practice of both parents is associated with that of their children—both boys and girls (Fuemmeler, Anderson & Mâsse, 2011; Toftegaard-Stockel, Nielsen, Ibsen & Andersen, 2011)—, others specify that the physical activity of fathers and mothers is related to their daughters' activity but not to their sons' (Dumith et al., 2010), and still others report that only the mother's exercise, but not the father's, is associated with the physical-sport practice of the children of both genders (Kahn et al., 2008), or still others even state that the parents' activity leads to the daughter's inactivity, but not to the son's (Rangul et al., 2011). These scientific controversies reveal the need for in-depth investigations that take the parents into account, in an attempt to understand and promote adolescents' physical-sport experiences.

On the one hand, studies such as that of Vazsonyi, Lloyd, Pickering, Belliston, Hessing, and Junger (2002) indicate that the time adolescents spend

Por otro lado, estudios como el de Vazsonyi, Pickering, Belliston, Hessing y Junger (2002), indican que el tiempo que invierten los adolescentes en compañía de amigos sin presencia de familiares, aumenta el riesgo de adoptar hábitos no saludables.

Todo esto hace plantear el presente estudio con el objetivo de determinar si realizar o desear realizar actividades de ocio con la familia se asocia positiva o negativamente con la práctica o el deseo de practicar actividad física de los estudiantes de bachillerato.

Se considera que los resultados emanados de esta investigación aportarán conocimiento sobre la vinculación del ocio familiar y la actividad física de ocio juvenil.

## 1. Método

### 1.1. Participantes

Participan en el estudio un total de 812 adolescentes, de 16-18 años, el 50,90% chicas y el 49,1% chicos. Todos ellos forman parte de una muestra representativa de estudiantes matriculados en estudios de bachillerato en centros de la Comunidad Autónoma de La Rioja.

Para fijar el tamaño muestral se estima un nivel de confianza del 95%, un error de muestreo de +2 sigmas y una proporción equilibrada de la población del 50%.

Se emplea un procedimiento de muestreo estratificado por conglomerados, con afijación de las unidades de primera etapa de forma proporcional, atendiendo al lugar de estudios -Logroño o provincia- y al tipo de centro -público o privado-; de segunda etapa (centro de estudios) y tercera etapa (grupos clase) de manera aleatoria simple, y se seleccionan como unidades muestrales últimas a todos los sujetos que se encontraban dentro de cada clase seleccionada.

### 1.2. Instrumento

Para la recogida de información se emplea el cuestionario, validado, -MACOFYD-, *Cuestionario de motivaciones, actitudes y comportamientos en el ocio físico-deportivo juvenil* (Ponce de León, Sanz, Ramos, y Valdemoros, 2010).

in the company of their friends and in the absence of family members increases the risk of unhealthy habits.

Therefore, the present study has the goal of determining the possible association of performing or wishing to perform leisure activities with one's family with the practice or the desire to practice physical activity in high school students.

The results derived from this investigation will contribute to our knowledge about the link of family leisure and juvenile leisure physical activity.

## 1. Method

### 1.1. Participants

Participants in the study were 812 adolescents, aged between 16-18 years, 50.90% females and 49.1% males. They were part of a representative sample of students enrolled in high schools of the Autonomous Community of La Rioja.

To determine the sample size, we estimated a 95% confidence level, a sampling error of +2 sigmas, and a 50% balanced proportion of the population.

We used a stratified cluster sampling procedure, allocating the units of the first stage proportionally, taking into account the school location—Logroño or the province—and type of center—public or private. The units of the second (study center) and third stage (class groups) were randomly allocated, and all the subjects who were in each chosen class were selected for the last sampling units.

### 1.2. Instrument

Data was collected with the validated questionnaire MACOFYD (*Cuestionario de motivaciones, actitudes y comportamientos en el ocio físico-deportivo juvenil* (in English, Questionnaire of Motivations, Attitudes and Behaviors in Juvenile Physical-Sport

En concreto, se emplean los ítems p.1, p.11 (opciones 7 y 12) y p.14 (opciones 7 y 12) que recogen información sobre las variables objeto de este trabajo y que se pasan a describir a continuación (anexo 1).

- Sexo. Identifica el sexo del encuestado (hombre/mujer).
- Ocupación real de tiempo libre en practicar actividad física. Con esta variable dicotómica (sí/no) se pretende registrar si los estudiantes de bachillerato invierten parte de su tiempo libre en actividades físicas.
- Desea practicar actividad física en su tiempo libre. Informa sobre si desean o no ocupar su tiempo libre con estas actividades.
- Ocupación real de tiempo libre a estar con la familia. Variable también dicotómica (sí/no) que pretende recoger si los estudiantes de bachillerato dedican su tiempo de asueto a estar con sus familiares.
- Desea dedicar tiempo libre a estar con la familia. Registra si desean o no compartir su tiempo libre con sus familiares.

### 1.3. Procedimiento

Los cuestionarios se aplican durante el mes de mayo del curso académico 2009-2010, en los centros educativos, previo consentimiento del director de estudios y del profesor correspondiente. Cada estudiante rellena voluntaria y anónimamente su cuestionario. Un investigador permanece presente en todas las sesiones y remarca la necesidad de que se responda con sinceridad.

### 1.4. Análisis de los datos

El análisis y tratamiento de los datos registrados con el cuestionario se lleva a cabo con ayuda del programa estadístico SPSS 19.0. Se realiza un análisis inferencial a partir del coeficiente Phi con el fin de detectar cómo y en qué medida estar con la familia y el deseo de estar con ella se asocia con la práctica de actividad física y el deseo de ejercitarse. El nivel de significación considerado en todo caso es  $p < 0,05$ .

Leisure; Ponce de León, Sanz, Ramos & Valdemoros, 2010).

Specifically, we used Items p.1, p.11 (options 7 and 12) and p.14 (options 7 and 12), which collect information about the target variables of this study and which are described below (see Annex 1).

- Sex. Identify the surveyee's sex (male/female).
- Real use of free time practicing physical activity. With this dichotomic variable (yes/no), we determine whether high school students spend part of their free time performing physical activities.
- Wishes to practice physical activity in his/her free time. This informs of whether or not they wish to spend their free time practicing these activities.
- Real free time spent with the family. This dichotomic variable (yes/no) determines whether high school students dedicate their free time to being with their family.
- Wishes to dedicate free time to being with the family. This records whether or not they desire to share their free time with their family.

### 1.3. Procedure

The questionnaires were applied in the schools during May of the academic year 2009-2010, after obtaining the consent of the Studies Director and the corresponding teacher. Each student completed a questionnaire voluntarily and anonymously. An investigator was present at all the sessions and underlined the need to answer sincerely.

### 1.4. Data Analysis

Questionnaire data analysis and treatment were conducted with the statistical program SPSS 19.0. An inferential analysis using the Phi coefficient was performed in order to detect how and to what extent being with one's family and the desire to be with one's family was associated with the practice of physical activity and the desire to exercise. The level of significance was set at  $p < .05$  in all cases.

## 2. Resultados

El 63.9% de los estudiantes de bachillerato practica actividad física y un 44.33% realiza actividades en familia.

El 70.4% desea realizar actividad física. El 40.3% desea dedicar tiempo libre a estar con la familia.

Entre los estudiantes de bachillerato ni dedicar tiempo libre a estar con la familia ni desear compartir su tiempo libre con sus familiares se asocian significativamente con practicar o no actividad física ( $p = .758$  y  $p = .552$  respectivamente).

Sin embargo, tanto el deseo como dedicar tiempo libre a estar con miembros de la familia, se asocian débil y significativamente con el deseo de realizar actividad física ( $\Phi = .084$ ,  $p = .017$  y  $\Phi = .097$ ,  $p = .006$  respectivamente).

El deseo de realizar actividad física es significativamente más frecuente entre quienes dedican parte

## 2. Results

Of the high school students, 63.9% practiced physical activity and 44.33% participated in family activities. Furthermore, 70.4% wished to perform physical activity, and 40.3% wished to spend free time with their family.

Among the high school students, neither spending free time with their family nor wishing to share their free time with their family were significantly associated with practicing physical activity ( $p = .758$  for spending free time with family, and  $p = .552$  for wishing to spend free time with family, respectively).

However, spending free time with one's family and the desire to spend free time with one's family were weakly and significantly associated with the desire to perform physical activity ( $\phi = .084$ ,  $p = .017$  and  $\phi = .097$ ,  $p = .006$ , respectively).

**Tabla 1.** Tabla de contingencia: Practica Actividad Física y Sexo

		Practica Actividad Física		Total	
		No	Sí		
Sexo	Mujer	Frecuencia	209	204	413
		%	50.6%	49.4%	100%
	Hombre	Frecuencia	84	315	399
		%	21.1%	78.9%	100%
Total	Frecuencia	293	519	812	
	%	36.1%	63.9%	100%	

$\Phi = .308$   $p = .000$

**Table 1.** Contingency Table: Physical Activity Practice and Sex

		Practices Physical Activity		Total	
		No	Yes		
Sex	Female	Frequency	209	204	413
		%	50.6%	49.4%	100%
	Male	Frequency	84	315	399
		%	21.1%	78.9%	100%
Total	Frequency	293	519	812	
	%	36.1%	63.9%	100%	

$\Phi = .308$   $p = .000$

**Tabla 2.** Tabla de contingencia: Desea practicar Actividad Física y Sexo

		Desea practicar Actividad Física		Total	
		No	Sí		
Sexo	Mujer	Frecuencia	146	267	413
		%	35.4%	64.6%	100%
	Hombre	Frecuencia	94	305	399
		%	23.6%	76.4%	100%
Total	Frecuencia	240	572	812	
	%	29.6%	70.4%	100%	

Phi=.129 p=.000

**Table 2.** Contingency Table: Desire to Practice Physical Activity and Sex

		Wants to Practice Physical Activity		Total	
		No	Yes		
Sex	Female	Frequency	146	267	413
		%	35.4%	64.6%	100%
	Male	Frequency	94	305	399
		%	23.6%	76.4%	100%
Total	Frequency	240	572	812	
	%	29.6%	70.4%	100%	

Phi=.129 p=.000

de su tiempo a estar con su familia (74.7%) y entre quienes desean compartir tiempo libre con sus familiares (75.8%) frente a quienes no ocupan su tiempo con familiares (67%) ni desean hacerlo (66.8%).

Al comparar la práctica de actividad física y el deseo de realizar esta actividad entre hombre y mujeres, se detectan diferencias significativas en ambos casos (tablas 1 y 4). El porcentaje de varones físicamente activos supera en 29.5 unidades al de mujeres físicamente activas (tabla 1). Asimismo, los hombres desean más que las mujeres la práctica físico-deportiva (76.4% y 64.6%, respectivamente) (tabla 2).

Del mismo modo, el género se asocia significativamente con la ocupación de tiempo libre en estar con la familia y con el deseo de compartir su tiempo con sus familiares.

En este caso, a la inversa de lo que ocurriría con la práctica de actividad física, las mujeres son más fami-

The desire to perform physical activity was significantly more frequent among adolescents who spend part of their free time with their family (74.7%) and among those who desire to share their free time with their family (75.8%) versus those who neither spend free time with their family (67%) nor wish to do so (66.8%).

When comparing the practice of physical activity and the desire to perform this activity among males and females, significant differences were detected in both cases (Tables 1 and 4). The percentage of physically active males exceeds that of physically active females by 29.5 units (Table 1). Likewise, the males want to practice physical-sport practice more than the females (76.4% and 64.6%, respectively) (Table 2).

Furthermore, sex is significantly associated with spending free time with the family and with the desire to share one's time with the family.



**Tabla 3.** Mujeres. Tabla de contingencia: Desea practicar Actividad Física y Dedicar tiempo libre a estar con la familia

		Desea practicar Actividad Física		Total	
		No	Sí		
Dedica tiempo libre a estar con la familia	No	Frecuencia	84	110	194
		%	43.3%	56.7%	100%
	Sí	Frecuencia	62	157	219
		%	28.3%	71.7%	100%
Total	Frecuencia	146	267	413	
	%	35.4%	64.6%	100%	

Phi=.156 p=.001

**Table 3.** Females. Contingency Table: Desire to Practice Physical Activity and Spends Free Time with Family

		Wants to Practice Physical Activity		Total	
		No	Yes		
Spends free time with family	No	Frequency	84	110	194
		%	43.3%	56.7%	100%
	Yes	Frequency	62	157	219
		%	28.3%	71.7%	100%
Total	Frequency	146	267	413	
	%	35.4%	64.6%	100%	

Phi=.156 p=.001

liares que los hombres, un porcentaje mayor de ellas invierte su tiempo libre en estar con la familia (53% frente a 35.3%) y es también mayor el porcentaje de mujeres que desea hacerlo (47.5% frente a 32.8%).

Los datos presentados hasta el momento, sugieren continuar el análisis segmentado por género.

Al estudiar por separado el colectivo de hombres y el de mujeres, se constata que ni entre las estudiantes de bachillerato ni entre los estudiantes varones existe asociación significativa entre dedicar tiempo libre a estar con la familia o desear compartir su tiempo libre con sus familiares y practicar o no actividad física en su tiempo libre ( $p=.577$ ,  $p=.157$  respectivamente en las mujeres,  $p=.144$ ,  $p=.145$  respectivamente en los hombres).

Por el contrario, el deseo de realizar actividad física en su tiempo libre, se asocia significativamente

In this case, in contrast to the results of the practice of physical activity, females are more family-oriented than males: a greater percentage of females spend their free time with the family (53% vs. 35.3%) and a greater percentage of females also want to do so (47.5% vs. 32.8%).

The above data suggest continuing the analysis by sex.

When studying the collective of males and females separately, we confirmed that either male or women high school students was not significantly associated with spending free time with the family, wanting to share free time with the family, or with practicing physical activity in their free time. Sex was related to each of the remaining variables, at a bivariate level ( $p = .577$ , and  $p = .157$ , respectively, in females;  $p = .144$ , and  $p = .145$ , respectively, in males).

**Tabla 4.** Mujeres. Tabla de contingencia: Desea practicar Actividad Física y Desea dedicar tiempo libre a estar con la familia

		Desea practicar Actividad Física		Total	
		No	Sí		
Desea dedicar tiempo libre a estar con la familia	No	Frecuencia	90	127	217
		%	41.5%	58.5%	100%
	Sí	Frecuencia	56	140	196
		%	28.6%	71.4%	100%
Total	Frecuencia	146	267	413	
	%	35.4%	64.6%	100%	

Phi=.135 p=.006

**Table 4.** Females. Contingency table: Desire to Practice Physical Activity and Desire to Spend Free Time with Family

		Wants to Practice Physical Activity		Total	
		No	Yes		
Wants to spend free time with family	No	Frequency	90	127	217
		%	41.5%	58.5%	100%
	Yes	Frequency	56	140	196
		%	28.6%	71.4%	100%
Total	Frequency	146	267	413	
	%	35.4%	64.6%	100%	

Phi=.135 p=.006

con la inversión de tiempo libre en estar con la familia en el colectivo de mujeres (tabla 3), no existiendo relación alguna en el colectivo de hombres ( $p=.298$ ).

Aquellas mujeres que pasan tiempo de asueto con sus familiares desean realizar actividad física en mayor medida que quienes no ocupan su tiempo libre en disfrutar con sus familiares (71.7% frente a 56.7%).

Por su parte, tanto en el colectivo de hombres como en el colectivo de mujeres, el deseo de realizar actividad física en su tiempo libre, se asocia significativamente con el deseo de pasar parte de su tiempo libre con sus familiares (tablas 4 y 5).

Aquellos que desean estar con sus familiares en el tiempo libre desean realizar actividad física en mayor medida (82.4% de hombres y 71.4% de muje-

In contrast, the desire to carry out physical activity in their free time was significantly associated with spending free time with the family in the females (Table 3), but no relation was found in the males ( $p=.298$ ).

The females who spend free time with their family have a greater desire to carry out physical activity than those who do not spend free time with their family (71.7% vs. 56.7%).

However, in the groups of males and females, the desire to perform physical activity in their free time was significantly associated with the desire to spend part of their free time with their families (Tables 4 and 5).

Those who want to be with their families in their free time also wish to carry out physical activity to a greater extent (82.4% of males and 71.4% of fe-

**Tabla 5.** Hombres. Tabla de contingencia: Desea practicar Actividad Física y Desea dedicar tiempo libre a estar con la familia

		Desea practicar Actividad Física		Total	
		No	Sí		
Desea dedicar tiempo libre a estar con la familia	No	Frecuencia	71	197	268
		%	26.5%	73.5%	100%
	Sí	Frecuencia	23	108	131
		%	17.6%	82.4%	100%
Total	Frecuencia	94	305	399	
	%	23.6%	76.4%	100%	

Phi=.135 p=.006

**Table 5.** Males. Contingency table: Desire to Practice Physical Activity and Desire to Spend Free Time with Family

		Wants to Practice Physical Activity		Total	
		No	Yes		
Wants to spend free time with family	No	Frequency	71	197	268
		%	26.5%	73.5%	100%
	Yes	Frequency	23	108	131
		%	17.6%	82.4%	100%
Total	Frequency	94	305	399	
	%	23.6%	76.4%	100%	

Phi=.135 p=.006

res) que quienes no desean ocupar su tiempo libre en disfrutar con sus familiares (73.5% de hombres y 58.5% de mujeres).

### 3. Discusión y conclusiones

El colectivo de estudiantes riojanos de bachillerato es más activo que familiar, dado que realiza y desea practicar más actividad física que actividades en familia, si bien, las mujeres riojanas son más familiares que los hombres, en consonancia con los jóvenes americanos, alemanes, húngaros y suizos (Vazsonyi et al., 2002) y los hombres son más activos físicamente que las mujeres, concordando con los resultados de otras poblaciones (García-Moya, Moreno, Rivera, Ramos y Jiménez-Iglesias, 2011).

males) than those who do not wish to spend their free time with their families (73.5% of males and 58.5% of females).

### 3. Discussion and conclusions

The collective of Riojan high school students is more active than family-oriented, as they perform and want to perform more physical activity than family activities, although the Riojan girls are more family-oriented than the boys. This is consistent with findings with American, German, Hungarian, and Swiss youth (Vazsonyi et al., 2002). Males are physically more active than females, in accordance with the results of other populations (García-Moya, Moreno, Rivera, Ramos & Jiménez-Iglesias, 2011).

Estudios como el de Offer (2013) indica que el ocio en familia se compone principalmente de actividades de interior. Sin embargo, no se especifica el papel ocupado por las actividades físicas, a lo que sí se ha dado respuesta en el presente estudio al revelar que en las mujeres el deseo y la dedicación de tiempo libre compartido con los familiares se alían con la intención de realizar actividad física. Sin embargo, en el caso de los hombres, el deseo de realizar actividad física, tan solo se ve reforzado entre quienes al mismo tiempo desean compartir tiempos familiares mientras que es independiente de que realicen o no actividades en familia.

Tanto entre los hombres como entre las mujeres, quienes desean disfrutar de tiempo familiar también desean en mayor medida realizar actividad física. Sin embargo, compartir parte de su tiempo libre con familiares no implica un mayor deseo por el ejercicio físico entre los hombres, pero sí entre las mujeres. Políticas de promoción de la actividad física en familia facilitarían la posibilidad de satisfacer simultáneamente los deseos familiares y de ejercicio de estos adolescentes y, en mayor medida los de las mujeres.

Esta investigación nos revela que entre el deseo de práctica de actividad física y el deseo y la realización de actividades en familia se detectan alianzas, sin embargo, nos muestra independencias entre la realización de actividad física y el deseo y la realización de actividades en familia. En ningún caso rivalidad. Este hallazgo resulta de gran relevancia, ya que resalta la posibilidad de compaginar actividad física y ocio familiar, e incluso su fusión planteando actividades físicas en familia.

En concreto, la independencia constatada entre el comportamiento físico real, y el deseo y la práctica de ocio en familia apunta que entre los adolescentes riojanos físicamente activos existe tanto personas muy familiares como poco familiares. En cambio, entre los que desean ser físicamente activos, hay más adolescentes familiares.

En este sentido, si bien intensificar esfuerzos en ofertar nuevas alternativas de ocio físico-deportivo compartido en familia puede que no afecte a los jóvenes que ya se ejercitan, es bastante probable que favorezca un impulso hacia un hábito de vida activo entre los inactivos. De tal forma que si se les ofrece la posibilidad de realizar actividades físicas en fami-

Studies such as that of Offer (2013) indicate that family leisure consists mainly of indoor activities. However, the role of physical activities is not specified. This has been addressed in the present study, which reveals that, in females, spending free time with the family and the desire to share free time with the family are associated with the intention to carry out physical activity. However, in the case of the males, the desire to carry out physical activity is only reinforced among those who also wish to share free time with the family, but it is independent of taking part in family activities.

Among both the males and the females, those who wish to share free time with the family also express a greater desire to practice physical activity. However, although in the females, sharing part of their free time with their family implies a greater desire for physical exercise, this is not the case among the males. Policies of promotion of physical activity within the family would facilitate the possibility of simultaneously satisfying the adolescents' desires for family-oriented activities and exercise, although this would occur to a greater extent in the females.

This investigation reveals that there are alliances between the desire to practice physical activity and the desire to carry out family activities, but the performance of physical activity is independent of the performance of family activities. However, there is no rivalry. This finding is relevant, because it underlines the possibility of combining physical activity and family leisure, and even merging them together in physical family activities.

Specifically, the independence observed between real physical practice and the desire for and practice of family leisure indicates that, among physically active Riojan adolescents, some of them are quite family-oriented whereas others are not. In contrast, there are more family-oriented adolescents among those who would like to be more active physically.

Accordingly, although intensifying efforts to provide new alternatives of physical-sport leisure with the family may not affect youngsters who are already exercising, it is quite likely to promote an impulse towards a more active lifestyle among inactive adolescents. Thus, if the possibility to carry out physical activities with the family were offered to adolescents who are in the change stages of contem-

lia a aquellos que se encuentren en las etapas de cambio de contemplación o preparación —no practican actividad física pero les gustaría hacer algo en los próximos 6 meses o en el próximo mes— (Bauman, Sallis, Dzewaltowski & Owen (2002), Bernard *et al.* (2014), Biddle & Nigg (2000), Dumith, 2008, Gonçalves & Teixeira (2012), y Seabra, Thomis, Anjos & Maia (2008), se les esta generando la oportunidad de satisfacer dos deseos simultáneamente evitando posibles conflictos entre ambos.

Por su parte, la inexistencia de rivalidad entre actividad física y ocio familiar -entendida como que el deseo o la práctica de uno de estos dos ocios no disminuye la probabilidad de deseo o práctica de la otra experiencia-, rechaza la hipótesis de que si se desea o invierte parte de tiempo en actividades en familia, es menos probable que se desee o se practique actividad física.

Por último, se destaca que el presente estudio indica que es mayor el porcentaje de estudiantes de bachillerato que realizan actividades en familia que el de quienes lo desean, al contrario de lo que sucede con respecto a la actividad física, que es mayor el porcentaje de quienes desean practicarla que el de aquellos que realmente practican. Esto lleva a plantear futuras líneas de investigación que permitan comprender qué les lleva a practicar actividades en familia y/o físico-deportivas a quienes no lo desean y qué bloquea a quienes o llegan a convertir esos deseos en realidad.

Offer (2013) señala que las actividades en familia son más frecuentadas por los adolescentes cuando mantienen buena relación con sus padres. Profundizando en este aspecto, otras evidencias científicas (Buswell, Zabriskie & Lundberg, 2012; Dodd, Zabriskie, Widmer & Eggett, 2009; Freeman & Zabriskie, 2003; Hornberger, Zabriskie & Freeman, 2010) constatan la existencia de una estrecha asociación del funcionamiento interno de la familia con el ocio familiar. En el futuro se debería indagar sobre cómo el funcionamiento interno familiar condiciona, en concreto, la actividad física de los adolescentes, en general, y las compartidas en familia, en particular.

plation or preparation—they are not currently exercising but would like to do so in the next 6 months or the next month (Bauman, Sallis, Dzewaltowski & Owen, 2002; Bernard *et al.*, 2014; Biddle & Nigg, 2000; Dumith, 2008; Gonçalves & Teixeira, 2012; Seabra, Thomis, Anjos & Maia, 2008)—, we would be creating the opportunity for them to simultaneously satisfy both desires, avoiding possible conflicts between them.

On the other hand, the inexistence of rivalry between physical activity and family leisure—considering that the desire or the practice of one of these two kinds of leisure does not decrease the probability of desiring or practicing the other kind—inclines us to reject the hypothesis stating that if one wishes to spend part of one's time on family activities, one is less likely to desire or to practice physical activity.

Lastly, the present study shows that the percentage of high school students who actually take part in family activities is greater than the percentage of high school students who would like to do so. This is the opposite of the case of physical activity: the percentage of students who desire to practice physical activity is higher than those who actually do so. We propose new lines of research that would help us to understand what leads people to practice family activities and/or physical-sport when they do not wish to perform such activities, and what prevents people from turning their desires into reality.

Offer (2013) notes that family activities are practiced more frequently by adolescents who have a good relationship with their parents. Examining this in more depth, other scientific existence (Buswell, Zabriskie, Lundberg & Hawkins, 2012; Dodd, Zabriskie, Widmer & Eggett, 2009; Freeman & Zabriskie, 2003; Hornberger, Zabriskie & Freeman, 2010) confirms a close association between internal family functioning and family leisure. In the future, the influence of internal family functioning on adolescents' physical activity in general and on the physical activities they share with their families in particular should be investigated.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS/ BIBLIOGRAPHIC REFERENCES

- Allison, K.R., Adlaf, E.M., Dwyer, J.J.M., Lysy, D.C. & Irving, H.M. (2007). The decline in physical activity among adolescent students - A cross-national comparison. *Canadian Journal of Public Health-Revue Canadienne De Sante Publique*, 98(2), 97-100.
- Bauman, A.E., Sallis, J.F., Dzewaltowski, D.A. & Owen, N. (2002). Toward a better understanding of the influences on physical activity: The role of determinants, correlates, causal variables, mediators, moderators, and confounders. *American Journal Preventive Medicine*, 23(2), 5-14. doi: 10.1016/S0749-3797(02)00469-5
- Bernard, P., Romain, A.J., Trouillet R., Gernigon, C., Nigg, C. & Ninot, G. (2014). Validation of the TTM processes of change measure for physical activity in an adult French sample. *International Journal of Behavioral Medicine*, 21, 402-410. doi: 10.1007/s12529-013-9292-3.
- Biddle, S.J.H. & Nigg, C.R. (2000). Theories of exercise behavior. *International Journal of Sport Psychology*, 31, 290-304.
- Bleakley, A., Jordan, A.B. & Hennessy, M. (2013). The relationship between parents' and children's television viewing. *Pediatrics*, 132(2), E364-E371. doi: 10.1542/peds.2012-3415.
- Buswell, L., Zabriskie, R.B., Lundberg, N. & Hawkins, A.J. (2012). The relationship between father involvement in family leisure and family functioning: The importance of daily family leisure. *Leisure Sciences*, 34(2), 172-190. doi: 10.1080/01490400.2012.652510
- Caride, J.A., Lorenzo, J.J. & Rodríguez, M.A. (2012). Educar cotidianamente: el tiempo como escenario pedagógico y social en la adolescencia escolarizada. *Pedagogía Social. Revista Interuniversitaria*, 20, 19-60. doi: 10.7179/psri\_2012.20.1
- Cheng, L.A., Mendonca, G. & de Farias Junior, J.C. (2014). Physical activity in adolescents: Analysis of the social influence of parents and friends. *Jornal de pediatria*, 90(1), 35-41. doi:10.1016/j.jpmed.2013.05.006
- Clemente-Bosch, E., Llopis-Gonzalez, A., Rubio-Lopez, N., Westall-Pixton, D. & Morales-Suarez-Varela, M.M. (2013). Physical activity rates among adolescents: The gender role in Spain. *Hong Kong Journal of Paediatrics*, 18(4), 199-203.
- Codina, N. & Pestana, J.V. (2012). Estudio de la relación del entorno psicosocial en la práctica deportiva de la mujer [Study of the relation of the psychosocial setting with female's sports practice]. *Revista de Psicología del Deporte*, 21(2), 243-251.
- Cuenca, M. (2000). *Ocio humanista*. Bilbao: Universidad de Deusto.
- Dodd, D., Zabriskie, R., Widmer, M. & Eggett, D. (2009). Contributions of family leisure to family functioning among families that include children with developmental disabilities. *Journal of Leisure Research*, 41(2), 261-286.
- Dumith, S.C. (2008). Proposta de um modelo teórico para a adoção da prática de atividade física. *Revista Brasileira de Atividade Física e Saúde*, 13(2), 52-62.
- Dumith, S.C., Domingues, M.R., Gigante, D.P., Hallal, P.C., Menezes, A.M.B. & Kohl, H.W. (2010). Prevalence and correlates of physical activity among adolescents from Southern Brazil. *Rev Saúde Pública*, 44 (3), 457-467. doi: 10.1590/S0034-89102010000300009
- Freeman, P.A. & Zabriskie, R.B. (2003). Leisure and family functioning in adoptive families: Implications for therapeutic recreation. *Therapeutic Recreation Journal*, 37(1), 73-93.
- Fuemmeler, B.F., Anderson, C.B. & Mâsse, L.C. (2011). Parent-child relationship of directly measured physical activity. *International Journal of Behavioural Nutrition and Physical Activity*, 8(17), 1-9. doi:10.1186/1479-5868-8-17
- García Ferrando, M. (2001). *Los españoles y el deporte. Prácticas y comportamientos de la última década del siglo XX. Encuesta sobre los hábitos físico-deportivos de los españoles, 2005*. Madrid: CSD and CIS.
- García Ferrando, M. (2006). *Postmodernidad y deporte. Entre la individualización y la masificación. Encuesta sobre los hábitos físico-deportivos de los españoles, 2000*. Madrid: Ministerio de Educación, Cultura y De-

porte. CCS.

- García-Moya, I., Moreno, C., Rivera, F., Ramos, P. & Jiménez-Iglesias, A. (2011). Iguales, familia y participación en actividades deportivas organizadas durante la adolescencia. *Revista de Psicología del Deporte*, 21(1), 153-158.
- Goldschmidt, A.B., Wall, M.M., Choo, T.H.J., Bruening, M., Eisenberg, M.E. & Neumark-Sztainer, D. (2014). Examining associations between adolescent binge eating and binge eating in parents and friends. *International Journal of Eating Disorders*, 47(3), 325-328. doi: 10.1002/eat.22192
- Gonçalves, M. & Teixeira, R. (2012). Intenção de mudança de comportamento em adolescentes para a prática de atividades físicas de lazer. *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte*, 26(4), 705-716. doi: 10.1590/S1807-55092012000400014
- Hornberger, L., Zabriskie, R. & Freeman, P. (2010). Contributions of family leisure to family functioning among single-parent families. *Leisure Sciences*, 32(2), 143-161. doi: 10.1080/01490400903547153
- Kahn, J.A., Huang, B., Gillman, M.W., Field, A.E., Austin, S.B., Colditz, G.A. & Frazier, A.L. (2008). Patterns and determinants of physical activity in U.S. adolescents. *Journal of Adolescent Health*, 42, 369-377. doi: 10.1016/j.jadohealth.2007.11.143
- Kleiber, D., Bayón, F. & Cuenca, J. (2012). La educación para el ocio como preparación para la jubilación en Estados Unidos y España. *Pedagogía Social. Revista Interuniversitaria*, 20, 137-176. doi: 10.7179/PSRI\_2012.20.4
- Lamont, A.J., Mortby, M.E., Anstey, K.J., Sachdev, P.S. & Cherbuin, N. (2014). Using sulcal and gyral measures of brain structure to investigate benefits of an active lifestyle. *NeuroImage*, 91, 353-9. doi: 10.1016/j.neuroimage.2014.01.008
- Moscoso, D. & Moyano, E. (Coords.) (2009). Deporte, salud y calidad de vida. *Colección de Estudios Sociales*, 26. Barcelona: Fundación La Caixa.
- Offer, S. (2013). Family time activities and adolescents' emotional well-being. *Journal of Marriage and Family*, 75, 26-41. doi: 10.1111/j.1741-3737.2012.01025.x
- Omorou, Y.A., Erpelding, M.L., Escalon, H. & Vuillemin, A. (2013). Contribution of taking part in sport to the association between physical activity and quality of life. *Quality of Life Research*, 22(8), 2021-2029. doi: 10.1007/s11136-013-0355-3
- Ponce de León, A., Sanz E., Ramos, R. & Valdemoros, M.A. (2010). *MACOFYD- Cuestionario de motivaciones, actitudes y comportamientos en el ocio físico-deportivo juvenil* [Questionnaire of motivations, attitudes and behaviors in juvenile physical-sport leisure]. Logroño: Universidad de La Rioja, Spain.
- Ragan, D.T., Osgood, D.W. & Feinberg M.E. (2014). Friends as a bridge to parental influence: Implications for adolescent alcohol use. *Social Forces*, 92(3), 1061-1085. doi: 10.1093/sf/sot117
- Rangul, V., Holmen, T.L., Bauman, A., Bratberg, G.H., Kurtze, N. & Midthjell, K. (2011). Factors predicting changes in physical activity through adolescence: The Young-Hunt study, Norway. *Journal of Adolescent Health*, 48, 616-624. doi: 10.1016/j.jadohealth.2010.09.013
- Ridder, M.A.M., Visscher, T.L.S., Hirasing, R.A., Seidell, J.C. & Renders, C.M. (2014). Dutch teachers and parents about overweight prevention in pre-vocational schools. *Health Promotion International*, 29(1), 15-25. doi: 10.1093/heapro/dato65
- Sánchez, A. (2013). ¿Es posible el empoderamiento en tiempos de crisis? Repensando el desarrollo humano en el nuevo siglo [Is empowerment possible in times of crisis? Rethinking human development in the new century]. *Universitas Psychologica*, 12(1), 285-300.
- Sanz, E., Ponce de León, A. & Valdemoros, M.A. (2012). Parental predictors of physical inactivity in Spanish adolescents. *Journal of Sports Science and Medicine*, 1 (1), 95-101.
- Seabra, A.F., Thomis, M.A., Anjos, L.A. & Maia, J.A. (2008). Determinantes biológicos e sócio-culturais associados a prática de atividade física de adolescents. *Caderno de Saúde Pública*, 24(4), 721-36. doi: 10.1590/S0102-311X2008000400002
- Silva, P., Lott, R., Mota, J. & Welk, G. (2014). Direct and indirect effects of social support on youth physical ac-

- tivity behavior. *Pediatric exercise science*, 26(1), 86-94. doi:10.1123/pes.2012-0207
- Toftgaard-Stockel, J., Nielsen, G.A., Ibsen, B. & Andersen, L.B. (2011). Parental, socio and cultural factors associated with adolescents' sports participation in four Danish municipalities. *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports*, 21, 606-611. doi: 10.1111/j.1600-0838.2010.01093.x
- Travis, R. & Leech, T.G.J. (2014). Empowerment-based positive youth development: a new understanding of healthy development for African American youth. *Journal of Research on Adolescence*, 24(1), 93-116. doi: 10.1111/jora.12062
- Unger, J.B. (2014). Cultural influences on substance use among Hispanic adolescents and young adults: Findings from Project RED. *Child Development Perspectives*, 8(1), 48-53. doi: 10.1111/cdep.12060
- Vazsonyi, A.T., Lloyd E., Pickering, L.E., Belliston, L.M., Hessing, D. & Junger, M. (2002). Routine activities and deviant behaviors: American, Dutch, Hungarian, and Swiss youth. *Journal of Quantitative Criminology*, 18(4), 397-422. doi: 10.1023/A:1021121727676
- Verbakel, E. (2013). Leisure values of Europeans from 46 countries. *European Sociological Review*, 29(3), 669-682. doi: 10.1093/esr/jcs046
- Weng, P.Y. & Chiang, Y.C. (2014). Psychological restoration through indoor and outdoor leisure activities.

*Journal of Leisure Research*, 46(2), 203-217.

## **Anexo 1. Ítems del estudio (CUESTIONARIO MACOFYD)**

p.1 Sexo

- P.11. ¿Qué haces en tu tiempo libre? Puedes marcar más de una opción
- (1) Leer, escuchar música o ir al cine, teatro o espectáculos artísticos
  - (2) Practicar juegos de mesa o salón (futbolín, billar, cartas, parchis, ajedrez,...)
  - (3) Ir de tiendas
  - (4) Ver la televisión y películas de vídeo, jugar con videojuegos, consolas, y/u ordenador, navegar por Internet o manejar el teléfono móvil
  - (5) Visitas a museos, cursos culturales (idiomas, informática,...), viajar o hacer fotografías
  - (6) Tocar instrumentos musicales
  - (7) Estar con la familia
  - (8) Salir con los amigos, estar en el local, chamizo o parque
  - (9) Estar con mi pareja
  - (10) Estudiar más allá de lo necesario
  - (11) Realizar trabajos sociales (cruz roja, protección civil, cuidar ancianos, tareas de voluntariado)
  - (12) Practicar actividades físicas y deportivas (patinar, utilizar la bicicleta, jugar a fútbol, baloncesto...)
  - (13) Hacer trabajos manuales, coser, pintar,...
  - (14) Pertenecer a un club o asociación cultural, recreativa o de ocio y asistir a sus actividades.

## **Annex 1. Items of the study (MACOFYD QUESTIONNAIRE)**

p.1 Sex

- P.11. What do you do in your free time? You can mark more than one option
- (1) Read, listen to music, or go to the cinema, theater, or artistic shows
  - (2) Play board or indoor games (table football, billiards, cards, parcheesi, chess,...)
  - (3) Go shopping
  - (4) Watch TV and video films, play with videogames, consoles and/or computer, surf the Internet or the cell phone
  - (5) Visit museums, cultural courses (languages, computer...), travel or take pictures
  - (6) Play musical instruments
  - (7) Be with my family
  - (8) Go out with friends, hang out at our place, hut, or park
  - (9) Be with my girlfriend/boyfriend
  - (10) Study more than necessary
  - (11) Do social works (Red Cross, Civil Protection, attend to old people, volunteerism)
  - (12) Practice physical and sports activities (skate, cycling, soccer, basketball...)
  - (13) Do handicrafts, sew, paint,...
  - (14) Belong to a club or cultural, recreational, or leisure association and attend their activities.
  - (15) Other: specify which ones.



(15) Otras: ¿qué?

P.14. Si sólo dependiera de tus gustos personales, ¿en qué actividades te gustaría emplear tu tiempo libre? Puedes marcar más de una opción.

- (1) Leer, escuchar música o ir al cine, teatro o espectáculos artísticos
- (2) Practicar juegos de mesa o salón (futbolín, billar, cartas, parchis, ajedrez,...)
- (3) Ir de tiendas
- (4) Ver la televisión y películas de vídeo, jugar con videojuegos, consolas, y/u ordenador, navegar por Internet o manejar el teléfono móvil
- (5) Visitas a museos, cursos culturales (idiomas, informática,...), viajar o hacer fotografías
- (6) Tocar instrumentos musicales
- (7) Estar con la familia
- (8) Salir con los amigos, estar en el local, chamizo o parque
- (9) Estar con mi pareja
- (10) Estudiar más allá de lo necesario
- (11) Realizar trabajos sociales (cruz roja, protección civil, cuidar ancianos, tareas de voluntariado)
- (12) Practicar actividades físicas y deportivas (patinar, utilizar la bicicleta, jugar a fútbol, baloncesto...)
- (13) Hacer trabajos manuales, coser, pintar,...
- (14) Pertenecer a un club o asociación cultural, recreativa o de ocio y asistir a sus actividades.
- (15) Otras: ¿qué?

P.14. If it depended only on your personal taste, what activities would you like to do in your free time? You can mark more than one option.

- (1) Read, listen to music, or go to the cinema, theater, or artistic shows
- (2) Play board or indoor games (table football, billiards, cards, parcheesi, chess,...)
- (3) Go shopping
- (4) Watch TV and video films, play with videogames, consoles and/or computer, surf the Internet or the cell phone
- (5) Visit museums, cultural courses (languages, computer...), travel or take pictures
- (6) Play musical instruments
- (7) Be with my family
- (8) Go out with friends, hang out at our place, hut, or park
- (9) Be with my girlfriend/boyfriend
- (10) Study more than necessary
- (11) Do social works (Red Cross, Civil Protection, attend to old people, volunteerism)
- (12) Practice physical and sports activities (skate, cycling, soccer, basketball...)
- (13) Do handicrafts, sew, paint,...
- (14) Belong to a club or cultural, recreational, or leisure association and attend their activities.
- (15) Other: specify which ones.

## Notas

<sup>1</sup> El texto que presentamos se vincula al Proyecto de Investigación “De los tiempos educativos a los tiempos sociales: la construcción cotidiana de la condición juvenil en una sociedad de redes. Problemáticas específicas y alternativas pedagógico-sociales” (proyecto coordinado EDU2012-39080-C07-00) y al subproyecto “De los tiempos educativos a los tiempos sociales: la cotidianidad familiar en la construcción del ocio físico-deportivo juvenil” (EDU2012-39080-C07-05), cofinanciado en el marco del Plan Nacional I+D+i con cargo a una ayuda del Ministerio de Economía y Competitividad, y por el Fondo Europeo de Desarrollo Regional (FEDER, 2007-2013).

Agradecemos al Instituto de Estudios Riojanos el soporte financiero concedido al estudio dentro de las ayudas para estudios científicos de temática riojana (Ref.: Resolución nº 110 de 27 de diciembre de 2013 del Gerente del IER).

<sup>2</sup> This text is linked to the Research Project “From educational times to social times: daily construction of the juvenile condition in a network society. Specific problems and pedagogical-social alternatives” (coordinated project ) and to the subproject “From educational times to social times: Daily family events in the construction of juvenile physical-sport leisure” (), co-financed within the framework of the National I+D+i Plan with a subsidy from the Ministry of Economy and Competitiveness, and from the European Regional Development Fund ().

We thank the Instituto de Estudios Riojanos (IER) of the Government of La Rioja for the financial support granted to the study within the aids for Riojan scientific studies: Resolution nr 110 of December 27, 2013 of the Manager of the IER).

## CÓMO CITAR ESTE ARTÍCULO / HOW TO CITE THE ARTICLE

Ponce-de-León-Elizondo, A., Sanz-Arazuri, E. & Valdemoros-San-Emeterio, M.A. (2015). Ocio familiar y actividad física en estudiantes de bachillerato ¿alianza, rivalidad o independencia?. *Pedagogía Social. Revista Interuniversitaria*, 25 51-68. doi:10.7179/PSRI\_2015.25.3

Fecha de recepción del artículo / received date: 9.VI.2014

Fecha de revisión del artículo / reviewed date: 12.VI.2014

Fecha de aceptación final / accepted date: 16.V.2014

## DIRECCIÓN DE LOS AUTORES/ AUTHOR'S ADDRESS

Ana Ponce-de-León-Elizondo, Eva Sanz-Arazuri y Ma Ángeles Valdemoros-San-Emeterio. Universidad de la Rioja. Edificio Vives, Luis de Ulloa 8. 26004 Logroño (La Rioja), España.

Dirección de correo/e-mail: ana.ponce@unirioja.es; eva.sanz@unirioja.es; maria-de-los-angeles.valdemoros@unirioja.es

## PERFIL ACADÉMICO / ACADEMIC PROFILE

**Ana Ponce-de-León-Elizondo.** Doctora en Filosofía y Ciencias de la Educación y Premio Extraordinario de Doctorado. Profesora Titular en la Facultad de Letras y de la Educación de la Universidad de La Rioja. Directora e investigadora principal del Grupo de Investigación “Actividad Física y Deporte en el espacio y tiempo de Ocio” [AFYDO] de la Universidad de La Rioja y miembro de la Red de Investigación OcioGune. Investigadora en temas de Educación, Ocio, Actividad Física, educación motriz y Familia siendo IP en 14 investigaciones de I+D+I, autora de 21 libros, 67 capítulos de libro y artículos científicos.

**Eva Sanz-Arazuri.** Doctora en Educación Física por la Universidad de Zaragoza. Miembro del Equipo de Investigación AFYDO (UR). Profesora Contratada Doctora en la Facultad de Letras y de la Educación de la Universidad de La Rioja. Miembro del Grupo de Investigación “Actividad Física y Deporte en el espacio y tiempo de Ocio” [AFYDO] de la Universidad de La Rioja. Investigadora en el campo del ocio y la actividad físico-deportiva. Miembro de la Red de Equipos de Investigación en Estudios de Ocio, “Red OcioGune”. Directora de Estudios de Grado en Educación Primaria (Desde 2012). Autora de 5 libros y 35 artículos científicos y capítulos de libro.

**María Ángeles Valdemoros-San-Emeterio.** Doctora en Ciencias de la Educación por la Universidad de La Rioja. Especialista universitaria en Educación para la Salud y Experta universitaria en Animación Sociocultural. Profesora Titular Interina en la Facultad de Letras y de la Educación de la Universidad de La Rioja. Miembro del equipo de investigación “Actividad Física y Deporte en el espacio y tiempo de Ocio” [AFYDO]. Miembro de la Red de Equipos de Investigación en Estudios de Ocio, “Red OcioGune”. Investigadora en temas de Educación, Ocio, Actividad Física, Deporte y Familia, participa en investigaciones de I+D+I, autora de 5 libros, y 30 capítulos de libro y artículos científicos.