

# UNIVERSIDAD DE BURGOS

## ESCUELA DE DOCTORADO

### TESIS DOCTORALES

**TÍTULO:** MOTIVACIONES Y BARRERAS DEL ALUMNADO DE LA UNIVERSIDAD DE BURGOS HACIA LA PRÁCTICA FÍSICO-DEPORTIVA Y SU RELACIÓN CON EL SERVICIO *DEPORTES* DE LA UNIVERSIDAD

**AUTOR:** CORBÍ SANTAMARÍA, MIGUEL  
**PROGRAMA DE DOCTORADO:** EDUCACIÓN

**FECHA LECTURA:** 25/05/2017  
**HORA:** 12:00  
**CENTRO LECTURA:** FACULTAD DE EDUCACIÓN. SALÓN DE ACTOS  
**DIRECTORES:** CARMEN PALMERO CÁMARA – ALFREDO JIMÉNEZ PALMERO  
**TRIBUNAL:** ALFREDO JIMÉNEZ EGUIZÁBAL  
MIGUEL ÁNGEL SANTOS REGO  
JUAN MANUEL FERNÁNDEZ SORIA  
JORGE AUGUSTO PINTO SA SILVA MOTA  
BEATRIZ LÓPEZ BENITO

**RESUMEN:** El objetivo de este trabajo ha sido analizar las motivaciones y las barreras hacia la actividad físico-deportiva de una muestra representativa de estudiantes de la Universidad de Burgos, y conocer la relación de éstos con el servicio deportivo de la Universidad. 366 alumnos (127 hombres y 239 mujeres), con una edad media de 21,29 años, respondieron al cuestionario *ad hoc* que incluía, entre otros datos, el cuestionario validado sobre motivaciones hacia la actividad física *Goal Content Exercise Questionnaire*, y un cuestionario sobre barreras hacia la actividad física que fue analizado factorialmente y que determinó tres dimensiones: *obligaciones*, *preferencias* y *ambiente*. A partir de la interpretación de los datos se determinó que el 48,6% de los estudiantes realiza, al menos, una actividad físico-deportiva semanalmente, y que la motivación principal es el cuidado de salud seguida del desarrollo de las habilidades, no encontrando motivación acerca de aspectos sociales. Los motivos que alude la población sedentaria para no realizar actividad física se centran en las obligaciones. No obstante, el grupo de sedentarios que nunca ha practicado actividad física también debe su sedentarismo a las preferencias hacia otras actividades de tiempo libre. Por otro lado, menos de una cuarta parte de los alumnos ha utilizado el servicio deportivo de la Universidad. El aspecto peor valorado con respecto a este servicio fue la compatibilidad de horarios. Se concluye que el fomento de hábitos saludables a partir de la actividad físico-deportiva que debe incluirse en la formación universitaria necesita de la participación de todos los estamentos competentes involucrados.

**PALABRAS CLAVE:** Motivación, barreras, actividad físico-deportiva, deporte, Universidad, servicio de deportes.