

# Investigación Social Deporte - Actividades destacadas

<https://www.investigacionsocialdeporte.com/>

## Estudio Actividades físicas y deportivas para adolescentes.



Fundación **MAPFRE**

**ACTIVIDADES FÍSICAS Y DEPORTIVAS PARA LAS ADOLESCENTES**  
Necesidades, barreras y recomendaciones

 **CONSEJO COLEF**  
POR UNA EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTIVA PARA TODA LA VIDA

 **UNIVERSIDAD POLITÉCNICA DE MADRID**

 **GRUPO DE INVESTIGACIÓN PSICOSOCIAL EN EL DEPORTE**  
FCADYD (INEF) UPM

 **INEF**

Taller colaborativo online **elaboración de:**  
**RECOMENDACIONES QUE FOMENTEN LA PRÁCTICA FÍSICO-DEPORTIVA DE LAS ADOLESCENTES**



**14 MARZO 24** 16:30 h



Presentación  
del estudio:  
**29 FEB 24**

# ACTIVIDADES FÍSICAS Y DEPORTIVAS PARA LAS ADOLESCENTES:

**Necesidades, barreras y recomendaciones**



Dña. Barbara Fuertes  
Subdirectora de Mujer y Deporte  
CSD



D. Vicente Gambau i Pinesa  
Presidente, Consejo COLEF



Dña. María Martín Rodríguez  
Directora, Grupo de Investigación  
Psicosocial en el Deporte, URM



Dña. Eva Arranz Holguin  
Jefa de Actividad Fundacional,  
Fundación MAPFRE

Fundación  
**MAPFRE**



CONSEJO COLEF  
POR UNA EDUCACIÓN FÍSICA Y  
DEPORTIVA PARA TODA LA VIDA



UNIVERSIDAD  
POLITÉCNICA  
DE MADRID



GRUPO DE INVESTIGACIÓN  
PSICOSOCIAL EN EL DEPORTE  
FCAFVD (INEF) UPM



Este proyecto tiene como **objetivo** mejorar las oportunidades de práctica físico-deportiva de las adolescentes.

**En primer lugar**, hemos realizado un **estudio de investigación** presentado en colaboración con la Subdirección General de Mujer y Deporte del Consejo Superior de Deportes. En este estudio desarrollamos una encuesta en una muestra representativa de la población española escolarizada en Educación Secundaria Obligatoria. Sus resultados ofrecen un diagnóstico de la realidad adolescente mediante una fotografía en forma de datos. En paralelo desarrollamos diferentes técnicas cualitativas para explicar por qué la realidad es esta y no otra, ofreciendo soluciones para mejorarla.

Algunas de las **conclusiones más destacadas** del estudio son que solo el 23% de las chicas de Secundaria alcanza el nivel de actividad física vinculado al cumplimiento de las recomendaciones OMS (2020), frente al 49% de los chicos. Las actividades que más hacen ellas son pasear (40%) y bailar, ambas al margen del sistema deportivo. En los chicos destaca la futbolización de su práctica (57%) y que ocupan mayoritariamente los espacios de práctica físico-deportiva. Uno de los resultados más relevantes es que **7 de cada 10 chicas quieren moverse más y mejor**. Principalmente les gustaría divertirse con amigas haciendo deporte. Al contrario que a los chicos, la competición solo motiva a una minoría. Para ellas es más difícil conciliar estudios con práctica ya que tienen menor oferta y amigas que practiquen. La triangulación metodológica concreta 10 acciones estratégicas para impulsar la práctica físico-deportiva de las adolescentes, como cambiar el paradigma de los espacios físico-deportivos deportivos o unir fuerzas para impulsar un modelo de práctica salud que conviva con el deporte de competición.

**ACCEDE AL ESTUDIO COMPLETO EN Actividades físicas y deportivas para las adolescentes: Necesidades, barreras y recomendaciones.**

Esta primavera 2024 estamos dando el **siguiente paso, concretar recomendaciones** para los agentes sociales y políticos implicados en la práctica físico-deportiva adolescente. Para ello realizamos un **Taller online colaborativo**, organizado por el Consejo COLEF y abierto a profesionales que trabajan con adolescentes, interviniendo

directamente en las actividades o dirigiendo servicios. Además, seguimos **identificando buenas prácticas** inspiradoras.

**Equipo investigador:** María Martín (IP), María Isabel Barriopedro, Raúl Sánchez, Miguel Ángel Gómez Ruano, Natalia Pedrajas, Jaime Prieto (Universidad Rey Juan Carlos), José Antonio Santacruz y Ángel Clemente (Universidad de Alcalá de Henares).

**Financiación:** Fundación MAPFRE  
Superior de Deportes

**Colaboran:** Consejo COLEF y Consejo

**Fundación  
MAPFRE**



**CONSEJO COLEF**  
CONSEJO GENERAL  
DE LA EDUCACIÓN FÍSICA  
Y DEPORTIVA



**Link to Original article:**

<https://www.investigacionsocialdeporte.com//w/giupm/76057/actividades-destacadas-igualdad?elem=289655>