

LAS CHICAS HABLAN: EXPERIENCIAS DE LAS ADOLESCENTES EN LAS CLASES DE EDUCACIÓN FÍSICA E INTERÉS POR LOS ESTUDIOS EN CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE

 *Laura Moreno-Vitoria**

 *María-Nieves Sánchez-Díaz***

 *Paula Bianchi****

 *Ruth Cabeza-Ruiz*****

Resumen

Aunque las mujeres son mayoría en la universidad, su presencia en los grados de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte ha disminuido en los últimos años. Este estudio cualitativo explora las creencias y experiencias de diez adolescentes en las clases de Educación Física, así como su conocimiento e intención de cursar estudios en Ciencias del Deporte. A través de entrevistas semiestructuradas, se analizan sus vivencias durante la etapa secundaria y su percepción sobre las oportunidades profesionales en el ámbito deportivo. Las participantes advierten desigualdades en las clases de Educación Física respecto a sus compañeros y evidencian limitaciones en el conocimiento de los estudios y salidas profesionales de las Ciencias del Deporte.

Palabras clave: Adolescentes, profesorado, educación física, estudios superiores, ciencias de la actividad física y el deporte.

Resumo

A palavra das jovens: experiências das adolescentes nas aulas de educação física e o interesse pelos estudos universitários em Ciências da Atividade Física e do Desporto

Se por um lado as mulheres são maioria na universidade, por outro a sua presença nos cursos ligados às Ciências da Educação Física e do Desporto diminuiu nos últimos anos.

* Facultad de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, Universidad de Valencia (UV), 46010, Valencia, España.

Dirección Postal: Calle Gascó Oliag, 3, 46010, Valencia, España.

Correo electrónico: laumovit@gmail.com

** Universidad Internacional de La Rioja (UNIR), 26006, Logroño, La Rioja, España.

Dirección Postal: Av. De la Paz, 137, 26006, Logroño, La Rioja, España.

Correo electrónico: mariadelasnieves.sanchez@unir.net

*** Facultad de Ciencias de la Educación, Universidad de Sevilla (US), 41013, Sevilla, España.

Dirección Postal: Calle Pirotecnia s/n, 41013, Sevilla, España.

Correo electrónico: pbianchi@us.es

**** Facultad de Ciencias de la Educación, Universidad de Sevilla (US), 41013, Sevilla, España.

Dirección Postal: Calle Pirotecnia s/n, 41013, Sevilla, España.

Correo electrónico: ruthcr@us.es

Este estudo qualitativo explora as crenças e experiências de dez adolescentes nas aulas de Educação Física, bem como os seus conhecimentos e a sua intenção de seguir estudos superiores nesta área. Através de entrevistas semiestruturadas, analisam-se as suas vivências no ensino secundário e as suas percepções sobre as oportunidades profissionais no contexto desportivo. As participantes assinalam desigualdades nas aulas de educação física em relação aos seus colegas e evidenciam limitações no conhecimento sobre os estudos e as saídas profissionais das Ciências do Desporto.

Palavras-chave: Adolescentes, docentes, educação física, estudos superiores, ciências do desporto.

Abstract

Girls Speak Out: Adolescent Girls' Experiences in Physical Education Classes and Interest in Studies in Physical Education and Sport Sciences

Although women represent the majority in higher education, their presence in Physical Education and Sport Sciences degrees has significantly declined in recent years. This qualitative study explores the beliefs and experiences of ten adolescent girls in their Physical Education classes, as well as their knowledge of and intentions to pursue higher education in Sport Sciences. Using semi-structured interviews, this study presents an analysis of their experiences during secondary education and their perceptions of professional opportunities in the sports field. The participants report gender inequalities in Physical Education classes compared to their male peers and reveal limited awareness regarding Sport Sciences in higher education and job prospects in this field.

Keywords: Adolescent girls, teachers, physical education, higher education, sport sciences.

1. Introducción

Las mujeres españolas se fueron incorporando a los estudios universitarios de manera simbólica durante las primeras décadas del siglo XX y de forma más significativa en los años 1980 y 1990, para hacerlo plenamente en el siglo XXI. De hecho, en el curso 2022-2023, las mujeres eran el 56,8% del total del alumnado universitario español (Instituto de las Mujeres 2023). Al mismo tiempo, la relación de las mujeres con la actividad física y el deporte ha experimentado importantes transformaciones a lo largo de la historia. En el caso de España, los hábitos de práctica deportiva de las mujeres han aumentado de forma progresiva. Mientras que en 1980 sólo el 17% de las mujeres practicaba ejercicio físico, esta cifra ascendió al 42% en 2015 y alcanzó el 51% en 2022 (Ministerio de Cultura y Deporte 2022).

La incorporación masiva de las mujeres a la práctica deportiva y a la universidad no se refleja en su interés por los estudios superiores de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte (CAFYD) ni en las profesiones del sector (Sáinz & Meneses 2018; Hernández Franco & Franco Álvarez 2020). En España existen estudios de Educación Física (EF) desde 1967, cuando se crea el primer Instituto Nacional de Educación Física (INEF). Aunque entonces no eran universitarios,

estos planes formativos sentaron las bases de las actuales titulaciones de CAFYD. En su primera promoción solo hubo varones, y las mujeres comenzaron a incorporarse progresivamente. Tras el importante acceso de las mujeres a los INEF, y posteriormente a las licenciaturas de EF y grados de CAFYD, en las últimas dos décadas se ha producido un descenso de matriculaciones femeninas. Esto repercute en el acceso de las mismas a las profesiones relacionadas con la actividad física y el deporte (Vázquez 2019) y, por ende, influye en la masculinización del sector.

Existen publicaciones que estudian la disminución del número de mujeres en los estudios de CAFYD en España. Garay Ibañez de Elejalde et al. (2018) investigaron esta problemática en el País Vasco entre 1986 y 2016. Con relación a las matrículas, en el primer periodo estudiado (1986-2005), el número de varones doblaba al de mujeres. Sin embargo, a partir de 2005 el porcentaje de chicos triplicaba el de chicas, tendencia que se ha mantenido hasta 2016. Por su parte, Serra Payeras et al. (2019a) estudiaron los datos de matriculación desde 1989 hasta 2019 en los centros de Cataluña. Los resultados muestran que las matrículas de mujeres fueron incrementándose paulatinamente hasta que en el curso 2000-2001 se alcanzó un porcentaje del 39,3% para caer a menos de la mitad en el curso 2014-2015 (17,3%). Porto (2009) llevó a cabo un estudio en el que contabilizaba las matriculaciones en las titulaciones de Magisterio en EF y Licenciatura en CAFYD en Galicia, desde los años 1990 hasta 2007, obteniendo resultados similares.

En España existe un compromiso estatal que trata de incentivar la igualdad en el ámbito educativo, es decir, el marco legal o la igualdad formal están materialmente establecidos. Es el caso de la Ley Orgánica 3/2007, para la igualdad efectiva de mujeres y hombres, que insta a las instituciones educativas a incluir el respeto por el principio de igualdad (LOIEMH 2007). También la Ley Orgánica 2/2023, del Sistema Universitario (LOSU 2023), defiende que la universidad debe asentarse en la base de la equidad. Por último, la Ley Orgánica 3/2020, de Educación (LOMLOE 2020), expone el enfoque coeducativo como principio vertebral en educación obligatoria. Las leyes educativas son relevantes, pues será en la EF escolar donde muchas niñas y niños tengan sus primeras experiencias físico-deportivas. Estas vivencias podrían condicionar su interés por la actividad física y el deporte y el desarrollo de hábitos activos a lo largo de su vida.

En este sentido, el profesorado de EF juega un papel fundamental, pues es responsable de promover una EF libre de sexismo y de fomentar una cultura escolar coeducativa que motive especialmente a las adolescentes. Este enfoque es clave, ya que las jóvenes representan la mitad del alumnado y, aunque los mandatos de género afectan también a los varones, ellas son el grupo social que enfrenta mayores obstáculos en el ámbito deportivo debido, entre otras, a su socialización de género y al androcentrismo del deporte (Serra Payeras et al. 2020). Sin embargo, a pesar de la importancia de la formación del profesorado en materia de igualdad, la realidad es que esta es muy insuficiente. Según algunos estudios, los centros donde se imparten los títulos de CAFYD carecen de asignaturas y contenidos

relacionados con las mujeres (Serra Payeras et al. 2019a; Castro-García & López-Villar 2022). Tampoco en los posgrados de formación docente se incluyen materias relacionadas con la coeducación, por lo que el profesorado llega a los centros sin formación para atender a niñas y adolescentes, contribuyendo a la reproducción de mandatos de género estereotipados generación tras generación.

Estudios previos han explicado la persistencia de una masculinización estructural de los estudios de CAFYD en base a un modelo androcéntrico basado en el rendimiento y alejado de los intereses de las mujeres (Serra Payeras et al. 2016a; Serra Payeras et al. 2016b). Otros estudios evidencian que las vivencias en las clases de EF y la influencia del profesorado repercuten en el disfrute y satisfacción de las chicas por la actividad física (Budd et al. 2018; Owen et al. 2019; Serra Payeras et al. 2019b). Sin embargo, no se han identificado estudios cualitativos que tengan como objetivo dar voz a adolescentes para conocer sus creencias y experiencias en las clases de EF e indagar en su nivel de conocimiento sobre los estudios de CAFYD y su interés o intención de cursarlos.

2. Metodología

El estudio sigue una metodología cualitativa, siendo el análisis temático el método utilizado para el desarrollo de la investigación. En el estudio se utilizó la técnica de entrevistas con el fin de comprender la realidad de las participantes a través de la narración de sus experiencias en EF y su conocimiento e interés por los estudios de CAFYD.

Participantes

Las participantes fueron 10 adolescentes con edades comprendidas entre los 15 y los 17 años (Media = 15,8 años). Cinco de ellas eran de Andalucía (Sur de España), mientras que las otras cinco eran de la Comunidad Valenciana (Este de España). Los criterios de inclusión fueron (I) ser mujer, (II) ser estudiante de 4º de ESO o 1º de Bachillerato, y (III) ser físicamente activa. En la tabla 1 se pueden observar los datos descriptivos de las participantes.

Para invitar a las adolescentes a participar en el estudio, se elaboraron una hoja informativa y un consentimiento informado. En Andalucía, la búsqueda de participantes se realizó en un instituto de secundaria, donde el profesor de EF se encargó de distribuir ambos documentos. En la Comunidad Valenciana, las participantes pertenecían a un club deportivo, y la difusión de la información y la documentación estuvo a cargo de la entrenadora. Al tratarse de menores, la participación requirió autorización adulta y el interés expreso de las adolescentes.

Tabla 1
Datos descriptivos de las participantes

	Edad	Curso	Actividad físico-deportiva practicada
Sonia	17	1º Bachillerato	Artes marciales y actividades de musculación
Silvia	15	4º ESO	Artes marciales y natación
Alexia	15	4º ESO	Atletismo y fútbol
Nadia	16	4º ESO	Atletismo, windsurf y calistenia
Carolina	16	1º Bachillerato	Balonmano
Mirian	17	1º Bachillerato	Balonmano
Clara	16	1º Bachillerato	Balonmano
Mireia	16	4º ESO	Balonmano
Noemí	15	4º ESO	Balonmano
Estefanía	15	4º ESO	Balonmano

Nota. Todas las participantes realizaban deporte de manera organizada (club o federación).
Fuente: Elaboración propia.

Técnica de recogida de datos

Se empleó la entrevista semiestructurada como medio de investigación cualitativa con preguntas redactadas *ad hoc* en torno a dos dimensiones en base al objetivo del estudio: EF y Futuro académico-profesional.

Para el desarrollo de las entrevistas, se estructuró el instrumento en cuatro partes. En primer lugar, se hicieron preguntas generales sobre su situación deportiva actual a modo de introducción (p. ej.: “¿Realizas actividad física fuera del horario lectivo?”). A continuación, se formularon preguntas específicas que exploraban cuestiones relacionadas con la EF (dimensión I), como el profesorado (p. ej.: “¿cómo sería tu docente ideal en las clases de EF?”), sus percepciones de la asignatura (p. ej.: “¿crees que las clases de EF les gustan más a los chicos que a las chicas?”), o el gusto por la EF (p. ej.: “¿qué quitarías o añadirías a las clases de EF para que te gustaran más?”). La tercera parte estaba formada por cuestiones relacionadas con el futuro académico y profesional (dimensión II), como la influencia del eje sexo-género en la elección de estudios superiores (p. ej.: “¿piensas que ser chica o chico condiciona la elección de estudios universitarios?”) o el grado de conocimiento sobre los estudios de CAFYD (p. ej.: “¿conoces alguna de las salidas profesionales de los estudios de CAFYD?”). Finalmente, se animaba a las partici-

Tabla 2
Sistema de categorías, subcategorías y códigos

Categoría	Subcategoría	Código	Descripción
Educación Física	1. Docente	1.1. Sexo	Percepción de la influencia del sexo del docente en las clases de EF
		1.2. Profesorado ideal	Características y rasgos deseables del profesorado de EF
		1.3. Características del profesorado	Descripciones del profesorado de EF actual
		1.4. Expectativas del profesorado	Percepciones sobre las expectativas del profesorado sobre su alumnado en función del sexo
	2. Gusto por las clases de EF	2.1. Diferencias de género	Diferencias entre chicos y chicas en el interés por la asignatura
		2.2. Motivación por la asignatura	Interés de las participantes por la EF
		2.3. Experiencia en las clases	Vivencias personales en las clases de EF
		2.4. Vinculación con la práctica deportiva	Influencia de la asignatura de EF en la práctica de actividad física y deporte extraescolar
	3. Percepción de la asignatura	3.1. Propuestas de mejora	Propuestas de mejora de la asignatura de EF
		3.2. Crítica a la EF	Críticas a las clases de EF
Futuro académico-profesional	4. Sexo/género y estudios superiores	4.1. Sexo y estudios superiores	Opiniones sobre la influencia de la diferencia sexual en la elección de estudios superiores
		4.2. Género y estudios superiores	Opiniones sobre la influencia de roles y estereotipos de género en la elección de estudios superiores
	5. CAFYD	5.1. Desarrollo profesional	Conocimiento sobre las salidas profesionales
		5.2. Elección y motivos	Motivos para cursar CAFYD
		5.3. Eje sexo-género	Influencia del eje sexo-género en la elección de estudios superiores
		5.4. EF y estudios de CAFYD	Influencia de la EF en la elección de estudios de CAFYD
		5.5. Profesorado y estudios de CAFYD	Influencia del profesorado de EF para elegir estudios de CAFYD
		5.6. Propuestas de mejora	Ideas y propuestas para aumentar las matrículas femeninas en CAFYD

Fuente: Elaboración propia.

pantes a proporcionar ideas sobre cómo potenciar el interés de las adolescentes por los estudios superiores vinculados al deporte.

Procedimiento

Se realizaron un total de 10 entrevistas individuales entre mayo de 2022 y abril de 2024. Todas ellas se hicieron de manera presencial y tuvieron una duración de entre 15 y 20 minutos. Las cinco adolescentes de Andalucía realizaron las entrevistas en sus centros escolares mientras que las participantes de la Comunidad Valenciana fueron entrevistadas en las instalaciones donde entrenaban.

Análisis de datos

Las entrevistas fueron registradas con una grabadora de audio y la información recogida fue transcrita y reservada para su análisis posterior. Tras la lectura profunda de las transcripciones, se creó un sistema deductivo-inductivo de categorías, subcategorías y códigos (tabla 2) siguiendo las propuestas de Nowell et al. (2017) y teniendo como base las dos dimensiones establecidas (EF y Futuro académico-profesional).

El análisis de datos se realizó en dos momentos. Primero, se codificaron manualmente todas las entrevistas – garantizando la unanimidad entre investigadoras –, y se resaltaron los *verbatim* más significativos. En un segundo momento, los datos fueron analizados mediante el Software de Análisis Cualitativo MaxQDA 12.

3. Resultados

Los objetivos de este trabajo eran conocer las creencias y experiencias de mujeres adolescentes en relación con las clases de EF e indagar en su nivel de conocimiento sobre los estudios de CAFYD y su interés o intención de cursarlos. Se presenta a continuación lo que las chicas manifestaron.

3.1. Educación Física

Docentes de EF: referentes para bien y para mal

Las participantes describieron a su profesorado actual. Cinco nunca habían tenido una profesora de EF y las otras cinco solo recordaban una, generalmente en Primaria. Aunque casi todas afirmaron que el sexo del docente no influía en su experiencia, algunas respuestas reflejaron ciertas incongruencias:

Sí que es verdad que tener una mujer de profesora a las chavalas quizás, pues les ayuda, porque tienen un referente y como que motiva más [...]. (Alexia)

Del mismo modo, otra participante declaró:

[...] sí que tengo curiosidad y me apetece tener alguna vez una profe de EF chica, porque igual así nos motivaríamos más y haría cosas que nos gustan más a las chicas. (Carolina)

La mitad de las entrevistadas describieron de una forma positiva a su docente de EF. Sin embargo, algunas participantes señalaron desinterés por parte de sus profesores y cuestionaron la utilidad de las actividades y otras mostraron neutralidad en sus descripciones:

A ver está bien, hacemos actividades, damos temas, pero como todos los profesores de EF. (Silvia)

Como profesor de EF... que sí que es muy buen profesor, pero que no es mi favorito, no conecta. (Alexia)

Por último, las adolescentes tuvieron que considerar si el profesorado tenía diferentes expectativas sobre el alumnado en función del sexo:

No sé, quizás sí. O sea, no nos lo dicen directamente ¿sabes? Pero, por ejemplo, sí que se ve en las clases cuando utilizan a alguien así de ejemplo y tal [...]. Siempre sacan a los mismos. (Carolina)

Una asignatura diferente que se ha convertido en lo de siempre

Las participantes también describieron sus experiencias en la asignatura mostrando sensaciones positivas durante las clases. Así mismo, valoraron si estas influían en su interés por la actividad física y el deporte fuera del aula:

A ver, en parte sí, porque si a mí me gusta lo que hago en EF, pues a lo mejor voy más animada a hacer algún tipo de deporte [fuera de las clases]. (Mirian)

Yo creo que sí, porque, quieras o no, cuando das clase te están enseñando los deportes que tienes que hacer o que puedes practicar, y si te gustan en la clase después puedes apuntarte a cualquier deporte que te haya interesado [fuera de las clases]. (Clara)

Seis participantes consideraron que la asignatura de EF no influía en su interés por el deporte y otras chicas invirtieron la relación entre las experiencias en EF

y el interés por la actividad física extraescolar, explicando que es el gusto por el ejercicio físico y el deporte lo que hace que les guste asistir a clases de EF y no al revés. Así lo comentaban:

En mi caso, por ejemplo, a mí las clases nunca me han influido en hacer deporte, la verdad. [...] Si [la gente] no hace deporte de antes, no veo yo que por hacer deporte en EF se animen a hacer deporte fuera. (Noemí)

A ver, yo creo que es más eso, que me gusta el deporte en general y por eso me gusta [la EF]. (Estefanía)

En cuanto a las diferencias entre chicos y chicas, casi todas las participantes coincidieron en que a los chicos les gusta más la EF, y dos de ellas mostraron dudas iniciales, pero finalmente concluyeron lo mismo. Teniendo en cuenta la finalidad del estudio, una de las respuestas relevantes fue:

Porque tú ves que los chicos se lo curran muchísimo más. Hay más cantidad de chicos que hacen deporte fuera del instituto. Entonces a la hora de hacer una actividad física, aparte de que suelen ser mejores en todo, pues... eh... les suele gustar más. Y luego, ves a las chicas, pues que tienen menos dotes generalmente para hacer deporte, en las clases, sobre todo. (Mirian)

Las chicas no son vagas. Se aburren

Durante la entrevista se planteó a las adolescentes que propusieran aspectos a incluir o eliminar de las clases de EF para que fueran más atractivas para ellas. Muchas valoraron negativamente los aspectos teóricos de la materia, las pruebas físicas y las tareas “sin sentido”, como los ejercicios repetitivos y monótonos. En esta línea, muchas de ellas hicieron mención al fútbol:

En EF se potencia más el fútbol, porque siempre en el trimestre que hacemos deportes es fútbol y otro deporte. (Nadia)

Quitaría el fútbol, siempre es lo mismo, fútbol, fútbol y más fútbol... Aburre un poco ya. (Carolina)

Por otra parte, entre las propuestas de mejora, algunas adolescentes sugirieron incorporar actividades más novedosas, evitar aquellas en las que se elimine al alumnado y ofrecer distintas alternativas dentro de una misma actividad:

A lo mejor, si hiciéramos otros deportes o juegos que nos interesaran más a nosotras, pues también a nosotras nos gustarían más las clases y tendríamos más ganas. (Carolina)

3.2. *Futuro académico-profesional*

Diferencias entre sexo y género: las chicas lo tienen claro

Todas las participantes coincidían en que el sexo no debe condicionar la elección de estudios superiores. No obstante, algunas señalaron que, a veces, las chicas evitan cursar estudios en los que el alumnado sea mayoritariamente masculino:

Porque como se supone que a los chicos les exigen más y esas cosas, igual tienes miedo a no estar a su nivel o cualquier cosa. Entonces no sueles meterte por miedo. (Clara)

Las participantes expusieron que el sexo de una persona no debe determinar sus opciones vitales. Sin embargo, sí consideraron que los mandatos de género influyen en la elección académico-profesional:

Simplemente, cómo te han educado y la sociedad en la que vives puede que haga que haya una tendencia a que las chicas vayan a una carrera o a otra. (Silvia)

¿Ciencias de la actividad física y del deporte? ¿De qué va eso?

En base al objetivo del estudio, se plantearon a las participantes preguntas relacionadas con el grado de CAFYD. Cuatro de las chicas contemplaban realizar estos estudios, una explicó que el desconocimiento acerca de las salidas profesionales hace que no lo tenga claro y el resto no se planteaban acceder a CAFYD pues, pese a que les gusta realizar actividad física y deporte, nunca lo habían visto como una opción profesional:

De pequeña sí que me lo planteaba, pero a día de hoy no, porque el deporte es algo que lo veo más como un hobby, que algo para dedicarme a eso. (Alexia)

Respecto al nivel de conocimiento e información sobre estos estudios, 9 de las 10 participantes desconocían sus salidas profesionales, excepto la educativa:

No sé, me he enterado hace poco que eso era una carrera, no estoy muy informada [...] mis amigas y yo nos hemos enterado hace nada de que existe, pensábamos que era como un ciclo superior o algo así. (Carolina)

Ni siquiera una de las adolescentes, cuya madre es licenciada en EF y profesora en secundaria, sabía responder con exactitud:

Mmmm... pues mi madre, por ejemplo, ha estudiado para ser profesora de EF. Pero, no sé mucho más la verdad. (Mirian)

Para dar justificación al descenso de mujeres estudiantes de CAFYD, cuatro de las participantes explicaron que, a sus compañeros, desde pequeños, se les involucra más que a las chicas en las actividades deportivas. Una de las participantes explica la mayor vinculación de los varones con el deporte y la carrera de CAFYD con el siguiente ejemplo:

Hay veces que se ha dicho: “es que no puedes hacer esto porque eres chica” y “no puedes hacer este deporte porque eres chica”. [...] poco a poco esos comentarios, pues, a lo mejor a una persona, hacen que se deje el deporte que le gusta. (Mirian)

Esta participante también hizo mención a la importancia que tiene para las chicas estudiar carreras y ejercer profesiones en las que puedan ir “bien vestidas”, evidenciando la influencia de los mandatos de género que reducen la posibilidad de que algunas mujeres jóvenes se interesen por los estudios de CAFYD:

Y luego ya pues estudiar una carrera así de ir bien, bien vestidas y todo eso... pues ves a mucha gente, a muchas chicas por la calle que van súper bien vestidas y no van en chándal. (Mirian)

También se invitó a las participantes a dar ideas sobre cómo potenciar que las chicas se interesen por cursar el grado de CAFYD. Entre las propuestas, las participantes señalaron la importancia de tener profesoras de EF que sirvan como “referentes”:

Creo que teniendo profesoras de EF y teniendo mujeres cerca que estén relacionadas con el mundo del deporte, se potenciaría más el hecho de que las mujeres se metieran en ese tipo de carreras [...]. Como que si lo ves con tus ojos creo que es más fácil que tú te creas que eso es posible y que tú también tienes una opción en ese mundillo. (Alexia)

Por último, algunas de las participantes respondieron al objetivo del estudio considerando que la materia de EF, las vivencias en la asignatura y su profesorado podían influir en gran medida en su intención por cursar CAFYD:

Que digas: “quiero que llegue EF para hacer esto, que el otro día lo hicimos y a mí me gustó” [...] pero si haces cosas que a la gente no le gusta, pues es que pierden el interés, entonces ya no quieren saber nada de eso en un futuro. (Mirian)

4. Discusión

4.1. *La Educación Física: un escaparate de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*

Uno de los aspectos más relevantes en las clases de EF es el profesorado. Que todas las participantes de este estudio hayan tenido profesores varones evidencia la masculinización del sector. Sobre eso, Rich (2004) señala que la EF se caracteriza como un entorno tradicionalmente masculino, que atrae principalmente la atención de varones sin discapacidad interesados en el rendimiento deportivo. Asimismo, algunos trabajos de investigación muestran que las estudiantes sienten más afinidad por ciertos estudios superiores influenciadas por mandatos de género (Hernández Franco & Franco Álvarez 2020). Teniendo en cuenta esto y considerando las declaraciones de algunas de las participantes, la presencia de profesoras de EF en los centros de Educación Secundaria funcionaría como un “escaparate” para que las adolescentes pudieran ver modelos femeninos de éxito profesional en el ámbito deportivo.

Por otro lado, las adolescentes indicaron características que debería tener el profesorado ideal de EF para aumentar su interés por la asignatura. Sus aportaciones coinciden con investigaciones previas que indican que muchas chicas perciben actividades desconectadas de sus intereses que motivan más a los chicos (Serra Payeras et al. 2019b). Entre sus propuestas de mejora, las chicas destacan incluir contenidos interesantes y motivantes para ellas y participar en la elección de los mismos. En esta línea, investigaciones recientes señalan que la falta de poder de decisión y de autonomía son barreras significativas para la participación de las adolescentes en las clases de EF (Cowley et al. 2021).

Para responder a estas demandas es fundamental que el profesorado cuente con formación específica en materia de género. Sin embargo, los estudios muestran que el profesorado adolece de formación en coeducación (Serra Payeras et al. 2016a), y esto también se refleja en las expectativas del profesorado hacia el alumnado en función del sexo. Las adolescentes entrevistadas perciben que sus profesores tienen mayores expectativas sobre sus compañeros, lo que puede afectar a su percepción de competencia y a su motivación, aspectos que están en consonancia con los estudios de Morano et al. (2020).

Resulta llamativo que todas las participantes respondan que la EF y el deporte interesan más a los chicos (Rodríguez Rodríguez & Miraflores Gómez 2018). Algunas de ellas reflejan que esta circunstancia es consecuencia del enfoque de la asignatura. Así, pese a que la EF se ha transformado hacia formas menos sexistas, las adolescentes apoyan la idea de que sigue siendo un espacio masculinizado y androcéntrico en el que sus compañeros lo tienen más fácil para estar motivados y sentirse competentes (Hernández-Martín et al. 2020; Serra Payeras et al. 2020). En este sentido, son frecuentes las narrativas docentes que describen a las chicas como

poco interesadas en el ejercicio físico, calificándolas incluso de vagas. Sin embargo, todo indica que su escasa implicación responde a la falta de conexión entre las propuestas de aprendizaje y sus preferencias. Aunque las participantes expresaron agrado y satisfacción con las clases, sus declaraciones reflejan una baja motivación y una percepción de la asignatura como “mediocre” (Flintoff & Scraton 2001). Esto puede deberse, entre otros, a que las chicas suelen sentirse desvinculadas de la asignatura cuando perciben metodologías centradas en la competición y la repetición de habilidades técnicas, ajenas a sus intereses y con las que no se sienten competentes (Leo et al. 2020).

Las entrevistadas también reflexionaron sobre el vínculo entre EF y práctica deportiva extraescolar. Estudios previos muestran que un mayor disfrute en las clases de EF se asocia con niveles más altos de actividad física extracurricular (Gómez-Mármol et al. 2017). Sin embargo, muchas participantes no creían que su experiencia en EF influyera directamente en su práctica deportiva fuera del centro educativo, considerando que su interés depende más de sus gustos y experiencias previas. Como señalan Rodríguez García et al. (2012), es necesario considerar la interacción de múltiples variables, ya que una sola (como la experiencia en las clases de EF) no ofrece una perspectiva completa.

4.2 *¿Dónde están las mujeres en las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte?*

Las adolescentes opinan que el sexo no es un factor que deba limitar el acceso a determinados estudios universitarios, pero describen cómo la socialización de género influye en las preferencias de chicos y chicas. Sus respuestas coinciden con otros estudios en los que se muestra que roles y estereotipos influyen en la elección del futuro académico, especialmente de los estudios de CAFYD (Elliott & Sander 2011; Forsyth et al. 2019; Serra Payeras et al. 2019b). Por tanto, en el instituto pueden persistir ideas sexistas que conducen a que chicos y chicas reduzcan la probabilidad de elegir estudios y profesiones contrarias a los mandatos de género (Sáinz & Meneses 2018).

Uno de los hallazgos más significativos de este estudio es que se evidencia que las adolescentes no saben cuáles son las salidas profesionales de CAFYD, teniendo solo cierto conocimiento sobre la educativa. Así pues, es necesario mejorar la orientación escolar para que las adolescentes puedan decidir con criterio. Incluso entre chicas deportistas, como es el caso de este trabajo, la mayoría descarta esta opción al no percibir un futuro profesional estable para ellas en el ámbito deportivo (Serra Payeras et al. 2019a; Serra Payeras et al. 2019b).

Otro factor relevante que se observa en este estudio es la posible relación entre las experiencias en las clases de EF y la elección de estudios vinculados al deporte. Aunque divertirse en las clases y sentirse competente no garantiza el interés por CAFYD, no disfrutar de las actividades y tener un bajo concepto de

la propia motricidad sí se conecta con una desvinculación del ejercicio físico y, en consecuencia, de los estudios y profesiones deportivas. Por tanto, es esencial modificar las percepciones de competencia de las adolescentes, y para ello la formación del profesorado es clave (Frömel et al. 2022).

Por otro lado, el profesorado puede ejercer una influencia significativa en la orientación académico-profesional de su alumnado. En este sentido, muchas participantes afirman que tener más referentes de mujeres que se dediquen a las profesiones del deporte podría favorecer su interés por los estudios de CAFYD (Alfaro 2019). Estas ideas se vinculan, a su vez, con la importancia de visibilizar trayectorias profesionales femeninas que rompan con los roles y estereotipos de género tradicionales, siendo de nuevo el profesorado quien, a través de su práctica docente, puede contribuir a erradicarlos o reforzarlos en función de su sensibilidad y formación (Serra Payeras et al. 2019b; Serra Payeras et al. 2020).

Por último, se presentan las propuestas de mejora que las propias participantes hacen para incrementar el interés de las adolescentes por las CAFYD. Como en otros trabajos (Gómez-Colell 2015), las adolescentes plantearon que es necesario informar más y mejor sobre los estudios de CAFYD y sus salidas profesionales en los institutos (Serra Payeras et al. 2019b). Además, expusieron que las clases de EF deben incorporar actividades que estén relacionadas con sus intereses y necesidades (Soler Prat et al. 2018). También observaron que un mayor apoyo social por parte de la familia y del profesorado de EF para hacer actividad físico-deportiva podría mejorar su interés por los estudios de CAFYD (Sanz-Martín et al. 2021). Por último, las chicas afirmaron que no se ven identificadas en sus docentes varones ni en los modelos femeninos mediáticos y piden conocer mujeres profesionales del deporte próximas a ellas.

5. Conclusiones y propuestas de mejora

En base a los hallazgos de este estudio, se observa que las adolescentes no sienten atendidas sus necesidades ni intereses en las clases de EF y detectan el androcentrismo de la materia. Además, no conocen los estudios de CAFYD y, a pesar de ser físicamente activas, no ven su futuro laboral relacionado con las profesiones del deporte, que perciben como un ámbito masculinizado y más apropiado para los varones.

En base a los resultados de este estudio, se proponen tres acciones concretas a promover desde los centros que imparten el grado de CAFYD, con el objetivo de mejorar el interés de las mujeres por esta titulación:

- Realizar talleres en centros de secundaria para informar sobre los planes de estudio y las salidas profesionales de CAFYD.

- Desarrollar actividades de transferencia llevadas a cabo por mujeres estudiantes y egresadas de los grados de CAFYD en centros de educación secundaria.
- Incorporar en todas las asignaturas del grado de CAFYD temario vinculado con los intereses, necesidades y particularidades de las mujeres de manera transversal y específica, así como en las materias de los Másteres de Formación del Profesorado de Secundaria (Cabeza-Ruiz 2024).

6. Limitaciones

En futuros trabajos es necesario incluir a adolescentes no deportistas, con el fin de estudiar en mayor profundidad su opinión sobre las clases de EF y el conocimiento que tienen acerca de los estudios de CAFYD.

Contribución de cada autor/a

LMV: Conceptualización; validación; redacción – borrador original.

MNSD: Análisis formal; investigación; metodología; redacción – borrador original.

PB: Conceptualización; redacción – borrador original; autora de correspondencia.

RCR: Conceptualización; metodología; redacción – borrador original; redacción – revisión y edición.

Agradecimientos

Las autoras quieren agradecer a las adolescentes su participación en el estudio, su generosidad para compartir sus experiencias, su franqueza en las respuestas durante las entrevistas y su disposición para mejorar la situación de las mujeres en las clases de EF y en las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.

Conflicto de intereses

Las autoras informan de que no tienen conflictos de intereses que declarar.

Referencias

- Alfaro, Élide. 2019. “¿Cómo puedo ser profesional en el ámbito deportivo?” En *Las mujeres en las profesiones del deporte*, editado por Élide Alfaro, Benilde Vázquez, & María Teresa Gómez, 24-29. Memoria Jornadas 4 y 5 de abril.
- Budd, Elizabeth L., Amy McQueen, Amy A. Eyler, Debra Haire-Joshu, Wendy F. Auslander, & Ross C. Brownson. 2018. “The Role of Physical Activity Enjoyment in the Pathways from the Social and Physical Environments to Physical Activity of Early Adolescent Girls.” *Preventive Medicine* 111: 6-13. <https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2018.02.015>
- Cabeza-Ruiz, Ruth (dir.). 2024. *Guía para la atención a mujeres y niñas en la docencia del Grado*

- en *Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*. Grupo de investigación FEMINAE. <https://hdl.handle.net/11441/168194>
- Castro-García, Marina, & Cristina López-Villar. 2022. "Effect of the Intervention 'Deportigualízate' on the Attitudes Towards Equality of Physical Education Professionals in Training." *Cultura, Ciencia y Deporte* 17(54): 97-116. <https://doi.org/10.12800/ccd.v17i54.1944>
- Cowley, Emma S., Paula M. Watson, Lawrence Foweather, et al. 2021. "'Girls Aren't Meant to Exercise': Perceived Influences on Physical Activity among Adolescent Girls—The HERizon Project." *Children* 8(1): 31. <https://doi.org/10.3390/children8010031>
- Elliott, David, & Lindsay M. Sander. 2011. "Why Females Don't Do Sport Degrees." *Journal of Hospitality Leisure Sport & Tourism Education* 10: 85-98.
- Flintoff, Anne, & Sheila Scraton. 2001. "Stepping into Active Leisure? Young Women's Perceptions of Active Lifestyles and Their Experiences of School Physical Education." *Sport, Education and Society* 6(1): 5-21. <https://doi.org/10.1080/713696043>
- Forsyth, Jacky, Jennifer Jones, Lynne Duval, & Alison Bambridge. 2019. "Opportunities and Barriers that Females Face for Study and Employment in Sport." *Journal of Hospitality, Leisure, Sport & Tourism Education* 24: 80-89. <https://doi.org/10.1016/j.jhlste.2019.01.005>
- Frömel, Karel, Dorota Groffik, Michal Šafář, & Josef Mitáš. 2022. "Differences and Associations between Physical Activity Motives and Types of Physical Activity among Adolescent Boys and Girls." *BioMed Research International* 1: 6305204. <https://doi.org/10.1155/2022/6305204>
- Garay Ibañez de Elejalde, Beatriz, Eider Elcoroaristizabal, María Teresa Vizcarra Morales, María Prat Grau, Pedrona Serra Payeras, & Susanna Soler Prat. 2018. "¿Existe sesgo de género en los estudios de ciencias de la actividad física y el deporte?" *Retos* 34: 150-154. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i34.58846>
- Gómez-Colell, Eva. 2015. "Adolescence and Sport: Lack of Female Athletes as Role Models in the Spanish Media." *Apunts. Educación Física y Deportes* 122: 81-87. [https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.\(2015/4\).122.09](https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.(2015/4).122.09)
- Gómez-Mármol, Alberto, Bernardino Javier Sánchez-Alcaraz Martínez, & María Jesús Bazaco Belmonte. 2017. "La Educación Física como asignatura lúdica en Educación Secundaria: sedentarismo y práctica de actividades físico-deportivas extraescolares." *Sportis. Scientific Journal of School Sport, Physical Education and Psychomotricity* 3(3): 605-620. <https://doi.org/10.17979/sportis.2017.3.3.1829>
- Hernández Franco, Vicente, & Evelia Franco Álvarez. 2020. "La transición del Bachillerato a la Universidad: identidad vocacional de los alumnos con preferencia por los estudios de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte." *Revista Complutense de Educación* 31(2): 261-272. <https://doi.org/10.5209/rced.63133>
- Hernández-Martín, Pablo, Raquel María Guevara Ingelmo, José David Urchaga Litago, & José Enrique Moral García. 2020. "Autopercepción de la motivación en las clases de educación física según el sexo, La edad y el tipo de práctica físico-deportiva." *Papeles Salmantinos de Educación* 24: 149-162. <https://doi.org/10.36576/summa.132087>
- Instituto de las Mujeres. 2023. *Alumnado universitario matriculado en enseñanzas universitarias según nivel académico*. Ministerio de Igualdad, Gobierno de España. <https://www.inmujeres.gob.es/MujerCifras/Educacion/AlumnadoUniversitario.htm>
- Leo, Francisco M., Miguel A. López-Gajardo, José M. Gómez-Holgado, José C. Ponce-Bordón, & Juan J. Pulido. 2020. "Metodologías de enseñanza-aprendizaje y su relación con la motivación e implicación del alumnado en las clases de Educación Física." *Cultura, Ciencia y Deporte* 15(46): 495-506. <https://doi.org/10.12800/ccd.v15i46.1600>

- LOIEMH. 2007. Ley Orgánica 3/2007, de 22 de marzo, para la Igualdad efectiva de Mujeres y Hombres. *Boletín Oficial del Estado* (23 marzo) n.º 71. <https://www.boe.es/eli/es/lo/2007/03/22/3/con>
- LOMLOE. 2020. Ley Orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, por la que se modifica la Ley Orgánica 2/2006, de 3 de mayo, de Educación. *Boletín Oficial del Estado* (30 diciembre) n.º 340. <https://www.boe.es/eli/es/lo/2020/12/29/3/con>
- LOSU. 2023. Ley Orgánica 2/2023, de 22 de marzo, del Sistema Universitario. *Boletín Oficial del Estado* (23 marzo) n.º 70. <https://www.boe.es/eli/es/lo/2023/03/22/2/con>
- Ministerio de Cultura y Deporte. 2022. *Encuesta de hábitos deportivos en España*. Gobierno de España. <https://www.educacionfpydeportes.gob.es/en/dam/jcr:85c27abd-f167-4af8-ae61-c6f29d09e599/encuesta-de-habitos-deportivos-2022.pdf>
- Morano, Milena, Claudio Robazza, Montse C. Ruiz, Stefania Cataldi, Francesco Fischetti, & Laura Bortoli. 2020. "Gender-Typed Sport Practice, Physical Self-Perceptions, and Performance-Related Emotions in Adolescent Girls." *Sustainability* 12(20): 8518. <https://doi.org/10.3390/su12208518>
- Nowell, Lorelli S., Jill M. Norris, Deborah E. White, & Nancy J. Moules. 2017. "Thematic Analysis: Striving to Meet the Trustworthiness Criteria." *International Journal of Qualitative Methods* 16(1). <https://doi.org/10.1177/1609406917733847>
- Owen, Michael, Charlotte Kerner, Lisa Newson, et al. 2019. "Investigating Adolescent Girls' Perceptions and Experiences of School-Based Physical Activity to Inform the Girls' Peer Activity Intervention Study." *Journal of School Health* 89(9): 730-738. <https://doi.org/10.1111/josh.12812>
- Porto Porto, Benxamín. 2009. "Feminización y masculinización en los estudios de maestro y educación física en Galicia." *Revista de Investigación en Educación* 6: 50-57.
- Rich, Emma. 2004. "Exploring Teachers' Biographies and Perceptions of Girls' Participation in Physical Education." *European Physical Education Review* 10(2): 215-240. <https://doi.org/10.1177/1356336x04044073>
- Rodríguez García, Pedro Luis, Eliseo García Cantó, Pedro Ángel López Miñarro, Cristina Sánchez López, & José Valverde Pujante. 2012. "Valoración de la utilidad de las clases de Educación Física y su relación con la práctica físico-deportiva." *Bordón. Revista de Pedagogía* 64(4): 83-98.
- Rodríguez Rodríguez, Laura, & Emilio Miraflores Gómez. 2018. "Propuesta de igualdad de género en Educación Física: adaptaciones de las normas en fútbol." *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación* 33: 293-297.
- Sáinz, Milagros, & Julio Meneses. 2018. "Brecha y sesgos de género en la elección de estudios y profesiones en la educación secundaria." *Panorama Social* 27: 23-31.
- Sanz-Martin, Daniel, Germán Ruiz-Tendero, & Emilia Fernández-García. 2021. "Contribution of Physical Education Classes to Daily Physical Activity Levels of Adolescents." *Physical Activity Review* 9(2): 18-26. <https://doi.org/10.16926/par.2021.09.18>
- Serra Payeras, Pedrona, Jaume Cantallops, Pere Palou S., & Susanna Soler Prat. 2020. "¿Siguen existiendo los estereotipos de género en la Educación Física? La visión de las adolescentes." *Journal of Sport and Health Research* 12(Supl. 2): 179-192.
- Serra Payeras, Pedrona, María Teresa Vizcarra Morales, Beatriz Garay Ibañez de Elejalde, Maria Prat Grau, & Susanna Soler Prat. 2016a. "Análisis del discurso de género en las matrices curriculares de las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte." *Movimiento* 22(3): 821-834. <https://doi.org/10.22456/1982-8918.56959>
- Serra Payeras, Pedrona, Susanna Soler Prat, Maria Prat Grau, María Teresa Vizcarra, Beatriz Garay Ibañez de Elejalde, & Anne Flintoff. 2016b. "The (in)Visibility of Gender

- Knowledge in the Physical Activity and Sport Science Degree in Spain." *Sport, Education and Society* 23(4): 324-338. <https://doi.org/10.1080/13573322.2016.1199016>
- Serra Payeras, Pedrona, Susanna Soler Prat, Anna Vilanova Soler, & Ingrid Hinojosa-Alcalde. 2019a. "Masculinization in Physical Activity and Sport Sciences Degree Programs." *Apunts. Educación Física y Deportes* 135: 9-25. [https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.\(2019/1\).135.01](https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.(2019/1).135.01)
- Serra Payeras, Pedrona, Susanna Soler Prat, María José Camacho-Miñano, Ana Rey-Cao, & Anna Vilanova Soler. 2019b. "Gendered Career Choices: Paths Toward Studying a Degree in Physical Activity and Sport Science." *Frontiers in Psychology* 10: 1986. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.01986>
- Soler Prat, Susanna, Pedrona Serra Payeras, & Anna Vilanova Soler. 2018. *La Igualtat en joc: guia de bones pràctiques de gènere en els estudis de la família de les ciències de l'activitat física i de l'esport*. Institut Nacional d'Educació Física de Catalunya. https://inefc.gencat.cat/web/.content/01_inefc/publicacions/CAFE/Igualtat-en-Joc.-Guia-de-Bones-Practiques-de-genero-en-els-estudis-de-la-familia-de-les-CAFE_CAT.pdf
- Vázquez, Benilde. 2019. "La participación de las mujeres en las profesiones del deporte." En *Las mujeres en las profesiones del deporte*, editado por Élica Alfaro, Benilde Vázquez, & María Teresa Gómez, 19-23. Memoria Jornadas 4 y 5 de abril.

Laura Moreno-Vitoria. Graduada en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte y ha cursado el Máster Universitario en Profesorado de Enseñanza Secundaria Obligatoria y Bachillerato, Formación Profesional y Enseñanza de Idiomas y el Máster Universitario en Investigación e Intervención en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte. Actualmente es profesora de Educación Física en Educación Secundaria y Bachillerato y estudia el programa de Doctorado en Actividad Física y Deporte.

María-Nieves Sánchez-Díaz. Personal Docente e Investigador del Departamento de Didáctica y Organización Educativa de la Universidad Internacional de La Rioja. Integrante del grupo de investigación SEJ-547 Procesos de Desarrollo y Educación en Contextos Familiares y Escolares. Su tesis doctoral y sus líneas de investigación se vinculan a estudiar la Inclusión Educativa en las Instituciones de Educación Superior.

Paula Bianchi. Profesora en el Departamento de Motricidad Humana y Rendimiento Deportivo, Universidad de Sevilla, España. Doctora y Licenciada en Educación Física. Integrante del grupo de investigación Feminae: Feminismo, Educación, Motricidad e Investigación de la Universidad de Sevilla. Sus intereses de investigaciones se centran en estudios sobre deporte y comunicación y las mujeres en las ciencias del deporte.

Ruth Cabeza-Ruiz. Profesora titular del departamento de Motricidad Humana y Rendimiento Deportivo. Doctora en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte. Máster en Estudios de Género. Directora del grupo de investigación Feminae: Feminismo, Educación, Motricidad e Investigación. Sus líneas de trabajo se orientan hacia la participación de las personas con discapacidad, las mujeres y las niñas en la educación física y el deporte.

Artículo recibido el 30 de octubre de 2024 y aceptado para su publicación el 21 de mayo de 2025.

Cómo citar este artículo:

[Según la norma Chicago]:

Moreno-Vitoria, Laura, María-Nieves Sánchez-Díaz, Paula Bianchi, & Ruth Cabeza-Ruiz. 2025. "Las chicas hablan: experiencias de las adolescentes en las clases de Educación Física e interés por los estudios en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte." *ex æquo* 52: 213-231. DOI: <https://doi.org/10.22355/exaequo.2025.52.15>

[Según la norma APA adaptada]:

Moreno-Vitoria, Laura, Sánchez-Díaz, María-Nieves, Bianchi, Paula, & Cabeza-Ruiz, Ruth (2025). Las chicas hablan: experiencias de las adolescentes en las clases de Educación Física e interés por los estudios en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte. *ex æquo*, 52, 213-231. DOI: <https://doi.org/10.22355/exaequo.2025.52.15>



Este es un artículo de acceso abierto distribuido bajo los términos de la licencia Creative Commons Reconocimiento-NoComercial-SinObraDerivada (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>), que permite la reproducción y distribución no comercial de la obra, en cualquier medio, siempre que la obra original no sea alterada o transformada de ninguna manera, y que la obra sea debidamente citada. Para la reutilización comercial, póngase en contacto con: apem1991@gmail.com

