

Actividad física, tipo de patio escolar y género en alumnos de educación primaria.

Physical activity, schoolyard and gender in primary school children.

Arancón-Gómez, M.¹

1. Consejería de Educación. Junta de Castilla y León, España.

Resumen: Este trabajo tuvo como propósito evaluar los niveles de actividad física llevados a cabo por los alumnos de educación primaria durante el recreo escolar correspondientes a dos tipos de patio: convencional ($n = 15$ y edad: $9,73 \pm 1,58$) y dinámico ($n = 27$ y edad: $9,33 \pm 2,09$). Para ello, se monitoreo al alumnado mediante podómetros para obtener datos de actividad física durante los recreos escolares. Entre el tipo de patio, únicamente se obtuvieron resultados estadísticamente significativos en el caso de los minutos de actividad física ($p = 0,04$) a favor del centro convencional; mientras que, por sexos, la evaluación cualitativa medida por el tamaño del efecto (ES) resultó ser “grande” a favor de los chicos ($ES = 0,8-1,3$) en número de pasos, distancia recorrida, kilocalorías gastadas y minutos de actividad. Por ello, un patio convencional y uno dinámico no necesariamente difieren en cuanto al nivel de actividad física desarrollado por el alumnado, mientras que los niños son más activos físicamente que las niñas, independientemente del entorno en que se encuentren en el recreo escolar.

Palabras clave: patios dinámicos; ejercicio físico; hábitos saludables; educación para la salud

Abstract: The aim of this study was to evaluate the level of physical activity during the break in primary school children depending on the type of schoolyards: conventional ($n = 15$, 9.73 ± 1.58 years) and dynamic ($n = 27$, 9.33 ± 2.09 years). For this, children were monitored using pedometer tools in order to obtain physical activity data during breaks. Results revealed high significance in the case of conventional schoolyards in minutes of physical activity ($p = 0,04$); while by gender, the qualitative evaluation measured by effect size (ES) turned out to be "large" in favor of boys ($ES = 0.8-1.3$) in number of steps, distance traveled, kilocalories and minutes of activity. For this reason, a conventional schoolyard and a dynamic one does not necessarily differ in terms of physical activity level developed by children, while boys are more physically active than girls, regardless of the environment in the break.

Key Words: active schoolyards; physical exercise; healthy habits; health education