

LA PRÁCTICA DE DEPORTES DE LUCHA EN ESTUDIANTES DE CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE

PRACTICE OF FIGHT'S SPORT IN SPORTS SCIENCE STUDENTS.

Iván Ramírez Bravo:
Universidad de Extremadura
ivramirez@alumnos.unex.es

Rodrigo Díaz Torres
Universidad de Extremadura
rdiazx@alumnos.unex.es

David Cerro Herrero:
Universidad de Extremadura
davidcerro@unex.es

PALABRAS CLAVE: Educación; Deportes de lucha; Artes Marciales; Educación física.

RESUMEN: En este estudio se pretende averiguar el nivel de práctica y conocimiento en los deportes de lucha en estudiantes de ciencias de la actividad física y el deporte. Para llevarlo a cabo hemos elaborado un cuestionario que ha resuelto una muestra seleccionada. En el cuestionario se encuentran preguntas como cuál es el deporte de lucha más practicado, si la muestra ha practicado artes marciales alguna vez, las diferencias de práctica entre chicos y chicas, dónde han practicado esos deportes o si les parecería adecuado incluir los deportes de lucha en los programas de la educación física. Tras obtener las respuestas, hemos basado el estudio en análisis de los resultados.

KEYWORDS: Education; Fight Sports; Martial Arts; Physical Education.

SUMMARY: In our study, we pretend to figure out which is de level of practice and knowledge in fight's sports for sports science students. To perform this, we have elaborated surveys which have solved a select sample. In the survey, you could find asks as "which is the fight's sport most practiced", "have you ever practiced fight's sport", "which are the differences between boys and girls", "where have you practiced this sports" or " Who was the person who motivated the practice?"After answering the survey, we have based our study in an analysis of the results.

INTRODUCCIÓN

Las Artes Marciales y los deportes de lucha constituyen una parte importante dentro del ámbito deportivo, se han demostrado los numerosos beneficios que aportan, tanto a la formación física del practicante, como al desarrollo de sus capacidades cognitivas. Estos se categorizan como deportes individuales de oposición con espacio común y participación simultánea (Blázquez y Hernández, 1984), además se categorizan como "minoritarios" según su práctica. (Conty, 2014). Por ejemplo, el Judo, nombrado mejor deporte de iniciación según la UNESCO (1999), por sus beneficios tanto deportivos como educativos, y los valores que la práctica que este promueve.

Según el Consejo Superior de Deportes (2016), en el año 2015, el Judo es el arte marcial con más licencias federativas en España, cuenta con 104.871 licencias y 1.013 clubes registrados. Seguidamente, el Karate cuenta con 65.316 adscritos y 1.422 clubes. En tercer lugar, se encuentra el Taekwondo con 39.908 licencias y 656 gimnasios.

La utilización de los deportes de lucha como herramienta de transformación social ha sido otra arista (Holmen y Cols, 2002), mientras que en menor medida han sido utilizados para la rehabilitación o adaptación de personas con discapacidades psíquicas y/o físicas (Zamanillo, 2009).

Mediante este documento se busca determinar el grado de relación de los estudiantes del Grado en Ciencias del Deporte de la Universidad de Extremadura con la práctica de deportes de lucha y su opinión frente a estos como herramienta educativa. También así comparar las distintas visiones que hay entre los practicantes y los no practicantes, y cómo influye el género en la práctica y aceptación e inclusión de estos deportes en el área pedagógica.

Los datos obtenidos fueron a través de la implementación de un cuestionario elaborado basado en estudios previos, "Motivos para el inicio, mantenimiento y abandono de la práctica deportiva en preadolescentes de la isla de Mallorca" (SaMPol y Cols, 2005) y "La práctica de los deportes de lucha" (Herrera y Cols, 2005).

De una población total de 423 jóvenes, la muestra corresponde a 100 estudiantes que participaron en la realización de la encuesta.

OBJETIVOS

Los objetivos principales de este estudio son:

- Conocer el nivel de práctica de deporte de lucha y combate en los alumnos del Grado en ciencias de la actividad física y el deporte de la UEx.
- Averiguar los lugares donde se practican habitualmente estos deportes y quien facilitó su práctica.
- Observar el grado de práctica en función del sexo.
- Estimar el interés en la práctica mediante el número de matriculados en la asignatura optativa.
- Averiguar el grado de interés por a la inclusión de los deportes de lucha como herramienta pedagógica.
- Comparar el grado de la inclusión de los deportes de lucha por parte de la población practicante y no practicante.

Tras la obtención de estos datos, realizaremos una comparación e iremos resolviendo los distintos objetivos marcados.

ASPECTOS METODOLÓGICOS

El estudio se basa en las respuestas de un cuestionario, de elaboración propia, que han realizado los alumnos de todos los cursos del Grado en Ciencias de la actividad física y el deporte de la UEx. Es un tipo de estudio exploratorio en el que analizamos las distintas respuestas registradas dentro del cuestionario, con su posterior comparación y análisis de las respuestas obtenidas.

El cuestionario consta de una serie de preguntas que relacionan la edad y el sexo de cada encuestado con el tipo de deporte de lucha, donde lo practicaron y el motivo por el cual lo hicieron. Además de la intención de incluirlos en sus futuras clases de educación física y su comparación entre los antiguos practicantes y no practicantes.

Con la encuesta podemos ver qué sector de la sociedad está más informado sobre los deportes de lucha y a los que no lo estén, ofrecerle información útil por si están interesados en practicarlo.

MUESTRA

Como población vamos a escoger a 423 estudiantes del Grado en Ciencias de la actividad física y el deporte de la UEx, matriculados en el año 2016-17. De los cuales hemos obtenido una muestra de **100 personas** que han completado la encuesta. Escogemos esta población debido al interés de conocer la experiencia previa, las motivaciones e intereses, y las opiniones de los futuros profesionales de la actividad física y el deporte en el ámbito de los deportes de lucha y combate.

En la población no se incluirá a los alumnos que se encuentren en Postgrado (Máster, Doctorado), o cursando algún programa de movilidad nacional (SICUE) o extranjero (ERASMUS). Pero sí añadiremos a los alumnos que se encuentren de Erasmus o Sicue dentro de la Facultad.

Para dicha muestra vamos a entregar un cuestionario, en el que se encontrarán preguntas tipo test y cortas a desarrollar, con la intención de averiguar:

- El nivel de práctica de los sujetos y las diferencias de prácticas entre hombres y mujeres.
- El tipo de deporte de lucha más practicado entre los sujetos y el principal incitante a dicha práctica.
- La intención sobre la formación o futura práctica de estos sujetos, como es cursando la asignatura.
- La intención acerca de utilizar estos deportes como herramienta pedagógica y cómo influye haber practicado previamente en la decisión de incluirlos dentro de sus clases de educación física.

Estos datos fueron recogidos mediante un cuestionario específico de elaboración propia. Tras su elaboración se ha enviado vía internet a los delegados de cada curso para que lo mandaran a sus respectivos compañeros. Tras mandarlo recorrimos personalmente clase por clase para verificar que lo realizaba el mayor número de alumnos posible.

Tras la elaboración y distribución del documento, recogimos los datos obtenidos en una hoja de cálculo Microsoft Office Excel 2007, para su posterior estudio, comparación y discusión de los datos obtenidos.

MATERIAL Y MÉTODOS

Para este estudio hemos realizado un cuestionario de elaboración propia, basado en otros cuestionarios de estudios descriptivos similares, entre los que se encuentran “Motivos para el inicio, mantenimiento y abandono de la práctica deportiva en preadolescentes de la isla de Mallorca” (SaMPol y Cols,2005), “Actitudes hacia la educación física: elaboración de un instrumento de medida”. (Moreno y Cols, 1996). Y “La práctica de los deportes de lucha”. (Herrera y Cols,2005).

En el cuestionario se recogen una serie de preguntas como edad, sexo y otras relacionadas con el tipo de deporte practicado, lugar donde se ha practicado el deporte de lucha. Las preguntas registradas fueron:

- Edad.
- Sexo.
- ¿Has practicado alguna vez deportes de lucha o arte marcial?, ¿Indique cuál?
- ¿Lo sigues practicando actualmente?
- Lugar donde lo has practicado.
- ¿Quién motivó la práctica?
- ¿Tienes previsto cursar la asignatura de iniciación a los deportes de lucha?
- Motivos para escoger esta asignatura, motivos por la que la escogerías
- ¿Introducirías deportes de lucha en tus futuras clases de educación física?

La distribución del cuestionario entre los participantes se hizo mediante el envío de un formulario con las preguntas anteriormente descritas por correo electrónico.

VARIABLES DEL ESTUDIO

Los resultados de este cuestionario hacen referencia a las siguientes variables de estudio:

- Práctica previa y actual del deporte y diferencias en cuanto al sexo.
- Tipo de deporte de lucha mayormente practicado.
- Lugar de la práctica y quien influenció la misma.
- Intencionalidad sobre la asignatura de deportes de lucha.
- Intencionalidad sobre impartir deportes de lucha en las clases de educación física y diferencias en la intención entre antiguos practicantes y no practicantes.

Los datos obtenidos en relación con cada una de las variables citadas se introdujeron en una hoja de cálculo Microsoft Excel, donde fueron sometidas a un tratamiento estadístico descriptivo que consistió en la obtención de las distribuciones de frecuencias y los porcentajes correspondientes a las mismas.

RESULTADOS

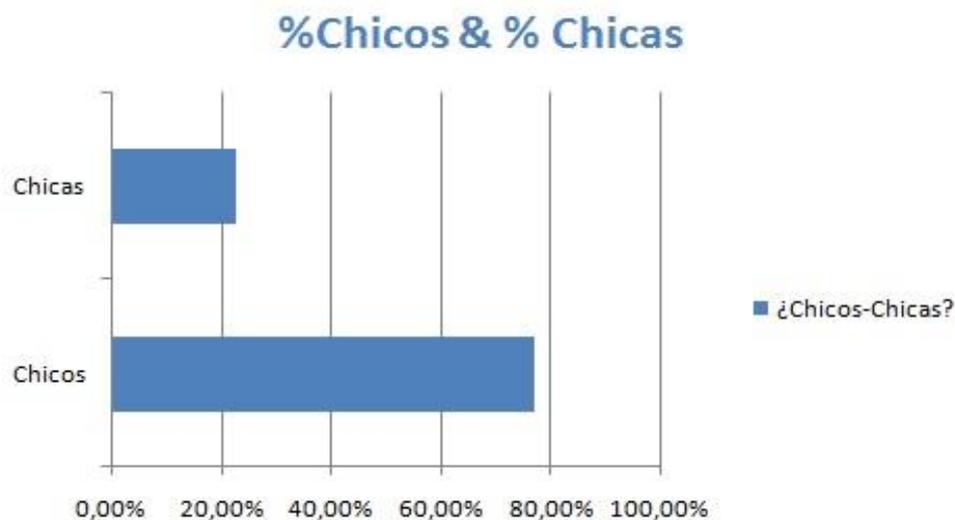
Este estudio ha concluido con los siguientes resultados, obtenidos de la muestra de 100 estudiantes de Ciencias del deporte que realizaron el cuestionario.

Resultados en cuanto a la práctica y el sexo:

En cuanto a los primeros resultados, observamos que el 56.1% si ha practicado algún deporte de combate en algún momento su vida. Frente a esto encontramos un 43.9% de personas que nunca han tenido ningún contacto con este tipo de deportes.



Este último dato nos resulta sorprendentemente alto, ya que la mayoría de personas que deciden estudiar el Grado en Ciencias del deporte, provienen del mundo del deporte, por lo que es sorprendente encontrar un porcentaje negativo tan elevado.

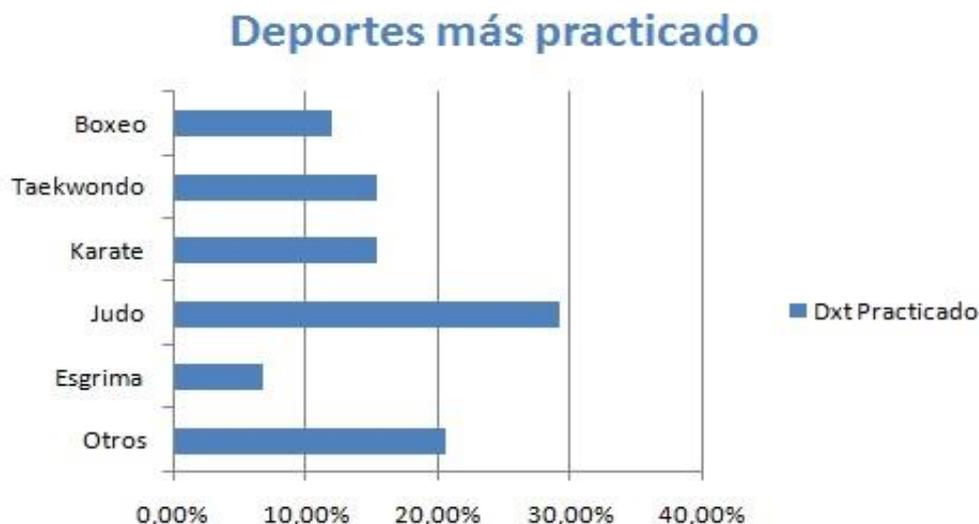


Gráfica 2: % Práctica según el sexo

Dentro del 100% de la muestra, encontramos que el 76.5% de los practicantes son hombres frente a un 23.5% de mujeres (Gráfica 1). Que la mayoría de practicantes de este tipo de deportes sean del género masculino, indica que se sigue concibiendo a estos deportes con una visión tradicional. La concepción de estos deportes de una manera tradicional la corroboran algunas de las afirmaciones que hemos encontrado como “Se necesita mucha fuerza” “Me van a hacer daño” ó “Eso no es para mí” limitan su interés por practicarlos.

Estas afirmaciones corresponden únicamente a falsos mitos de estos deportes que, sumado a una posible falta de variedad en la oferta de algunas de estas modalidades, pueden frenar el interés por la práctica femenina. Todas estas afirmaciones podrían explicar la brecha diferencial que existe en cuanto a práctica y sexo dentro de los deportes de lucha y combate.

Resultados en cuanto al tipo de deporte mayormente practicado:



Gráfica3: Modalidad más practicada en deportes de lucha.

En esta pregunta indagamos sobre el tipo de modalidad más practicada dentro de los deportes de combate. Si observamos la Gráfica observamos que los deportes más practicados dentro de la muestra coinciden con los que tienen más licencias federativas y clubes a nivel nacional. Los deportes más practicados dentro de la muestra son el Judo con un 29.3% de practicantes seguidos del Karate y el Taekwondo ambos con un 15.5 % de practicantes (Gráfica 2). Como deportes más minoritarios, en cuanto a la práctica se refiere, encontramos el Boxeo o la Esgrima. Nos sorprende la gran práctica del boxeo con respecto a otros deportes, ya que cuenta con pocos clubes en Extremadura. Esto se puede deber a que los practicantes lo podrían haber realizado en casa a nivel personal, o en algún centro fitness, con material propio de este deporte como sacos o peras.

Cabe destacar también el apartado "Otros", este apartado cuenta con más de un 20.7% del total de la práctica. En este grupo se encuentran deportes como Full Contact, KickBoxing, K1, MMA ó Capoeira. Este tipo de deportes de contacto se encuentra actualmente en auge, a nivel nacional han aumentado sus licencias considerablemente, y cada vez son más los centros que ofertan su práctica.



Gráfica 4: Lugares de práctica de los deportes de lucha.

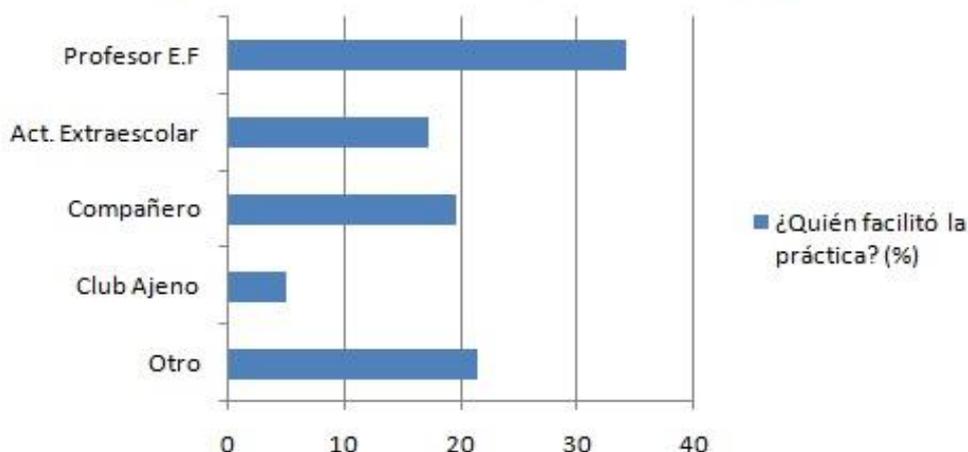
Dentro de la muestra, únicamente un 6% del total continúa practicando estos deportes actualmente, de forma habitual, o lo que es lo mismo el 94% ya no sigue practicando deportes de lucha o lo han visto brevemente a lo largo de su etapa deportiva.

Nos preguntamos sobre el lugar de la práctica (Gráfica 3), y con ello queremos comprobar posteriormente el grado de inclusión dentro del ámbito educativo.

En los resultados podemos comprobar que un 49.2% lo ha practicado por su cuenta dentro de un gimnasio privado, un 27.1% lo ha practicado dentro del colegio o instituto. Un 5.1% de la muestra en un curso formativo y un 18.6% en el apartado "Otros" que incluye universidad, academia privada (no federada), escuelas municipales deportivas, etc.

Dentro de los resultados podemos ver que la práctica en colegio o instituto es bastante limitada en cuanto a la muestra, y pueden surgir controversias en cuanto a quien motivó dicha práctica dentro del propio colegio o instituto. Si fue el propio profesor de Educación Física, o si fue un gimnasio privado en colaboración con el centro, para dar clases extraescolares, cursos formativos, etc.

¿Quién facilitó la práctica? (%)

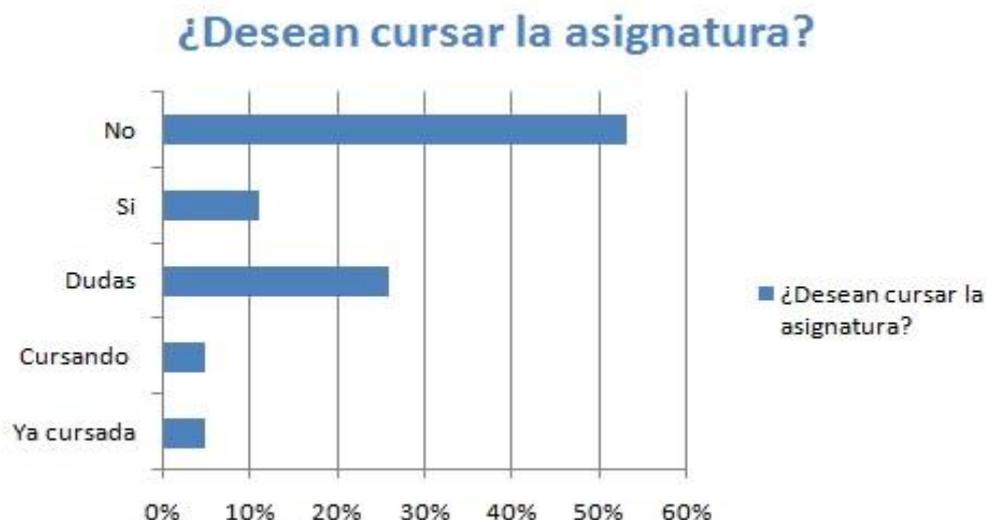


Gráfica5: Motivaciones para practicar deportes de lucha.

Preguntamos quien motivó la práctica de estos deportes. Observamos que el profesor de E.F se encuentra con un 34.1% de la muestra, compañero que lo quiso mostrar tiene un 19.5% y la práctica como actividad extraescolar un 17.1%. En el apartado “Otros” encontramos al profesor/monitor deportivo, algún padre que motivó la práctica de su hijo o por propia voluntad (Gráfica 4).

Si juntamos los datos de la práctica por el profesor de E.F y como actividad extraescolar podemos afirmar que estos deportes ocupan un 51.2% del total de práctica de la muestra. Si nos fijamos únicamente la práctica motivada por el profesor de E.F, vemos que depende en gran medida del criterio del profesor, y del centro donde se encuentre (si es privado, público, concertado...). La mayoría de práctica extraescolar depende del centro. Los centros que escogen ofertar este tipo de actividades suelen tener relación con algún gimnasio privado o con alguna persona especializada y formada en la materia.

Con estos datos podemos concluir que la introducción de este tipo de deportes en el ámbito escolar viene determinada por el criterio del profesor y del propio centro. Por eso decidimos indagar en la intencionalidad de los futuros docentes acerca de incluir deportes de lucha dentro de sus clases de educación física (grafica 7) y cómo influye la práctica previa en la elección de si enseñarlos o no.



Gráfica 6: Intención acerca de cursar la asignatura de deportes de lucha.

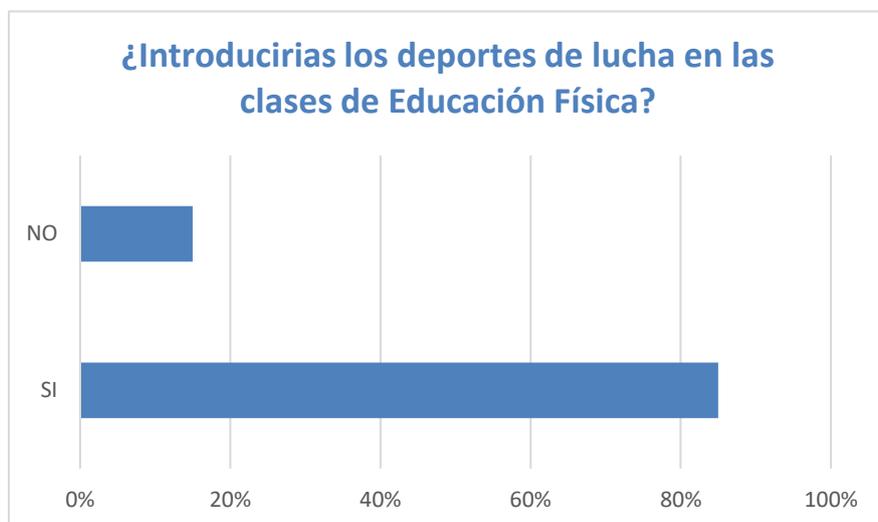
Preguntamos acerca del interés por obtener formación en deportes de lucha y practicarlos dentro de la asignatura de deportes de lucha que oferta la Uex. Observamos que un 52.5% de la muestra no está interesada en cursar la asignatura optativa que ofrece el grado. Las respuestas obtenidas acerca de la razón de no cursar la asignatura fueron: "Miedo o rechazo", "Otras preferencias", "Falta de motivación" o "Desinterés por estos deportes" entre otras. (Gráfica 5).

Un 25.7% se encuentra en duda de cogerla o matricularse en otra asignatura optativa. Un 10.9% tiene claro cursar la asignatura el próximo año y un 6% ya la ha cursado. Estos resultados nos muestran el desinterés de los encuestados por estos deportes. Entre otros motivos, puede deberse a la falta de conocimiento o la influencia por falsos mitos sobre las artes marciales. Dentro de los que querían escoger la asignatura encontramos respuestas como "Soy practicante de estos deportes", "Me encantan estos deportes" "Quiero aprender sobre este tema", o "Asignatura interesante".

Resultados de la influencia de la practica previa de deportes de lucha y de la intención de incluirlos en las clases de Educación Física.

La opinión sobre inclusión de los deportes de lucha en clases de educación física ha dado un 85% de aprobación, versus un 15% de negación a la utilización de esta herramienta.

Tanto las artes marciales, como los deportes de combate en general actualmente presentan gran



Gráfica 7: Inclusión de los deportes de lucha.

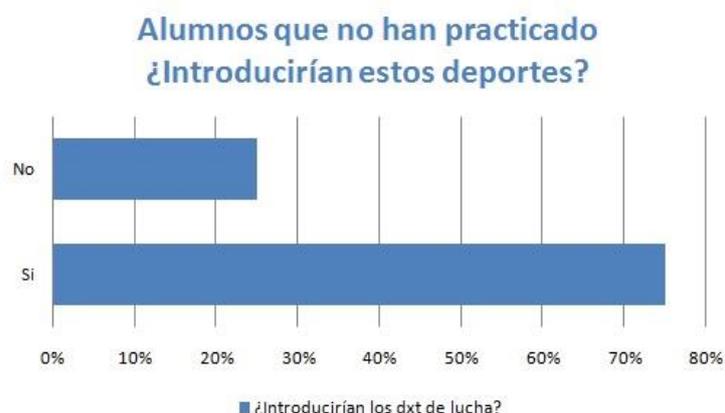
interés deportivo y social. A pesar de ello el uso de esta herramienta en clases de educación física se ha visto relegada debido a los prejuicios que la práctica de estos deportes posee (Menéndez,2017). Según (Gutiérrez, Espartero, Pacho y Villamón,2003) en España la práctica de deportes de combate o artes marcial en los alumnos alcanzaba un 6% en la etapa de escolarización. Destacando de forma particular la presencia del judo.

Un punto a destacar es cómo influye la práctica previa de los deportes de lucha, en la percepción de estos sobre la validez para usarlos en el contexto educativo.



Gráfica 8: Intención de inclusión por practicantes.

Aquellos alumnos entrevistados y que habían practicado deportes de lucha presentaron una mayor tendencia a la aceptación de esta herramienta en sus clases, mientras que aquellos que no habían experimentado la práctica presentaron un mayor rechazo, por diversos motivos.



Gráfica 9: Intención de inclusión por no practicantes

Los motivos por los cuales la práctica de deportes de combate se hacen inviable cuenta con varios aspectos, entre los cuales están: Formación académica del profesorado, Experiencia e interés del profesorado, Instalaciones y materiales que dispone el centro y las demandas e intereses del alumnado (Rodríguez, 2008). Sin duda el punto más significativo que evidencia la diferencia de apreciaciones entre la población del grafico "" y el grafico "" es la experiencia y el interés del profesorado, mientras este pueda diseñar una propuesta de aplicación pedagógica y coherente, donde los objetivos estén planificados de acuerdo a los grupos y nos solo se presenten objetivos de mejora en cuanto a la condición física y motriz, sino también abarcar el plano social y grupal, los deportes de lucha pueden ser una alternativa viable.

DISCUSIÓN

En diversos estudios se ha demostrado la eficiencia de la E.F como medio para la enseñanza de numerosos valores y contenidos actitudinales en la etapa primaria y secundaria (Prat y Cols, 2003). Estos valores se pueden encontrar dentro de los deportes de lucha o combate. Las artes marciales son deportes de gran tradición oriental (Green, 2010) que cuentan con una gran historia filosofía y disciplina que se puede aplicar al desarrollo de la personalidad y conducta de los participantes. Esta es una de las grandes virtudes de la E.F, la actuación como medio para desarrollar valores sociales positivos, además de la personalidad y el carácter de la persona que los practica (Moreno y Salas, 2009).

Dentro de los resultados del cuestionario observamos que existen numerosas diferencias entre sexos y la práctica de este tipo de modalidades deportivas. Observamos que el número de participantes chicos supera al de las chicas. Las motivaciones de la práctica suelen ser para sentirse fuerte, importante, y liberar tensiones (López y Márquez, 2007). Que el número de practicantes sea mayor en chicos que en chicas puede ser debido a distintos estereotipos que presenta la mujer dentro del deporte. Los estereotipos vienen influenciados por el contexto sociocultural y las diferentes imágenes de feminidad y masculinidad (Rodríguez y Cols, 2009). Esto dentro de los deportes de lucha se masifica considerablemente, ya que la mayoría de estos deportes están caracterizados como "Deportes de fuerza" "Deportes muy agresivos" "Deportes que solo para chicos". Esto forma parte de los falsos mitos que conllevan estos deportes, y que pueden alejar a muchas chicas de su práctica.

Observamos que la práctica de los deportes de lucha, constituye una minoría dentro del conjunto global de la práctica deportiva en edades desde los 14 a los 31 años (Tammeliny Cols, 2003). Observamos que la practica predominante coincide con los deportes olímpicos (el judo, y el taekwondo) y de gran tradición (Karate), esto puede ser debido a que existe una mayor información con respecto a otras modalidades de lucha.

Con respecto a la pregunta sobre práctica de los deportes de lucha en el ámbito educativo se llevó a cabo por profesores guiados por un criterio propio basado en experiencias pasadas alejados del guion de las clases. La práctica de estas modalidades deportivas dentro del ámbito escolar y extraescolar es independiente de cada centro. La práctica extraescolar es independiente también de cada centro, y en colaboración con gimnasios privados y especialista para la formación e iniciación deportiva en los deportes de combate. La asociación de clubes privados y centros públicos para la iniciación deportiva es una buena estrategia para hacer llegar este tipo de deportes a un mayor número de participantes. Esta colaboración puede resultar beneficiosa para ambos, facilidades de obtención de material y conocimientos específicos para los monitores extraescolares y un mayor número de adeptos futuros al gimnasio.

Los deportes de lucha o combate, pueden resultar muy beneficiosos en la adquisición de numerosos patrones motores y valores disciplinarios durante las edades formativas, véase el Judo nombrado como mejor deporte para iniciación (UNESCO, 1999) debido a su facilidad para la adaptación de múltiples actividades, integración social, facilidades de práctica, valores disciplinarios y educativos que presenta, etc.

Para finalizar el cuestionario se les pregunto a los encuestados sobre la intención de cursar la asignatura de Iniciación a los deportes de lucha. Tan solo un 11% de los encuestados se mostró interesado en cursar la asignatura, frente a un 54% que mostró negativa a cursarla, un 26% que mostraron dudas. El resto 9% ya la ha cursado. Frente a estos datos, en la pregunta sobre la intencionalidad de introducir este tipo de deportes en sus clases de E.F, un 85% afirmó que, si estaría interesado, frente a un 15% que no estaría dispuesto. La falta de interés en cursar la asignatura frente a la gran iniciativa de plantearlos en las clases de educación física, nos lleva a plantear otras posibilidades metodológicas para ofrecer formación en este tipo de deportes. Un buen planteamiento metodológico para llevar a cabo la formación podría ser la realización de “Cursos Muestra” de duración variable. Estos cursos podrían estar en colaboración con las federaciones para llevar a cabo una formación básica a los alumnos y profesores interesados (ap.8 limitaciones y perspectivas futuras).

En cuanto a las *limitaciones* encontradas a la hora de llevar a cabo el estudio cabe destacar el tamaño reducido de la muestra. De un total de 423 estudiantes de Ciencias del deporte de la UEx a los que se le remitió el cuestionario, tan solo 100 personas lo cumplimentaron, de tal modo que nos encontramos con un índice de fiabilidad reducido.

Con respecto a las *perspectivas futuras* abogamos por la realización de un proyecto metodológico para la aplicación de estos deportes para el ámbito educativo. Este proyecto deberá incluir tanto los beneficios como inconvenientes de la inclusión. El proyecto se plantearía como un recurso a plantear dentro del bloque de contenidos curriculares “tareas motrices específicas” que incluye el currículo de educación.

Otro posible planteamiento futuro puede ser la realización de “Cursos Muestra”. Este tipo de cursos muestra podría resultar necesario para la formación y reciclaje de antiguos profesores de E.F, que estén interesados en incluir estos deportes o aumentar una ventana de posibilidades para la renovación profesional e impartir este tipo de clases a nivel extra lectivo en los centros que lo soliciten (Alexander y Cols, 1996).

Finamente, abogamos por la formación de docentes para motivarlos a incluir este tipo de deportes dentro del ámbito educativo-recreativo. No solo para que los alumnos puedan contar con sus numerosos beneficios, sino para utilizarlos como medio para combatir problemas, como la obesidad infantil (Pyle y Cols, 2006) o la prevención del bullying en los colegios e institutos (León, 2015).

CONCLUSIONES

Las conclusiones más importantes que se pueden extraer de este estudio son:

1. Aproximadamente más de la mitad de los estudiantes encuestados han practicado deportes de lucha antes de realizar sus estudios universitarios. Pero únicamente el 6% de la muestra lo sigue practicando.
2. Se observa como los deportes de lucha son más practicados por chicos que chicas según el cuestionario.
3. El deporte más practicado es el judo (29.3%), seguido de taekwondo y karate (ambos con una representación del 15.5%), boxeo (12.1%), esgrima (6.9%) y otros (20.7%).
4. El lugar donde se practicó con más frecuencia estos deportes fue gimnasios privados, seguido de colegios o institutos, por lo que abogamos por una mayor implicación institucional para acercar su práctica.
5. Podemos concluir que la aceptación de los deportes de lucha en la totalidad de la población encuestada es amplia, alcanzando el 85% de la muestra. Transformando está en una alternativa pedagógica.
6. Hay mayor aceptación hacia los deportes de combate como herramienta educativa por parte de aquellos que han tenido experiencias de práctica por sobre los no practicantes.

En conclusión podemos afirmar que los deportes de lucha se encuentran presentes dentro de los estudiantes de ciencias del deporte, una gran mayoría los ha practicado en algún momento de su formación deportiva aunque principalmente de forma puntual. Los deportes de lucha más practicados coinciden con los que más licencias federativas cuentan a nivel nacional, como son el Judo, el Karate y el Taekwondo, siendo su práctica frecuente en gimnasios de ámbito privado. Pese a su escasa práctica podemos concluir que estos deportes cuentan con una gran aceptación por parte de la población, la mayoría de los encuestados optaría por incluirlos dentro de sus aulas de educación física, esta motivación también se debe a los que previamente han practicado. Los encuestados que muestran negativa a impartirlos en la asignatura de educación física coinciden con los que nunca han practicado estos deportes y desconocen sus posibles aplicaciones.

BIBLIOGRAFÍA

1. Alexander, K., Taggart, A., & Thorpe, S. (1996). A spring in their steps? Possibilities for professional renewal through sport education in Australian schools. *Sport, Education and Society*, 1(1), 23-46.
2. Blázquez, D., & Hernández, J. (1984). Clasificación o taxonomías deportivas. Barcelona: Monografía. INEF.
3. Castarlenas J. (1990). Deportes de combate y lucha: aproximación conceptual y pedagógica. *Apunts. Educación Física y Deportes* (19), 21-28.
4. Consejo Superior de Deportes (2016). Memoria 2015/Licencias y Clubes federados.
5. Figueiredo, A., & Abelar, B. (2009). La iniciación a los deportes de combate: interpretación de la estructura del fenómeno lúdico luctatorio. *Revista de Artes Marciales Asiáticas*, 4(3), 44-57.
6. Green, T. A., & Svinth, J. R. (2010). *Martial arts of the world: an encyclopedia of history and innovation* (Vol. 2). ABC-CLIO.
7. Herrera, M.V., García, C.G., Casado, J.E., & Alventosa, J. P. M. (2005). La práctica de los deportes de lucha. Un estudio preliminar sobre la experiencia previa de los estudiantes de la licenciatura en Ciencias del Deporte. *Apuntes Educación física y deportes*, 1(79), 13-19.
8. Holmen, T.L., Barrett-Connor, E., Clausen, J., Holmen, J., & Bjermer, L. (2002). Physical exercise, sports, and lung function in smoking versus nonsmoking adolescents. *European Respiratory Journal*, 19(1), 8-15.
9. López, C., & Márquez, S. (2007). Motivación en jóvenes practicantes de lucha leonesa. *Revista de Psicología del Deporte*, 10(1).
10. UNESCO (1999). El judo disciplina deportiva. Informe de gestión. España.
11. León, V.M, (2015). El bullying o acoso escolar en la Educación Secundaria: la Educación Física y el deporte como medios de prevención e intervención. *Facultad de Ciencias de la Educación, Universidad de Sevilla*.
12. Lobo Conty, P. (2014). Proyecto de comunicación para el incremento de la presencia del deporte minoritario en los medios. *Facultad de Filosofía y Letras. Universidad de Valladolid*.
13. Menéndez, J. I., & Fernández-Río, J. (2014). Innovación en educación física: el kickboxing como contenido educativo. *Apuntes: Educación Física y Deportes*, 117(3), 33-42.

14. Menéndez, J. (2017). Las artes marciales y deportes de combate en educación física, una mirada hacia el kickboxing educativo. *EmásF, Revista Digital de Educación Física*. Año 8, Num. 48.
15. Moreno, J.A., Rodríguez, P.L., & Gutiérrez, M. (1996). Actitudes hacia la educación física: elaboración de un instrumento de medida. In *Actas del III Congreso Nacional de Educación Física de Facultades de Educación y XIV de Escuelas Universitarias de Magisterio* (507-516).
16. Moreno, R.F., & Salas, J.D.Z. (2009). La educación física y el deporte como medios para adquirir y desarrollar valores en el nivel de primaria. *Revista Educación*, 33(1), 133-143.
17. Páez, C., & Carreras, J. (1997). Búsqueda de unos nuevos contenidos para la nueva asignatura: actividades y deportes de lucha. *Apuntes. Educación Física y Deportes* (49), 108-112.
18. Prat, M., & Soler, S. (2003). Actitudes valores y normas en educación física y el deporte. INDE.
19. Pyle, S.A., Sharkey, J., Yetter, G., Felix, E., Furlong, M.J., & Poston, W.S. (2006). Fighting an epidemic: the role of schools in reducing childhood obesity. *Psychology in the Schools*, 43(3), 361.
20. Rodríguez, J. R. (2008). Causas de la escasa presencia de los deportes de lucha con agarre en las clases de educación física en la ESO: propuesta de aplicación. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (14), 43-47.
21. Rodríguez Teijeiro, D., Martínez Patiño, M.J., & Mateos Padorno, C. (2009). Identidad y estereotipos de la mujer en el deporte: una aproximación a la evolución histórica. *Revista de Investigación en Educación*, 2, 109-126.
22. SaMPol, P.P., Verdaguer, X. P., Planas, M.G., Rotger, P.A.B., & Conti, J.V. (2005). Motivos para el inicio, mantenimiento y abandono de la práctica deportiva de los preadolescentes de la isla de Mallorca. *Apuntes Educación física y deportes*, 3(81), 5-11.
23. Tammelin, T., Näyhä, S., Hills, A.P., & Järvelin, M.R. (2003). Adolescent participation in sports and adult physical activity. *American journal of preventive medicine*, 24(1), 22-28.
24. Zamanillo, J.M.A. (2009). El judo como mediación generadora de bienestar y autoestima: caso biográfico-narrativo de las personas con discapacidad intelectual de Aspanias-Burgos (Tesis doctoral). *Universidad de Burgos, Burgos, España*.