



**PERFIL MOTIVACIONAL DE LAS MUJERES PARTICIPANTES EN LA PRUEBA
ATLÉTICA DE LOS 3000 METROS OBSTÁCULOS**
**MOTIVATIONAL PROFILE OF THE FEMALE ATHLETES IN THE 3000 METERS
STEEPLECHASE**

Olatz Bastarrica Varela¹, Susana Irazusta Adarraga¹, Rubén Arroyo del Bosque¹

¹Universidad del País Vasco, Vitoria, España. E-mail: Olatz.bastarrica@hotmail.com.

RESUMEN

Los 3000 metros obstáculos es una especialidad del atletismo ubicada dentro de las pruebas de medio fondo, que comprende la carrera plana y el paso de los obstáculos, incluyendo un foso agua llamado ría. Es la especialidad de atletismo con menos participantes en carrera ya sea en género femenino como en masculino, pero ¿A qué se debe esta baja participación? Tanto la alta exigencia técnica en carrera como los pasos de los obstáculos son una de las razones, ya que, el paso de la ría requiere una refinada técnica y dificultad adquirida. Este estudio analizará a distintas atletas, con el fin de crear el perfil motivacional de las atletas que compiten en esta prueba, encontrar las razones por las que se decantan por otras especialidades del atletismo y no por esta, y con ello averiguar las razones de la baja participación en esta modalidad.

PALABRAS CLAVE: atletas, 3000 metros, obstáculos, motivación, ría.

ABSTRACT

The 3000 meters steeplechase is an athletics specialty which is part of the middle endurance races, consisting of the race itself and running over a steeplechase. It is the athletics specialty race with fewest participants in both genders female and male, but how do you explain this low participation? The high technical demand in the race and the technique of dealing with the obstacles are one of the reasons, since the passage of the river requires a refined technique and the difficulty acquired. This study will look at different athletes, in order to create the motivation profile of the athletes competing in this event and will find the reasons why athletes opt for other fields of athletics and not for this. Thus, this study will find out the reasons for the low participation.

KEYWORDS: athletes, 3000 meters, steeplechases, motivation, water jump.

1. INTRODUCCIÓN

El 3000m obstáculos tiene como origen las carreras pedestres o de campo a través (cross-country) que se realizaban y realizan en Inglaterra, consistente en ir corriendo de un pueblo a otro, sorteando toda clase de obstáculos. Más adelante en las universidades inglesas se crea la carrera de campo a través en varias millas^{1,2}.

Halifax Wyatt, estudiante de la Universidad de Oxford, propuso a sus colegas, realizar estas mismas competiciones, corriendo a pié, con la variante de poner obstáculos artificiales, como podían ser vallas o troncos, en diferentes tramos de su recorrido.

En 1864 en el poblado de Bisney en Oxfordshire, Inglaterra, se realizó la primera competición de esta especialidad, la cual fue ganada por Halifax Wyatt en competencia con sus eternos rivales deportivos, de la Universidad de Cambridge, sobre una distancia de unas dos millas (3218,72 metros) aproximadamente.

En 1900, en las olimpiadas de Paris, Francia, fue incluido en el programa olímpico como especialidad de medio fondo, con una distancia de 2500 metros. Es en Amberes, (Bélgica) cuando se compitió oficialmente sobre los 3000 metros, pero las mujeres no compiten hasta las Olimpiadas de Beijing (China), en el 2008. Sí que se incluye la versión inicial en los campeonatos mundiales de atletismo celebrados en Helsinki (Finlandia), en 2005³.

Así nace esta especialidad la cual pasa a ser parte del programa de carreras de la IAAF como disciplina manteniendo las características de pase de obstáculos y salto de agua (salto de la ría).

La Federación Internacional de Atletismo, después de haber aceptado oficializar en sus calendarios atléticos, pruebas tan exigentes como la maratón, los 3000, 5000 y 10.000 metros lisos, triple salto, martillo, pértiga, 400 metros vallas, por citar algunas de las consideradas, no hace demasiados años, como no recomendables⁴ para las mujeres, no tuvo otra solución que aceptar la realidad, y asumir las de los 3000 metros obstáculos en

¹ FOTINOS, E. "OLIMPIA. Guía completa." Atenas: Ediciones Olímpicas. 1982.

² DURANTEZ, C. (1977). "Las Olimpiadas Griegas." España: Delegación Nacional de Educación Física y Deportes Comité Olímpico Español. ELPAIS.es. 2004. El COI prohíbe a los deportistas.

³ CIO. *Web CIO*: [En línea] <http://www.olympic.org> [Consultada: 2012-12-13].

⁴ BARRIS, T. Disponible en: <http://www.barris.org> [Consultada: 2013-02-24].

1999, que junto con los 20 kilómetros ruta, en el 2001, serían las dos últimas, para poder completar los programas, con las mismas pruebas que los hombres^{5,6,7}.

El COI (Comité Olímpico Internacional) realizó un gran trabajo a favor de la igualdad entre hombres y mujeres⁸.

CARACTERÍSTICAS DE LA PRUEBA⁹

La prueba de obstáculos es una carrera de 3000 metros en la que las competidoras tienen que pasar 28 obstáculos y 7 saltos de agua. Los obstáculos secos tienen una altura de 0,914m de altura para las pruebas de hombres y 0,762m para las pruebas de mujeres. Habrá 5 saltos por vuelta después del primer paso de la línea de llegada, siendo el paso de la ría el cuarto de los mismos. Los obstáculos estarán distribuidos de forma regular, de modo que la distancia entre ellos será aproximadamente la quinta parte de la longitud normal de una vuelta. (En 2000 m con obstáculos, si la ría está en el interior de la pista, la línea de llegada ha de ser pasada dos veces antes de la primera vuelta con 5 obstáculos).

El peso de cada valla estará entre 80 y 100kg. Cada valla tendrá en ambos lados una base que medirá entre 1,20 y 1,40m. Cada atleta debe franquear cada valla y pasar por encima o a través del agua. No hacerlo entrañará la descalificación. En adición, será descalificado todo/a atleta que:

- (a) Pase por uno u otro costado de la ría.
- (b) Pase el pie o la pierna por debajo del plano horizontal determinado por el borde superior de una valla en cualquier momento del franqueo.

A condición de que se cumpla lo determinado en este Artículo, el/la atleta puede pasar cada valla de cualquier forma.

⁵ DÁVILA, M. "Indicadores de Género. Guía Práctica." *Junta de Andalucía, Consejería de Economía y Hacienda, Instituto Andaluz de la Mujer*. 2004.

⁶ DURANTEZ, C. "Las Olimpiadas Griegas." España: Delegación Nacional de Educación Física y Deportes Comité Olímpico Español. ELPAIS.es. 2004. El COI prohíbe a los deportistas.

⁷ PL. "La mujer en la historia olímpica", *Opciones, Semanario Financiero, Comercial y Turístico de Cuba*. Cuba: Opciones Digital, (2004). [En línea] [Consultada: 22-01-2014].

⁸ GTI. "La declaración de Brighton sobre la mujer y deporte". Brighton, Reino Unido, 1994. [En línea] [Consultada: 15-11-2013].

⁹ REAL FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE ATLETISMO <http://www.rfea.es> [Consultada: 12-12-2013]



CARACTERÍSTICAS DE LAS ATLETAS

En los primeros 200 m. no hay obstáculos y, luego, cada 400 m. hay 4 obstáculos y 1 salto de agua (paso de la ría). Las competidoras deben saltar por encima, pisar o ayudarse con una mano para pasar los obstáculos. No cruzar por el agua o hundir un pie en un obstáculo seco, implica descalificación.

El ritmo se ve influido por los obstáculos. No obstante, la atleta debe ser buena corredora en liso y tener facilidad para salvar los obstáculos. Los cambios de ritmo son constantes durante la prueba, por lo que no siempre las buenas corredoras en liso cuajan en esta dura modalidad. La velocidad es más mantenida y pausada. Por último, en el aspecto psicológico, la atleta debe ser valiente por cuanto se expone a una caída peligrosa en el momento en el que más agotado de encuentra y con una ría u obstáculo por delante¹⁰.

La tipología es muy parecida a la de una corredora de fondo largo. Están dotadas de un gran número de fibras rojas. La dureza de los 3000 metros obstáculos equivale a la que pueden tener los 5000 metros ¹¹Para darnos una idea de cómo debe ser la corredora de obstáculos, no tenemos más que fijarnos en que participan en una prueba artificial, tanto en su origen como en su desarrollo¹².

El biotipo de la corredora de obstáculos se caracteriza por la fortaleza de sus piernas. También se trata de atletas de una gran elasticidad y flexibilidad. La agilidad es un componente fundamental y una exigencia impuesta por el hecho de tener que superar los

¹⁰ BARRIS, T. Disponible en: <http://www.barris.org> [Consultada: 2013-02-24].

¹¹ DECI, E.L., Y OLSON, B.C. "Motivation and competition: Their role in sports." En J.H. Goldstein (Ed.), *Sports, games, and play* (1989). (2nd ed., pp. 83-110). Hillsdale, NJ: Erlbaum.

¹² JAENES, J.C. & CARACUEL, J.C. "Maratón. Preparación psicológica para el entrenamiento y la competición." 2005. Sevilla: Almuzara.

obstáculos y rías. La atleta ideal tiende a ser más bien alta, ya que una corta estatura dificulta la facilidad para superar el obstáculo.

2. METODOLOGÍA

Diseño

Se trata de un estudio descriptivo, correlacional; con el cual pretendemos identificar el perfil motivacional de las corredoras que participan en los 3000 metros obstáculos.

Participantes

17 atletas femeninas ($27,65 \pm 6,70$ años) que toman parte en la prueba de los 3000 metros obstáculos, han sido objeto de este estudio. El nivel de competición de las atletas es tanto a nivel nacional como provincial. La edad de las atletas se sitúa entre 19 y 38 años.

Se trata de deportistas que, solo compiten en esta especialidad para puntuar en las ligas de categoría de honor y 1º división¹³. Son pocas las que participan por méritos voluntad propia^{14,15}.

Instrumentos

La metodología utilizada en este estudio ha sido una encuesta colaborativa “ha doc” realizada entre la Universidad del País Vasco y la Universidad de Bordeaux, basado en el cuestionarios de Cechenni, 2005¹⁶, añadiendo cuestiones que atañen a los intereses del estudio.

La encuesta ha sido traducida al francés, gracias a la ayuda de Sofie Herrera, para facilitar la lectura a las chicas Aquitanas.

¹³ Real Federación Española de Atletismo (2014) Federación. <http://www.rfea.es>

¹⁴ CARRATALÁ, E. “Análisis de la teoría de las metas de logro y de la autodeterminación en los planes de especialización deportiva de la Generalitat Valenciana.” *Tesis doctoral*. Valencia: Universidad de Valencia, Valencia. 2004.

¹⁵ MORENO, J. A., Y GONZÁLEZ-CUTRE, D. “El papel de la relación con los demás en la motivación deportiva”. En A. Díaz (Ed.), 2006. Murcia: ICD.

¹⁶ CECCHINI, J.A., GONZALEZ, C., LOPEZ-PRADO, J., & BRUSTAD, R.. “Relación del clima motivacional percibido con la orientación de meta, la motivación intrínseca y las opiniones y conductas de fair play”. *Revista Mexicana de Psicología*, 2005, vol. 22(2), pag. 469-479.

Partes de la encuesta:



Sección 1- Datos Personales

> Nombre y Apellidos: *Defina aquí por favor*
 > Fecha de nacimiento: *Día / Mes / Año*
 > Estudios: *Defina aquí por favor*
 > Profesión: *Defina aquí por favor*
 > Club: *Defina aquí por favor*
 > Teléfono: *Defina aquí por favor*
 > E-mail: *Defina aquí por favor*
 > Estado civil: *Elija elemento*

-Altura: *Defina aquí por favor* cm
 -Peso: *Defina aquí por favor* kg

Ilustración 2. Sección 1.

Sección 2- Datos deportivos (históricos)

¿Has practicado algún deporte antes del atletismo?

- Sí
 No

En caso de que la respuesta sea, "sí" indique el/los deportes, la edad que la que empezó, hasta cuando lo practicó y a qué nivel lo practicó:

Deporte/s	Año de comienzo	Año en que lo dejó	Nivel
<i>Deporte</i>	<i>Año</i>	<i>Año</i>	<i>Nivel</i>
<i>Deporte</i>	<i>Año</i>	<i>Año</i>	<i>Nivel</i>
<i>Deporte</i>	<i>Año</i>	<i>Año</i>	<i>Nivel</i>
<i>Deporte</i>	<i>Año</i>	<i>Año</i>	<i>Nivel</i>
<i>Deporte</i>	<i>Año</i>	<i>Año</i>	<i>Nivel</i>
<i>Deporte</i>	<i>Año</i>	<i>Año</i>	<i>Nivel</i>

Ilustración 3. Sección 2.

Sección 3- Datos deportivos (Atletismo)

¿Has practicado o practicas alguna otra especialidad del atletismo aparte los 3000m obstáculos? En caso afirmativo indique la especialidad y los años.

- Sí
 No

<input type="checkbox"/> 60 m	<i>Años</i>	<input type="checkbox"/> 800 m	<i>Años</i>	<input type="checkbox"/> 5000 m	<i>Años</i>	<input type="checkbox"/> 60 m vallas	<i>Años</i>	<input type="checkbox"/> 4 x 100 m	<i>Años</i>
<input type="checkbox"/> 100 m	<i>Años</i>	<input type="checkbox"/> 1500 m	<i>Años</i>	<input type="checkbox"/> 10000 m	<i>Años</i>	<input type="checkbox"/> 100 m vallas	<i>Años</i>	<input type="checkbox"/> 4 x 400 m	<i>Años</i>
<input type="checkbox"/> 200 m	<i>Años</i>	<input type="checkbox"/> 3000 m	<i>Años</i>	<input type="checkbox"/> Campo a través	<i>Años</i>	<input type="checkbox"/> 110 m vallas	<i>Años</i>		
<input type="checkbox"/> 400 m	<i>Años</i>			<input type="checkbox"/> Media maratón	<i>Años</i>	<input type="checkbox"/> 400 m vallas	<i>Años</i>		
				<input type="checkbox"/> Maratón	<i>Años</i>	<input type="checkbox"/> 3000m obstáculos	<i>Años</i>		
Salto	Nº de años	Marcha	Nº de años	Lanzamiento	Nº de años	Pruebas combinadas	Nº de años		
<input type="checkbox"/> Longitud	<i>Años</i>	<input type="checkbox"/> 20 Km	<i>Años</i>	<input type="checkbox"/> Peso	<i>Años</i>	<input type="checkbox"/> Pentatlón	<i>Años</i>		
<input type="checkbox"/> Triple salto	<i>Años</i>	<input type="checkbox"/> 50 Km	<i>Años</i>	<input type="checkbox"/> Disco	<i>Años</i>	<input type="checkbox"/> Heptatlón	<i>Años</i>		
<input type="checkbox"/> Altura	<i>Años</i>			<input type="checkbox"/> Martillo	<i>Años</i>	<input type="checkbox"/> Decatlón	<i>Años</i>		
<input type="checkbox"/> Pertiga	<i>Años</i>			<input type="checkbox"/> Jabalina	<i>Años</i>				

Ilustración 4. Sección 3.

Otro punto importante que preguntamos es el entorno en que se mueven, como con quien entrenan, si entrenan con el/la entrenador/a , el genero de este/esta. La especialidad del entrenador/a y el nivel de titulación.

¿Con quién entrenas?

Sola

En compañía de Elige el tipo de compañía

¿Entrenas con un/a entrenador/a habitualmente?

Sí No

Género del/a entrenador/a (Mujer u hombre):

Hombre Mujer

Especialidad del/a entrenador/a

Carreras de velocidad Medio fondo Fondo Velocidad/obstáculos Relevos Saltos Lanzamiento Pruebas combinadas

Otros: ¿Cuál/Cuales? ¿Cuál/Cuales?

Titulación técnica del/a entrenador/a:

Ninguna Monitor Nacional Entrenador de club Entrenador nacional

Otros: ¿Cuál/Cuales?

Ilustración 5. Sección 3.2.

Esta sección referida a la motivación. La escala incluye seis ítems y el formato utilizado es de tipo Likert con cinco categorías por ítem (1 = *nada importante*; 5 = *muy importante*).

Para facilitar las tablas hemos abreviado las preguntas:

Preguntas en relación a la motivación (abreviaturas)

P10 = Me gusta ganar

P11 = Quiero obtener estatus o reconocimiento

P12 = Me gustan los trofeos

P13 = Me gusta sentirme importante

P14 = Quiero ser popular

P15 = Quiero hacer algo en lo que soy bueno

P16 = Me gusta el trabajo en equipo

P17 = Me gusta el espíritu de equipo

P18 = Me gusta pertenecer a un equipo

P19 = Quiero estar bien físicamente

P20 = Quiero estar en forma

P21 = Me gusta hacer ejercicio

P22 = Quiero liberar energía

P23 = Quiero liberar tensión

P24 = Me gusta viajar

P25 = Me gusta tener algo que hacer

P26 = Me gusta salir de casa

P27 = Quiero usar el equipamiento o las instalaciones

P28 = Me gustan los entrenadores/ instructores

P29 = Mis padres o amigos próximos quieren que compita

P30 = Quiero mejorar mis habilidades

P31 = Quiero aprender nuevas habilidades

P32 = Quiero conseguir un nivel más alto

P33 = Quiero estar con mis amigos

P34 = Quiero conocer nuevos amigos

P35 = Me gusta competir

P36 = Me gusta el desafío

P37 = Quiero divertirme

Sección 8- Motivación						
	1	2	3	4	5	NS/NC
Me gusta ganar	<input type="checkbox"/>					
Quiero obtener estatus o reconocimiento	<input type="checkbox"/>					
Me gustan los trofeos	<input type="checkbox"/>					
Me gusta sentirme importante	<input type="checkbox"/>					
Quiero ser popular	<input type="checkbox"/>					
Quiero hacer algo en lo que soy bueno	<input type="checkbox"/>					
Me gusta el trabajo en equipo	<input type="checkbox"/>					
Me gusta el espíritu de equipo	<input type="checkbox"/>					
Me gusta pertenecer a un equipo	<input type="checkbox"/>					
Quiero estar bien físicamente	<input type="checkbox"/>					
Quiero estar en forma	<input type="checkbox"/>					
Me gusta hacer ejercicio	<input type="checkbox"/>					
Quiero liberar energía	<input type="checkbox"/>					
Quiero liberar tensión	<input type="checkbox"/>					

	1	2	3	4	5	NS/NC
Me gusta viajar	<input type="checkbox"/>					
Me gusta tener algo que hacer	<input type="checkbox"/>					
Me gusta salir de casa	<input type="checkbox"/>					
Quiero usar el equipamiento o las instalaciones	<input type="checkbox"/>					
Me gustan los entrenadores/instructores	<input type="checkbox"/>					
Mis padres o amigos próximos quieren que compita	<input type="checkbox"/>					
Quiero mejorar mis habilidades	<input type="checkbox"/>					
Quiero aprender nuevas habilidades	<input type="checkbox"/>					
Quiero conseguir un nivel más alto	<input type="checkbox"/>					
Quiero estar con mis amigos	<input type="checkbox"/>					
Quiero conocer nuevos amigos	<input type="checkbox"/>					
Me gusta competir	<input type="checkbox"/>					
Me gusta el desafío	<input type="checkbox"/>					
Quiero divertirme	<input type="checkbox"/>					

Ilustración 6. Sección 8.

Análisis estadísticos

Para el análisis de datos se utilizó los estadísticos descriptivos de medias y desviaciones estándar (DE). El análisis de correlación de Pearson y significación bilateral mediante el análisis estadístico de correlaciones. Para la realización del análisis de datos se ha utilizado el paquete estadístico predictivos SPSS (Statistical Package for Social Science) en su versión 20.0 para Windows y el programa Excel para Windows. El límite superior de significación para todos los test se estableció en $p < 0.05$.

3. RESULTADOS

El estudio realizado se ha llevado a cabo gracias a la participación de 17 chicas españolas que participan en la especialidad de los 3000m obstáculos. No hemos tenido que desechar ninguna de las encuestas.

	MEDIA	DESVIACIÓN TÍPICA
Edad	27,65	±6,70

Tabla 1. Edad media y desviaciones típicas.

Mediante los datos obtenidos en la encuesta hemos podido determinar la edad media de las participantes de esta prueba, que es de 27,65 ±6,70.

10 de las chicas realizaban otros deportes no relacionados con el atletismo; natación, fútbol sala, baloncesto, tenis, balonmano, judo o gimnasia. A nivel tanto escolar como provincial. Y 7 no han practicado deporte anterior a la práctica del atletismo.

No (7)	Si (10)		
	Natación	Baloncesto	Gimnasia
	Fútbol sala	Balonmano	
	Tenis	Judo	
	Nivel escolar y provincial		

Tabla 2. Mujeres que practicaban alguna actividad, el deporte y nivel de competición.

No hay ninguna atleta que compita ni entrene únicamente los 3000 metros obstáculos, todas lo compaginan con otras pruebas, en la siguiente tabla se indica el tipo de prueba.

Velocidad/Vallas	Medio-fondo	Fondo	Ultra fondo
100	800	5000	Media maratón
200	1500	10000	Maratón
400m.v	3000		

Tabla 3. Tipos de prueba.

Ninguna de las chicas participa exclusivamente el 3000m obstáculos, todas lo compaginan con otras especialidades, desde la velocidad combinada con las vallas, pruebas de medio fondo (800, 1500 y 3000), pruebas de fondo (5000 y 10.000) y ultra fondo (medio-maratón y maratón).

De 17 mujeres 15 entrenan en compañía; de estas, 2 entrenan con hombres, 3 con mujeres y 10 en compañía tanto de mujeres como de hombres. Las 2 restantes entrenan en solitario.

	Solas	En compañía
	2	15
Compañía mixta	-	10
Femenina	-	3
Masculina	-	2

Tabla 4. Tipos de compañía de entrenamiento.

En relación a los entrenadores que dirigen los entrenamientos de estas mujeres, es muy significativa la presencia de los hombres de un 100% y todos en posesión de la titulación de entrenador nacional.

Respecto a la sección de la motivación, procedemos a realizar las medias y desviaciones típicas de las cuestiones motivacionales de las atletas. Los datos registrados en las diferentes preguntas fueron estos, en una escala de 1 a 5:

	Media	Desv. típ.	Media	Desv. típ.
P10	4,35	,78	P19	4,00
P11	2,82	,88	P20	4,47
P12	1,64	,60	P21	4,23
P13	2,41	,79	P22	4,00
P14	1,29	,46	P23	4,00
P15	4,05	,89	P24	4,52
P16	3,64	,99	P25	3,94
P17	4,47	,62	P26	3,64
P18	4,52	,62	P27	2,52
	Media	Desv. típ.	Media	Desv. típ.
P28	4,58	1,06	P37	4,82
P29	3,76	1,14		
P30	4,41	,61		
P31	4,41	,71		
P32	4,47	,62		
P33	4,11	,69		
P34	4,35	,78		
P35	4,64	,60		
P36	4,82	,39		

Tabla 5. Medias y desviaciones típicas entre P10 y P37.

Los datos más relevantes son, las preguntas mejor valoradas son referentes a la atmosfera de equipo, forma física, habilidades y amistad. Por lo contrario P12, pregunta sobre la obtención de trofeos y quiero ser popular son las preguntas con menos valoración.

Por otro lado en las siguientes tablas podemos observar las correlaciones de motivación.

	P12	P15	P22	P25	P27	P31	P35	P36
P11			,627** ,007					
P12		,499* ,041						-,540* ,025
P13					-,513* ,035			
P14					,510* 0,36	,549* ,022		
P15	,499* ,041						,499* ,041	
P18				-,567* ,018				

Tabla 6. Correlaciones entre P10 – P37 y P10 – P37.

En esta tabla es representativa la correlación entre la P11 y P22 ya que se representa en un 62%.

(P22 = Quiero liberar energía → P11 = Quiero obtener estatus o reconocimiento)

	P11	P13	P14	P18	P21	P25	P29	P30	P31	P32	P34	P35	P36
P20													,756** ,000
P21						,518* ,033	-,486* ,048						
P22	,627** ,007												
P23									,507* ,038				
P24													,566* ,018
P25				-,567* ,018	,518* ,033								
P27	-,513* ,035	,510* ,036						,612** ,009	,632** ,007				
P28											,506* ,038		
P29					-,486* ,048					,584* ,014			

Tabla 7. Correlaciones entre P10 – P37 y P20 – P29.

En esta tabla es representativa la correlación entre la P20 - P36 (P20 = Quiero estar en forma → P36 = Me gusta el desafío) representada en un 75%, P22 - P11 (P22 = Quiero liberar energía → P11 = Quiero obtener estatus o reconocimiento) con el 62%, P27 - P13 (P27 = Quiero usar el equipamiento o las instalaciones → P13 = Me gusta sentirme importante) con el 61% y P27 - P14 (P27 = Quiero usar el equipamiento o las instalaciones → P14 = Quiero ser popular) con el 63%.

	P12	P14	P15	P20	P23	P24	P27	P29	P30	P31
P30							,612** ,009			,584* ,014
P31		,549* ,022			,507* ,038		,632** ,007		,584* ,014	
P33								,584* ,038		
P35			,499* ,041			,566* ,018				
P36	-,540* ,025			,756** ,000						

Tabla 8. Correlaciones entre P10 – P37 y P30 – P37.

En esta tabla es representativa la correlación entre P30 - P27 (P30 = Quiero mejorar mis habilidades → P27 = Quiero usar el equipamiento o las instalaciones) con 61%, P33 - P27 (P33 = Quiero estar con mis amigos → P27 = Quiero usar el equipamiento o las instalaciones) con 63% y P36 - P20 (P36 = Me gusta el desafío → P20 = Quiero estar en forma) con un 75%.

4. CONCLUSIONES

Las atletas féminas de esta disciplina se decantan por esta especialidad mayormente para puntuar en las ligas, ya que el 3000m obstáculo no es una carrera nada fácil y de muy poca participación, son atletas con una tendencia a participar en pruebas de medio-fondo, fondo y cross (en temporada de invierno), tal y como apuntábamos en nuestra hipótesis.

La alta titulación de los entrenadores conlleva un alto nivel técnico. Se puede apreciar que en ámbito nacional es notable la presencia de los hombres como entrenadores frente a un bajo porcentaje de mujeres entrenadoras.

Se confirma la participación en ligas con propósito de puntuar por el bien del equipo.

Mediante la parte motivacional de la encuesta se confirma la búsqueda del reconocimiento y la superación.

5. BIBLIOGRAFÍA

- AMOROSE, A. J., Y HORN, T. "Intrinsic Motivation: Relationships with collegiate athletes' gender, scholarship status, and perceptions of their coaches' behavior". *Journal of Sport and Exercise Psychology*. 2000, vol.22, p.63-84.
- BARRIS, T. Disponible en: <http://www.barris.org> [Consultada: 2013-02-24].
- CARRATALÁ, E. "Análisis de la teoría de las metas de logro y de la autodeterminación en los planes de especialización deportiva de la Generalitat Valenciana." *Tesis doctoral*. Valencia: Universidad de Valencia, Valencia. 2004.
- CIO. *Web CIO*: [En línea] <http://www.olympic.org> [Consultada: 2012-12-13].
- CECCHINI, J.A., GONZALEZ, C., LOPEZ-PRADO, J., & BRUSTAD, R.. "Relación del clima motivacional percibido con la orientación de meta, la

- motivación intrínseca y las opiniones y conductas de fair play". *Revista Mexicana de Psicología*, 2005, vol. 22(2), pag. 469-479.
- DÁVILA, M. "Indicadores de Género. Guía Práctica." *Junta de Andalucía, Consejería de Economía y Hacienda, Instituto Andaluz de la Mujer*. 2004.
 - DECI, E.L., Y OLSON, B.C. "Motivation and competition: Their role in sports." En J.H. Goldstein (Ed.), *Sports, games, and play* (1989). (2nd ed., pp. 83-110). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
 - DURANTEZ, C. "Las Olimpiadas Griegas." España: Delegación Nacional de Educación Física y Deportes Comité Olímpico Español. ELPAIS.es. 2004. El COI prohíbe a los deportistas.
 - FOTINOS, E. "OLIMPIA. Guía completa." Atenas: Ediciones Olímpicas. 1982.
 - GTI. "La declaración de Brighton sobre la mujer y deporte". Brighton, Reino Unido, 1994. [En línea] [Consultada: 15-11-2013].
 - JAENES, J.C. & CARACUEL, J.C. "Maratón. Preparación psicológica para el entrenamiento y la competición." 2005. Sevilla: Almuzara.
 - MORENO, J. A., Y GONZÁLEZ-CUTRE, D. "El papel de la relación con los demás en la motivación deportiva". En A. Díaz (Ed.), 2006. Murcia: ICD.
 - PL. "La mujer en la historia olímpica", *Opciones, Semanario Financiero, Comercial y Turístico de Cuba*. Cuba: Opciones Digital, (2004). [En línea] [Consultada: 22-01-2014].
 - REAL FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE ATLETISMO <http://www.rfea.es> [Consultada: 12-12-2013].
 - RUIZ DE AZÚA, S., Y GONZÁLEZ, O. "Auto concepto físico y modalidad deportiva practicada." En J. A. Del Barrio, M. I. Fajardo, F. Vicente, A. Ventura, y I. Ruiz (Eds.), *Nuevos Contextos Psicológicos y Sociales en Educación* (pp. 513-529). (2005). Badajoz: Psicoex.