

# PROCEEDINGS OF THE CONFERENCE

Moving up Physical Education  
and Sports Participation  
on the Public Health Agenda

**It Is Not Too Late to Act!**



2015 INTERNATIONAL CONFERENCE

**Universidad Europea**  
School of Sports Science



ASSOCIATION INTERNATIONALE DES ECOLES SUPERIEURES D'EDUCATION PHYSIQUE  
INTERNATIONAL ASSOCIATION FOR PHYSICAL EDUCATION IN HIGHER EDUCATION



**Universidad Europea**

LAUREATE INTERNATIONAL UNIVERSITIES



**Real Madrid Graduate School**  
Universidad Europea



8-11 July, 2015  
Madrid, Spain  
[www.aiesep2015.com](http://www.aiesep2015.com)



EVENT

# REVISTA ESPAÑOLA DE EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTES

## Spanish Journal of Physical Education and Sports

Edita: Consejo General de Colegios Oficiales de Licenciados en Educación Física y en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.

C/ Comandante Zorita, nº 55, 28020 Madrid

Telf.: 91.501 05 99 / Fax: 91.501 09 41

eMail Consejo: [consejo@consejo-colef.es](mailto:consejo@consejo-colef.es) eMail REEFD: [direccion.revista@consejo-colef.es](mailto:direccion.revista@consejo-colef.es)

Web Consejo: <http://www.consejo-colef.es> Web REEFD: [www.reefd.es](http://www.reefd.es)

**Con las debidas licencias**

**Cada autor se responsabiliza del contenido científico de su colaboración**

**Depósito Legal: TO-4-1958**

**ISSN: 1133-6366 ISSNe: 2387-161X**

**Maquetación e impresión: Printcolor**

**Periodicidad: Trimestral**

**Revista de Educación Física y Deportes decana en España**

**Fundada en septiembre de 1949.**

**Disponible en versión digital:**

<http://www.consejo-colef.es/revista-reefd/archivo-revista-reefd.html>

[www.reefd.es](http://www.reefd.es)

**Indexada en:**

**DICE (CSIC. CINDOC. Aneca). IN-RECS. RESH. Dialnet. Catálogo Latindex. Red de Bibliotecas Universitarias (REBIUN).**

**Número 410 Suplemento: Resúmenes del Congreso Internacional AIESEP  
2015. Año LXVII, 3er trimestre, 2015, (nº 8 Supl., VI Época)**

La Revista Española de Educación Física y Deportes (REEFD) es una publicación del Consejo General de Ilustres Colegios Oficiales de Licenciados en Educación Física y en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, editada desde 1949 y de forma ininterrumpida desde 2004, actualmente tiene una periodicidad trimestral.

REEFD tiene como objeto primordial colaborar en la difusión del creciente número de resultados de investigaciones originales, estudios teóricos, técnicos, experiencias prácticas de relevancia, etc. que se realizan en nuestro país y en el ámbito internacional sobre las Ciencias de la Actividad Física y del Deporte (CAFD), escritos en castellano. Los trabajos deben ser originales, no publicados ni estar siendo considerados en otra revista para su publicación, siendo los autores los únicos responsables de las afirmaciones sostenidas en su artículo.

Principalmente serán considerados para publicación investigaciones científicas originales relacionadas con las siguientes áreas: *Educación Física; Rendimiento deportivo; Ejercicio físico para la salud; Dirección y Gestión deportiva; Deporte y Ocio; Metodología de la investigación en CAFD*. También se incluirán: revisiones de la literatura, reseñas de libros (de publicación reciente), reseñas de tesis doctorales, documentos académicos y profesionales de interés para el colectivo, experiencias y buenas prácticas en el ámbito de las CAFD.



## DO BEST PRACTICE RECOMMENDATION FOR PHYSICAL ACTIVITY AT CHILD CARE RESULT IN MORE ACTIVITY AND LESS SEDENTARY TIME?

Ruiz, G.<sup>1</sup>, Hales, D.<sup>2,3</sup>, Erinosh, T.<sup>2,3</sup>, Vaughn, A.<sup>2</sup>, Mazzucca, S.<sup>3</sup>, Ward DS.<sup>2,3</sup>

<sup>1</sup>Department of Music and Physical Education – Faculty of Education  
Complutense University of Madrid; email: german.ruiz@edu.ucm.es

<sup>2</sup>Center for Health Promotion and Disease Prevention and

<sup>3</sup>Department of Nutrition University of North Carolina at Chapel Hill, USA;  
emails: derekh@email.unc.edu , tope\_erinosh@unc.edu ,  
avaughn@email.unc.edu , mazzucca@gmail.com , dsward@email.unc.edu

### INTRODUCTION

A large number (57%) of U.S. children ages 3-5 years are enrolled in center-based child care, spending about 23 hours in these non-parental care arrangements. Thus, child care centers have been identified as a potential setting (1, 2) for implementing physical activity policies to combat the child-hood obesity epidemic (3). The purpose of this study was to assess five best practice physical activity recommendations in child care settings ( $\geq 120$  min/day of active play time;  $\geq 90$  min/day outdoor PA;  $\geq 30$  min/day of teacher lead PA;  $< 30$  min/week TV watching;  $< 15$  min/day sedentary time) and their impact on children's physical activity and sedentary time.

### METHOD

Forty-nine child-care centers were recruited from central North Carolina in the U.S. Physical activity practices in center classrooms were assessed using the Environment and Policy Assessment and Observation (EPAO) instrument (4). Children ( $n=557$ ) ages 2-5 years wore accelerometers to assess their physical activity levels at child care. Data were collected at each center over a 4-day period..

### RESULTS AND DISCUSSION

Children spent more time in moderate-to-vigorous physical activity

(MVPA) at centers that met or exceeded the 120 min/day of active play time standard, compared to those who did not. Children also spent more time in MVPA and less time in sedentary activities at centers that provided  $> 90$  minutes/day of outdoor playtime. Although not statistically significant, providing at least 30 minutes/day of teacher-led physical activity was also associated with more time spent in MVPA.

### CONCLUSIONS

Significantly higher MVPA levels were observed in children enrolled in centers that met two of the five best practice recommendations ( $\geq 120$  minutes per day of active play time and  $\geq 90$  minutes per day of outdoor PA). Child care centers should be encouraged to develop policies and practices to achieve sufficient activity time, including time outdoors, for children in their care.

### REFERENCES

1. Larson N, Ward DS, Neelon SB, Story M. What role can child-care settings play in obesity prevention? A review of the evidence and call for research efforts. *J Am Diet Assoc.* 2011 Sep;111(9):1343-62.
2. Ammerman AS, Ward DS, Benjamin SE, Ball SC, Sommers JK, Molloy M, et al. An intervention to promote healthy weight: Nutrition and Physical Activity Self-Assessment for Child Care (NAP SACC) theory and design. *Preventing chronic disease.* 2007;4(3):A67.
3. Story M, Kaphingst KM, French S. The role of child care settings in obesity prevention. *The*



Future of Children. 2006;16(1):143-68.

4. Ward DS, Hales D, Haverly K, Marks J, Benjamin S, Ball S, Trost SG. An Instrument to

Assess the Obesogenic Environment of Child Care Centers. American Journal of Health Behavior 2008 Jul-Aug;32(4):380-6.