

UFLO

UNIVERSIDAD DE FLORES

Autorizada provisionalmente por Decreto PEN N° 2361/12/94 conf. Art. 64 inc "C" Ley 24521

FACULTAD DE ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE

Carrera: Ciclo de Licenciatura en Actividad Física y Deporte

Modalidad: Distancia

Materia: Trabajo de Investigación

Año: 2018

Título:

La relación entre el nivel de flow y el nivel de motivación intrínseca en estudiantes de Educación Física de Nivel Medio del Sistema Educativo Formal

Estudiante: Gauto, Carla Graciela

Legajo: 10589

Correo electrónico: carlisf@hotmail.com

Tutora: Mag. Valeria Gómez

Índice

Resumen.....	1
1. Primera Parte: Delimitación teórica del objeto de estudio.....	2
1.1. Área temática, rama y especialidad.....	2
1.2. Tema y subtema.....	2
1.3. Introducción.....	2
1.4. Problema.....	4
1.5. Marco teórico.....	5
1.5.1. Capítulo 1: Orientación motivacional.....	6
1.5.1.1. Orientación motivacional al ego.....	6
1.5.1.2. Orientación motivacional a la tarea.....	8
1.5.2. Capítulo 2: Motivación intrínseca.....	11
1.5.3. Capítulo 3: Flow.....	13
1.5.4. Capítulo 4: Intención futura de práctica de actividad física.....	16
1.6. Relevancia cognitiva.....	18
1.7. Hipótesis.....	22
1.8. Objetivos.....	22
2. Segunda Parte: Material y Método.....	23
2.1. Tipo de diseño	23
2.2. Instrumentos de producción de datos.....	24
2.3. Cronograma de actividades en contexto.....	27
2.4. Población y muestra	28
2.5. Plan de tratamiento y análisis de los datos.....	30
3. Tercera Parte: Análisis y Conclusiones.....	38
3.1. Exposición de resultados	38
3.2. Análisis e interpretación de los datos.....	74
3.3. Conclusiones y sugerencias.....	76
3.4. Reflexión crítica sobre el proceso de investigación realizado.....	78
4. Anexos.....	80

4.1. Anexo 1: Carta de presentación.....	80
4.2. Anexo 2: Modelo de cuestionario.....	81
4.3. Anexo 3: Procedimiento de administración de cuestionarios en la muestra total	85
4.4. Anexo 4: Procedimiento de realización del pilotaje.....	93
4.5. Anexo 5: Procedimiento para completar la planilla Excel.....	96
4.6. Anexo 6: Tabla de datos.....	97
5. Bibliografía.....	98



Resumen

En esta investigación se determina la relación que existe entre el nivel de flow y el nivel de motivación intrínseca en estudiantes de Educación Física de Nivel Medio del Sistema Educativo Formal Argentino.

El tipo de diseño utilizado es el descriptivo - correlacional. El trabajo se realizó a través del cuestionario Q1-A Motivación en Educación Física. La muestra es finalística, fue realizada en forma voluntaria por 6485 alumnos, en escuelas de la República Argentina de las siguientes ciudades: de la provincia de Buenos Aires: Mar del Plata, Victoria, San Fernando, San Isidro, Longchamps, Zárate, San Miguel, Vicente López, Florencio Varela, Bahía Blanca, Tres de Febrero, Moreno, Punta Alta, Escobar, Germania, Olivos, Luján, General Pinto, Merlo y la Ciudad Autónoma de Buenos Aires; de la provincia de Córdoba: Alta Gracia, Río Segundo, Agua de Oro, Laguna Larga, Villa María, Villa Nueva, Las Varillas, Río Tercero, Villa Allende; de la provincia de Corrientes: Paso de los Libres y La Esquina; de San Luis: Merlo; de la provincia de Chaco: Belén; de la provincia de Santa Fe: Rosario; de Chubut: Comodoro Rivadavia; de Santa Cruz: Caleta Olivia; de La Pampa: Eduardo Castex y General Pico; de Tierra del Fuego: Río Grande; de Misiones: San Vicente y Aristóbulo del Valle y de Entre Ríos: Paraná. De la muestra total sobre alumnos de 1er a 6to año, surgen un total de 3203 varones y 3282 mujeres.

Sostenemos que tanto el nivel de flow como la motivación intrínseca mostraron comportamientos altos.

Palabras clave:

Educación Física - Estudiantes del Nivel Secundario - Flow - Motivación intrínseca.

1. Primera Parte: Delimitación conceptual del objeto de estudio

1.1. Área temática, rama y especialidad

Área temática: Educación Física / Psicología.

Rama: Educación Física de Nivel Medio / Psicología Cognitiva-Educacional.

1.2. Tema y Subtema

Tema: La motivación intrínseca y el nivel de flow en las clases de Educación Física.

1.3. Introducción

El presente trabajo de investigación se realiza en la Universidad de Flores. La elección del tema fue establecida por la profesora de la cátedra, Mag. Valeria Gómez. El punto de partida que motivó iniciar este trabajo de investigación deriva en la reflexión crítica sobre nuestro quehacer cotidiano como profesores de Educación Física en el Nivel Secundario. A partir de mi propia experiencia y la de mis compañeros de trabajo, hemos observado que el tema que estudiaremos en esta investigación, la motivación en las clases de Educación Física, no logra atraer o gustar por completo a los adolescentes de hoy. Por ende, es imprescindible indagar sobre la falta de motivación de los alumnos en las clases de Educación Física para poder evitar, a futuro, el abandono de la práctica físico-deportiva.

Escartí y Cervelló (1994) explican que la motivación es la dirección del comportamiento humano y la energía con la que nos empleamos en una conducta.

Resulta de vital importancia la necesidad de conocer si los alumnos del Nivel Medio están motivados o no, durante las clases de Educación Física en una institución educativa de la ciudad de Merlo, provincia de Buenos Aires, del Sistema Formal Argentino (donde fue realizado el pilotaje a nivel micro). También en las instituciones de la República Argentina, (donde se aplicó el relevamiento a nivel macro).

Siempre con el propósito de generar conocimientos válidos y significativos que puedan contribuir al mejoramiento de la adquisición de hábitos saludables para la vida, que se prolonguen en el tiempo.

Esta investigación refleja las debilidades que se afrontan, en relación a la motivación de los alumnos en las clases de Educación Física dictadas en el Nivel Secundario. Se abordan de forma ordenada las siguientes variables: orientación motivacional (al ego y a la tarea), motivación intrínseca, experimentación de flow e intención de ser físicamente activo.

El problema del equipo de investigación pretende establecer cuál es la relación entre el nivel de motivación intrínseca, el nivel de orientación motivacional al ego, el nivel de orientación motivacional a la tarea y el nivel de flow con la intención de ser físicamente activo en estudiantes de Educación Física de Nivel Medio del Sistema Educativo Formal Argentino. De este problema general se desprende uno conexo (se menciona en el siguiente ítem), en torno al cual gira esta investigación.

Atendiendo a las distintas variables que se suscitan en las clases de Educación Física en la escuela media, y que son determinantes para lograr la adherencia a la actividad física deportiva a futuro, se esbozan los siguientes propósitos:

- Promover la reflexión crítica de los profesores de Educación Física sobre la motivación de los adolescentes en sus clases, ya que contribuirá a fomentar el hábito de la práctica de actividad física.
- Brindar elementos de juicio para que en los institutos de formación docente de Educación Física se gestionen cambios significativos en las planificaciones y propuestas curriculares y didácticas enfocadas en la motivación.
- Contribuir a mejorar la motivación de los adolescentes de las instituciones del Nivel Medio, mediante proyectos viables que involucren a los mismos con el espacio curricular e incorporen a su vida el gusto por la actividad física y deportiva.

1.4. Problema

¿Cuál es la relación entre el nivel de flow y el nivel de motivación intrínseca en estudiantes de Educación Física de Nivel Medio del Sistema Educativo Formal Argentino, en los años 2014, 2015 y 2016?

1.5. Marco teórico

El marco teórico está conformado por el desarrollo de cuatro capítulos que se enlazan entre sí. Se describen las variables que podrían ayudar a mejorar la motivación de los estudiantes en las clases de Educación Física: orientación motivacional (al ego y a la tarea), motivación intrínseca, flow o estado de flujo y por último la correlación de estas con la intención futura de práctica de actividad física.

La investigación se basa en el estudio de la motivación en las clases de Educación Física, por eso en primera instancia se torna imprescindible centrarse en el concepto de motivación propiamente dicho. Esta es muy importante para el ser humano a la hora de tomar decisiones. “Es un estado o proceso interno que activa, dirige y mantiene la conducta hacia un objetivo” (Cashmore, 2002; citado en García Calvo, 2006, p. 36).

“En el mundo de la actividad física y el deporte, la motivación se entiende como el producto de un conjunto de variables sociales, ambientales e individuales que determinan la elección de una actividad física o deportiva, la intensidad en la práctica de esa actividad, la persistencia en la tarea y, en último término, el rendimiento” (Escartí y Cervelló, 1994; citado en Almagro Torres, 2012, p. 29).

A continuación describiremos la orientación motivacional y sus implicancias en relación a los conceptos dados.

1.5.1. Capítulo 1: Orientación motivacional

A partir de la definición anterior, inferimos que la motivación sería un engranaje determinante para interpretar los comportamientos humanos y por ende comprender las conductas de los estudiantes en correspondencia a la adherencia hacia la práctica física - deportiva.

Históricamente, la teoría de metas de logro admitía la existencia de dos orientaciones de meta: una orientación a la tarea (o a la maestría) a partir de la cual se define la competencia en términos de criterios autoreferenciados, y una orientación al ego (o al rendimiento) que es definida utilizando criterios de comparación externa.

Aunque en un principio se pensaba que las orientaciones de meta eran bipolares (orientadas al ego u orientadas a la tarea), actualmente gracias a diferentes investigaciones se sabe que son ortogonales y en relación a cómo un individuo construye su nivel de competencia en una situación particular (Nicholls citado en Duda, 1995).

A continuación nos adentraremos en la orientación motivacional al ego, para poder vislumbrar el estado que el sujeto experimenta en esta situación particular.

1.5.1.1. Orientación motivacional al ego

Una orientación de meta al ego implica la utilización de información normativa, externa, para definir el éxito y decidir lo bueno o capaz que se es en la realización de actividades concretas, toma a los demás como punto de referencia y considera que el éxito es hacer las cosas mejor que el resto de los compañeros y lo demuestran o bien ganando, más que el resto de compañeros o realizando una ejecución que se considera buena en base a unos patrones normativos. Vislumbran el aprendizaje como un medio para lograr el reconocimiento público de su superioridad (Peiró Velert y Sanchis Gimeno, 2004).

En su obra, Duda (1995) coincide con los autores Peiró Velert y Sanchis Gimeno (2004) en que las perspectivas de meta se refieren a cómo los alumnos responden cognitivamente y afectivamente a las actividades de la clase, y demuestra que las orientaciones a la tarea o al ego influyen en sus ejecuciones, intereses particulares, sensaciones en relación a la competencia, dentro del ámbito escolar.

Cuando el sujeto está implicado al ego su objetivo es la demostración de mayor capacidad que los demás. Cuando la percepción de competencia es baja, el estado de implicación al ego se ha asociado a mayores dificultades para mantener el sentimiento de competencia en la actividad y a la presentación de patrones de conducta inadaptados o desadaptativos, caracterizados porque la persona evita los desafíos, atribuye el fracaso a la falta de habilidad y reduce la persistencia ante la dificultad, lo que lleva al abandono de la actividad y al deterioro de la ejecución (Duda, 1995).

Cecchini, González, López Prado y Brustad (2005) afirman que el funcionamiento moral en el deporte se hace visible, ya que la orientación al ego puede llevar a incumplir las normas y a comportarse de un modo antideportivo, y en aquellos sujetos que estén implicados en la tarea, es más probable que quieran jugar respetando las reglas y así experimentar una competición justa.

Los adolescentes que tengan orientación al ego juzgarán su capacidad para realizar una tarea comparándose con los demás (Cervelló, Escartí y Balagué, 1999). Diversos estudios citados por Cervelló, Escartí y Balagué (1999) han encontrado que una alta orientación al ego se relaciona con una mayor satisfacción con resultados que informan acerca de la consecución de una mayor aprobación social y éxito normativo. Los deportistas con una alta orientación al ego no consideran la diversión como un elemento importante en el desempeño de la actividad deportiva. Consideran que el éxito en deporte se alcanza a través de la demostración de superior capacidad, restando importancia al esfuerzo ejercido en el desempeño de la tarea. Los problemas aparecen cuando los resultados deportivos no se corresponden con las expectativas previas. Al aparecer los primeros fracasos, estas deportistas con alta orientación al ego, que cuando se percibían hábiles frente a los demás mostraban altos niveles de motivación,

empiezan a declinar en su motivación hacia la práctica deportiva cuando comienzan a fracasar (Cervelló, Escartí y Balagué, 1999).

Los sujetos orientados al ego corren el riesgo de mostrar conductas de inadaptación como, por ejemplo, la resistencia a esforzarse ante actividades que requieren una alta exigencia y la tendencia a evitar actividades que le suponen un reto. El progreso en una tarea no es suficiente para producirle sentimientos de competencia. En este sentido, aquellos jóvenes orientados al ego cuya percepción de capacidad ante una actividad propuesta sea baja son los más vulnerables, ya que presagian el fracaso, la vergüenza y la ansiedad, así como otras emociones negativas. Con el fin de evitar sufrir estas emociones, intentan por todos los medios no realizar la actividad propuesta, o se esfuerzan lo mínimo o bien dejan de asistir a las clases (Peiró Velert y Sanchis Gimeno, 2004). Entonces probablemente, cuando los jóvenes no confían en su capacidad o competencia, y tuviesen una orientación al ego, abandonarán la práctica física y/o mermarán en su realización, consecuencia de los patrones de inadaptación en contextos de logro (Peiró Velert y Sanchis Gimeno, 2004).

1.5.1.2. Orientación motivacional a la tarea

Las orientaciones de meta son disposicionales (y son difíciles de modificar sin una intervención duradera), mientras que los estados de implicación hacen alusión al criterio de éxito que tiene una persona en un momento dado. En este sentido, cuando una persona está implicada a la tarea, la meta de su conducta es dominar la tarea y la consecución de dicha meta incrementará su sentimiento de competencia (Duda, 1995). Duda (1995) basado en su estudio acerca del dominio deportivo relacionado a las razones del éxito (Duda y Nicholls, 1989) sostiene que los estudiantes con una fuerte orientación a la tarea le atribuyen el éxito en la escuela al trabajo duro, la cooperación, el interés en el progreso personal, y el intento de comprender, en lugar de memorizar.

Cervelló y Santos Rosa (2000) mostraron que la orientación a la tarea, la percepción de habilidad y la percepción de un clima motivacional orientados a la

tarea eran buenos predictores de la preferencia por actividades desafiantes, la satisfacción con experiencias de maestría, la diversión, la preferencia por contenidos evaluativos relativos al progreso personal y una alta valoración de la Educación Física.

Cuando las acciones de los individuos son orientadas a la tarea, sus actos se dirigen hacia el aprendizaje, hacia una ejecución de maestría, las percepciones de habilidad son autorreferenciales y dependientes del progreso personal. En este caso, el éxito o el fracaso dependen de la valoración subjetiva de si se actuó con maestría, se aprendió, o si se mejora en una tarea (García Calvo, 2004).

García Calvo (2004) sostiene que ante una situación de ejecución, el sujeto valora su capacidad para ejecutar la tarea, lo que afectará la adaptatividad o desadaptatividad del esfuerzo de ejecución. Luego, las conductas de ejecución adaptativas, que incluyen un conjunto de procesos cognitivos y afectivos, son aquellas que aumentan la probabilidad de realizar una buena ejecución.

Contienen búsqueda de desafíos y persistencia efectiva frente al fracaso (Ames, 1992; Ames y Archer, 1988; Noutmanis y Biddle, 1999 en García Calvo 2004). Estas conductas son patrones típicos de sujetos implicados a la tarea.

Peiró Velert y Sanchis Gimeno (2004) conceptualizan que la orientación de meta a la tarea implica una preocupación por el desarrollo personal, el éxito se define en términos de mejora de la competencia personal y las percepciones de capacidad son autorreferenciadas. El alumnado está muy motivado sin necesidad de recompensas externas o amenazas porque la mejor recompensa es el logro en sí mismo. Esta orientación de meta está asociada con patrones motivacionales adaptativos como, por ejemplo, considerar el esfuerzo como el requisito más importante para el éxito, el interés por aprender nuevas habilidades, la búsqueda de tareas que supongan un reto personal, la persistencia ante situaciones difíciles y una escasa preocupación por el fracaso puesto que perciben los errores como parte del proceso de aprendizaje (Duda, 1996; Treasure y Roberts, 1995; en Peiró Velert y Sanchis Gimeno (2004).

Creemos que la habilidad varía de una persona a otra pero orientando su motivación hacia la tarea se conseguirían mejores aprendizajes y una mayor

adherencia a la práctica física deportiva por lo expuesto anteriormente. En relación a las orientaciones motivacionales, más precisamente la enfocada hacia la tarea, surge una conexión positiva y una relación significativa con la motivación intrínseca, constructo que trataremos en el siguiente capítulo.

1.5.2. Capítulo 2: Motivación intrínseca

En las clases de Educación Física, la motivación constituye un elemento de vital importancia que contribuye a despertar en los alumnos el deseo de participar (Moreno Murcia, Llamas y Ruiz Pérez, 2006).

“La motivación intrínseca supone el compromiso de un sujeto con una actividad por el placer y el disfrute que le produce y por tanto, la actividad es un fin en sí misma” (Deci, 1975; Deci y Ryan, 1985, citados en Moreno, Cervelló y González, 2006, p. 310).

Acercamos este concepto introduciendo la Teoría de la Autodeterminación donde se explica cómo los individuos pueden sentirse de manera diferente hacia una actividad, ya sea intrínsecamente motivados, extrínsecamente motivados o desmotivados (Moreno Murcia et. al., 2006).

La teoría de las necesidades básicas establece que existen tres necesidades psicológicas primarias y universales que motivan el comportamiento humano: la autonomía, la competencia y la relación con los demás.

La necesidad de autonomía valora los esfuerzos de las personas por sentirse el origen de sus acciones y poder determinar su propio comportamiento. La necesidad de competencia se fundamenta en tratar de controlar el resultado y experimentar eficacia. Y, por último, la necesidad de relación con los demás corresponde a relacionarse y preocuparse por otros y se define como sentirse aceptado e intimar con los demás (Moreno Murcia et. al., 2006).

El grado de autonomía que concede la posibilidad de elegir las tareas, así como la percepción de competencia, y el grado de relación o conexión con los otros, constituyen los pilares básicos en los que se sustenta la motivación en el contexto de la Educación Física (Ferrer Caja y Weiss, 2000; Noutmanis y Biddle, 1999; Prusak, Treasure, Darse y Pangrazi, citados en Moreno Murcia et. al., 2006).

Deci y Ryan definieron la desmotivación como la falta de motivos para seguir practicando y esforzándose en una actividad, mientras que la motivación externa está determinada por recompensas o agentes externos (Moreno Murcia y Martínez, 2006).

Continuando con los autores, la motivación intrínseca “se puede definir como aquella relacionada con la necesidad de explorar el entorno, la curiosidad y el placer que se experimenta al realizar una actividad, sin recibir una gratificación externa directa. El desarrollo de la actividad en sí constituye el objetivo y la gratificación, suscitando también sensaciones de competencia y autorrealización” (p. 11). Moreno Murcia y Martínez (2006) aportan también que en la conducta intrínsecamente motivada es donde el interés por la actividad y las necesidades de competencia y autorrealización subsisten incluso después de haberse alcanzado la meta.

Consideramos que este nivel de motivación interna produciría en la práctica física deportiva consecuencias positivas en los aprendizajes de los jóvenes escolares. Como profesores de Educación Física deberíamos transmitir y orientar las clases promoviendo la motivación intrínseca.

Autores como Vallerand et. al., (citados en Moreno Murcia y Martínez, 2006) plantean que existen “tres tipos de motivación intrínseca: motivación intrínseca hacia el conocimiento (el sujeto se compromete en una actividad por el placer y la satisfacción que experimenta mientras intenta aprender), motivación intrínseca hacia la ejecución (el sujeto se compromete en la actividad por placer mientras intenta mejorar o superarse a sí mismo), motivación intrínseca hacia la estimulación (el sujeto se compromete en la actividad para experimentar sensaciones asociadas a sus propios sentidos)” (p. 11).

En relación a la adherencia o compromiso de la práctica física deportiva coincidimos con el pensamiento de los investigadores Ryan, Frederick, Lepes, Rubio y Sheldon (citados en Hernández, 2008) quienes “indican que la motivación extrínseca es un factor importante para iniciar la actividad, pero es importante la razón intrínseca para mantenerse continuamente activo” (p. 19).

En reflexión a lo planteado, podemos decir que los estudiantes motivados intrínsecamente podrían mejorar ampliamente su aptitud física – deportiva y además permanecer activos en las actividades por largo tiempo. La motivación es un factor que determina el adecuado desarrollo del flow en un individuo (Camacho,

Arias, Castiblanco y Riveros, 2011). A continuación nos explayaremos en este nuevo concepto.

1.5.3. Capítulo 3: Flow

Csikszentmihalyi (citado en Camacho et. al., 2011) define el término flow o fluir como un estado en el que la persona se encuentra completamente absorta en una actividad para su propio placer y disfrute, durante la cual el tiempo vuela y las acciones, pensamientos y movimientos se suceden unas a otras sin pausa.

Se argumenta que “para que se experimente el flow se debe: obtener una adecuada retroalimentación positiva que permita generar percepciones de competencia y autoconfianza que aumenten los niveles de autodeterminación y motivación intrínseca, poseer metas dirigidas al proceso, partir de objetivos moderados y realistas de carácter progresivo en donde los individuos puedan tener participación en la determinación de los objetivos a alcanzar, generando una percepción de autonomía, sin olvidar relacionarse socialmente” (Camacho et. al., 2011, p. 52).

Cabe señalar que el estado de flow se compone de nueve dimensiones, Csikszentmihalyi (citado en García Calvo, 2004) explica cada una de ellas.

a) Equilibrio entre habilidad y reto: la característica se basa en la existencia de un equilibrio entre la dificultad de la tarea a la que nos enfrentamos y la habilidad que gozamos o que percibimos para poder realizar dicha tarea. Si la tarea que enfrentan el/la estudiante está fuera de sus límites de ejecución, no sentirá un óptimo estado para afrontarla y podrá fracasar. En cambio si la tarea es fácil, superior a la habilidad del/la estudiante, generará escasa atracción. Por esto mismo es importante mantener un equilibrio entre habilidad y reto.

b) Combinación de la acción y el pensamiento: esta característica se basa en el problema de ejecutar una tarea automáticamente, sin necesidad de pensar cuáles son los desplazamientos que tenemos que realizar. Particularmente se refiere al hecho de que es mucho más fácil realizar una tarea automáticamente, sin necesidad de pensar los movimientos que deben realizarse. Esta unión de

cuerpo y mente (acción y conciencia), lleva a ejecutar la actividad de una forma más clara, evitando la pérdida de tiempo que se produce cuando primero se razona lo que se debe hacer y posteriormente se lleva a cabo.

c) Claridad de objetivos: es relevante tener claras las metas que pretendemos para poder lograr un buen aprendizaje. Significa que cuando se tiene claro cuáles son los objetivos propuestos y cuáles son las fórmulas para llevarlos a cabo, su estado psicológico será más adecuado e inmejorable.

d) Feedback claro y sin ambigüedades: la actividad que causa estados de fluidez se lleva a cabo por sí misma, no por las utilidades que otorga como resultado. El feedback es entendido como una instancia de retroalimentación o respuesta en el proceso de transmisión. Si bien el feedback se puede obtener por diversas vías, para lograr un estado perfecto de ejecución, el más relevante es el kinestésico procedente de nuestros propios desplazamientos. En consecuencia, mientras realizamos una actividad, recibimos un feedback de la misma, y si este es claro, conciso y sin ambigüedades, nos proporciona autoconfianza y seguridad de que lo que estamos haciendo está bien, y de no ser así, estamos equivocados y debemos modificarlo.

e) Concentración sobre la tarea que se está realizando: es necesario tener una buena concentración sobre la tarea que estamos realizando. Por ejemplo, si un/a estudiante de Educación Física realiza un mal saque lateral y se queda pensando en lo que acaba de suceder y en lo frustrado que se siente por haber errado una ocasión tan clara, es muy probable que vuelva a tener problemas. En conclusión, estar concentrado en la tarea quiere decir que no aparecen pensamientos negativos ni ajenos a la propia actividad.

f) Sentimiento de control: tiene una gran relación con la primera de estas características (equilibrio entre habilidad y reto), ya que si se sabe que con la habilidad se puede ejecutar correctamente la actividad propuesta, la percepción de control aumentará.

g) Pérdida de cohibición o de autoconciencia: se basa en la capacidad de mantenerse alejado de preocupaciones y temores sobre la propia habilidad. Esto hace al/la alumno/a sentirse más osado/a y atrevido/a a la hora de enfrentarse a la

tarea que debe realizar. Esta característica se relaciona con la segunda (unión entre acción y pensamiento) y la quinta (concentración sobre la tarea), ya que son necesarias estas dos particularidades para que se produzca una pérdida de cohibición y por lo tanto se aproxime al estado de flow.

h) Transformación en la percepción del tiempo: Esta característica se relaciona en función de las particularidades de la tarea realizada. No está muy claro ni el cómo ni por qué se produce esto, aunque se baraja la posibilidad de que se deba a la gran concentración sobre la tarea que se está realizando y a la pérdida de cohibición explicada anteriormente. Estas variables hacen que la percepción del tiempo se vea alterada en función de los intereses, propiciando una mejor actitud psicológica y por ende un mejor rendimiento.

i) Experiencia autotélica: esta característica se relaciona con la satisfacción intrínseca de la tarea. Autotélica proviene del griego auto= por sí mismo y telos = objetivo. Se refiere a la tarea o experiencia, es un objetivo por sí misma. Esto se relaciona con la teoría de autodeterminación de Ryan y Deci (1985), que postula que una tarea es más fácil de realizar cuando sentimos satisfacción simplemente con realizarla, sin necesidad de ninguna recompensa externa.

García Calvo (2004) menciona que algunos estudios (Jackson 1998, Jackson y Eklund, 2002) consideran la cualidad de equilibrio entre habilidad y reto y la de la experiencia autotélica como las primordiales para conseguir un óptimo estado de flow.

El flow o el estado óptimo de rendimiento de una persona podría llegar a ser una manera intrínseca para motivar al estudiante y favorecer la continuidad activa en la práctica de actividad físico-deportiva. Concluimos este capítulo, remarcando lo significativo de este estado al ser logrado en las clases de Educación Física secundaria, asociado al placer, a la apreciación de logro y a la autonomía de los alumnos, y damos paso al último capítulo de intención futura de práctica de actividad física, para clarificar conceptualmente en qué se apoya el influjo de esta intención.

1.5.4. Capítulo 4: Intención futura de práctica de actividad física

A lo largo de los capítulos anteriores, pudimos ir estableciendo vínculos con la orientación motivacional, la motivación intrínseca y el estado de flow. Sostenemos que estas variables podrían suscitar que los estudiantes sean físicamente activos por un tiempo prolongado de su vida.

Una de las primordiales inquietudes en el ámbito de la Educación Física es conseguir que el alumnado llegue a valorar la actividad física y la incluya como parte de su estilo de vida. Para ello, las tareas que se proponen en clase han de resultar significativas y motivantes e inducir a una participación regular y frecuente ya que, de lo contrario, la realización de esas prácticas físicas puede quedar reducida a simples actividades escolares que se realizan única y exclusivamente en el ámbito escolar sin apenas transferencia a la vida real.

Las actitudes hacia la actividad física y el deporte, son mucho más positivas a medida que el/la alumno/a se sienta más motivado/a. Por ende, realizará dicha actividad extracurricularmente y la practicará con mayor frecuencia. Se considera que dicha participación se hace más interesante en la medida en que los alumnos reciban en sus clases actividades que den respuesta a sus necesidades de movimiento, de descubrir, de relacionarse, y estén en correspondencia con el nivel de desarrollo físico alcanzado. Esta información se debe de tener en cuenta para lograr la adherencia a la práctica física deportiva, pues las experiencias en las clases de Educación Física serán determinantes para la adquisición de un estilo de vida donde la actividad física sea un hábito más (García Calvo, 2004).

La intención de que un sujeto se mantenga físicamente activo se ve influida por la percepción del autoconcepto físico, ya que este se modifica positivamente mediante la actividad física (Crocker, Eklund y Kowalski citados en Moreno, Moreno y Cervelló, 2007).

Moreno et. al. (2007) agregan “(...) el autoconcepto físico es el resultado de varias interacciones sociales y personales en el medio, por lo que su configuración está influida por los núcleos sociales propios del sujeto” (p. 265).

Esta idea se ve reforzada cuando Block, Vogler, Houston – Wilson y Cols (citados en Moreno et. al., 2007, p. 265) señalan que “aquellos individuos con intención de mantener una vida físicamente activa obtienen mejores resultados en sus niveles de salud física y psicológica que los sedentarios, incluso alumnos con deficiencias físicas y psíquicas”.

La Educación Física debería planificar estrategias que contrarresten el sedentarismo juvenil y la desmotivación.

En los últimos tiempos Moreno Murcia, Marzo, Martínez Galindo y Conte (2011), plantean que la actividad física ha pasado de ser una actividad obligatoria y motivada por un fin externo a la actividad (presiones, castigos, premios, etc.), a ser considerada importante para la salud. Sin embargo los autores señalan que para conseguir maximizar la adherencia futura de las personas a la actividad físico-deportiva, es requisito imprescindible conocer las variables que podrían estar interviniendo a la hora de que las personas decidan adoptar dicho compromiso y asumirlo como hábito de vida, con el claro propósito de establecer posibles pautas de intervención que ayuden a los profesionales del sector.

“La Educación Física escolar debería ser un medio importante por el cual los niños y jóvenes fueran animados a participar en diferentes formas de actividad física y deportiva, generasen actitudes favorables hacia su práctica continuada y alcanzaran estilos de vida activos y saludables” (Cale citado en Méndez Giménez, Fernández Rio, Cecchini Estrada y González González de Mesa, 2013, p. 29).

Moreno Murcia, Marzo, Martínez Galindo y Conte (2011) sostienen que para poder establecer posibles pautas de intervención sobre cómo conseguir maximizar la adherencia futura de las personas a la actividad físico-deportiva en su tiempo libre o de ocio, es requisito imprescindible conocer las variables que podrían estar interviniendo a la hora de que la persona decida adoptar dicho compromiso y asumirlo e interiorizarlo como hábito de vida saludable.

A modo de conclusión de este último capítulo subrayamos la magnitud del estudio sobre motivación para promover la participación del/la estudiante en la clase de Educación Física generando compromiso, autoconfianza, y disfrute por la actividad. Resulta determinante conocer qué aspectos pueden mejorar la

autonomía, motivación, satisfacción/diversión e importancia y utilidad de la Educación Física por los estudiantes, con vista a incrementar las prácticas de actividad física. De esta manera se podría lograr más adherencia a la misma en un futuro.

1.6. Relevancia cognitiva

Esta investigación procura estudiar la relación entre dos variables para poder intervenir en el futuro en ellas y pretender lograr una permanencia en la actividad física y deportiva de la población. Desde el punto de vista cognitivo, el equipo de investigación realiza un estudio descriptivo-correlacional sobre cinco variables: la motivación intrínseca, el flow, la orientación motivacional hacia el ego y hacia la tarea y la intención futura de práctica de actividad físico-deportiva. En este estudio, se realiza un análisis descriptivo en forma particular de motivación intrínseca y flow, y su correlación. Argumentando dicha elección a partir de considerar de vital importancia que nuestros alumnos tengan la facultad de valorar el conocimiento adquirido a través de la percepción.

Se han encontrado numerosas investigaciones sobre la motivación en las clases de Educación Física. Con respecto a las variables de nuestro trabajo, algunos autores decidieron relacionar dos o tres, otros agregaron nuevas variables de investigación para contribuir con más datos y a su vez relacionarlas entre sí. A continuación se plantean los antecedentes encontrados según las variables en torno a las cuales gira este estudio: motivación intrínseca y flow.

En relación a la variable motivación intrínseca consideramos relevante para nuestro trabajo el siguiente estudio propuesto por Cervelló y Santos Rosa (2000) que realizaron una investigación en Barcelona, Universidad de Extremadura, sobre la motivación en las clases de Educación Física: un estudio de la perspectiva de las metas de logro en el contexto educativo. Examinaron las relaciones entre las orientaciones de meta, el clima motivacional percibido, la percepción de habilidad, la preferencia por distintos tipos de evaluación y la valoración que los estudiantes le daban a la materia. La muestra comprendió 280 alumnos (153 hombres y 127

mujeres) franja etaria: 14 a 18 años, pertenecientes a centros de enseñanza media de la comunidad extremeña y que recibían clases de Educación Física dos veces por semana. Esta muestra ha sido recogida en centros escolares públicos, concertados y privados, durante una de las clases de Educación Física. Se aplicó el cuestionario como instrumento de recolección de datos.

Los resultados mostraron de forma general que la orientación a la tarea, la percepción de habilidad y la percepción de un clima motivacional orientado a la tarea eran buenos predictores de la preferencia por tareas desafiantes, la satisfacción con experiencias de maestría, la diversión, la preferencia por contenidos evaluativos relativos al progreso personal y una alta valoración de la Educación Física. Por el contrario, la orientación al ego, la percepción de habilidad y un clima motivacional orientado al ego, aparecieron como predictores de la preferencia por tareas fáciles, la satisfacción con el éxito normativo, el aburrimiento, la preferencia por la evaluación del rendimiento comparativo y una menor valoración de la Educación Física.

Desde la teoría de la Autodeterminación se explica cómo los individuos pueden sentirse hacia una actividad de manera diferente, intrínsecamente motivados, extrínsecamente motivados o desmotivados (Moreno Murcia et. al., 2006). En este trabajo nos centramos solamente en la motivación intrínseca ya que observamos que esta aumentaría los niveles de participación de los estudiantes en las clases de Educación Física.

Camacho, Arias, Castiblanco y Riveros (2011) “han utilizado el término flow, para investigar cómo los estudiantes aprenden, qué los hace fluir en clase, cómo aprenden mejor, todo esto con el propósito de conocer y luego diseñar estructuras académicas que favorezcan el ámbito educativo” (p. 55). Su estudio se centró en la revisión teórica conceptual de flow: medición y áreas de aplicación. El objetivo de este trabajo fue llevar a cabo una revisión teórica, conceptual y empírica del concepto de flow, explicar cómo se ha medido y revisar algunas áreas de su aplicabilidad. Se describieron los antecedentes del flow basados en el triple constructor de motivación, el locus de control, las características del flow y modelos teóricos que describen el estado de flow. Se revisaron distintos métodos

de muestreo experiencial y las escalas de estado de flow y de flow disposicional, se presentan estudios de su funcionalidad en contextos específicos como la danza, educación, navegación en la red y en el área clínica. Como conclusión de esta revisión teórica del concepto flow, se puede decir que una persona entra en estado de flujo cuando posee las herramientas suficientes y adecuadas para enfrentar el reto, por lo tanto el reto no puede ser muy inferior ya que entraría en estado de aburrimiento y desmotivación. Adicionalmente el desafío gradualmente va aumentando, al igual que las herramientas y aptitudes de la persona van aumentando. Asimismo, se observó la gran importancia que tiene la dimensión de la motivación en la experiencia del flow ya que es la que hace que un individuo actúe o se comporte de una manera determinada, involucrando la motivación intrínseca, extrínseca y la amotivación. Sin embargo, para que el estado de flow se experimente no solo interviene la motivación, sino también el locus de control el cual desempeña el papel de guía necesaria para la realización de la actividad, bien sea por relación directa consigo mismo (locus interno o motivación intrínseca) o con otras variables ajenas a él (locus externo o motivación extrínseca). Por último, dentro de las teorías que sustentan el flow se encuentra la teoría de la autodeterminación en donde el individuo logra estar motivado intrínsecamente por su capacidad de autonomía, competencia y relación con el entorno y hay una gran probabilidad que se experimente flow al realizar la acción.

Utilizamos las nueve dimensiones que propone Csikszentmihalyi (citado en García Calvo, 2004) para reconocer los comportamientos significativos del estado de flow de los estudiantes de Educación Física de Nivel Medio.

En los últimos tiempos Moreno, Marzo y Martínez (2011) señalan que para conseguir maximizar la adherencia futura de las personas a la actividad físico-deportiva, es requisito imprescindible conocer las variables que podrían estar interviniendo a la hora de que las personas decidan adoptar dicho compromiso y asumirlo como estilo de vida, con el claro propósito de establecer posibles pautas de intervención que ayuden a los profesionales del sector.

En los antecedentes encontrados la mayoría de los investigadores recurrieron a centros de enseñanza públicos, pero también fueron utilizados los

privados y concertados, en menor medida. Particularmente, coincidimos en los tipos de centros estudiados (públicos, concertados y privados).

En cuanto a las edades de las muestras, en todas las investigaciones fueron variando, al igual que la cantidad de alumnos y su división por género. Por ejemplo, Cervelló y Santos Rosa (2000) utilizaron una muestra de 280, siendo 153 hombres y 127 mujeres, en edades comprendidas entre 14 y 18 años. Méndez-Giménez, Fernández-Río, Cecchini Estrada y González de Mesa (2012) utilizaron 359, 156 varones y 203 mujeres, en edades comprendidas entre 14 y 19 años. González, Cutre Coll (2009), 895, 419 varones y 476 mujeres, en edades entre 12 y 16 años. Moreno J. A., Moreno R. y Cervelló (2007), 988, 432 chicos, 604 chicas, entre 15 y 17 años. Jiménez Castuera (2004), compuesta por 500 sujetos de ambos géneros (222 hombres y 278 mujeres) en edades entre 14 y 19 años. Nuestra investigación estará constituida por 6485 adolescentes en edades comprendidas entre 13 a 19 años.

Existe un área de vacancia de conocimiento sobre esta temática que está relacionada con el estado de flow ya que no encontramos investigaciones que estudien esta variable específicamente en las clases de Educación Física. Hasta el momento ha sido analizada solamente en el campo deportivo. Escasamente se han explorado o estudiado las cuatro variables de manera conjunta (orientación motivacional, flow, motivación intrínseca y la intención de ser físicamente activo).

Al hallar pocas investigaciones que indaguen estas relaciones nos abre el camino para comenzar una nueva investigación, para ampliar la información acerca de estas cuatro variables y que los resultados aporten más datos a la comunidad científica, docentes, institutos de formación docente, estudiantes de la carrera de Educación Física, entre otros.

Esta investigación se enmarca en un macro proyecto, es decir, aporta datos de campo para colaborar en la producción de otro estudio a nivel internacional. Se utilizó el cuestionario ya diseñado por Coterón - Gómez (2014). Detallamos su estructura en el apartado de instrumento.

La relevancia cognitiva de investigar ambas variables en el contexto argentino de la EF de Nivel Medio se centra en poder brindar aportes significativos respecto a la relación que tienen el estado de flow y la motivación intrínseca.

1.7. Hipótesis

Hipótesis

- Existe una relación positiva entre el nivel de motivación intrínseca y el nivel de flow en los estudiantes de EF que cursan en el Nivel Medio del Sistema Educativo Formal Argentino.

1.8. Objetivos

Objetivo General

- Establecer la relación entre el nivel de la motivación intrínseca y el nivel de flow de los estudiantes de Educación Física de Nivel Medio del Sistema Educativo Formal Argentino.

Objetivos Específicos

- Identificar el nivel de motivación intrínseca de los estudiantes de Educación Física del Nivel Medio del Sistema Educativo Formal Argentino.
- Describir el nivel de estado de flow en las clases de Educación Física del Nivel Medio del Sistema Educativo Formal Argentino.

2. Segunda Parte: Materiales y Método

2.1. Tipo de diseño

De acuerdo a la bibliografía analizada sobre el estado del arte y los objetivos planteados podemos establecer que, a nivel global, se trata de una investigación descriptiva correlacional sobre cinco variables complejas, la motivación intrínseca, la orientación motivacional al ego, la orientación motivacional a la tarea, el flow y la intención futura de la práctica de actividad física.

En este estudio se describirá específicamente el comportamiento de la variable motivación intrínseca y la variable flow. Luego se establecerán relaciones entre ellas.

Argumentamos la elección del tipo de diseño, basándonos en que los estudios descriptivos miden conceptos o variables, se centran en medir con precisión las variables individuales. Por medio del mismo, se busca describir diferentes aspectos del fenómeno a investigar. Es correlacional, porque pretende analizar cómo se relacionan o no diversos aspectos o variables del fenómeno entre sí.

Los autores Hernández Sampieri, Fernández Collado y Baptista Lucio (1991) afirman que los estudios correlacionales tienen como propósito medir dos o más variables de las cuales se pretende ver si están o no relacionadas en los mismos sujetos, en un contexto en particular.

Nosotros a nivel macro situamos el contexto de la investigación en las escuelas del Nivel Secundario de la República Argentina; Madrid, España; San Pablo, Brasil y Bogotá, Colombia.

A nivel micro en escuelas de gestión pública y privada del Nivel Secundario de la República Argentina.

Según el *tiempo*, el diseño es sincrónico. Se investigó el problema en los años 2014, 2015 y 2016 en instituciones educativas del Nivel Medio, de gestión

privada y pública citas en la República Argentina. Por lo cual, estamos frente a un estudio *transversal o sincrónico*, ya que se realizó dicho analizando el comportamiento de las variables en un momento determinado (Gómez, 2014).

Teniendo en cuenta la búsqueda del conocimiento, la investigación es aplicada o práctica, pues tiene como fin generar y transmitir conocimientos que luego puedan ser aplicados de manera inmediata en las prácticas profesionales de profesores de Educación Física (Gómez, 2014).

Según el contexto dado, estamos frente a una investigación de campo, por ende el conocimiento se generó con la recolección de datos, a través de un cuestionario estandarizado individual aplicado a estudiantes de primero a sexto año del Nivel Medio de Educación Física, en el marco de una situación específica (Gómez, 2014), es decir, en escuelas del Nivel Medio de la República Argentina.

2.2. Instrumentos para la producción de datos

El instrumento para la recolección de información empírica aplicado en esta investigación es un cuestionario estandarizado que se les administró a los estudiantes y que completaron individualmente de forma escrita, voluntaria y anónima. En nuestro estudio se utiliza la escala de Likert, que es un tipo de instrumento de medición o de recolección de datos adecuada para nuestra necesidad, ya que mide actitudes. Nuestro cuestionario se realiza de la siguiente manera (Anexo 2).

Atendiendo a las razones que impulsaron la elección de este instrumento podemos mencionar el nivel de motivación de todas las personas intervinientes en la realización de la investigación (directivos, docentes, preceptores, estudiantes, investigadores, etc.) y la tipología de preguntas a contestar (cerradas simples, cerradas con múltiples respuestas y técnicas especiales).

Podemos sumar que encontramos a estos instrumentos formados por preguntas con texto simple, con una sentencia lógica, agrupadas en relación a las

variables que se pretenden analizar, sin ambigüedades, ni preguntas dirigidas ni poco razonables (Padua, 1994).

Detallaremos a continuación de qué manera está establecido el cuestionario.

En la primera página se consignó las variables de edad, curso (año de estudio), calificación, gusto por la Educación Física, ejercicio extenuante, ejercicio moderado, ejercicio suave y actividad con la que llegue a sudar, se le asignó un número en relación con la cantidad de veces que lo realizaban por semana. El resto de variables, para poder trabajar con ellas, están codificadas de la siguiente manera: con respecto al Género, 0 para Hombre y 1 para Mujer, en cuanto a la institución educativa, 0 para Público y 1 para lo Privado, en cuanto a la actividad con la que llegue a sudar, 0 si es Nunca / Raramente, 1 si es A veces, 2 A menudo, para la consigna bachillerato con orientación en Educación Física valor 0 si es No y 1 si es Sí.

A continuación están las preguntas sobre las variables estudiadas distribuidas de la siguiente manera.

- La variable orientación motivacional se indaga con un cuestionario llamado Perceived Motivational Climate in Sport Questionnaire-2 (PMCSQ-2; Cecchini y Peña, 2005), versión adaptada a la Educación Física por Peiró Velert y Sanchis Gimeno (2004). El cuestionario mide la orientación motivacional hacia el ego y hacia la tarea. Este instrumento consta de 16 ítems, midiendo la orientación a la tarea (8 ítems) y la orientación al ego (8 ítems). Las respuestas a dicho cuestionario son cerradas y se responden con una escala tipo Likert cuya puntuación oscila entre 1= totalmente en desacuerdo y 5= totalmente de acuerdo.
- El estado de Flow se indaga con un cuestionario basado en la Escala de Disposición al Flow, Dispositional Flow Scale 2 (DFS-2; Jackson, Kimiecik, Ford y Marsh, 1998), en su versión adaptada al español por García Calvo, Jiménez, Santos Rosa, Reina y Cervelló (2008). Esta herramienta mide la disposición a experimentar el estado de flow a partir de los siguiente nueve factores: equilibrio

reto-habilidad, automatismo, claridad de objetivos, claridad en el feedback, concentración, sentimiento de control, pérdida de la auto-conciencia, distorsión del tiempo y experiencia autotélica. Este cuestionario es de suma utilidad cuando se quiere conocer más detalladamente la experiencia de flujo. La escala está compuesta por 36 ítems (cuatro ítems para cada uno de los nueve factores motivacionales mencionados anteriormente). Las respuestas a dicho cuestionario son cerradas y se responden con una escala tipo Likert cuya puntuación es 1 = Totalmente en desacuerdo, 2 = Desacuerdo, 3 = Indiferente, 4 = De acuerdo y 5 = Totalmente de acuerdo. Está compuesta por 9 factores los cuales hacen referencia a las 9 dimensiones que componen el flow, cada dimensión es evaluada por cuatro ítems. De acuerdo con Jackson, Eklund y Martin (2008), de las anteriores escalas se encuentran tres formas de presentación: la de nuestro estudio corresponde a la presentación larga, la cual contiene 36 preguntas donde se evalúan las nueve dimensiones del flow como se mencionaba anteriormente, y esta escala es útil cuando se quiere conocer más detalladamente la experiencia de flujo, son el instrumento de elección para las intervenciones dirigidas y/o cuando una comprensión detallada de las dimensiones del flujo es importante.

- Para medir la motivación intrínseca: Para medir esta variable se utilizó el Cuestionario de la Regulación Conductual en el Deporte (Behavioral Regulation in Sport Questionnaire, BRSQ) utiliza un factor general para medir la motivación intrínseca a través de los tres tipos de motivación intrínseca: hacia el conocimiento, la ejecución y la estimulación. Utiliza cuatro ítems y una escala Likert, donde 1 = Totalmente en desacuerdo, 2 = Desacuerdo, 3 = Indiferente, 4 = De acuerdo y 5 = Totalmente de acuerdo.

- La medida de la Intencionalidad para ser físicamente activo (Hein, 2006) en su versión española (Moreno, 2007). Este cuestionario está compuesto por 5 ítems para medir la intención del/la sujeto de ser físicamente activo/a tras su paso por las instituciones educativas. Los ítems son cinco y van precedidos de la frase: "Respecto a tu intención de practicar alguna actividad físico-deportiva" y está

compuesto por una escala Likert, donde 1 = Totalmente en desacuerdo, 2 = Desacuerdo, 3 = Indiferente, 4 = De acuerdo y 5 = Totalmente de acuerdo.

Este cuestionario fue administrado por todos los estudiantes que cursaron la materia Trabajo de investigación de la Universidad de Flores entre los años 2014, 2015 y 2016. De esta manera se realizó el trabajo de campo para la investigación.

Para obtener el material empírico que se corresponde a esta investigación se tomaron en cuenta las variables de motivación intrínseca y flow.

2.3. Cronograma de actividades en contexto

Actividad 1: Concertación de entrevista y entrega de carta de presentación (ver Anexo 1: Carta de presentación a la institución).	20 de abril 2016
Actividad 2: Realización de entrevista con equipo directivo. Programación de fecha y horario para realizar el pilotaje.	22 de abril 2016
Actividad 3: Realización del pilotaje de administración del instrumento con 12 estudiantes (2 de cada año, de 1° a 6°).	12 de junio

2.4. Población y muestra

El universo está delimitado por estudiantes de instituciones educativas de Nivel Medio del Sistema Educativo Formal Argentino que asisten a clases de Educación Física durante los años 2014, 2015 y 2016. Nuestra muestra comprende 78 instituciones del Nivel Medio de la escuela secundaria en 44 ciudades y 13 provincias argentinas que son: Buenos Aires, Santa Fe, Entre Ríos, Misiones, Corrientes, Formosa, Córdoba, Chaco, Santa Cruz, Chubut, La Pampa, San Luis, Tierra del Fuego.

La definición de nuestra muestra se encuentra entre las finalísticas o no probabilísticas dirigidas (Hernández Sampieri, Baptista Lucio y Fernández Collado, 1991). Cada investigador/a que integró el equipo de investigación en estos años eligió una institución educativa de acuerdo a posibilidades de accesibilidad personal a la misma. Este tipo de selección muestral se define como “incidental o casual” de acuerdo a la clasificación de Ynoub (2014).

Para poder definir la cantidad de estudiantes que integrarían la muestra correspondiente a cada institución educativa, decidimos organizar a los sujetos que la conforman de acuerdo a dos cuotas: sexo y año de cursada.

A su vez no se obligó a nadie a participar, sino que se organizó el muestreo por participación voluntaria de los sujetos. Sería, por ende, un muestreo por “cuotas” (Padua, 1994; Ynoub, 2014) de “sujeto voluntario” (Hernández Sampieri, Baptista Lucio y Fernández Collado, 1991).

Para el pilotaje, se sortearon a los estudiantes según estas dos cuotas, incluyendo 12 varones y 12 mujeres de cada año de cursada (primero, segundo, tercero, cuarto, quinto y sexto –este último solo para los colegios que tenían sexto año). Se delimitó así una muestra por cuotas. (Muestreo para el pilotaje).

La muestra total está conformada por 6485 estudiantes de entre 13 y 19 años del Nivel Medio del Sistema Educativo Formal Argentino, de los cuales 3203 son varones y 3282 mujeres.

Las cuotas quedarían conformadas de la siguiente manera:

Cuota 1:

a - Varones de 1er. año: 572 alumnos

b -Mujeres de 1er. año: 575 alumnas

Cuota 2:

a -Varones de 2do. año: 575 alumnos

b -Mujeres de 2do. año: 596 alumnas

Cuota 3:

a -Varones de 3er. año: 562 alumnos

b -Mujeres de 3er. año: 616 alumnas

Cuota 4:

a -Varones de 4to. año: 572 alumnos

b -Mujeres de 4to. año: 579 alumnas

Cuota 5:

a -Varones de 5to. año: 569 alumnos

b -Mujeres de 5to. año: 557 alumnas

Cuota 6:

a -Varones de 4to. año: 353 alumnos

b -Mujeres de 4to. año: 359 alumnas

Género	Año	1º	2º	3º	4º	5º	6ª	Total cuotas Género
Varones		572	575	562	572	569	353	3203
Mujeres		575	596	616	579	557	359	3282
Total cuota año		1147	1171	1178	1151	1126	712	6485

2.5. Plan de tratamiento y análisis de los datos

“El plan de análisis es el esfuerzo por explicitar, uno por uno, los procedimientos que se le aplicarán a la información que se produzca a fin de transformarla primero en dato y luego asimilarla al cuerpo teórico de la investigación, sintetizándola e interpretándola” (Samaja, 1994, p. 285).

En esta investigación se hizo un trabajo de análisis estadístico descriptivo, por lo tanto es cuantitativo. En el mismo trabajamos tres medidas: frecuencias porcentuales, promedio y la medida de posición moda. Estas medidas estadísticas se sacaron para toda la muestra y para la muestra en sus cuotas por sexo y por año. Dado que en el estudio hay cinco variables principales que están constituidas por varias dimensiones, se ha diseñado un índice específico para cada una.

La carga de datos la hemos realizado mediante la planilla de cálculos del programa Excel (ver anexo 6: Planilla Excel con datos cargados). La modalidad de carga fue realizada conforme al instructivo propuesto por Coterón- Gómez (ver Anexo 5: Procedimiento para completar la planilla Excel).

En dicha planilla agrupamos en filas las unidades de análisis y en las columnas los diferentes ítems del cuestionario administrado, correspondiente a cada variable, dimensión o sub-dimensión diseñada en la matriz de datos. Una vez realizada la planilla general con todos los datos fuimos agregando a este mismo documento Excel nuevas planillas de cálculo para analizar por separado las variables.

Para el análisis de las cinco variables principales, sus dimensiones y sub-dimensiones (en el caso de la variable flow) armamos un índice sumatorio, es decir expresiones numéricas que permiten inferir en el valor de cada variable (Gómez, 2014). Transformamos los valores/respuestas de cada dimensión: 1, 2, 3, 4 y 5 (1= Totalmente en desacuerdo, 2= En acuerdo, 3= Indiferencia, 4= De acuerdo, 5= Totalmente en acuerdo) en una escala de niveles para cada variable conformada por los valores nulo, bajo, medio, alto y muy alto.

Los puntajes adjudicados a cada variable o dimensión se fueron construyendo entre todos los estudiantes de la comisión UFLO a través del consenso grupal. Los mismos fueron pensados matemáticamente y fundamentados desde el contenido teórico de la investigación. Otorgamos dos posibilidades de puntaje a los extremos (nulo y muy alto) e intentamos igualar los demás valores (bajo, normal y alto). Esto lo fundamentamos en que medimos aspectos que se manifiestan en personas por lo que hubiese sido muy arbitrario delimitar valores absolutos.

Las medidas estadísticas obtenidas fueron: la frecuencia porcentual, la media y la moda (número que aparece más frecuentemente en un grupo de números).

Además se analizaron según las cuotas de la muestra, es decir por curso y por sexo, de manera general y toda la muestra, es decir los 6485 estudiantes del Nivel Secundario.

A continuación presentamos los índices sumatorios de las variables que tratamos en la presente investigación.

Índice nivel de estado de flow

Variable	Valores	Puntaje	Dimensiones	Valores	Puntaje	Dimensiones	Valores	Puntaje	Procedimiento
V12. Nivel de estado de flow	R1. Muy alto	171 -180	Nivel de equilibrio entre habilidad y reto	R1. Totalmente en desacuerdo.	19 - 20	-Nivel de acuerdo manifestado respecto al conocimiento de que en las clases de Educación Física, las habilidades propias le permitirán hacer frente al desafío que se le plantea. - Nivel de acuerdo manifestado respecto al conocimiento de que en las clases de Educación Física, las habilidades propias están al mismo nivel de lo que exige la situación. -Nivel de acuerdo manifestado respecto a sentir que se es lo suficientemente bueno para hacer frente a las demandas de la situación en las clases de Educación Física. - Nivel de acuerdo manifestado respecto a que, en las clases de Educación Física, las dificultades están en el mismo nivel que las habilidades propias para superarlas.	R1. Totalmente en desacuerdo.	1	Preguntar a/la estudiante
				R2. En desacuerdo.	15 - 18		R2. En desacuerdo.	2	
				R3. Indiferente.	10 - 14		R3. Indiferente.	3	
				R4. De acuerdo.	6 - 9		R4. De acuerdo.	4	
				R5. Totalmente de acuerdo.	4 - 5		R5. Totalmente de acuerdo.	5	
	R2. Alto	129 -170	Nivel de experiencia autotélica	R1. Totalmente en desacuerdo.	19 - 20	-Nivel de acuerdo manifestado respecto a que en las clases de Educación Física, realmente la experiencia resulta divertida. -Nivel de acuerdo manifestado respecto a que en las clases de Educación Física, le gusta lo que experimenta en la ejecución y desea volver a sentirlo. -Nivel de acuerdo manifestado respecto a que en las clases de Educación Física la experiencia deja una impresión satisfactoria. -Nivel de acuerdo	R1. Totalmente en desacuerdo.	1	
				R2. En desacuerdo.	15 - 18		R2. En desacuerdo.	2	
				R3. Indiferente.	10 - 14		R3. Indiferente.	3	
				R4. De acuerdo.	6 - 9		R4. De acuerdo.	4	

				R5. Totalmente de acuerdo.	4 - 5	manifestado respecto a que en las clases de Educación Física, la experiencia es muy valiosa y reconfortante.	R5. Totalmente de acuerdo.	5	
R3. Medio	88 - 128	Nivel de combinación/ unión de la acción y el pensamiento	R1. Totalmente en desacuerdo.	19 - 20	-Nivel de acuerdo manifestado con la realización en las clases de Educación Física de gestos correctos de forma automática. -Nivel de acuerdo manifestado con la percepción de que las cosas suceden automáticamente en las clases de EF. -Nivel de acuerdo manifestado con que, en las clases de Educación Física, mi ejecución es automática. -Nivel de acuerdo manifestado respecto a que, en las clases de Educación Física, la realización de las cosas es espontánea y automática.	R1. Totalmente en desacuerdo.	1	Preguntar al/la estudiante	
			R2. En desacuerdo.	15 - 18		R2. En desacuerdo.	2		
			R3. Indiferente.	10 - 14		R3. Indiferente.	3		
			R4. De acuerdo.	6 - 9		R4. De acuerdo.	4		
			R5. Totalmente de acuerdo.	4 - 5		R5. Totalmente de acuerdo.	5		
R4. Bajo	46 - 87	Nivel de claridad de objetivos	R1. Totalmente en desacuerdo.	19 - 20	-Nivel de acuerdo manifestado respecto al conocimiento claro de lo que se quiere hacer en las clases de EF. -Nivel de acuerdo manifestado respecto a que, en las clases de EF, se tiene seguridad sobre lo que se quiere hacer. -Nivel de acuerdo manifestado respecto a que, en las clases de Educación Física se sabe lo que se quiere conseguir. -Nivel de acuerdo manifestado respecto a que, en las clases de Educación Física, las metas están claramente definidas.	R1. Totalmente en desacuerdo.	1	Preguntar al/la estudiante	
			R2. En desacuerdo.	15 - 18		R2. En desacuerdo.	2		
			R3. Indiferente.	10 - 14		R3. Indiferente.	3		
			R4. De acuerdo.	6 - 9		R4. De acuerdo.	4		
			R5. Totalmente de acuerdo.	4 - 5		R5. Totalmente de acuerdo.	5		
R5. Nulo	36 - 45	Nivel de feedback claro y sin ambigüedades	R1. Totalmente en desacuerdo.	19 - 20	-Nivel de acuerdo manifestado respecto a tener realmente claro cómo se están realizando las ejecuciones en las	R1. Totalmente en desacuerdo.	1	Preguntar al/la estudiante	

				R2. En desacuerdo.	15 - 18	clases de Educación Física. -Nivel de acuerdo manifestado respecto a saber lo bien que se está haciendo algo en las clases de Educación Física.	R2. En desacuerdo.	2	
				R3. Indiferente.	10 - 14	-Nivel de acuerdo manifestado respecto a tener buenos pensamientos de lo que se hace en las clases de Educación Física, mientras se realiza.	R3. Indiferente.	3	
				R4. De acuerdo.	6 - 9	-Nivel de acuerdo manifestado respecto a la confirmación en la clase de Educación Física de una muy buena realización.	R4. De acuerdo.	4	
				R5. Totalmente de acuerdo.	4 - 5		R5. Totalmente de acuerdo.	5	
			Nivel de concentración sobre la tarea que se está realizando	R1. Totalmente en desacuerdo.	19 - 20	-Nivel de acuerdo manifestado respecto a que, en las clases de Educación Física, la atención está completamente enfocada en lo que se está realizando.	R1. Totalmente en desacuerdo.	1	Preguntar al/la estudiante
				R2. En desacuerdo.	15 - 18	-Nivel de acuerdo manifestado respecto a poder mantener la mente en lo que está sucediendo sin esfuerzo durante las clases de Educación Física.	R2. En desacuerdo.	2	
				R3. Indiferente.	10 - 14	-Nivel de acuerdo manifestado respecto a tener una total concentración en las clases de Educación Física.	R3. Indiferente.	3	
				R4. De acuerdo.	6 - 9	-Nivel de acuerdo manifestado respecto a estar totalmente concentrado en lo que se está haciendo, en las clases de Educación Física.	R4. De acuerdo.	4	
				R5. Totalmente de acuerdo.	4 - 5		R5. Totalmente de acuerdo.	5	
			Nivel de sentimiento de control	R1. Totalmente en desacuerdo.	19 - 20	-Nivel de acuerdo manifestado respecto a tener la sensación de control sobre lo que se está haciendo en las clases de Educación Física.	R1. Totalmente en desacuerdo.	1	Preguntar al/la estudiante
				R2. En desacuerdo.	15 - 18	-Nivel de acuerdo manifestado respecto al sentimiento de poder	R2. En desacuerdo.	2	

				R3. Indiferente.	10 - 14	controlar, en las clases de Educación Física lo que se está haciendo. -Nivel de acuerdo manifestado respecto al sentimiento de control total en las clases de Educación Física.	R3. Indiferente.	3	
				R4. De acuerdo.	6 - 9	-Nivel de acuerdo respecto al sentimiento de control total del propio cuerpo, en las clases de Educación Física.	R4. De acuerdo.	4	
				R5. Totalmente de acuerdo.	4 - 5		R5. Totalmente de acuerdo.	5	
			Nivel de pérdida de cohibición o de autoconciencia	R1. Totalmente en desacuerdo.	19 - 20	-Nivel de acuerdo manifestado respecto a que, en las clases de Educación Física, se le otorga igual importancia a lo que los demás puedan estar pensando de uno. -Nivel de acuerdo manifestado respecto a que, en las clases de Educación Física, se le otorga igual importancia a lo que los demás puedan estar evaluando de uno. -Nivel de acuerdo manifestado respecto a que, en las clases de Educación Física, se le otorga igual importancia a la imagen que se le da a los demás. -Nivel de acuerdo manifestado respecto a que, en las clases de Educación Física, se le otorga igual importancia a lo que los demás puedan estar pensando de uno.	R1. Totalmente en desacuerdo.	1	Preguntar al/la estudiante
				R2. En desacuerdo.	15 - 18		R2. En desacuerdo.	2	
				R3. Indiferente.	10 - 14		R3. Indiferente.	3	
				R4. De acuerdo.	6 - 9		R4. De acuerdo.	4	
				R5. Totalmente de acuerdo.	4 - 5		R5. Totalmente de acuerdo.	5	
			Nivel de transformación en la percepción del tiempo	R1. Totalmente en desacuerdo.	19 - 20	-Nivel de acuerdo manifestado respecto a que, en las clases de Educación Física, el tiempo pareciera alterarse (pasa más lento o más rápido). -Nivel de acuerdo manifestado respecto a que, en las clases de Educación Física, el paso del tiempo parece ser diferente al normal. -Nivel de acuerdo manifestado respecto a que, en las clases de Educación Física, se siente cómo el tiempo pasa rápidamente. -Nivel de acuerdo manifestado respecto que, en las clases de Educación Física, se	R1. Totalmente en desacuerdo.	1	Preguntar al/la estudiante
				R2. En desacuerdo.	15 - 18		R2. En desacuerdo.	2	
				R3. Indiferente.	10 - 14		R3. Indiferente.	3	
				R4. De acuerdo.	6 - 9		R4. De acuerdo.	4	
				R5. Totalmente de acuerdo.	4 - 5		R5. Totalmente de acuerdo.	5	

						pierde la noción normal del tiempo.			
--	--	--	--	--	--	-------------------------------------	--	--	--

Índice nivel de experimentación de la motivación intrínseca

Variable	Valores	Puntaje	Dimensiones	Valores	Puntaje	Procedimiento
V13. Nivel de experimentación de la motivación intrínseca	R1. Muy alto	19 - 20	-Nivel de acuerdo manifestado respecto al sentir a la E.F. divertida. -Nivel de acuerdo manifestado respecto al disfrutar aprendiendo nuevas habilidades. -Nivel de acuerdo manifestado respecto al sentir a la E.F. estimulante. -Nivel de acuerdo manifestado respecto al sentir satisfacción al aprender nuevas habilidades/técnicas.	R1. Totalmente en desacuerdo.	1	Preguntar al /la estudiante
	R2. Alto	15 - 18		R2. En desacuerdo.	2	
	R3. Medio	10 - 14		R3. Indiferente.	3	
	R4. Bajo	6 - 9		R4. De acuerdo.	4	
	R5. Nulo	4 - 5		R5. Totalmente de acuerdo.	5	

En relación al análisis estadístico de cada variable, podemos decir que de acuerdo a la estructura que plantea Samaja (1994), el análisis fue centrado en la variable, es decir, cada variable de la matriz de datos informa sobre el comportamiento de nuestra población respecto de uno de los aspectos relevantes.

La población (estudiantes) fue agrupada según valores (nulo, bajo, normal, alto y muy alto) en cada una de las variables principales y de base.

Siguiendo al autor, es “una población de mediciones” que determina una distribución de frecuencias de los valores obtenidos. El tratamiento y análisis de la información se hace, en consecuencia, mediante los procedimientos de la estadística descriptiva.

Analizamos toda la muestra general y por cuotas (sexo y curso). Se han realizado tablas y gráficos de frecuencia porcentual extrayendo las medidas estadísticas media y moda.

Con respecto a la ilustración de resultados con gráficos descriptivos, se tomó la decisión de ilustrar los datos producidos incluyendo gráficos y tablas con el objetivo de optimizar la visión e interpretación del lector. Se utilizaron gráficos de torta para representar la frecuencia porcentual de las cinco variables principales y las de base. Los gráficos de barra y líneas se utilizaron para representar el nivel de relación entre dos o más variables.

3. Tercera Parte: Análisis y conclusiones

3.1. Exposición de los datos

En esta tercer y última parte del trabajo, se exponen los resultados obtenidos, teniendo en cuenta que explicaremos el comportamiento de las dos variables que investigamos: nivel de motivación intrínseca y nivel de flow. Expondremos la frecuencia porcentual, la moda de la muestra total y el promedio general de cada una de ellas; también exhibiremos la moda, media y frecuencias porcentuales según las cuotas muestrales sexo y curso.

Luego se procede a exponer los resultados de las dimensiones de las variables motivación intrínseca y flow y sus respectivas correlaciones.

Variable Motivación intrínseca

En relación a la unidad de análisis *estudiantes de Educación Física de Nivel Medio del Sistema Educativo Formal Argentino*, la variable **motivación intrínseca**, las frecuencias (absolutas y porcentuales) obtenidas son: para el valor *nulo* (1), eligieron esta opción 157 estudiantes (3% de la muestra total), para la opción *bajo* (2), 406 estudiantes (6%), para el valor *medio* (3), 1766 alumnos (27%), para la opción *alto* (4), 3165 estudiantes (49%), y por último para el valor *muy alto* (5), 991 alumnos (15%). A continuación se detalla la información mediante un gráfico (ver **gráfico 1**).

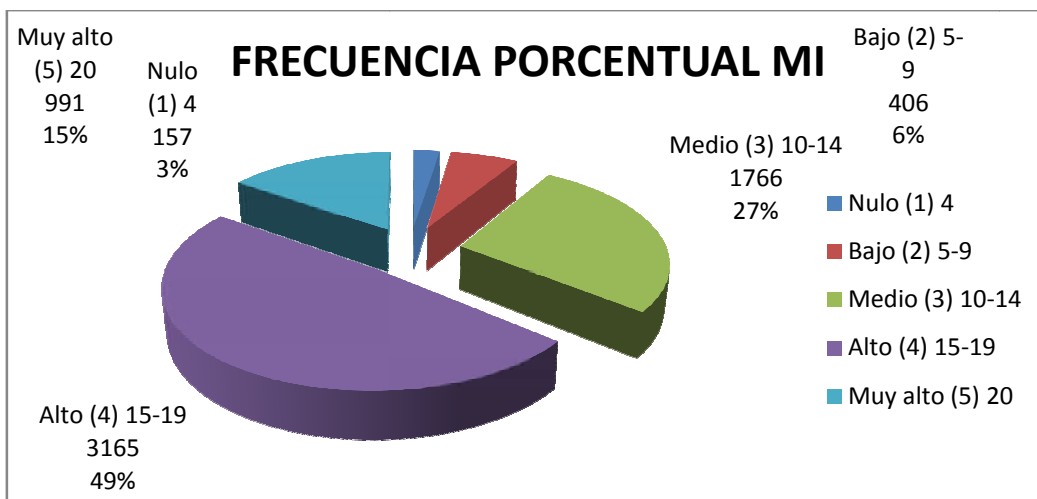


Gráfico 1

A continuación vamos a exponer los resultados obtenidos en relación a la **motivación intrínseca** por año de estudio. La frecuencia porcentual más alta en cada curso es: en 1er año alto con un 52%, en 2do año alto con un 53%, en 3er año medio un 48%, en 4to año alto un 42%, en 5to año medio 50% y para terminar en 6to año se presenta una igualdad entre medio y alto que representa un 49% para cada opción. El **gráfico 2** nos demuestra lo anteriormente mencionado.

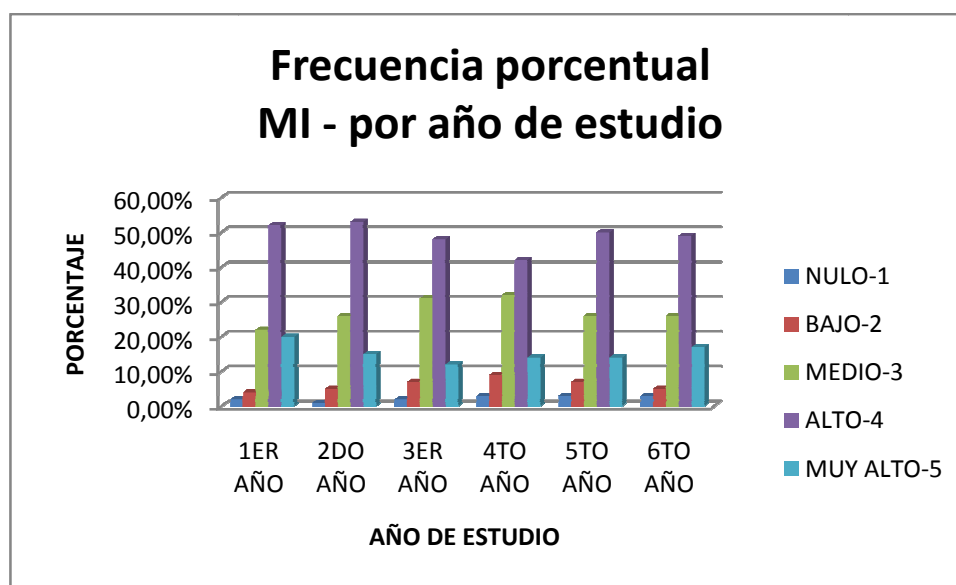


Gráfico 2

En relación al sexo podemos ver que la **motivación intrínseca** es bastante similar en relación a cada uno de los valores otorgados a la variable. En el **gráfico 3** notamos que el valor *alto* es el más elegido por ambos sexos (siendo la moda estadística), 1647 varones y 1518 mujeres, seguidamente el valor *medio*, 786 varones y 980 mujeres, con el valor *muy alto* 552 varones y 439 mujeres, con la opción *bajo* 160 varones y 246 mujeres y por último con el valor *nulo* tenemos 58 varones, 99 mujeres.

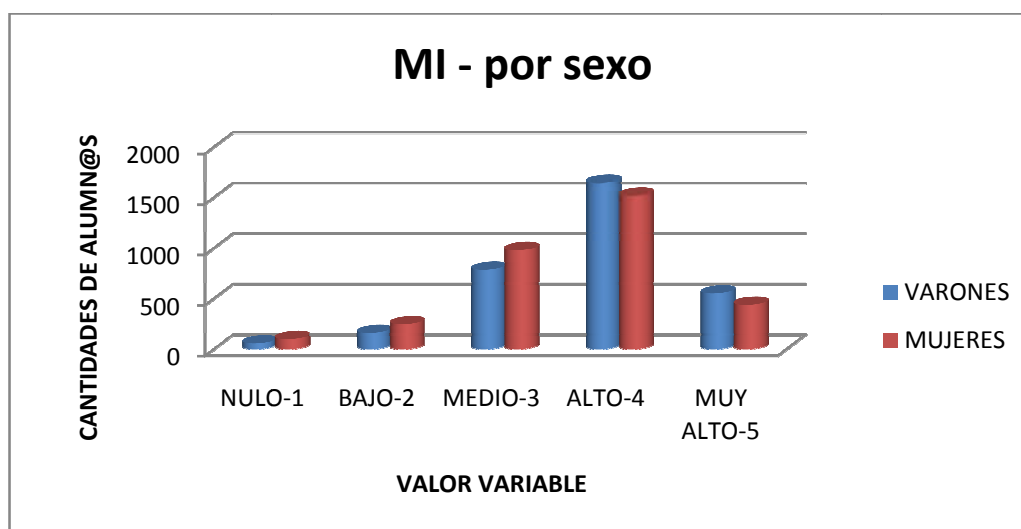


Gráfico 3

Si nos centramos en la frecuencia porcentual por sexo y año de estudio podemos sostener como lo muestra el **gráfico 4** que los varones tienen un porcentaje mayor con el valor *alto* en 2do año con un 55%, en 1ro con un 54% , en 5to 53%, en 3ro y 6to un 51% y en 4to 44%. En 6to año el valor mayor es *muy alto* con un 20% y en 4to año la opción *medio* con un 30%. En el **gráfico 5**, las mujeres tienen su porcentaje mayor en 2do año con el valor *alto* un 51%, en 3ro y 4to año, con la opción *medio* un 34%, en 1er año tenemos muy alto con un 20%.

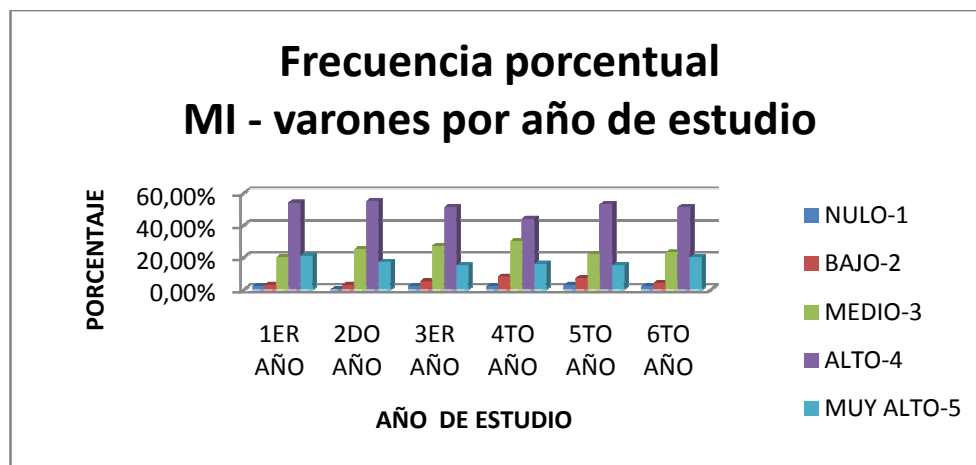


Gráfico 4

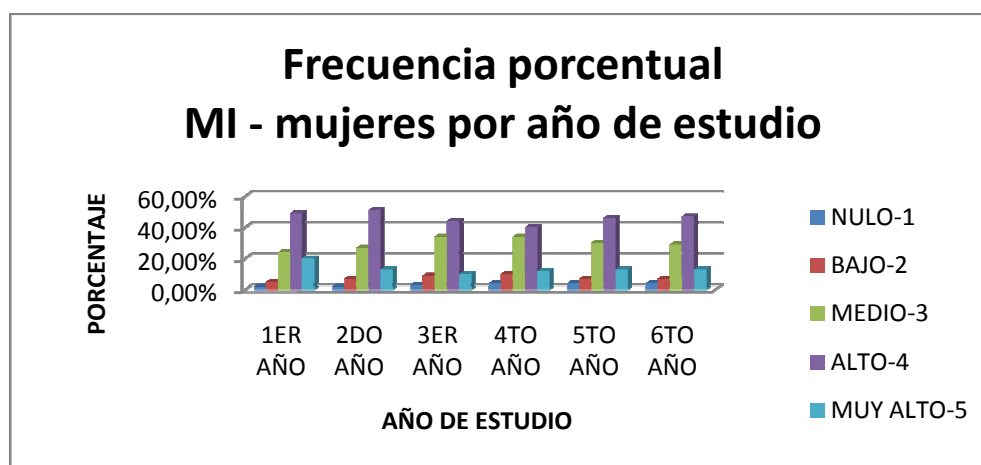


Gráfico 5

A continuación en el **gráfico 6** podemos visualizar la frecuencia porcentual de la motivación intrínseca por sexo y año de estudio a la vez. Siendo las frecuencias más altas en todos los años, el valor alto. Teniendo su pico máximo en 2do año tanto para los varones y para las mujeres con un 55% y 51% respectivamente. Le sigue el valor medio, teniendo sus máximos en 4to año para los varones con un 30% y para las mujeres un 34% (en coincidencia con 3er año).

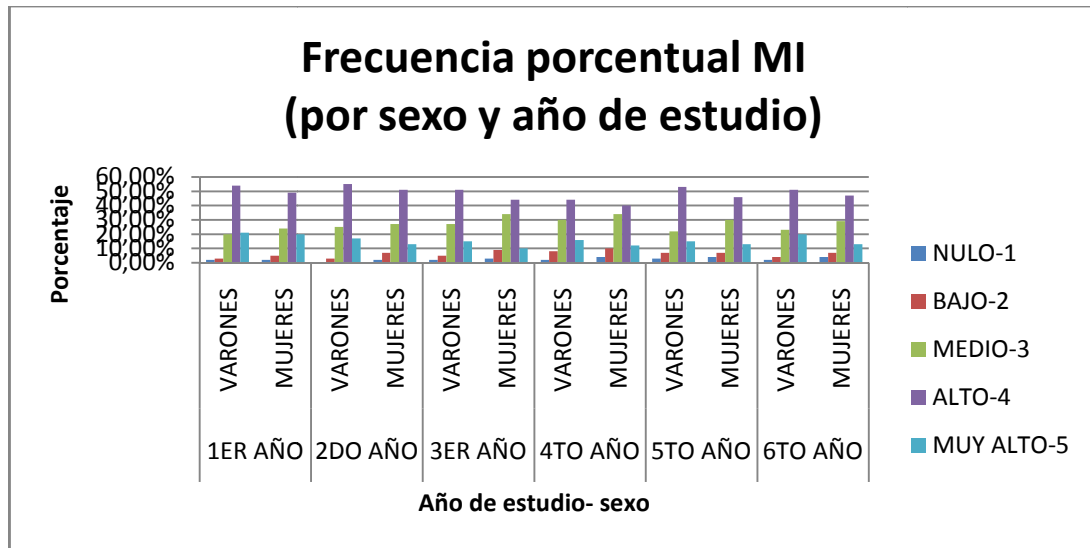


Gráfico 6

Si nos orientamos a las 4 dimensiones que se corresponden con la variable MI, concluimos lo siguiente: en el **gráfico 7** que explicita la dimensión 1, podemos observar la supremacía del valor muy alto con un 36%, le sigue con un 30% el valor alto, seguidamente con el valor medio un 17%, con el valor nulo un 9% y por último con el valor bajo un 8%.

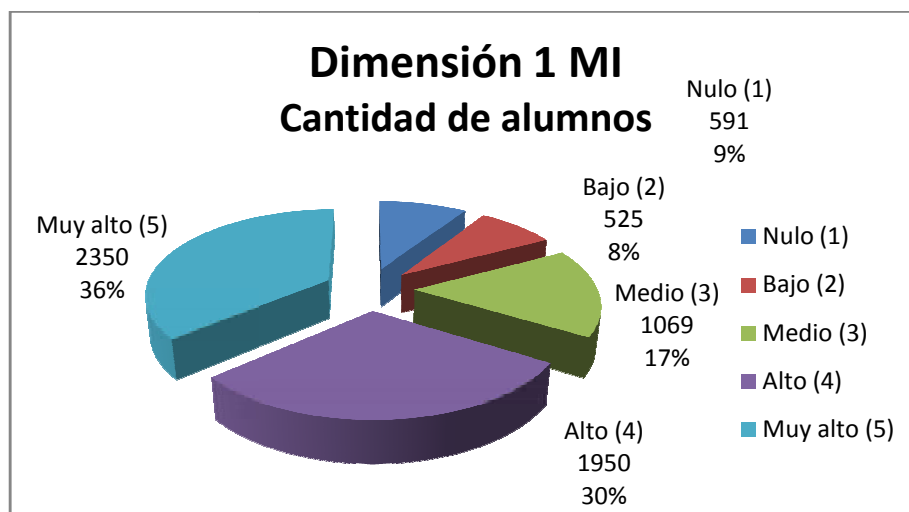


Gráfico 7

En relación a la dimensión número 2, se destaca el valor muy alto con un 37%, con el valor alto un 32%, con el valor medio un 18% y con los valores bajo y nulo, 7% y 6% respectivamente (**gráfico 8**).

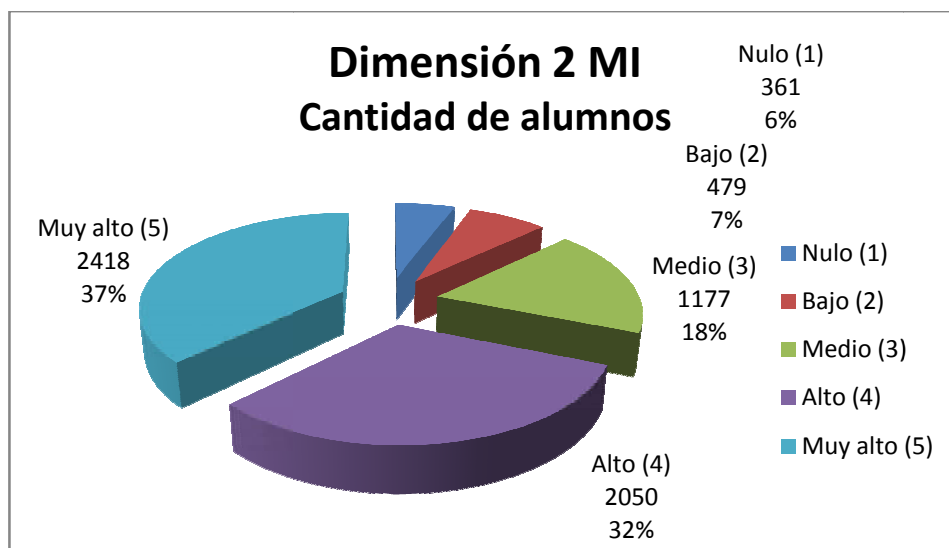


Gráfico 8

Si atendemos a la dimensión 3, concluimos lo siguiente: con el valor alto tenemos un 34% de los alumnos, con el valor muy alto un 31%, con el valor medio un 22%, con el valor bajo un 8% y por último con el valor nulo un 5% (**gráfico 9**).

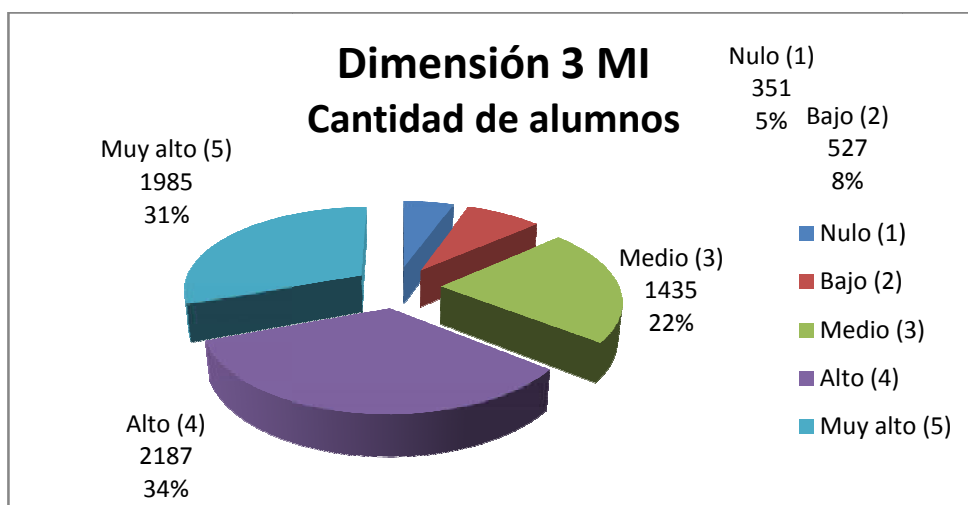


Gráfico 9

Para concluir con las dimensiones, podemos observar que en la dimensión 4 (**gráfico 10**) tenemos un 38% con el valor muy alto y con el valor alto un 31%, con el valor medio 18%, un 8% con el valor bajo y con el valor nulo un 5%.

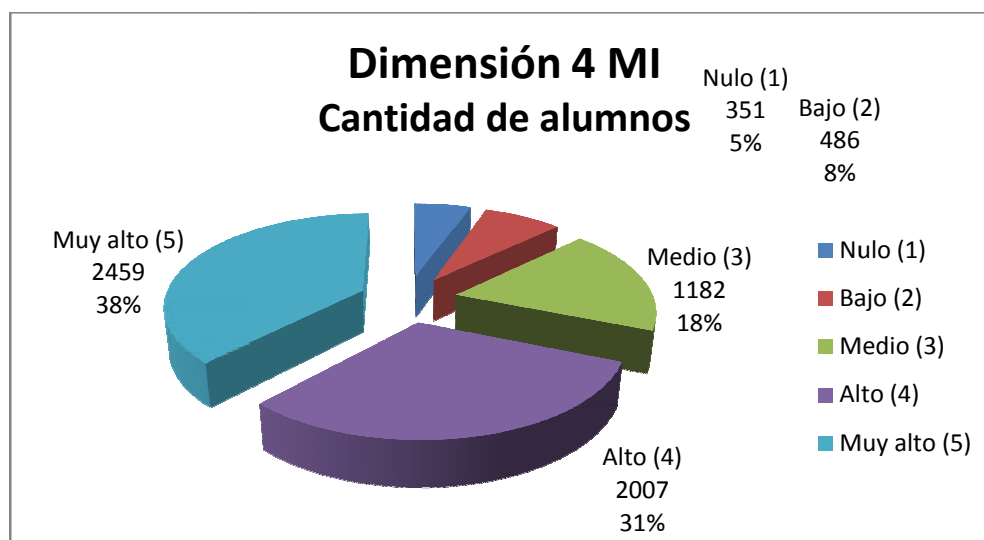


Gráfico10

Atendiendo a las modas y medias de la presente variable los resultados obtenidos son: promedio de puntaje obtenido 15,28; promedio valor de variable 3,68, moda de puntajes obtenidos 20 y moda de valor de variable 4.

En referencia al año de estudio y sexo de los estudiantes los valores son los siguientes:

MI				
Curso y sexo	Promedio puntajes obtenidos	Promedio valor variable	Moda puntajes obtenidos	Moda valor variable
1er. año total	16,0470793	3,84829991	20	4
1er. año varones	16,3199301	3,90034965	20	4
1er. año mujeres	15,7756522	3,79652174	20	4
2do. año total	15,6635354	3,75747225	20	4
2do. año varones	16,0747826	3,85217391	20	4
2do. año mujeres	15,2667785	3,66610738	16	4
3er. año total	14,9685908	3,60356537	16	4
3er. año varones	15,4341637	3,71530249	16	4
3er. año mujeres	14,5438312	3,50162338	14	4
4to. año total	14,6055604	3,5447437	20	4
4to. año varones	14,9300699	3,63636364	20	4
4to. año mujeres	14,2849741	3,45423143	20	4
5to. año total	15,1243339	3,64831261	16	4

Curso y sexo	Promedio puntajes obtenidos	Promedio valor variable	Moda puntajes obtenidos	Moda valor variable
5to. año varones	15,3919156	3,72056239	16	4
5to. año mujeres	14,8509874	3,57450628	16	4
6to. año total	15,2963483	3,69803371	20	4
6to. año varones	15,9660057	3,83002833	20	4
6to. año mujeres	14,637883	3,56824513	16	4

En relación a las dimensiones analizadas son:

<i>Dimensión 1 MI</i>			
Promedio puntajes obtenidos	3,76222051	Moda puntajes obtenidos	5

<i>Dimensión 2 MI</i>			
Promedio puntajes obtenidos	3,876638396	Moda puntajes obtenidos	5

<i>Dimensión 3 MI</i>			
Promedio puntajes obtenidos	3,759907479	Moda puntajes obtenidos	4

<i>Dimensión 4 MI</i>			
Promedio puntajes obtenidos	3,884656901	Moda puntajes obtenidos	5

Variable flow

A continuación, se exponen los datos obtenidos en relación a la variable **flow** en términos generales y más adelante atendiendo a cada una de sus 9 subdimensiones. En el **gráfico 11** se expone su frecuencia porcentual. Los valores a destacar son: *alto* (4) 4382 estudiantes (67%), con el valor *muy alto* (5) 1096 estudiantes (17%), *medio* (3) 948 estudiantes (15%). Con el valor *bajo* (2) 59 estudiantes (1%) y con el valor *nulo* (1) 0 estudiantes (0%).

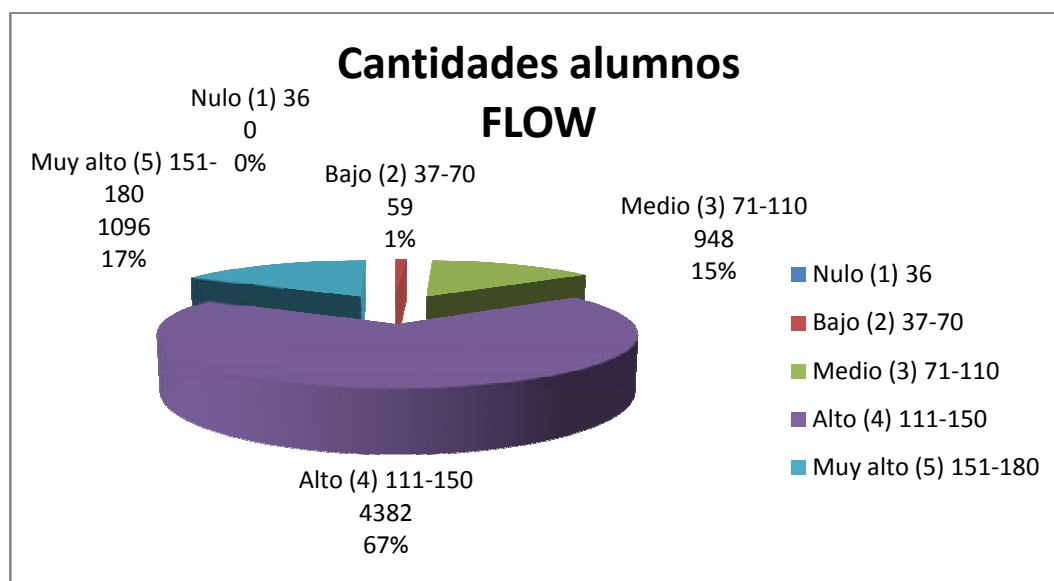


Gráfico11

Observando los años de estudio, la frecuencia porcentual por cada valor de la variable sería la siguiente: el valor *bajo* oscila entre un 0,44% y un 1,19%, de 1ro a 6to año. El valor *medio* en 1er año un 10,81%, en 2do un 12,98 y en 3er año 17,74%, en 4to 16,16%, en 5to 14,92% y en 6to año 14,89%. El valor muy alto para 1ro 22,76%, 2do 19,90%, 3ro 13,30%, 4to 14,60%, 5to 15,54% y 6to 14,33%. Y por último el valor que más resalta es la opción *alto*, en 1er año 65,21%, en 2do 66,52%, 3er año 67,74%, en 4to 68,29%, en 5to 69,09% y en 6to año 69,80% (**gráfico 12**).

Frecuencia porcentual FLOW - por año de estudio

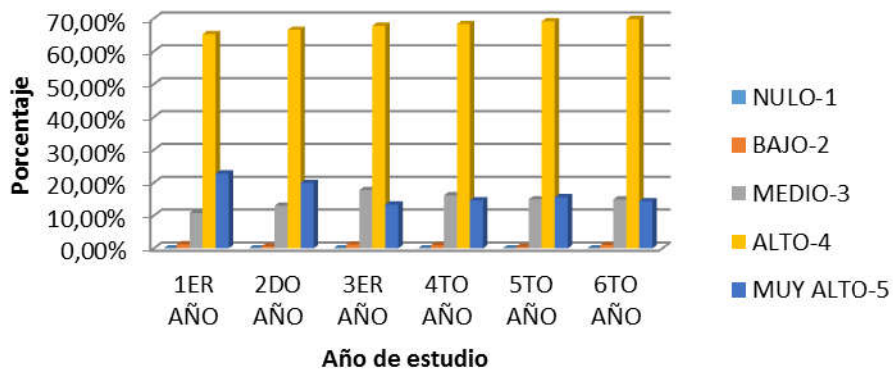


Gráfico 12

Si diferenciamos por sexo y año de estudio, la frecuencia porcentual sería la siguiente: Los dos valores de variable destacados para los estudiantes son *alto* y *muy alto*. Siendo sus porcentajes: en 1er año 64,86% y 26,40%, en 2do 67,83% y 22,96%, en 3er año 71,89% y 16,37%, en 4to 68,53% y 18,53%, en 5to año 70,83% y 18,45% para concluir en 6to año 68,56% y 18,98%. A continuación se detalla lo expresado en el **gráfico 13**.

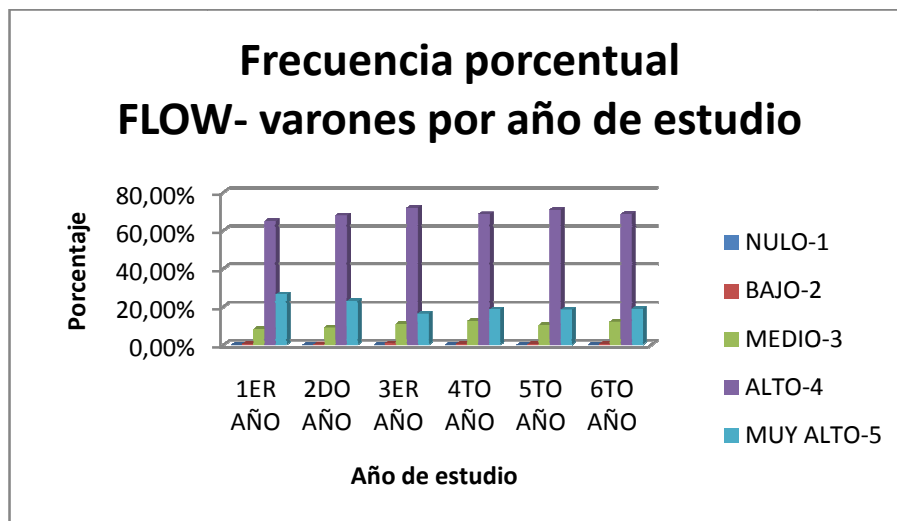


Gráfico 13

En el **gráfico 14**, se describe el valor variable de las mujeres, que quedaría de la siguiente manera: el valor de variable que predomina más, es el valor *alto* y después le sigue el valor *medio*, (de 1ro a 6to año para las variables anteriormente mencionadas). El valor *nulo* es 0,00% de 1ro a 6to año. *Bajo* en 1er año 1,91%, 2do año 1,01%, 3er año 1,62%, 4to año 1,38%, 5to 0,54% y en 6to año 1,67%, para finalizar el valor *muy alto* en 1er año 19,13%, 2do año 16,95%, 3er año 10,55%, 4to año 10,71%, 5to 12,57% y en 6to año 9,75%.

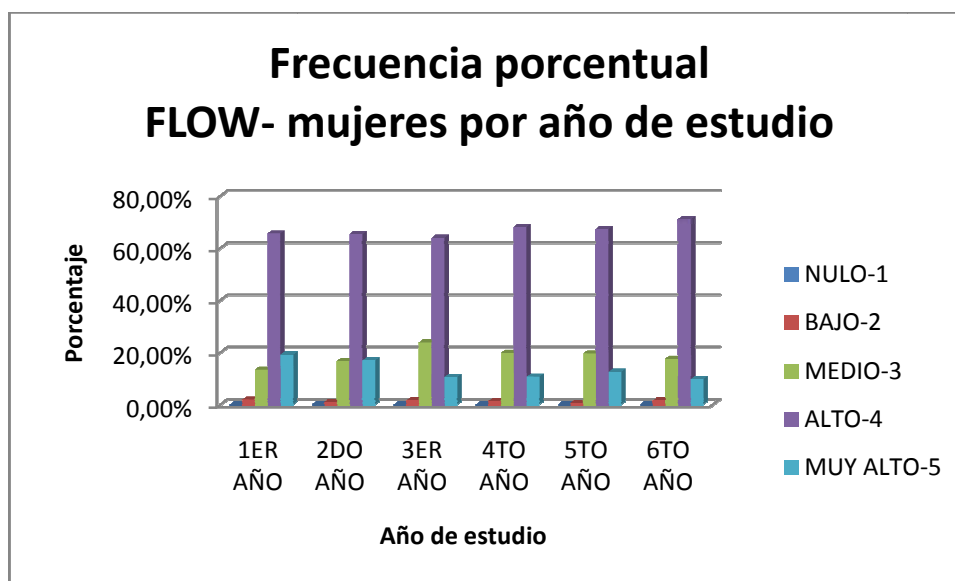


Gráfico 14

Se puede ver la comparación de los resultados obtenidos por sexo y año de estudio juntos, (**gráfico 15**). Podemos observar lo siguiente: en relación al valor de la variable *nulo* de 1ro año a 6to año coinciden por sexo y año de estudio en todos un 0,00%. Analizando los datos se destacan en el gráfico, los valores de variable *alto* en primer lugar y *muy alto* en segundo lugar. Se aprecian los picos más elevados en 5to año para los varones en 6to para las mujeres con 70,83% y 71,03% respectivamente, (variable *alto*). Con la variable *muy alto* se destacan en 1er año varones con 26,40% y en 2do año varones con 22,96%

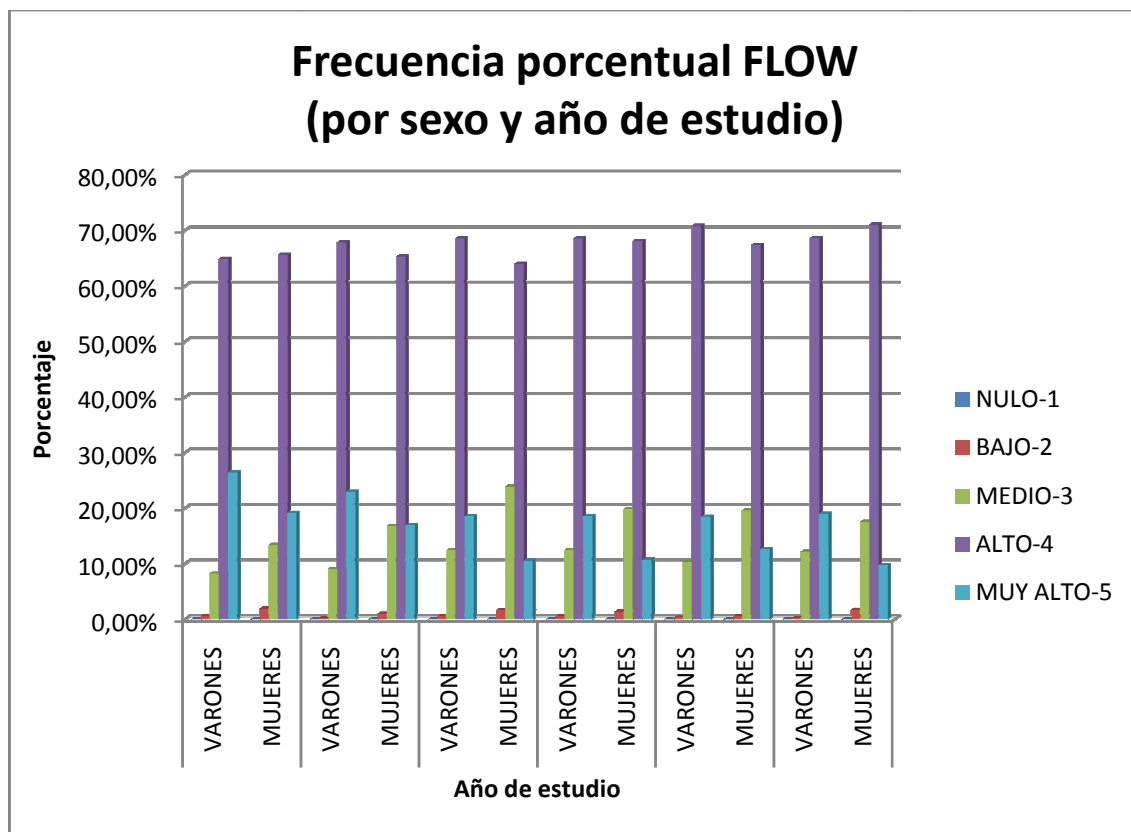


Gráfico 15

La variable flow contiene 9 dimensiones, a continuación vamos a exponer la primera de ellas: Dimensión 1 ***equilibrio entre habilidad y reto***. Los datos obtenidos se exponen en el **gráfico 16**. La frecuencia porcentual de la misma es de: con el valor *alto* (4) tenemos 3084 estudiantes (47%) y con la opción *medio* (3) 2640 estudiantes (41%), con *bajo* (2) 478 estudiantes (7%), seguidos por las opciones *muy bajo* (5) con 246 estudiantes (4%) y por la opción *nulo* (1) no optó nadie, o sea un (0%).

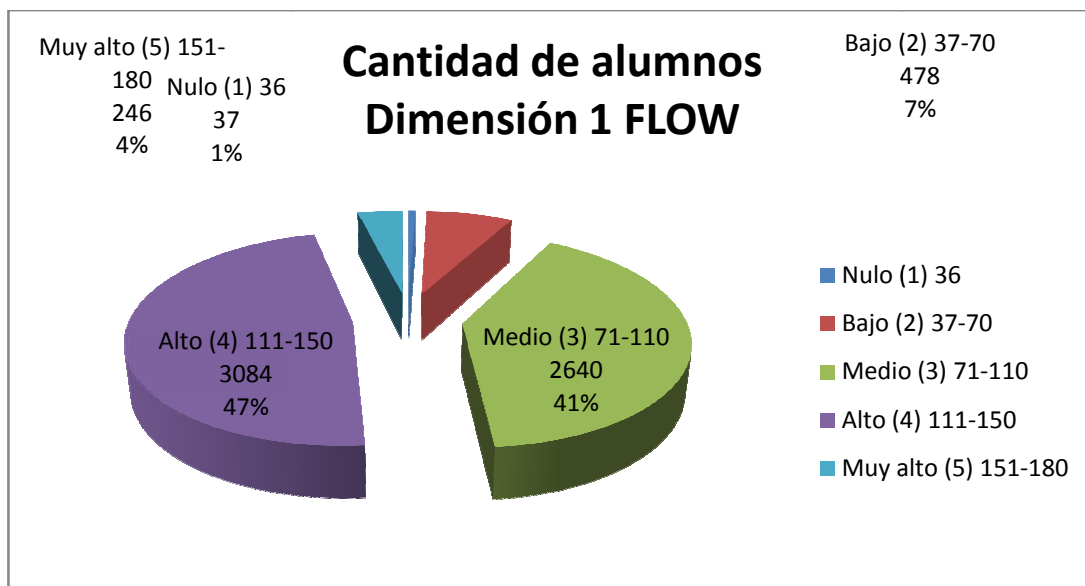


Gráfico 16

La **combinación/unión de la acción y el pensamiento (ejecución automática)**, es la segunda dimensión. La frecuencia porcentual de la misma es de: con la opción *medio* (3) 3279 estudiantes (50%) y con el valor *alto* (4) tenemos 2242 estudiantes (35%), seguidos por la opción *bajo* (2) con 775 estudiantes (12%), con *muy alto* (5) 147 estudiantes (2%) y por la opción *nulo* (1) con 42 estudiantes (1%) (gráfico 17).

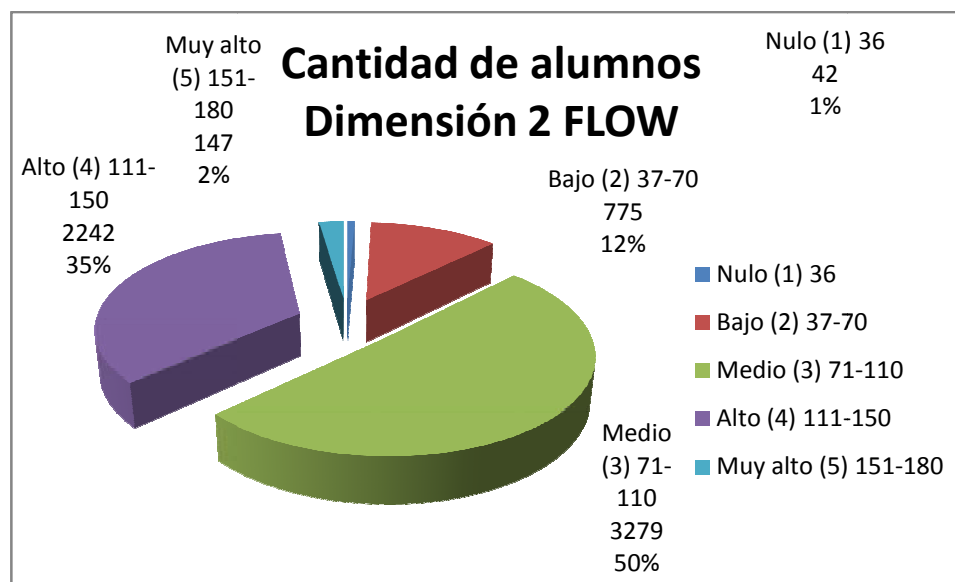


Gráfico 17

Ahora desarrollaremos la tercer dimensión que es la de **claridad de los objetivos**. La frecuencia porcentual de la misma es de: con el valor *alto* (4) tenemos 3567 estudiantes (55%), con la opción *medio* (3) 1913 estudiantes (30%), con la opción *muy alto* (5) 655 estudiantes (10%) y con el valor *bajo* (2) 325 estudiantes (5%) y por último con la opción *nulo* (1) 25 estudiantes (0%). Se presenta en el **gráfico 18**.

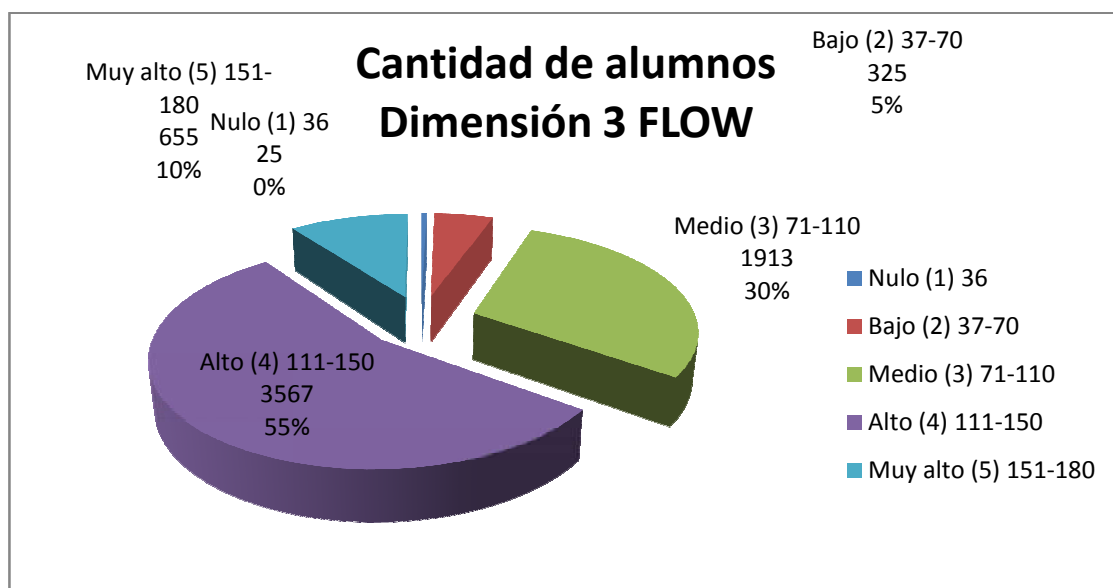


Gráfico 18

A continuación, trataremos la dimensión 4 **feedback claro y sin ambigüedades**. La frecuencia porcentual de la misma es de: con el valor *alto* (4) tenemos 3212 estudiantes (50%), con la opción *medio* (3) 2562 estudiantes (40%), con el valor *bajo* (2) 420 estudiantes (6%), con la opción *muy alto* (5) 273 estudiantes (4%) y por último con la opción *nulo* (1) 18 estudiantes (0%). Se visualizan los datos en el siguiente **gráfico 19**.

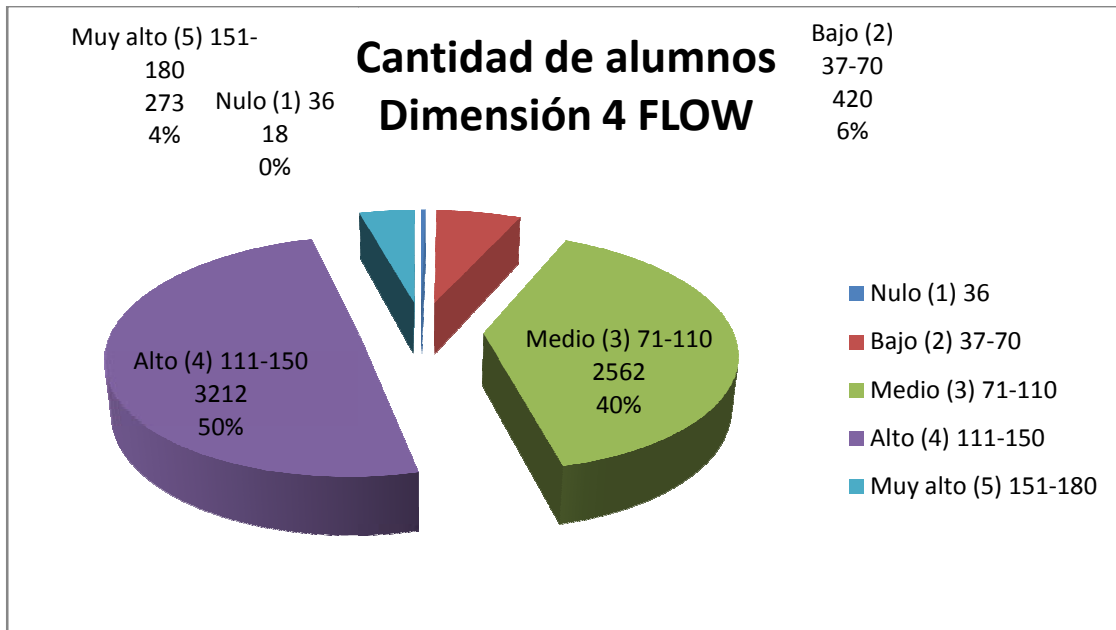


Gráfico 19

Ahora desarrollaremos la dimensión 5 **concentración sobre la tarea que se está realizando**. La frecuencia porcentual de la misma es de: con el valor *alto* (4) tenemos 2951 estudiantes (46%), con la opción *medio* (3) 2595 estudiantes (40%), con el valor *bajo* (2) 601 estudiantes (9%), con la opción *muy alto* (5) 306 estudiantes (5%) y por último con la opción *nulo* (1) 32 estudiantes (0%). Se detallan a continuación en el **gráfico 20** los datos.

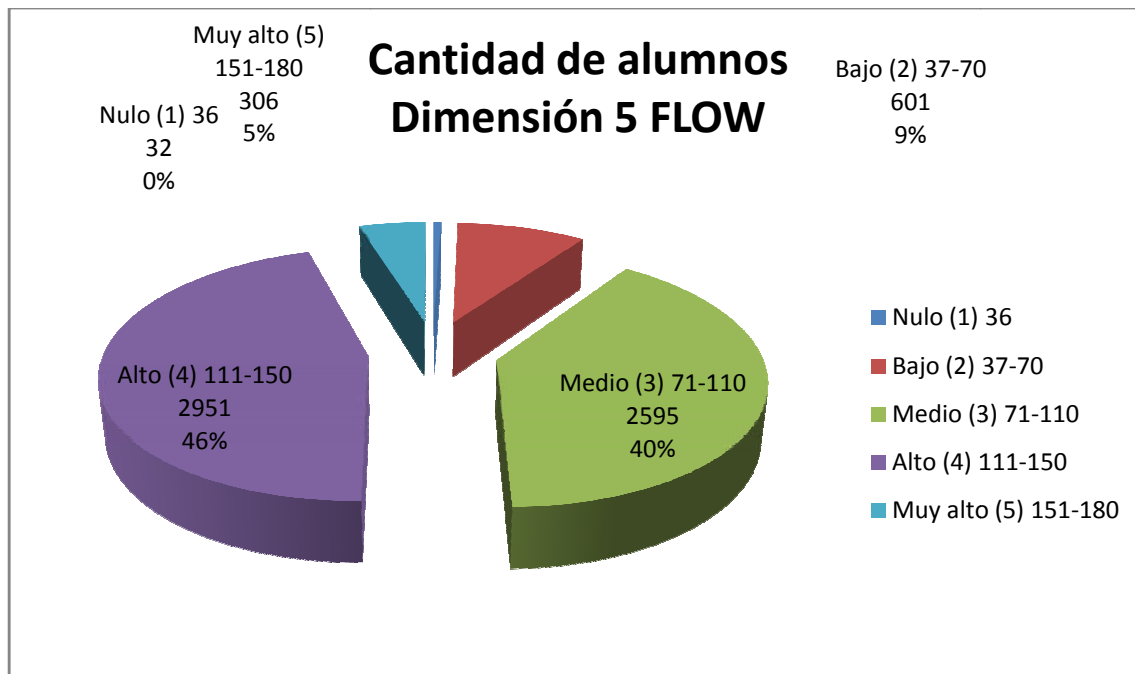


Gráfico 20

Continuamos con la dimensión 6 **sentimiento de control**. La frecuencia porcentual de la misma es: con el valor *alto* (4) tenemos 3195 estudiantes (49%), con la opción *medio* (3) 2542 estudiantes (39%), con el valor *bajo* (2) 443 estudiantes (7%), con la opción *muy alto* (5) 281 estudiantes (4%) y por último con la opción *nulo* (1) 24 estudiantes (1%). Se detallan a continuación en el **gráfico 21** los datos obtenidos.

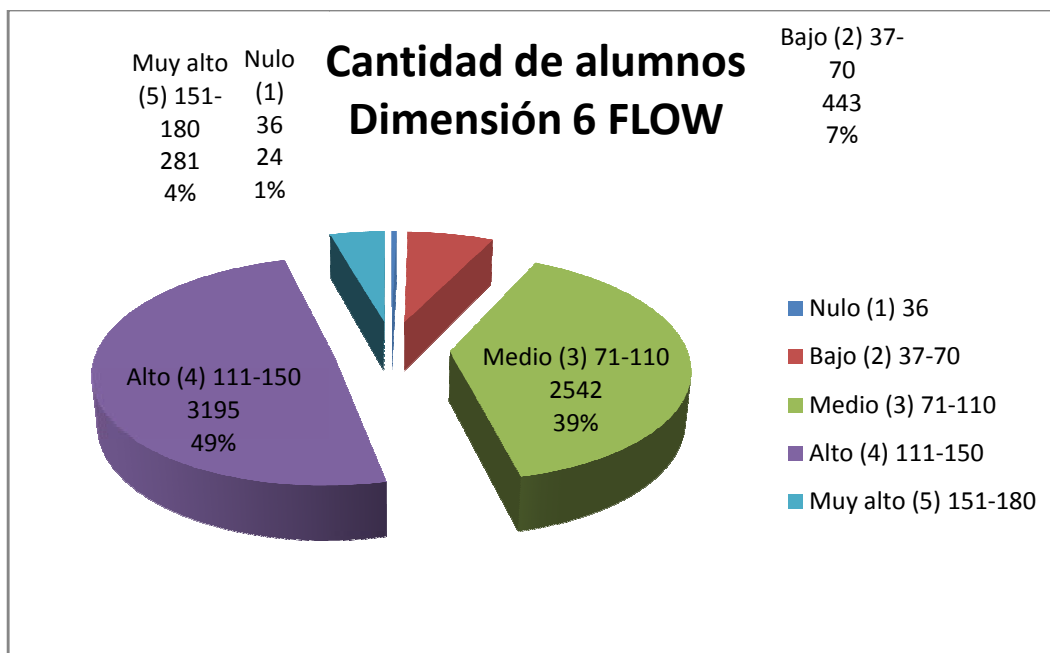


Gráfico 21

Seguidamente, nos centraremos en la dimensión 7 que es la de **pérdida de cohibición o autoconciencia**. La frecuencia porcentual es: con el valor *alto* (4) tenemos 2461 estudiantes (38%), con la opción *medio* (3) 2205 estudiantes (34%), con el valor *bajo* (2) 808 estudiantes (12%), con la opción *muy alto* (5) 780 estudiantes (12%) y por último con la opción *nulo* (1) 231 estudiantes (4%). Se presenta a continuación el **gráfico 22**

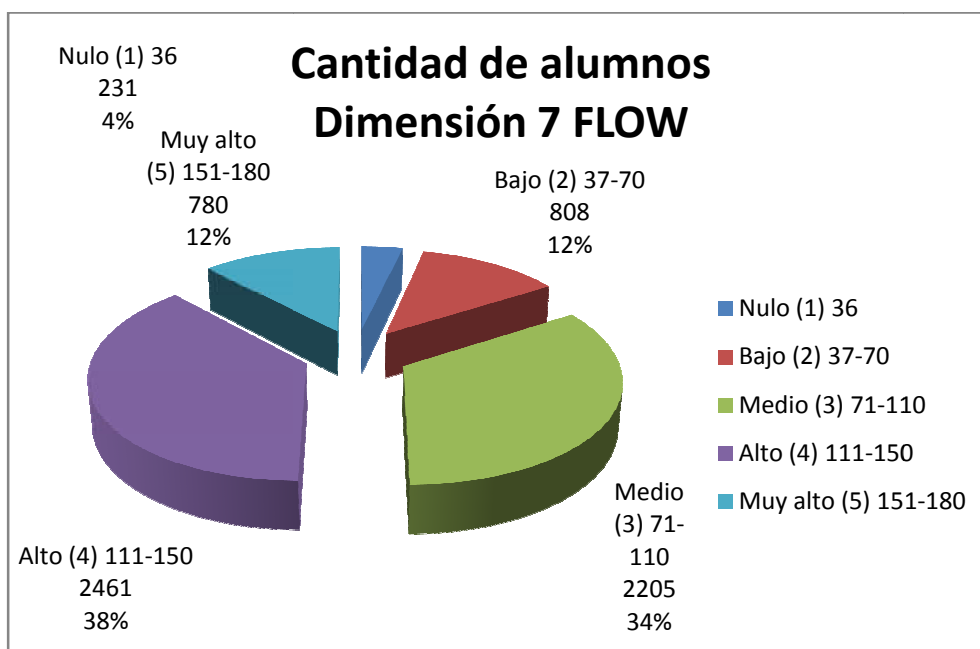


Gráfico 22

Continuamos con la dimensión 8 ***distorsión en la percepción del tiempo***. La frecuencia porcentual de la misma es: con el valor *alto* (4) 2805 estudiantes (43%), con la opción *medio* (3) 2761 estudiantes (43%), con la opción *muy alto* (5) 467 estudiantes (7%) y con el valor *bajo* (2) 408 estudiantes (6%) y por último con la opción *nulo* (1) 44 estudiantes (1%). Se exponen los datos obtenidos en el **gráfico 23**.

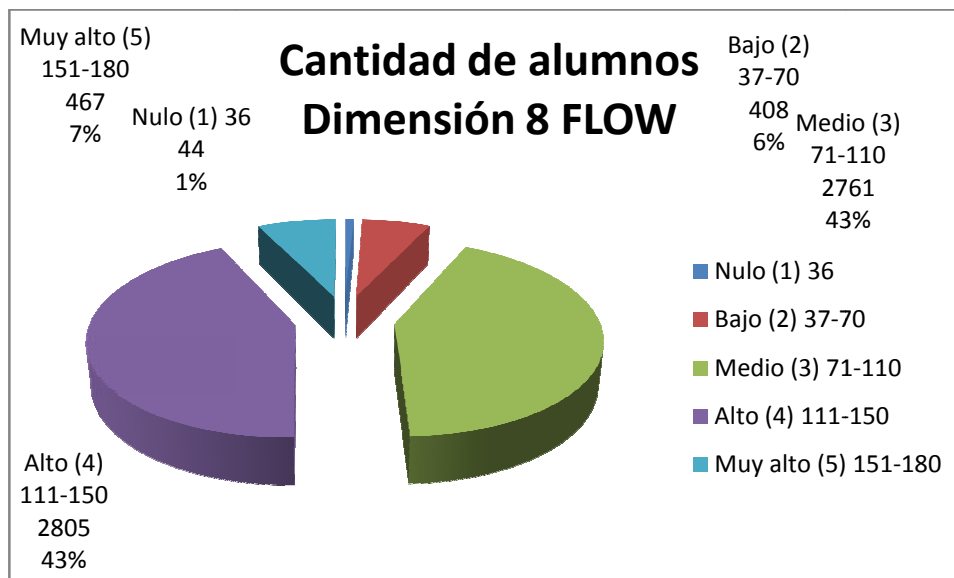


Gráfico 23

Para terminar, exponemos la dimensión 9 y última del **flow** que es **experiencia autotélica**. La frecuencia porcentual es de: con el valor *alto* (4) 3414 estudiantes (53%), con la opción *medio* (3) 2015 estudiantes (31%), con la opción *muy alto* (5) 578 estudiantes (9%), con el valor *bajo* (2) 423 estudiantes (6%) y por último con la opción *nulo* (1) 55 estudiantes (1%). Se ven los resultados obtenidos a continuación en el **gráfico 24**.

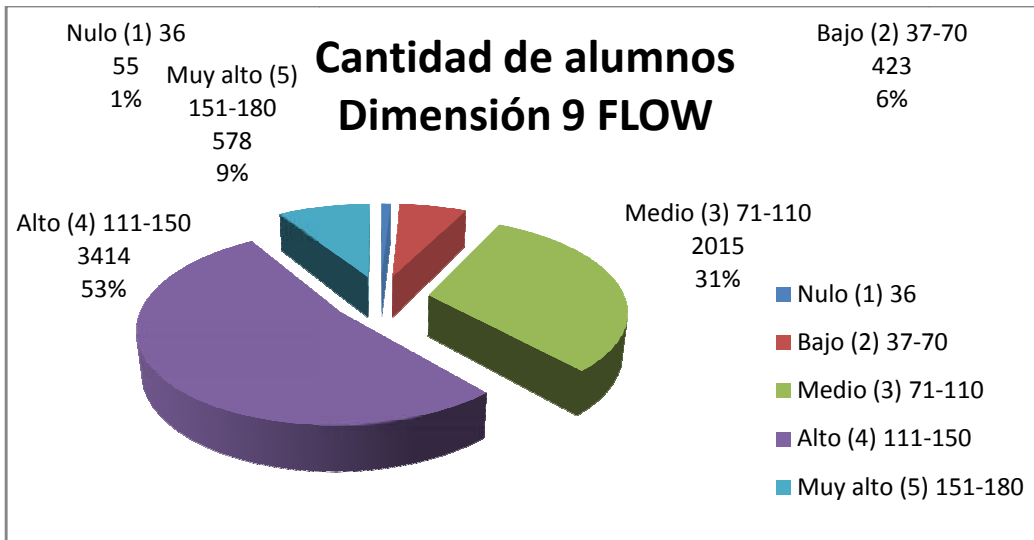


Gráfico 24

Analizadas las modas y medias de la presente variable los datos relevados son: promedio de puntaje obtenido 129,67; promedio valor de variable 4,00; moda de puntajes obtenidos 130 y moda de valor de variable 4.

En referencia al año de estudio y sexo de los estudiantes los valores son los siguientes:

Flow				
Curso y sexo	Promedio puntajes obtenidos	Promedio valor variable	Moda puntajes obtenidos	Moda valor variable
1er. año total	133,272886	4,09503051	138	4
1er. año varones	136,059441	4,17132867	138	4
1er. año mujeres	130,50087	4,01913043	128	4
2do. año total	131,76772	4,05721605	130	4
2do. año varones	134,455652	4,13565217	130	4
2do. año mujeres	129,174497	3,98154362	141	4

Curso y sexo	Promedio puntajes obtenidos	Promedio valor variable	Moda puntajes obtenidos	Moda valor variable
3er. año total	127,135823	3,93208829	133	4
3er. año varones	131,437722	4,03914591	126	4
3er. año mujeres	123,211039	3,83441558	124	4
4to. año total	127,646394	3,96524761	123	4
4to. año varones	131,445804	4,0506993	135	4
4to. año mujeres	123,892919	3,88082902	123	4
5to. año total	129,491119	3,9973357	132	4
5to. año varones	126,039427	3,91935484	132	4
5to. año mujeres	126,016158	3,91921005	132	4
6to. año total	128,466292	3,9747191	126	4
6to. año varones	129,59132	6,73829114	126	4
6to. año mujeres	124,553459	3,93081761	126	4

Después de haber realizado la correlación de las dos variables complejas a saber: *motivación intrínseca* y *flow*, por sexo o año de estudio, descubrimos los siguientes resultados. En relación a los varones, (**tabla1**), podemos ver que mientras los valores más altos para la *motivación intrínseca* son *alto* (4) con 1647 estudiantes y *medio* (3) con 786 estudiantes; para *flow*, las opciones más relevantes son *alto* (4) con 2202 alumnos, y *muy alto* (5) con 653. Con estos datos llegamos a determinar que nuestros alumnos cuentan con una *motivación intrínseca* donde predominan los valores *alto-medio* y un *flow* que es *alto-muy alto*. En consecuencia, vemos que el *flow* nos demuestra, al igual que *motivación intrínseca*, que el valor modal para ambas es el *alto*.

Resumiendo, queremos destacar que el resto de los valores son: para *nulo*, 58 estudiantes en la variable *motivación intrínseca*, y *flow* con 0 estudiantes y en el valor *bajo*, la cantidad de alumnos de *motivación intrínseca* es de 160 estudiantes y *flow* cuenta con solo 14 estudiantes.

VARONES	MI	FLOW
NULO-1	58	0
BAJO-2	160	14
MEDIO-3	786	334
ALTO-4	1647	2202
MUY ALTO-5	552	653
	3203	3203

Tabla1

A continuación se detalla la información expuesta anteriormente en el gráfico 25.

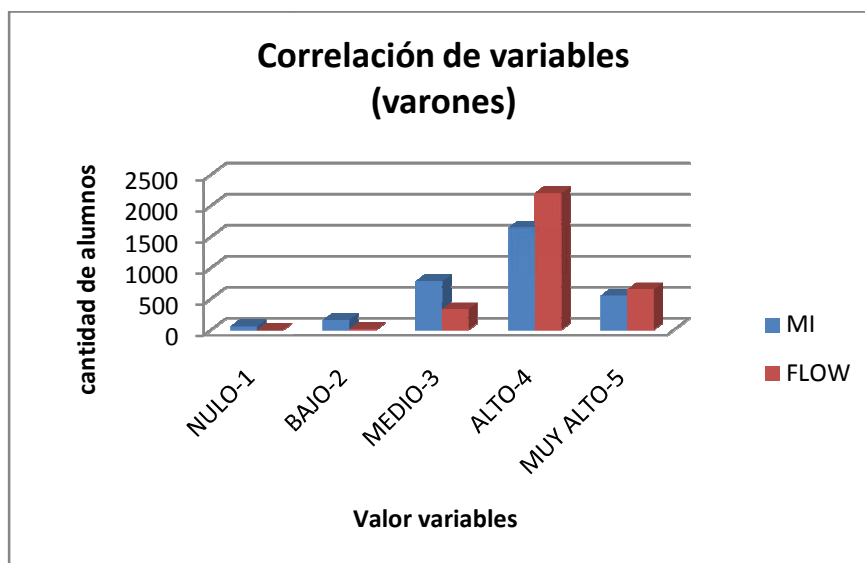


Gráfico 25

Seguidamente, analizaremos los datos obtenidos en relación a las mujeres (**tabla 2**). En esta tabla visualizamos que la opción de valor que más se destaca para las 2 variables es la de *alto*, con 1518 alumnos en motivación intrínseca y 2184 estudiantes para flow.

El valor que le sigue en las dos variables son el *medio*, en segundo lugar con 980 estudiantes para MI y 611 alumnos para flow.

MUJERES	MI	FLOW
NULO-1	99	0
BAJO-2	246	44
MEDIO-3	980	611
ALTO-4	1518	2184
MUY ALTO-5	439	443
	3282	3282

Tabla2

El **gráfico 26** nos permite visualizar los resultados obtenidos.

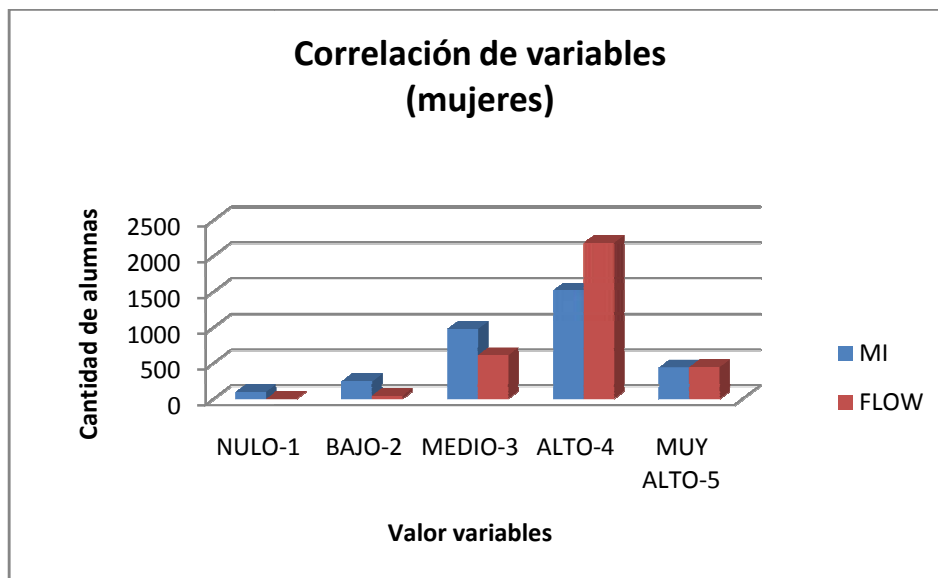


Gráfico 26

A continuación nos enfocamos en los años de estudio así veremos cómo se comportan dichas variables según sea el año de cursada. En la **tabla 3** que muestra el 1er año de estudio, descubrimos que ningún estudiante optó por la respuesta de valor *nulo* para la variable *flow*, no así para MI, que fueron 19 alumnos. El valor que predomina para ambas variables es el *alto*, con 593 estudiantes para MI y 748 para flow. El segundo valor más visible es el de *medio* para MI con 251 alumnos y el valor *muy alto* con 261 estudiantes para flow.

1ER AÑO	MI	FLOW
NULO-1	19	0
BAJO-2	50	14
MEDIO-3	251	124
ALTO-4	593	748
MUY ALTO-5	234	261
	1147	1147

Tabla3

A continuación el **gráfico 27** detalla la información.

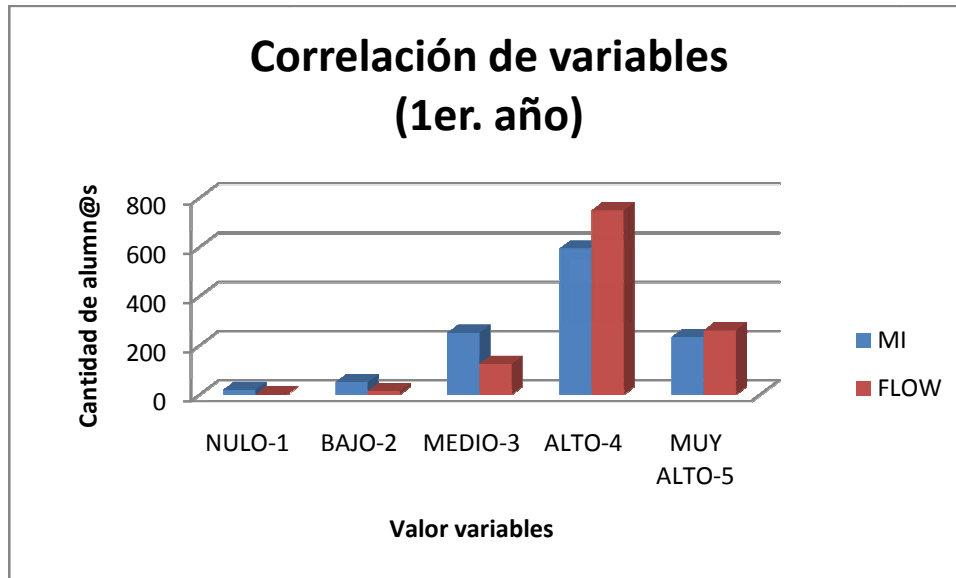


Gráfico 27

Para el 2do año de estudio, en la **tabla 4**, notamos una coincidencia con el año anterior en relación al valor *nulo*, nadie optó por esta opción en flow. Tenemos la misma coincidencia en que el valor más notables es *alto*. Se repite la igualdad entre las variables complejas antes mencionadas, ya que el valor seleccionado por los alumnos es el *alto*, con 618 estudiantes MI y 779 estudiantes para flow.

2DO AÑO	MI	FLOW
NULO-1	15	0
BAJO-2	57	7
MEDIO-3	303	152
ALTO-4	618	779
MUY ALTO-5	178	233
	1171	1171

Tabla4

En el **gráfico 28**, se puede visualizar el análisis anteriormente realizado.

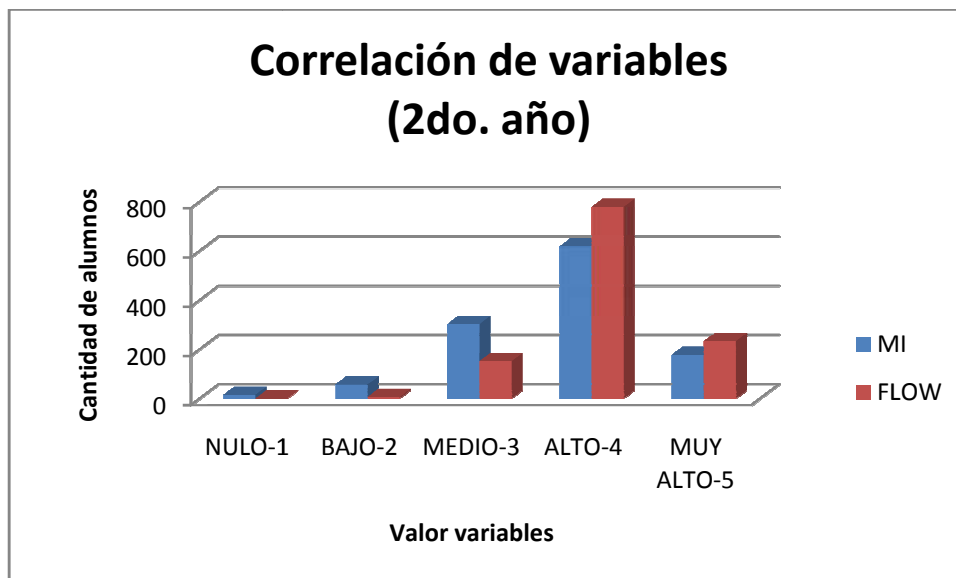


Gráfico 28

Continúa siendo la opción de valor *alto* la que resalta también en 3er año, para las dos variables complejas, con 561 estudiantes para MI y 798 alumnos para flow. Notamos que en la opción *nulo* solo nos encontramos con 26 estudiantes para MI y para flow 0 alumnos. El análisis demuestra que para las dos variables mencionadas, el valor destacado será *alto – medio*.

La **tabla 5** nos muestra lo descripto.

3ER AÑO	MI	FLOW
NULO-1	26	0
BAJO-2	82	14
MEDIO-3	366	209
ALTO-4	561	798
MUY ALTO-5	143	157
	1178	1178

Tabla5

El **gráfico 29** detalla lo expresado antes.

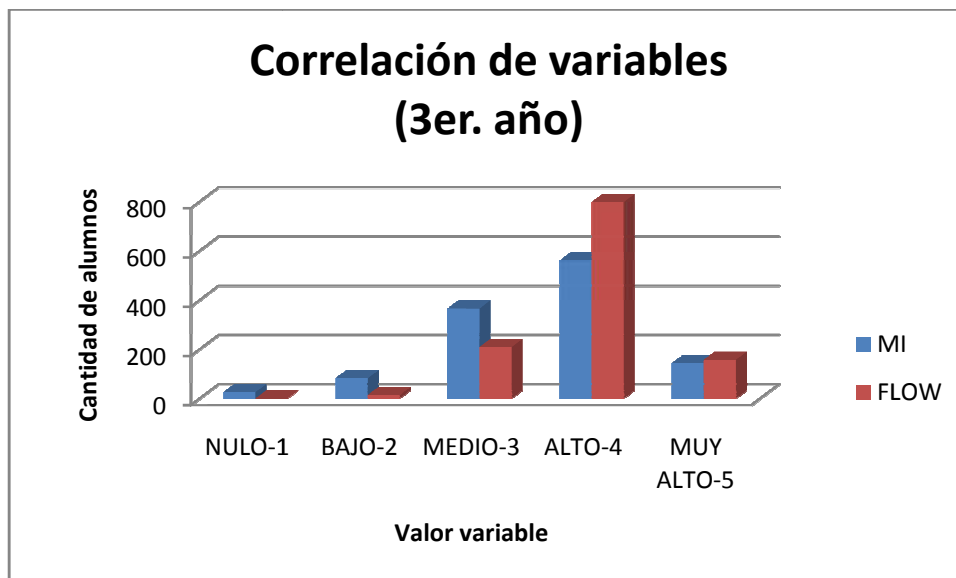


Gráfico 29

Observando al 4to año, podemos decir que 38 estudiantes respondieron por el valor *nulo* MI, mientras que en flow la cantidad fue 0. Y, nuevamente el valor que más se destaca por los mismos es el de *alto*, en las dos variables, siendo 482 y 786 respectivamente. La **tabla 6** nos permite ver los datos obtenidos.

4TO AÑO	MI	FLOW
NULO-1	38	0
BAJO-2	101	11
MEDIO-3	369	186
ALTO-4	482	786
MUY ALTO-5	161	168
	1151	1151

Tabla6

En el 4to año de estudio, las dos variables tienen su máximo en el valor *alto*, como se lo grafica a continuación (**gráfico 30**).

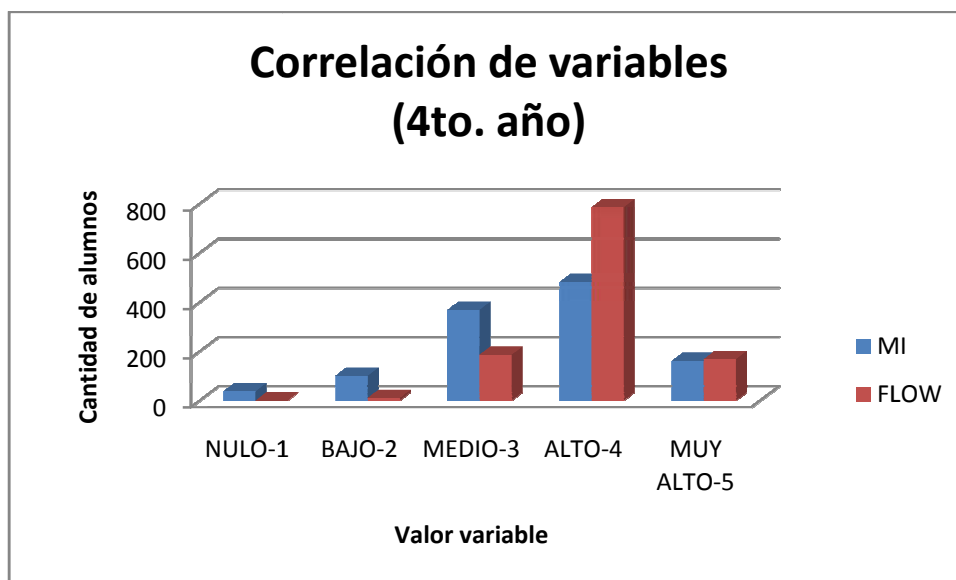


Gráfico 30

En 5to año, notamos a simple vista que no hay mucha diferencia de cantidades de estudiantes entre los valores más inferidos en cada una de las variables analizadas. En este caso, percibimos que con la opción nulo, tenemos 35 estudiantes en *motivación intrínseca* y 0 en *flow*. Con el valor *bajo*, *flow* tiene la cantidad de 5 alumnos y MI con 78 estudiantes. Las opciones más relevantes en cada una de las variables son: en *flow* es *alto-muy alto* y en *motivación intrínseca* es *medio-medio*.

En la **tabla 7** se presentan los resultados.

5TO AÑO	MI	FLOW
NULO-1	35	0
BAJO-2	78	5
MEDIO-3	293	168
ALTO-4	562	778
MUY ALTO-5	158	175
	1126	1126

Tabla 7

En el **gráfico 31**, se visualizan los datos mencionados anteriormente.

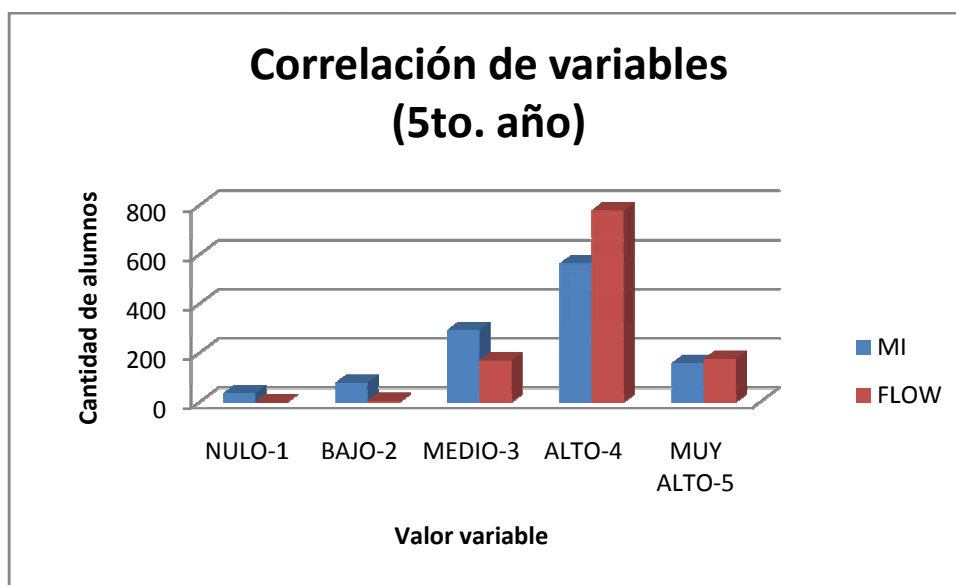


Gráfico 31

Finalizamos con 6to año, como nos muestra la **tabla 8**, encontramos que solo la variable *motivación intrínseca* tiene 24 estudiantes con la opción de valor *nulo* y *flow* 0 estudiantes. Con el valor *bajo* tenemos 38 estudiantes en MI y 7 para *flow*. Los valores que resaltan para *motivación intrínseca* y *flow* es *medio-alto-muy alto*.

6TO AÑO	MI	FLOW
NULO-1	24	0
BAJO-2	38	7
MEDIO-3	184	106
ALTO-4	349	497
MUY ALTO-5	117	102
	712	712

Tabla 8

El **gráfico 32** nos demuestra los datos expuestos.

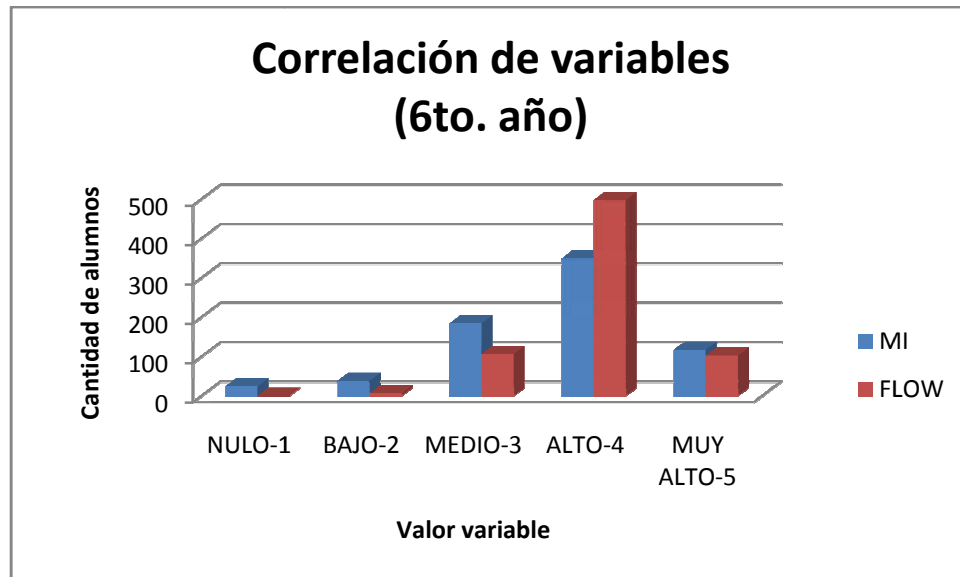


Gráfico 32

En cuanto a la frecuencia porcentual de las dos variables observadas, vemos que el valor *alto* es el que resalta, como segundo valor es el de la opción *medio* para *motivación intrínseca* y *muy alto* para *flow*.

Con respecto a cada variable, con el valor *nulo*, la frecuencia porcentual para *motivación intrínseca* es un 2,42% y *flow* 0,00%. Con el valor *bajo* MI 6,26%, *flow* 0,91%. Con la opción *medio* el *flow* con un 14,62% y MI 27,23%, se destacan los siguientes valores como máximos en la tabla, con el valor *alto* MI 48,80% y *flow* 67,57%. Con la opción *muy alto* MI 15,28% y para *flow* un 16,90%.

La **tabla 9** demuestra los datos expuestos.

Frecuencia porcentual	MI	FLOW
NULO-1	2,42%	0,00%
BAJO-2	6,26%	0,91%
MEDIO-3	27,23%	14,62%
ALTO-4	48,80%	67,57%
MUY ALTO-5	15,28%	16,90%

Tabla 9

En el **gráfico 33** se ve la información obtenida.

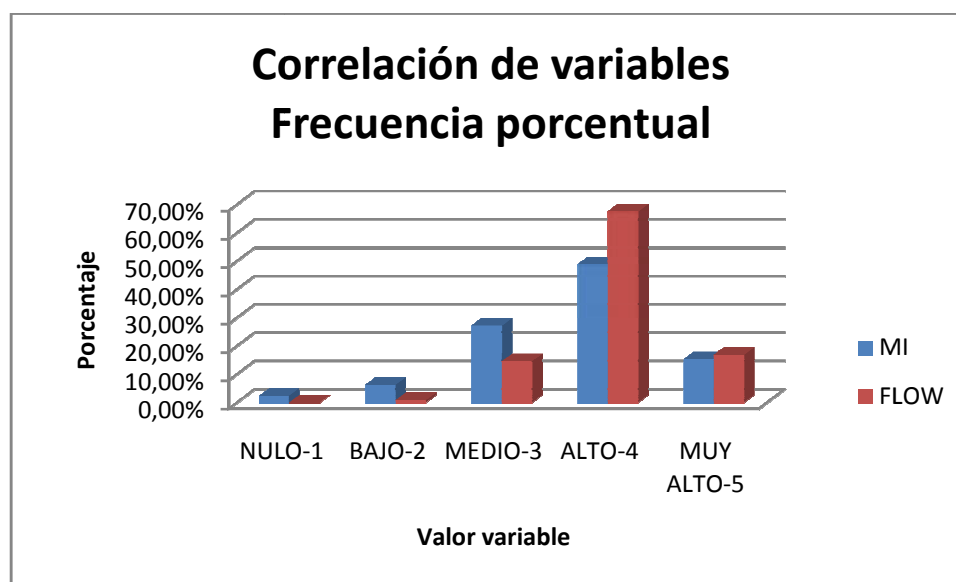


Gráfico 33

A continuación vamos a exponer en la **tabla 10** y en el **gráfico 34**, que el valor modal en las 2 variables es de 4 (alto), representando un 50% cada una.

MODA	
MI	4
FLOW	4

Tabla10

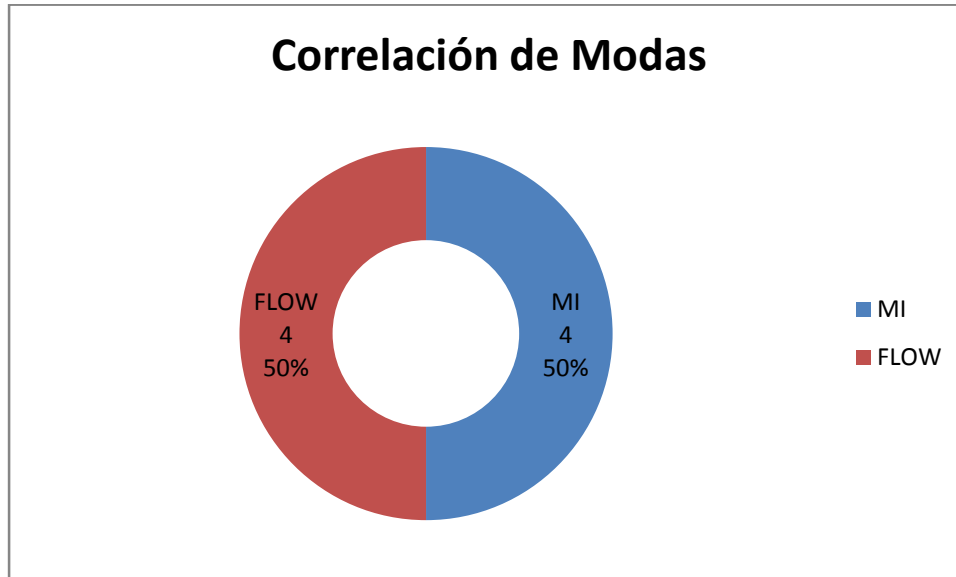


Gráfico 34

Observando la moda por años, podemos decir, como bien lo demuestra la **tabla 11** que *motivación intrínseca* y *flow* tienen una igualdad en los seis años con un valor modal de 4(alto).

MODA por años	MI	FLOW
1	4	4
2	4	4
3	4	4
4	4	4
5	4	4
6	4	4

Tabla 11

El gráfico 35 lo demuestra seguidamente

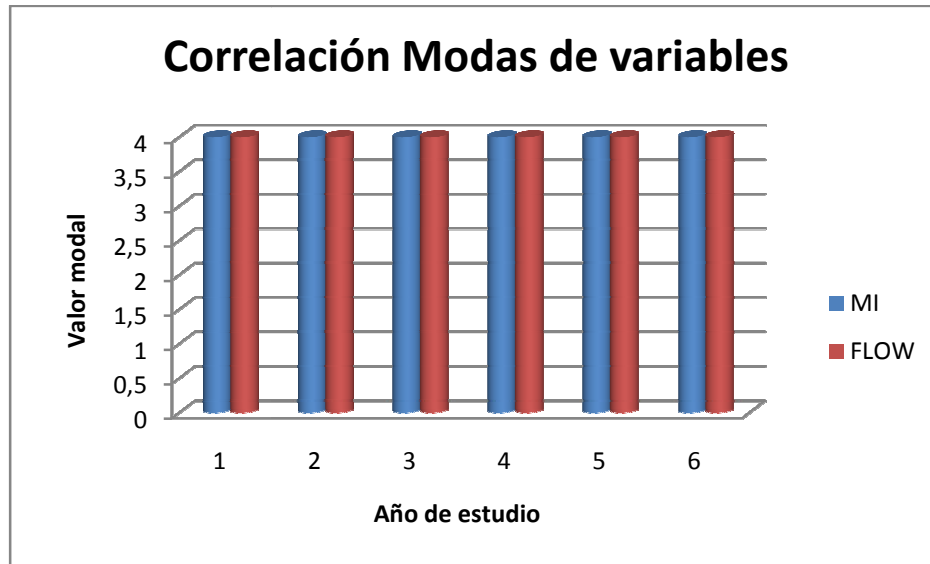


Gráfico 35

Vemos en la **tabla 12** y en el **gráfico 36** que el promedio más alto es el de flow con 4; y el valor menor es el de *motivación intrínseca* con 3,68.

PROMEDIO	
MI	3,68
FLOW	4

Tabla12

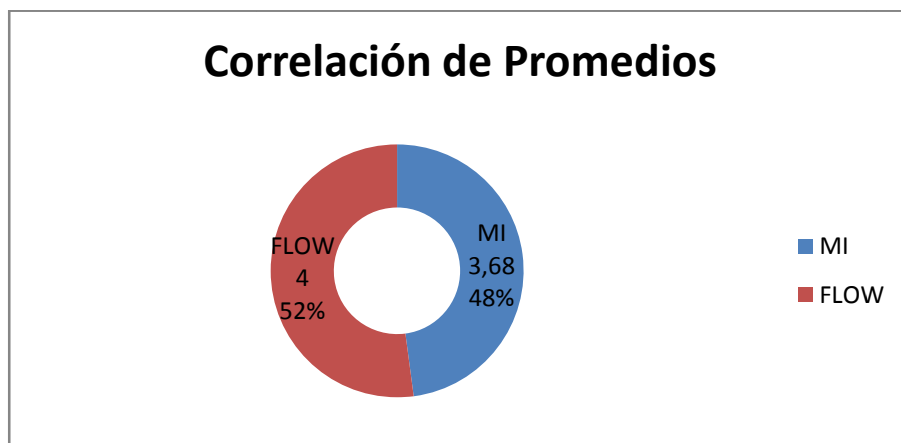


Gráfico 36

Ahora observamos en la **tabla 13** los promedios por año de estudio. Las variaciones de las dos variables son las siguientes: 1er año MI 3,84, flow 4,01; 2do año MI 3,75, flow 4,05; 3er año MI 3,6, flow 3,93; 4to año MI 3,54, flow 3,96; 5to año MI 3,64, flow 3,99 y por último 6to año MI 3,69, flow 3,97. A través de los valores podemos ver que ambas variables bajan y suben durante los seis años. Ninguna de las dos se mantiene estable.

PROMEDIOS por años	MI	FLOW
1	3,84	4,01
2	3,75	4,05
3	3,6	3,93
4	3,54	3,96
5	3,64	3,99
6	3,69	3,97

Tabla 13

En el **gráfico 37** podemos observar los datos que anteceden.

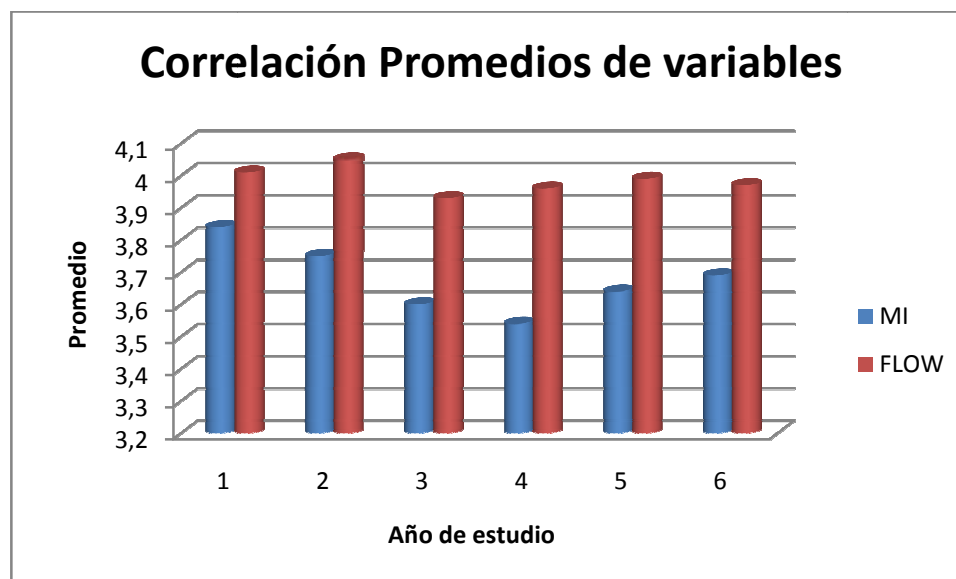


Gráfico 37

3.2. Análisis e interpretación de los datos

Finalizada la muestra de todos los datos relevados, nos centramos en el análisis e interpretación de los mismos, se realizó de forma acorde con lo propuesto en los objetivos establecidos en el presente trabajo.

Explicamos el comportamiento de las distintas variables, también en relación a las cuotas sexo y año de cursada. El nexos establecido entre las variables fue el siguiente:

- Relación entre el nivel de motivación intrínseca con el nivel de flow en alumnos del Nivel Medio del Sistema Educativo Formal Argentino.
- Establecer el nivel de motivación intrínseca de los estudiantes de Educación Física del Nivel Medio del Sistema Educativo Formal Argentino.
- Detallar el nivel de estado de flow en las clases de Educación Física del Nivel Medio del Sistema Educativo Formal Argentino.

Podemos observar que si tenemos en cuenta la correlación de promedios de las variables por año de estudio, notamos que los mismos presentan oscilaciones año a año, teniendo en 6to valores menores que al inicio de la etapa de secundaria. En líneas generales el promedio para los seis años de estudio de motivación intrínseca es de 3,68 y para flow 4. Ambos valores de las variables son altos. Hay una gran motivación intrínseca y nivel de flow en los estudiantes del Nivel Medio del Sistema Educativo Formal Argentino, pudiendo objetar que los mismos realizan las actividades sin esfuerzo alguno, ni recompensa de algún tipo. Dicho de otra manera, la tarea se realiza de manera más fácil si sencillamente se siente satisfacción al realizarla, sin necesidad de recompensas externas. Esta cualidad es considerada como una de las principales para obtener un estado óptimo de flow.

Al respecto, Camacho, Arias, Castiblanco y Riveros (2011) afirman que la motivación es un factor que determina el adecuado desarrollo del flow en un individuo, definiéndola como el conjunto de factores personales y sociales que

favorecen el inicio de un comportamiento, la persistencia en él o la intención de abandonarlo (Escarti y Cervelló, 1994).

Siguiendo con el mismo constructo de la motivación intrínseca, Vallerand (1997), la define como la necesidad de explorar por curiosidad y placer el entorno, con sentimientos de competencia y autorrealización, incluso después de haberse alcanzado la meta y sin necesidad de recibir una gratificación externa necesariamente o en forma directa (citado por Camacho et. al., 2011).

Con respecto a las modas tenemos una coincidencia de valor 4 en las dos. Ahora bien, si analizamos la frecuencia porcentual de las variables estudiadas, notamos que para motivación intrínseca es de 48,80% y para flow 67,57% (ambas para el valor de variable alto).

En una investigación realizada en Camacho et. al. (2011), se menciona que dentro del concepto de flow se encuentran términos relevantes tales como participación, conciencia, intenciones, atención y personalidad. Términos que enriquecen nuestras clases de Educación Física y que no podemos dejar de tener en cuenta a la hora de planificar nuestras prácticas.

En las clases de Educación Física, la motivación constituye un elemento de vital importancia que contribuye a despertar en los alumnos el deseo de participar (Moreno Murcia, Llamas y Ruiz Pérez, 2006).

“La motivación intrínseca supone el compromiso de un sujeto con una actividad por el placer y el disfrute que le produce y por tanto, la actividad es un fin en sí misma” (Deci, 1975; Deci y Ryan, 1985, citados en Moreno, Cervelló y González, 2006, p. 310).

En reflexión a lo planteado, podemos decir que los estudiantes motivados intrínsecamente podrían mejorar ampliamente su aptitud física – deportiva y además permanecer activos en las actividades por largo tiempo. La motivación es un factor que determina el adecuado desarrollo del flow en un individuo (Camacho, Arias, Castiblanco y Riveros, 2011).

3.3. Conclusiones y sugerencias

En este apartado expondremos las principales conclusiones que pudimos extraer de nuestra investigación, indicando y destacando los aspectos más importantes encontrados.

En relación a los objetivos planteados, nos centramos primero en los datos que arrojaron las variables estudiadas. Resaltamos que el 49% de los estudiantes de la muestra total posee una motivación intrínseca *alta* en las clases de Educación Física. Con respecto a la variable flow, obtuvimos un 67% del alumnado con un valor de variable *alto*. Esto nos demuestra una coincidencia en las mismas. Específicamente si nos remitimos a las diferencias en relación al sexo observamos que en los varones los valores que se destacan en la motivación intrínseca son alto-medio y en flow alto-muy alto. Sin embargo, para las mujeres los valores son alto-medio para MI (en concordancia con los varones), y alto-medio para flow.

Si tenemos en cuenta los dos valores que se destacan en ambas variables, podemos señalar que para motivación intrínseca son *alto* y *medio* con un porcentaje total de 76%. Respecto al nivel de flow registramos un alto puntaje que suman los valores *alto* y *muy alto*, siendo del 84. Las relaciones entre nivel de flow y la motivación intrínseca mostraron comportamientos altos. Las dos variables obtuvieron en los valores medio, alto y muy alto porcentajes similares. No se visualizaron marcadas diferencias. De esta manera, ubicándonos en el rol de profesores de Educación Física deberíamos orientar nuestras clases hacia la tarea, fomentando el flow y la motivación intrínseca del/la estudiante para que cada uno de ellos internalice y concientice la importancia de mantenerse físicamente activo. Además planificar las clases teniendo en cuenta estas variables de motivación facilitaría en los estudiantes mayor adherencia a la práctica física –deportiva por placer y disfrute personal.

Si tenemos en cuenta los promedios por año de estudio, en relación a la motivación intrínseca el valor más alto lo tenemos en 1er año con 3,84; y de flow

en 2do año con 4,05. Se observan los valores más bajos de MI en 4to año con 3,54 y flow en 3er. año con 3,93. Encontramos en la mitad de la cursada del Nivel Medio los valores más bajos para las variables estudiadas, pudiendo tener como causales la forma de dictado de la materia, contenidos curriculares, edad de los alumnos, estrategias didácticas, etc. Mi sugerencia sería que de continuar con estos patrones a lo largo de los años, podría ser un tema de investigación.

Los valores modales para las dos variables es de 4 (alto).

A continuación realizamos una comparación de las dos variables en relación al año de cursada y al sexo

Para los varones y mujeres los valores de variable de MI que se destacaron, son medio y alto (varones 786 – 1647, mujeres 980 – 1518). En cambio para el nivel de flow en los valores de variables observamos una diferencia entre varones y mujeres. Para los varones los valores que surgen son alto – muy alto siendo para las mujeres medio- alto (varones 2202 – 653, mujeres 611 – 2184).

Los valores de variables que resaltan en relación al año de cursada son los siguientes de MI: se observa una similitud de 1er a 6to año: medio- alto, en cambio para flow: en 1er y 2do año son alto - muy alto. A diferencia de 3ro, 4to, 5to y 6to año que son medio- alto en concordancia con MI.

En términos generales, se observó que los estudiantes mantienen un nivel de flow y una motivación intrínseca importante y rica en porcentajes *altos*. A pesar de ello, sugerimos tener en cuenta estos datos comparativos en cuanto a reflexionar y buscar estrategias para que los estudiantes finalicen su etapa escolar motivados significativamente y así mejoraríamos sus intenciones de continuar con alguna actividad física o deportiva.

En consecuencia, y respondiendo a nuestro problema, los estudiantes que experimentaron un *alto* nivel de flow tendrían una relación de igualdad con su motivación intrínseca.

Una vez más, afirmamos que a partir de la exposición de los datos realizada con anterioridad, los valores para las dos variables analizadas nos arrojaron resultados altos, resultando muy provechoso para nuestro estudio. A partir de ello, mi pregunta es la siguiente: si en nuestro país tenemos estudiantes con un alto nivel de flow y motivación intrínseca, por qué terminada la secundaria tenemos tantos jóvenes que no practican ningún deporte ni realizan actividad física en su vida diaria. ¿Dónde está fallando el/la profesor/a de Educación Física? Estos temas me inquietan y los considero sumamente importantes para tratar en futuras investigaciones.

3.4. Reflexión crítica sobre el proceso de investigación realizado

En el proceso de realización del trabajo de investigación surgieron diferentes dificultades, las cuales sirven como antecedentes para futuras investigaciones.

Nuestra investigación, como ya lo mencionamos, forma parte de un proyecto macro, de manera simultánea entre los países de Argentina, España y Colombia. Después de haber realizado el pilotaje, enviaron desde España modificaciones. Se cambió al instrumento de recolección de datos, con lo cual el pilotaje se realizó con un cuestionario y luego el mismo fue reformado. Para solucionar esta situación se decidió, entre el grupo de estudio y nuestra docente, trabajar con los datos recopilados por un grupo de investigadores de los años 2014, 2015 y 2016, de distintas localidades de la Argentina, ya que habían utilizado al mismo instrumento de recolección de datos que nosotros utilizamos para la realización de la prueba piloto. La base de datos con los que trabajamos

cuenta con 6485 unidades de análisis, por lo cual se nos dio la opción de estudiar y relacionar dos de las variables planteadas al inicio de este trabajo.

En la prueba piloto encontramos algunas dificultades de los alumnos relacionadas con la comprensión de palabras expresadas en los cuestionarios, como por ejemplo la palabra “estimulante”. Por falta de tiempo no se realizó un glosario de términos, el cual sería la solución al problema presentado.

Para culminar, quiero esbozar que la dificultad mayor en esta cursada fue la falta de comunicación y participación en los foros, eso complicó bastante el avance, no pudiendo intercambiar opiniones con mis compañeros, comprendo que todos tienen sus ocupaciones y tiempo, y por supuesto me incluyo, pero hubiera sido bueno y más llevadero sentirse acompañada por pares.

4. Anexos

4.1. Anexo 1: Carta de presentación



Buenos Aires, 20 de abril de 2016

A quien corresponda,

Desde el Departamento de investigación de la Facultad de Actividad y Deporte de la Universidad de Flores, les informamos de la puesta en marcha de un proyecto internacional en el que colaboran nuestra universidad junto a la Universidad Politécnica de Madrid (Madrid, España) y la Universidad del Quindío (Bogotá, Colombia). El objetivo de dicho proyecto es conocer los perfiles motivacionales de los estudiantes adolescentes de estas tres poblaciones, con el fin de elaborar unas pautas de intervención en el aula de Educación Física orientadas a promover la adherencia de estos jóvenes a la práctica de actividad física, siendo conscientes de que un mayor nivel de práctica de actividad física conllevará indudables beneficios sobre la salud de las poblaciones a las que nos dirigimos.

Su colegio ha sido seleccionado para participar como institución educativa consolidada que reúne criterios de calidad. Sería un gran aporte para el proyecto poder contar con su colaboración. Si deciden unirse al estudio, la participación consistiría en facilitar la cumplimentación, por parte de los/as alumnos/as, del cuestionario que les adjuntamos. Estudiantes/Investigadores que están realizando su trabajo de investigación de final de carrera de Licenciatura en Actividad Física y Deporte contactarían con ustedes y concertarían la forma de llevarlo a cabo.

Los datos serán obtenidos respetando el anonimato de los participantes y se utilizarán únicamente para el estudio. Tras la finalización del mismo, y como contraprestación a su colaboración, les facilitaríamos un informe de los principales hallazgos encontrados en relación a sus estudiantes. Esta información puede ser una ayuda complementaria para mejorar la calidad de sus clases de Educación Física.

Mi mail de contacto, por si desease realizar cualquier consulta es: vgomez@uflo.edu.ar

Esperando poder contar con su participación, reciba un cordial saludo,

Mag. Valeria Gómez

Coordinadora del área de Investigación

Facultad de Actividad Física y Deporte

Firmo en conformidad:

4.2. Anexo 2: Modelo de cuestionario

MOTIVACIÓN EN EDUCACIÓN FÍSICA (Argentina-2015)

Marcar con una **BIEN**
MAL

Género Hombre Mujer **Edad** 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19

Colegio Público **Año** 1° 2° 3° 4° 5° 6°

Privado

¿Cursas el bachillerato con orientación en educación física? Sí No

Calificación Educación Física curso anterior 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

¿Cuánto te gusta la Educación Física? 1 2 3 4 5

Con este cuestionario pretendemos conocer tu opinión sobre las clases de Educación Física y tu nivel e intención de realizar actividad física. La información que nos aportes puede contribuir a la mejora de tu formación. Respondé a las siguientes cuestiones:

En una semana, ¿cuántas veces hacés los siguientes ejercicios durante más de 15 minutos en tu tiempo libre? (Escribí el número que consideres en cada apartado)

Ejercicio extenuante (el corazón late rápidamente). Por ejemplo jugando al fútbol, al squash, al básquet, haciendo judo, natación fuerte, ciclismo fuerte de larga distancia. 0 1 2 3 4 5 6 7

Ejercicio moderado (no agotador). Por ejemplo caminar rápido, ciclismo lento, voleibol, natación fácil, baile popular y folclórico. 0 1 2 3 4 5 6 7

Ejercicio suave (esfuerzo mínimo). Por ejemplo yoga, tiro con arco, pesca, bolos, golf, caminar fácil. 0 1 2 3 4 5 6 7

En una semana, durante tu tiempo libre, ¿con qué frecuencia participás en una actividad regular en la que llegues a sudar (que tu corazón lata rápidamente)? (Señalá una de las tres opciones)

Nunca/raramente A veces A menudo

Por favor, indicá el nivel de acuerdo con cada una de las siguientes afirmaciones teniendo en cuenta tu experiencia. La escala de este cuestionario es:

1 = Totalmente en desacuerdo
2 = En desacuerdo
3 = Indiferente
4 = De acuerdo
5 = Totalmente de acuerdo

Es confidencial y no hay respuestas correctas o incorrectas. Contestá con sinceridad. No hay límite de tiempo. Contestá con tranquilidad. Asegurate de que no dejás ninguna afirmación sin contestar.
GRACIAS POR TU COLABORACIÓN

Observación n°0 137 Página 1 / 4

En clases de Educación Física...

	1	2	3	4	5
Sé que mis habilidades me permitirán hacer frente al desafío que se me plantea	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hago los gestos correctos sin pensar de forma automática	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Conozco claramente lo que quiero hacer	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Tengo realmente claro cómo lo estoy haciendo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mi atención está completamente enfocada en lo que estoy haciendo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Tengo una sensación de control sobre lo que estoy haciendo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Me da igual lo que los/as otros/as puedan estar pensando de mí	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
El tiempo parece alterarse (pasa más lento o más rápido)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Realmente me divierte la experiencia	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mis habilidades están al mismo nivel de lo que me exige la situación	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Parece que las cosas están sucediendo automáticamente	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Observación nº1

13/1

Página 2 de 4

	1	2	3	4	5
Estoy seguro/a de lo que quiero hacer	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sé lo bien que lo estoy haciendo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Puedo mantener mi mente en lo que está sucediendo sin esfuerzo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Siento que puedo controlar lo que estoy haciendo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Me da igual cómo los/as otros/as puedan estar evaluándome	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
El paso del tiempo parece ser diferente al normal	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Me gusta lo que experimento con mi ejecución y me gustaría sentirlo de nuevo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Siento que soy lo suficientemente bueno/a para hacer frente a las demandas de la situación	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ejecuto automáticamente	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sé lo que quiero conseguir	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Tengo buenos pensamientos de lo que estoy haciendo mientras lo estoy realizando	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Tengo una total concentración	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Tengo un sentimiento de control total	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Me da igual la imagen que doy a los/as demás	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Siento cómo el tiempo pasa rápidamente	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
La experiencia me deja buena impresión (satisfecho/a)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Las dificultades y mis habilidades para superarlas están a un mismo nivel	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hago las cosas espontánea y automáticamente	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mis metas están claramente definidas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Puedo afirmar que en clase lo estoy haciendo muy bien	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Estoy totalmente concentrado/a en lo que estoy haciendo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Siento un control total de mi cuerpo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Me da igual lo que otros/as puedan estar pensando de mí	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Pierdo la noción normal del tiempo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Encuentro la experiencia muy valiosa y reconfortante	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Observación nº10
100
Página 3 / 6

	1	2	3	4	5
Participo en esta clase de Educación Física...					
Porque la Educación Física es divertida	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Porque disfruto aprendiendo nuevas habilidades	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Porque la Educación Física es estimulante	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Por la satisfacción que siento mientras aprendo nuevas habilidades/técnicas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Respecto a tu intención de practicar alguna actividad físico-deportiva...					
	1	2	3	4	5
Me interesa el desarrollo de mi forma física	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Al margen de las clases de Educación Física, me gusta practicar deporte	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Después de terminar el colegio quisiera formar parte de un club deportivo de entrenamiento	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Después de terminar el colegio me gustaría mantenerme físicamente en forma/a	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Habitualmente practico deporte en mi tiempo libre	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

4.3. Anexo 3: Procedimiento de administración de cuestionarios en la muestra total

Este documento da las indicaciones precisas que todo/a investigador/a deberá seguir al detalle durante la realización del trabajo de campo.

Algunas indicaciones son las mismas del documento que usaron para la toma del pilotaje. Pero luego del análisis de la información que todos enviaron sobre su experiencia de pilotaje, más lo que trabajamos en el foro, agregué algunas cuestiones nuevas.

ANTES DEL INICIO

- Se trata de un cuestionario de “autoadministración”, esto significa que es el mismo alumno/a el que debe rellenar individualmente el documento después de haber recibido todas las indicaciones del administrador.

- La administración debe darse en un ambiente tranquilo y acogedor. Es recomendable hacerlo en el aula aunque se puede administrar en el gimnasio, patio, o cualquier lugar que nos indiquen los responsables (equipo directivo y profesores de Educación Física). Debemos asegurarnos que todos los estudiantes disponen de bolígrafo para completar el cuestionario.

- La persona que administre el cuestionario no debe ser el profesor de la asignatura. Es importante que quien tome el cuestionario no conozcan, o conozcan muy poco, los estudiantes. Esto servirá para que los estudiantes sean más sinceros en sus respuestas.

CONSIGNA EN LAS AULAS

- El/la investigador/a pasará por las aulas de todos los años (de 1° a 5° o de 1° a 6°, según corresponda) para presentar la investigación y preguntar quiénes quieren participar. Se tratará de evitar que esta situación la manejen preceptores, directivos o docentes, pues es muy importante garantizar que sea voluntaria la participación:

“Hola, Mi nombre es XXXXX, soy estudiante de la Universidad de Flores, allí estoy realizando la Licenciatura en Actividad Física y Deporte. En este momento estoy elaborando el trabajo de investigación de final de carrera. Junto con mis compañeros y compañeras de curso estamos desarrollando una investigación en Argentina sobre la motivación por las clases de Educación Física que tienen los alumnos y las alumnas de colegios secundarios. Cada uno toma el mismo cuestionario a estudiantes de la ciudad en que vive.

Necesito que 22 de ustedes, 11 mujeres y 11 varones, menores de 19 años; respondan un cuestionario de forma individual y anónima. Harán esta actividad por única vez.

Sus opiniones nos interesan con fines estadísticos para entender lo que piensan y sienten los adolescentes como ustedes respecto a algunas de sus vivencias en las clases de Educación Física.

Su participación no es obligatoria, todo lo contrario, la idea es que solo respondan el cuestionario quienes tengan ganas e interés de hacerlo. Responder el cuestionario les demandará entre 15 y 30 minutos, así que para realizar toda la actividad deberán disponer de 40 minutos de su tiempo (desde que salgan de su aula hasta que vuelvan a sus actividades habituales del colegio).

Quienes quieran participar levanten la mano”.

ACLARACIÓN: Quienes decidieron proponer que participen todos los que quieran, aunque superen los 22 por curso, hagan esa salvedad cuando dan la consigna.

- El/la investigador/a acordará momento y lugar para realizar la actividad.

Repartirá los cuestionarios (y los bolígrafos en caso de que los estudiantes no cuenten con uno cada uno) a los estudiantes.

LA ENTREGA DEL CUESTIONARIO

- El/la administrador/a repartirá los cuestionarios (y los bolígrafos en caso de que los estudiantes no cuenten con uno cada uno) a los estudiantes.

- El/la administrador/a explicará a los estudiantes el objetivo del cuestionario con el discurso:

“Hola:

Les estoy muy agradecido/a de que hayan aceptado participar hoy completando los cuestionarios que les voy a entregar.

Con el cuestionario que van a completar pretendemos conocer qué piensan de la clase de Educación Física y del papel que juega la actividad física en su vida cotidiana.

La información será utilizada para un proyecto que pretende mejorar las clases de Educación Física. No hay respuestas correctas o incorrectas, y el cuestionario será totalmente anónimo, no tienen que escribir tu nombre.

Les pido por favor que se concentren en lo que se pregunta y que sean lo más sinceros posible. Si tienen alguna duda o no comprenden algo no duden en preguntar. Pueden tomarse el tiempo que necesiten para responder.

La primera parte del cuestionario la iremos completando con mi guía, el resto lo harán solos”.

• La primera hoja del cuestionario será rellena de forma conjunta con el administrador; este irá leyendo cada apartado aclarando las posibles dudas. El administrador indicará en este caso que:

- hay que marcar la casilla hombre o mujer según corresponda
- hay que poner el número de los años que tiene cada uno (Edad)
- el tipo de colegio (importante que el administrador lo indique, por si algunos estudiantes dudan en esto)
- el año que está cursando actualmente
- especificar si cursa bachillerato con orientación en Educación Física o no
- hay que rodear el número que más se aproxime a la calificación obtenida en el año anterior en Educación Física
- hay que rodear el número correspondiente según nos guste la Educación Física, siendo 1= nada, 2= poco, 3= normal 4= bastante y 5= mucho.

Aclaraciones:

Licenciado: Es el nombre con el que se conoce en Latinoamérica al grado académico que se obtiene al terminar una carrera universitaria de entre 4 y 6 años de duración.

Bachillerato con orientación en Educación Física: Según el Ministerio de Educación, es una oferta de Educación Secundaria que se ofrece en algunas provincias. Otras orientaciones de educación secundaria son Ciencias Naturales, Economía y Administración, Comunicación, Arte, etc. En ese colegio predominan materias de esa orientación.

Hay que responder con la mayor claridad y precisión posible tantas veces como lo demanden. Es importante hacer sentir cómodos a quienes pregunten, para evitar que se inhiban o se sientan inseguros para responder.

- Por último, el administrador dará instrucciones para rellenar el resto del cuestionario, leyendo en voz alta el texto situado a continuación:

“Con este cuestionario pretendemos conocer tu opinión sobre las clases de Educación Física y tu nivel e intención de realizar actividad física. La información que nos aportes puede contribuir a la mejora de formación. Responde a las siguientes cuestiones marcando lo que más se aproxime a lo que pensás.

No hay límite de tiempo para responder. Cada uno lo hará a su ritmo. ¿Alguien tiene alguna duda?”

Si no hay dudas, los alumnos comenzarán a responder.

A continuación las dudas, preguntas, comentarios manifestados por los estudiantes mientras se completaba el cuestionario de modo autoadministrado

- Explicar nuevamente la forma de ir avanzando en las afirmaciones para cada expresión resaltada en “negrita”. Algunos preguntaron acerca de la relación de las afirmaciones con cada uno de los cuatro apartados, más precisamente si la afirmación correspondía al último apartado remarcado en “negrita”, o si la tenían que relacionar también con el apartado anterior. (Las afirmaciones remiten a la oración en negrita que se encuentra inmediatamente arriba. No refieren a las afirmaciones en negrita de los apartados anteriores).

- Dónde deben marcar o cómo señalar la respuesta correcta. (Se debe reiterar lo que está explicado en el margen superior derecho de la primera hoja).
- En las tres primeras preguntas las respuestas son del 0 al 7 ¿por qué? (Porque esos números remiten a la cantidad de días por semana. La escala actual –de 1 a 5– es una escala de satisfacción o acuerdo con las afirmaciones que se van leyendo).
- Qué pasaba si dejaban una afirmación sin contestar o marcar, lo cual yo respondí cuál es la que te cuesta contestar y que la idea es que respondan todas las afirmaciones. (Los cuestionarios incompletos hay que descartarlos luego de su entrega. Por eso es importante chequear que todos los ítems estén respondidos. Si falta alguno, se le pide al estudiante que lo complete. Si no comprende alguna palabra, se le explica brevemente y con precisión).
- ¿Quién hizo el cuestionario? Porque les llamaba la atención las siguientes afirmaciones: “Cuando soy el/la mejor”; “Cuando gano a los demás”. Preguntaron si eran a propósito las afirmaciones como: “Mi atención está completamente enfocada en lo que estoy haciendo”; “Estoy seguro de lo que quiero hacer”; “Siento que puedo controlar lo que estoy haciendo”; “Sé lo que quiero conseguir” y “Estoy totalmente concentrado en lo que estoy haciendo”. Según ellos esas respuestas eran capciosas o a propósito para ver sus respuestas y si responden en todas lo mismo.
- Se les puede contar que es un cuestionario de validez internacional y que a veces se preguntan cuestiones similares de diferente forma para ver luego cómo salen los datos estadísticos. También se les puede decir que son preguntas parecidas, pero que tienen pequeños matices o diferencias semánticas y que es

importante que se concentren en esas diferencias para responder.

- Se los notaba muy concentrados para responder el cuestionario, entre ellos no hablaban ni se preguntaban nada. Comentaron: que bueno está esto, el tema que al que no le importa no va a venir igual. (Crear un clima motivacional de interés y concentración es fundamental. Como dije ya varias veces, solo deben participar de la actividad quienes quieran hacerlo. No se puede obligar a nadie a responder el cuestionario. Tampoco se los puede convencer. Solo responde y permanece en el lugar, quien así lo desee).

AL FINALIZAR

- Cuando los alumnos vayan finalizando, el/la administrador/a recogerá los cuestionarios asegurándose de que están correctamente completadas todas las hojas y solicitando a los alumnos que completen apartados olvidados en caso de ser necesario.

- Finalmente se agradecerá la participación a los estudiantes.

Se les dirá que luego van a poder conocer los resultados de la investigación. Más allá de las respuestas de ellos específicamente, podrán conocer los datos que surgieron de la investigación global que estamos haciendo en UFLO entre todos.

La idea es que cuando tengamos todos los datos de esta investigación científica, los podamos difundir entre directivos, profesores de Educación Física y estudiantes de los colegios. Una investigación es relevante para la sociedad, cuando el conocimiento que se produce sirve para generar alguna transformación social que mejore las condiciones de vida de las personas. En este caso, tenemos esperanzas que el conocimiento que produzcamos sirva para que los/as docentes puedan revisar sus prácticas de enseñanzas y los estudiantes de Educación Física

de nuestro país se sientan más motivados por realizar actividad física beneficiosa para su salud.

- Hay que tener agrupados los cuestionarios por grupos. En caso de que algún alumno haya dejado en blanco los apartados de tipo de colegio y año, el/la administrador/a lo completará adecuadamente en base al resto de cuestionarios. Así mismo, será responsabilidad del/a administrador/a asegurarse que cada cuestionario está identificado con el nombre del colegio en el que se han recabado los datos.

4.4. Anexo 4: Procedimiento de realización del pilotaje



CONDICIONES PREVIAS

- Imprimir 15 cuestionarios en simple fas, es decir en cuatro hojas. Abrochar las cuatro hojas.
- Llevar los 15 cuestionarios junto con 15 biromes el día de la realización del pilotaje (se llevan algunos cuestionarios y bolígrafos de más por si es necesario reemplazar alguno durante la prueba piloto).
- El cuestionario se administrará a 10 estudiantes (2 de primer año, 2 de segundo año, 2 de tercer año, 2 de cuarto año, 2 de quinto año). En las instituciones que hay sexto año, se sumarán 2 adolescentes más al grupo para prueba piloto (sumando 12 estudiantes en total).
- En lo posible la mitad de los estudiantes deberían ser mujeres y la mitad varones (una mujer y un varón de cada curso).
- La selección de los estudiantes sería “casual” (Padua, 1994) de “sujeto voluntario” (Hernández Sampieri, Batista y Fernández Collado, 1991). Es decir alumnos que casualmente asistan el día que se realizará el pilotaje y que acepten voluntariamente participar del evento.

PRESENTACIÓN INICIAL

Una vez que haya ingresado al aula, patio, SUM, o cualquier otro lugar del colegio; saludará y se presentará ante los 10 estudiantes que participarán de esta prueba piloto de la administración del cuestionario. El modo será el siguiente:

“Hola, Mi nombre es XXXXX, soy estudiante de la Universidad de Flores, allí estoy realizando la Licenciatura en Actividad Física y Deporte. En este momento estoy elaborando el trabajo de investigación de final de carrera. Junto con mis compañeros y compañeras de curso estamos desarrollando una investigación en Argentina sobre la motivación por las clases de Educación Física que tienen los alumnos y las alumnas de colegios secundarios. Cada uno toma el mismo cuestionario a estudiantes de la ciudad en que vive.

El cuestionario será anónimo porque sus opiniones nos interesan con fines estadísticos para entender lo que piensan y sienten los adolescentes como ustedes respecto a algunas de sus vivencias en las clases de Educación Física.

Les estoy muy agradecido/a de que hayan aceptado participar hoy completando los cuestionarios que les voy a entregar”.

LA ENTREGA DEL CUESTIONARIO

El/la administrador/a repartirá los cuestionarios (y los bolígrafos en caso de que los estudiantes no cuenten con uno cada uno) a los estudiantes.

El/la administrador/a explicará a los estudiantes el objetivo del cuestionario con el discurso:

“Como les decía recién, con el cuestionario que van a completar pretendemos conocer qué piensan de la clase de Educación Física y del papel que juega la actividad física en su vida cotidiana.

La información será utilizada para un proyecto que pretende mejorar las clases de Educación Física. No hay respuestas correctas o incorrectas, y el cuestionario será totalmente anónimo, no tienen que escribir tu nombre.

Les pido por favor que se concentren en lo que se pregunta y que sean lo más sinceros posible. Si tienen alguna duda o no comprenden algo no duden en preguntar.

La primera parte del cuestionario la iremos completando con mi guía, el resto lo harán solos”.

COMIENZO DE ADMINISTRACIÓN DEL CUESTIONARIO

El/la administrador/a enciende el cronómetro y comienza a leer los ítems de la primera parte del cuestionario uno a uno, cotejando con la mirada general al grupo que todos vayan completando su cuestionario.

Recuerden que:

La primera hoja del cuestionario será rellenada de forma conjunta con el administrador; este irá leyendo cada apartado aclarando las posibles dudas. El administrador indicará en este caso que:

- ✓ hay que marcar la casilla hombre o mujer según corresponda
- ✓ hay que poner el número de los años que tiene cada uno (Edad)
- ✓ el tipo de colegio (importante que el administrador lo indique, por si algunos estudiantes dudan en esto)
- ✓ el año que está cursando actualmente
- ✓ especificar si cursa bachillerato con orientación en Educación Física o no
- ✓ hay que rodear el número que más se aproxime a la calificación obtenida en el año anterior en Educación Física
- ✓ hay que rodear el número correspondiente según nos guste la Educación Física, siendo 1= nada, 2= poco, 3= normal, 4= bastante y 5= mucho.

Por último, el/la administrador/a dará **instrucciones para rellenar el resto del cuestionario**, leyendo en voz alta el texto situado a continuación:

“Con este cuestionario pretendemos conocer tu opinión sobre las clases de Educación Física y tu nivel e intención de realizar actividad física. La información que nos aportes puede contribuir a la mejora de formación. Respondé a las siguientes cuestiones marcando lo que más se aproxime a lo que pensás.

No hay límite de tiempo para responder. Cada uno lo hará a su ritmo. Cuando finalizan me acercan el cuestionario completo.

¿Alguien tiene alguna duda?”.

Si no hay dudas, los alumnos comenzarán a responder.

AL FINALIZAR

- Con la entrega del primer cuestionario, el administrador registrará el tiempo que marca el cronómetro. (No se debe apagar el cronómetro).
- Cuando los alumnos vayan finalizando, el/la administrador/a recogerá cada cuestionario asegurándose de que están correctamente completadas todas las hojas y solicitando a los alumnos que completen apartados olvidados en caso de ser necesario.
- Con la entrega del último cuestionario, se registra el tiempo cronometrado y se apagará el cronómetro.
- Finalmente se agradecerá la participación a los estudiantes.
- Una vez que los estudiantes se retiraron del lugar, el administrador deberá completar con el mayor detalle y precisión posible, los siguientes ítems:
 - Tiempo usado para completar el cuestionario por el primer estudiante que entregó el cuestionario finalizado:
 - Tiempo usado para completar el cuestionario por el último estudiante que entregó el cuestionario finalizado:
 - Dudas, preguntas, comentarios manifestados por los estudiantes luego de hacer la presentación y saludo inicial:
 - Dudas, preguntas, comentarios manifestados por los estudiantes mientras se iba completando la primer parte del cuestionario con la guía del administrador (leyendo en voz alta):
 - Dudas, preguntas, comentarios manifestados por los estudiantes mientras se completaba el cuestionario de modo autoadministrado por los estudiantes:
 - Dudas, preguntas, comentarios manifestados por los estudiantes al momento de hacer la entrega del cuestionario completo:
 - Explicitar problemas, contratiempos o dificultades al realizar la prueba piloto:
 - Explicitar cómo se sintieron al realizar la prueba piloto:

ESTOS DATOS ME LOS TENDRÁN QUE ENVIAR AL DÍA SIGUIENTE DE REALIZAR LA PRUEBA PILOTO. DEBEN PRESENTARLOS EN UN DOCUMENTO DE WORD (NO EN EL CUERPO DEL MAIL).

4.5. Anexo 5: Procedimiento para completar la planilla Excel



FACULTAD DE ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE

Procedimiento para completar la planilla Excel

ANTES DE COMENZAR LA CARGA DE DATOS

- Numerar los cuestionarios en lápiz en el margen superior derecho de la primera hoja (el primer cuestionario se numera con 2 pues el número 1 de las filas está cubierto por la denominación de cada variable –edad, año, etc.-).
- Ese número será el que le corresponderá a ese sujeto en la planilla Excel cuando se carguen los datos.

CARGA DE DATOS A LA PLANILLA EXCEL

1° Cada sujeto entrevistado estará en una línea de la planilla

2° Las variables de edad, curso (año), calificación, gusto por la Educación Física, ejercicio extenuante, ejercicio moderado, ejercicio suave y actividad con la que llegue a sudar se pasarán a Excel introduciendo en la casilla correspondiente **el mismo número que el sujeto indicó en el cuestionario (no se deben escribir palabras o símbolos –ej._ 1ro o 1°-).**

3° Los datos de cada una de las variables complejas serán introducidos en el archivo de Excel indicando en cada casilla el número (1, 2, 3, 4 o 5) que el sujeto señaló en el cuestionario.

4° El resto de variables, para poder trabajar con ellas, están codificadas de la siguiente manera (introduciremos en el archivo Excel el número correspondiente a la casilla que hayan marcado los estudiantes):

Género:

0 = Hombre

1 = Mujer

Centro:

0 = Público

1 = Privado

Actividad con la que llegue a sudar:

0 = Nunca /raramente

1 = A veces

2 = A menudo

Bachillerato con orientación en Educación Física:

0 = No

1 = Sí

Aclaraciones:

- No se pueden agregar columnas, ni modificar nada de la estructura de la planilla Excel.
- Deben quedar completos todos los ítems por cuestionario. Si a algún cuestionario le falta algún ítem o está confuso porque el/la estudiante borró, tachó, marcó doble, etc. y no se puede comprender claramente la opción elegida, se deberá descartar ese cuestionario.

4.6. Anexo 6: Tabla de datos

Por la extensión de este anexo solo se presenta en la versión digital del trabajo.

5. Bibliografía

- Almagro, Torres (2012). *Factores motivacionales relacionados con la adherencia a la práctica deportiva competitiva en adolescentes*. Bartolomé Jesús Almagro Torres - Tesis doctoral Universidad de Huelva
- Camacho, Arias, Castiblanco y Riveros. (2011). *Revisión teórica conceptual de flow: medición y áreas de aplicación*. Universidad El Bosque. Cuadernos Hispanoamericanos de Psicología, Vol. 11 N° 1, 48-63
- Cecchini Estrada, González, López Prado y Brustad. (2005). *Relación entre clima motivacional percibido con la orientación de meta, la motivación intrínseca y las opiniones y conductas de fair play*. Revista Mexicana de Psicología, Vol. 22, Núm. 2, 469-479
- Cervelló, Escartí y Balagué. (1999). *Relaciones entre la orientación de meta disposicional y la satisfacción con los resultados deportivos. Las creencias sobre las causas de éxito en deporte y la diversión con la práctica deportiva*. Revista de Psicología del Deporte. Vol. 8, Núm. 1, pp. 7-19
- Cevelló, E. y Santos Rosa, F. J. (2000). *Motivación en las clases de Educación Física: un estudio de la perspectiva de las metas de logro en el contexto educativo*. Revista de Psicología del Deporte 9 (1-2)
- Coterón López, J. y Gómez, V. (2008). *Análisis de los perfiles motivacionales del estudiante de Educación Física en Secundaria y su relación con la intención de práctica futura*. Informe de Avance UFLO. Buenos Aires
- Csikszentmihalyi. (1990). *Hallazgo de flujo: la psicología de la experiencia óptima*. Nueva York: Harrer y Row
- Deci y Ryan. (2012). *Teoría de la autodeterminación*. Manual de psicología social de las teorías (Vol. 1, pp. 416-437). Londres: SAGE
- Duda (1995). *Motivación en los escenarios deportivos: Un planteamiento de perspectiva de meta. Motivación en el deporte y el ejercicio* (p. 85-122). (Nicholls citado en Duda, 1995)
- Escartí y Cervelló (1994). *La motivación en el deporte*. En I. Balaguer (Ed), *Entrenamiento psicológico en deporte: Principio y aplicaciones*. Valencia. Albatros educación
- García Calvo. (2004). *La motivación y su importancia en el entrenamiento de jóvenes deportistas*. CV Ciencias del Deporte
- García Calvo. (2006). *Motivación y comportamientos adaptativos en jóvenes futbolistas*. Tesis de maestría, España, Universidad de Extremadura
- Gómez. (2014). *Guía para la elaboración del trabajo de investigación*. UFLO. Material inédito
- González-Cutre Coll (2009). *Motivación, creencias implícitas de habilidad, competencia percibida y flow disposicional en clases de Educación Física*. Tesis doctoral. Almería: Universidad de Almería
- Hernández Díaz. (2008). *El efecto de la Educación Física en la Motivación del Estudiante Hacia la Actividad Física*. (Requisito final para la obtención del grado de Maestría en Enseñanza de Educación Física – Nivel Secundario). Universidad Metropolitana, Cupey, Puerto Rico

- Hernández Sampieri, Baptista Lucio y Fernández Collado. (1991). *Metodología de la investigación*. México: McGraw-Hill Interamericana de México
- Jiménez Castuera. (2004). *Motivación, trato de igualdad, comportamientos de disciplina y estilos de vida saludables en estudiantes de Educación Física en secundaria*
- Méndez Giménez, Fernández Rio, Cecchini Estrada y González González de Mesa. (2013). *Perfiles motivacionales y sus consecuencias en Educación Física. Un estudio complementario de metas de logro 2X2 y autodeterminación*. Revista de psicología del deporte. Vol. 22. Núm.1, pp. 29-38
- Moreno Murcia y Martínez. (2006). *Importancia de la Teoría de la Autodeterminación en la práctica físico-deportiva: fundamentos e implicaciones prácticas*. Cuadernos de Psicología del Deporte, 6(2), 39-54
- Moreno Murcia, Cervelló Gimeno y González-Cutre Coll. (2006). *Motivación autodeterminada y flujo disposicional en el deporte*. Anales de psicología. Vol. 22. Núm. 2, pp. 310-317
- Moreno Murcia, Llamas y Ruiz Pérez. (2006). *Perfiles motivacionales y su relación con la importancia concedida a la Educación Física*. Psicología Educativa, 12(1), pp. 49-63
- Moreno Murcia, Marzo, Martínez Galindo y Conte. (2011). *Validación de la Escala de "Satisfacción de las Necesidades Psicológicas Básicas" y del Cuestionario de la "Regulación Conductual en el Deporte" al contexto español*. RICYDE. Revista Internacional de Ciencias del Deporte, 26(7), 355-369. <http://www.cafyd.com/REVISTA/02602.pdf>.
- Moreno, Moreno y Cervelló. (2007). *El autoconcepto físico como predictor de la intención de ser físicamente activo*. Psicología y Salud 17(2), 261-267
- Padua. (1994). *Técnicas de Investigación aplicadas a las Ciencias Sociales*, Ed. Fondo de Cultura Económica
- Peiró Velert y Sanchis Gimeno. (2004). *Las propiedades psicométricas de la versión inicial del cuestionario de Orientación a la Tarea y al Ego (TEOSQ) adaptado a la Educación Física en su traducción al castellano*. Revista de Psicología del Deporte 13 (1)
- Samaja. (1994). *Epistemología y Metodología, Elementos para una teoría de la investigación científica*. Buenos Aires: EUDEBA
- Ynoub, R. (2014). *Diseño de la investigación: una cuestión de estrategia*. México. Cengage Learning