

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: 2016

Título: La motivación de l@s estudiantes de Educación Física del Nivel Medio de un colegio privado de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires y su intención de ser físicamente activ@s.

Estudiante: Orge, Guadalupe Laura

Legajo: 17298

Correo electrónico: guadalupe_orge@homail.com

Tutora: Gómez, Valeria

Agradecimientos

“ALGÚN DÍA DIRÉ NO FUE FÁCIL, PERO LO LOGRÉ...”

Agradezco a quien me dio la vida y me acompañó en cada proyecto que quise iniciar, para vos mamá, que a pesar de que hoy ya no estás con tu presencia física, sí en mi corazón, este logro personal es dedicado a vos. Fuiste, Sos y Serás siempre un ejemplo de lucha, sacrificio, perseverancia y tenacidad; todo lo que hizo que en este momento esté finalizando mi trabajo de investigación.

A mi compañero de vida, de ruta, a mi amor Topo, que me acompañó en cada momento de este trabajo: cuidándome, alentándome, ayudándome y levantándome en cada caída con su amor incondicional.

A mi gran amiga Karen que me dedicó su tiempo, conocimientos y amor a pesar de tener sus propias obligaciones diarias, obvio que incluyo a su familia Sergio, Pedro y Guadalupe, quienes cedieron su tiempo para que ella pueda estar a mi lado.

Y a todos con los que postergué salidas, charlas y mates por dedicar tiempo a la finalización de una carrera que tuvo muchos imprevistos en el camino, les digo Muchas Gracias de corazón..... Los Amo!!!!

INDICE

RESUMEN.....	1
1 PRIMERA PARTE: DELIMITACIÓN CONCEPTUAL 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 Relevancia Cognitiva	4
1.6 Marco Teórico	9
1.6.1 Capítulo 1: La Educación Física en el colegio secundario	9
1.6.1.1 Educación Física	9
1.6.1.2 Cultura Física	15
1.6.2 Capítulo 2: Motivación de los estudiantes en la clase de Educación Física de nivel medio	18
1.6.2.1 Orientación motivacional en la clase.....	18
1.6.2.2 Motivación intrínseca	21
1.6.2.3 Teoría de flow	26
1.6.2.4 Intención futura de práctica de actividad física	30
1.7 Hipótesis	32
1.8 Objetivos.....	33
1.8.1 Objetivo General.....	33
1.8.2 Objetivos Específicos	33
2 SEGUNDA PARTE: MATERIAL Y MÉTODO.....	34
2.1 Tipo de diseño.....	34
2.2 Diseño del objeto: Sistema de matrices de datos.....	36
2.3 Fuentes de datos	48
2.4 Universo y muestra	51
2.5 Instrumentos de recolección de datos	54
2.6 Plan de actividad en contexto.....	56
2.7 Plan de tratamiento y análisis de datos	57
2.7.1 Secuencia de actividades.....	58
2.7.1.1 Procesamiento de información	58
2.7.1.2 Construcción de índices sumatorios para variables complejas	58
2.7.1.2.1 Nivel de orientación motivacional hacia la tarea.....	58
2.7.1.2.2 Nivel de orientación motivacional hacia el ego	60
2.7.1.2.3 Nivel de Flow.....	62
2.7.1.2.4 Nivel de intención de futura práctica de actividad física-deportiva.....	67
2.7.1.2.5 Nivel de motivación intrínseca	68
2.7.1.3 Análisis estadístico de cada variable	69
2.7.1.4 Ilustración de los resultados con gráficos descriptivos.....	69

2.7.1.5	Análisis de relación de variables.....	70
3	TERCERA PARTE: ANÁLISIS Y CONCLUSIONES	71
3.1	Exposición de resultados	71
3.1.1	Variable de base	71
3.1.1.1	Año de cursada.....	71
3.1.1.2	Calificación de Educación Física del año anterior.....	74
3.1.1.3	Gusto por la Educación Física	76
3.1.1.4	Frecuencia semanal con que realiza actividad física extenuante durante más de 15 minutos en el tiempo libre.....	79
3.1.1.5	Frecuencia semanal con que realiza actividad física moderada durante más de 15 minutos en el tiempo libre.....	83
3.1.1.6	Frecuencia semanal con que realiza actividad física suave durante más de 15 minutos en el tiempo libre	86
3.1.1.7	Frecuencia semanal con que participa en una actividad física en la que se llegue a sudar en el tiempo libre	90
3.1.2	Variables complejas.....	93
3.1.2.1	Nivel de orientación motivacional a la tarea	94
3.1.2.2	Nivel de orientación motivacional al ego	98
3.1.2.3	Nivel de Flow.....	103
3.1.2.4	Nivel de intención de futura práctica de actividad física-deportiva.....	107
3.1.2.5	Nivel de motivación intrínseca	110
3.2	Análisis e interpretación de datos	113
3.3	Conclusiones y sugerencias	118
3.4	Discusión.....	122
4	ANEXOS	124
4.1	Carta de Presentación	125
4.2	Protocolo para Pilotaje.....	126
4.3	Información del colegio seleccionado como muestra.....	129
4.4	Síntesis de la información del pilotaje	131
4.5	Protocolo de administración de cuestionarios a la muestra total.....	144
4.6	Modelo de cuestionario Q1-A.....	152
4.7	Instructivo para cargar datos en la planilla Excel Q1-A.....	156
4.8	Planilla Q1 Excel 11 cargada	158
5	BIBLIOGRAFÍA	183

Resumen

El trabajo de investigación propone abordar la temática de la motivación de l@s estudiantes de colegios secundarios en el área de la Educación Física y su relación con la intención futura de práctica de actividad física y deportiva. Este trabajo se enmarca en un proyecto de investigación macro dirigido y elaborado por el Dr. Javier Coterón López.

El tipo de diseño de nuestro estudio ha sido descriptivo correlacional y para recolectar los datos utilizamos el modelo de cuestionario Q1-Argentina; éstos fueron analizados en el programa Excell a través de operaciones estadísticas como la moda y promedio. La muestra se elaboró en un Instituto privado de C.A.B.A. con estudiantes del nivel medio de 1er a 5to año en el área de Educación Física.

Concluimos que la orientación motivacional de los estudiantes de la escuela secundaria que ha participado en la investigación se manifiesta con un mayor porcentaje hacia la tarea que al ego. Se pudo observar también una relación positiva con los niveles medio, alto y muy alto de Motivación Intrínseca del 91%. A su vez la relación presente entre los niveles alto y muy alto de Motivación Intrínseca y de Intención de práctica futura de actividad física y deportiva en l@s estudiantes de Educación Física del nivel medio es positiva, ya que en ambas variables superan el 80%. Los niveles medio, alto y muy alto del estado de Flow de la muestra suman un 93% entre l@s estudiantes de la misma, lo que tiene una relación positiva con la suma de los mismos niveles de Intención Futura de actividad física deportiva que suman 95%. Por tanto, en este trabajo de investigación se exteriorizó una relación positiva entre la Orientación Motivacional en las clases de Educación Física, la Motivación Intrínseca, el estado de Flow y la Intención futura de práctica de actividad física en l@s estudiantes de un Instituto privado de C.A.B.A.

Palabras clave: Estudiantes del Nivel Secundario - Educación física- Orientación motivacional al ego- Orientación motivacional a la tarea- Flow - Motivación intrínseca - Intención futura de práctica de actividad física y deportiva.

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 en las clases de educación física del nivel secundario.

Subtema: La motivación y su relación con la intención de práctica futura de actividad física.

1.3 Introducción

La elección del tema se enmarca en una propuesta realizada por la cátedra de Trabajo de investigación vigente en la UFLO. Este proyecto sentará sus bases en el que ha sido elaborado por el Dr. Coterón López, el cual se apoya en el análisis de los perfiles motivacionales del estudiante de Educación Física en secundaria y su relación con la intención de práctica futura.

La problemática a abordar consiste en una gran controversia actual, la motivación de l@s estudiantes de colegios secundarios en el área de educación física y su intención futura de práctica de actividad física.

Lograr que l@s adolescentes se sientan motivados depende muchas veces del dictado de las clases de educación física por parte de los docentes, como también la capacidad de realización de los objetivos propuestos y la transmisión creativa de los mismos.

Llama la atención, la ausencia y falta de expresión de l@s mism@s dentro de las clases de educación física. Es notorio en la poca participación y en las ausencias a dichas clases. Esto es una apreciación personal y de varios colegas, lo cual vivenciamos semanalmente en nuestras clases de educación física en el nivel medio.

Socialmente esta investigación resulta relevante ya que es un aporte a la comunidad educativa, sobre el estado de situación actual.

En la misma se propone, promover la reflexión crítica de los docentes del área de educación física sobre la importancia de descubrir y crear un clima motivacional en sus clases y a su vez la motivación en l@s adolescentes. Ya que, los mismos podrían tener cierto impacto en el desarrollo, perseverancia y mantenimiento en la práctica de actividades física-deportivas.

Elaborar un trabajo de investigación para contribuir a la producción de conocimientos científicos y a su vez transmitirlos y comunicarlos a los diferentes agentes que participan en la formación docente.

Contribuir en la producción científica para impactar en las distintas instituciones y jurisdicciones del Estado que se encargan de las áreas de capacitación docente, confección de Diseños, Planificación de Proyectos y Programas para la salud, entre otros.

Brindar aportes significativos sobre los factores de motivación de los adolescentes para ser utilizados en los Institutos de Formación Docente. Interpelando los conceptos de Deporte y Salud en pos de, que l@s adolescentes puedan desarrollar mayor motivación por la práctica de actividad física-deportiva saludable.

1.4 Problema

¿Qué relación existe entre la orientación motivacional en la clase de educación física, la motivación intrínseca, el estado de flow y la intención futura de práctica de actividad física por parte l@s estudiantes de nivel secundario?

1.5 Relevancia Cognitiva

La relevancia de este trabajo de investigación en tanto la repercusión en la comunidad científica es pertinente debido a que, si bien existen investigaciones que abordan la temática trabajada en la misma línea que nuestro trabajo, la mayoría de éstos desarrollan el asunto de la motivación en situaciones de logro en deportistas, determinando una vacancia de conocimientos en la educación física escolar, ya que son muy pocos los trabajos de investigación encontrados en ámbitos escolares. A continuación discutiremos y analizaremos los trabajos científicos que sirvieron como antecedentes a la presente investigación, que enmarcan y sustentan nuestro estudio:

Cecchini, González, López Prado y Brustad (2005), investigaron sobre la relación del clima motivacional percibido con la orientación de meta, la motivación intrínseca y las opiniones y conductas de fair play en deportistas cadetes de 1^a. división de la liga española de fútbol. La muestra se llevó a cabo en un ámbito de deporte competitivo, estuvo conformada sólo por participantes masculinos, la edad comprendida era entre los 14 y 16 años, y la participación era voluntaria. Respecto a nuestro trabajo de investigación, se puede decir que el mismo se desarrolló en un contexto educativo, la franja etaria era mayor y la población en donde se llevó a cabo la muestra fue mixta.

Retomando la temática desarrollada en el primer trabajo mencionado decimos que, estos autores examinaron cómo la estructura del ambiente influye en que una meta de logro particular sea adoptada por el deportista; lo que asegura que la perspectiva de meta predominante en un contexto

de logro, es el resultado de la interacción entre factores disposicionales y situacionales (Dweck y Leggett, 1988; Nicholls, 1984, 1989). En cambio, nuestro trabajo se ocupa de observar cómo las distintas variables motivacionales se relacionan con la intención futura de práctica física deportiva. En lo que se refiere a los antecedentes de instrumentos de evaluación, Moreno Murcia, Marzo y Martínez-Galindo (2011), adaptaron y validaron en el contexto español la escala de satisfacción de necesidades psicológicas básicas (PNSE) y el cuestionario de la regulación conductual (BRSQ), proporcionando dos escalas válidas y fiables para evaluar la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas y la motivación de l@s practicantes de actividades física-deportiva. Para ello utilizó una muestra compuesta por deportistas españoles, con una media de edad de 14 años. Guzmán, Carratalá, García Ferriol y Carratalá (2006), estudiaron las propiedades psicométricas de la escala de motivación deportiva Sport Motivation Scale (SMS), (Pelletier et al., 1995 en Guzmán, 2006), que fue creada para medir la motivación intrínseca, extrínseca y amotivación hacia la participación deportiva. En este estudio se analizó una nueva versión en castellano de la escala, traducida a partir del inglés, con una muestra de 477 deportistas de educación secundaria, utilizando modelos de ecuaciones estructurales.

Al respecto, los autores, Moreno Murcia y Martínez Camacho (2006), trabajaron sobre la teoría de la autodeterminación, la misma constituye un modelo explicativo de la motivación humana que ha sido aplicada a diversos ámbitos, como pueden ser en donde se realiza la práctica física y deportiva. Dicha teoría determina en qué medida las personas se involucran o no libremente en la realización de sus actividades, teniendo en cuenta una serie de mecanismos psicológicos reguladores de la conducta, y buscando en la medida de lo posible una mayor orientación hacia la motivación autodeterminada. Los estudios muestran que dicha motivación autodeterminada está altamente relacionada con la motivación intrínseca. Dichos autores compararon diversos instrumentos de medida de la teoría de la autodeterminación en la actividad física y el deporte y coinciden con Guzmán, Carratalá, García-Ferriol y Carratalá (2006) al

afirmar que la más utilizada es la Escala de Motivación Deportiva (Sport Motivation Scale, SMS) de Pelletier y cols. (1995) que ha sido utilizada en diversos trabajos sobre los aspectos motivacionales en el deporte de competición así como en educación física en sus distintas versiones.

Los autores Peiró Velert y Sanchis Gimeno (2004), el propósito del trabajo que realizaron fue el de analizar las propiedades psicométricas de la versión inicial del cuestionario TOESQ, en su traducción al castellano, aplicado al contexto de la educación física escolar y adaptado a tal efecto. Pretende determinar si constituye un instrumento válido y fiable para futuras investigaciones en el contexto de la educación física escolar. La muestra estuvo conformada por 774 estudiantes de entre 12 y 16 años. Los resultados demostraron la independencia entre las orientaciones motivacionales a la tarea y al ego y en relación al género que los varones a diferencia de las mujeres presentan una mayor orientación al ego.

Flores, Salguero y Marquez (2008), estudiaron la relación de género, curso y el tipo de colegio con el clima motivacional percibido en educación física, en Colombia. La muestra estuvo compuesta por un total de 3.149 estudiantes (1.455 varones y 1.694 mujeres), con edades comprendidas entre los 9 y 19 años y en tres escuelas públicas y tres privadas. Esta investigación concluyó que el género, curso y el tipo de colegio son variables que influyen en el clima motivacional percibido en la clase de educación física por los/as estudiantes. Al igual que la investigación de García Calvo, T. (2004) que se realizó en 117 deportistas con edades comprendidas entre los 14 y 15 años, la misma trata de descubrir y relacionar los diferentes factores motivacionales que afectan a los jugadores de adolescentes de fútbol. Se destacó la importancia de replantear las intervenciones no sólo sobre l@s deportistas sino también sobre los actores que operan sobre el clima motivacional: padres, compañer@s, profesores de educación física y entrenador. En lo que respecta al presente trabajo de investigación desarrollado creemos que es de gran importancia el clima motivacional percibido por l@s estudiantes secundarios en la clase de educación física, aunque se decidió estudiar la orientación motivacional y poner nuestra atención en los factores

disposicionales de la motivación y no en destacar el contexto motivacional.

Moreno, Moreno y Cervelló (2007), investigaron cómo el autoconcepto físico puede ser uno de los factores predictores en la intención de ser físicamente activo. La muestra estuvo compuesta por 988 estudiantes de educación secundaria, a quienes se aplicaron las escalas del Autoconcepto Físico (PSPP) y de la Intención de ser Físicamente Activo (MIFA). Los resultados revelaron que la intención de ser físicamente activo es predicha por el autoconcepto físico. En cuanto a nuestro estudio, la utilización del instrumento fue el mismo que en las investigaciones precedentes, Medida de Intencionalidad para ser Físicamente Activo (Hein, 2006) en su versión española (Moreno, 2007); con una consistencia interna del instrumento de 0,98 mediante el cálculo del coeficiente alfa de Cronbach en los estudios de Moreno; Moreno; Cervelló (2007), ponen en evidencia su confiabilidad y validez.

Camacho, Arias, Castiblanco y Riveros (2011), realizan un estudio con la intención de realizar una revisión conceptual de flow, el término introducido por el psicólogo Csikszentmihalyi, quien lo considera como el estado de agrado y disfrute en que se encuentra un individuo realizando una actividad. Explica como se lo ha medido y las áreas de aplicabilidad donde se han realizado experiencias. Los instrumentos de medición mencionados en este trabajo son: entrevistas, cuestionarios (Csikszentmihalyi; 1988, 1998), cuestionario orientado al deporte (Mesurado, 2009) y Método de Muestreo de Experiencias (MME). Este método dio lugar a dos escalas: Flow State Scale (FSS), Jackson y Marsh (1996) y Escala de Disposición al Flow (Dispositional Flow Scale; DFS, por su sigla en inglés) de Jackson y Eklund (2002). Los destinatarios de las mediciones mencionados en este trabajo fueron: jugadores de ajedrez, escaladores, bailarines, disertantes y las áreas de aplicabilidad del concepto flow es en la danza, educación (vinculado a tareas áulicas), navegación en la red y el área clínica.

Los autores concluyen que un individuo entra en estado de flujo cuando posee las herramientas suficientes y adecuadas para enfrentar la situación planteada a modo de conflicto, se pretende que dicha situación

se presente en una situación equilibrada en lo que se refiere a las capacidades de los individuos, ni muy compleja, ni tampoco muy fácil, ya que entraría en un estado de aburrimiento y desmotivación. En relación a esto último, nuestro trabajo articula la relación positiva que trae aparejada el estado de flow con la intención de futura práctica física-deportiva.

El instrumento de medición que utilizamos en nuestra investigación es la Escala de Disposición al Flow (DFS) en su versión extensa, que presenta la ventaja de un conocimiento más detallado del tema. Como mencionamos anteriormente, el DFS es un derivado del Método de Muestreo de Experiencias (MME) que se utilizó en el trabajo que tomamos como referencia en nuestro marco teórico.

Las investigaciones realizadas hasta este momento vinculadas al flow, no tuvieron en cuenta el contexto de la clase de educación física, por tanto detectamos una vacancia de conocimientos dentro del ámbito de la educación física escolar.

Las trabajos que enmarcan a esta investigación, nos presentan resultados que nos sirven como referencias importantes para su desarrollo. Relacionan las variables que tenemos en cuenta en nuestro problema: motivación intrínseca, flow, orientación motivacional e intención futura de práctica física deportiva; aunque en ninguna de manera conjunta. Es por esto, que nuestra investigación se va a ocupar de la relación de estas cuatro variables, en un contexto de clase de educación física de nivel secundario y con una población mixta.

Forma parte de nuestras expectativas y deseos que el material de investigación que estamos elaborando forme parte del bagaje teórico para futuras investigaciones, en lo que se refiere a la temática abordada a modo de producción científica; realizar aportes significativos a la comunidad académica y sea un recurso para trabajos de transferencias.

1.6 Marco Teórico

1.6.1 Capítulo 1: La Educación Física en el colegio secundario

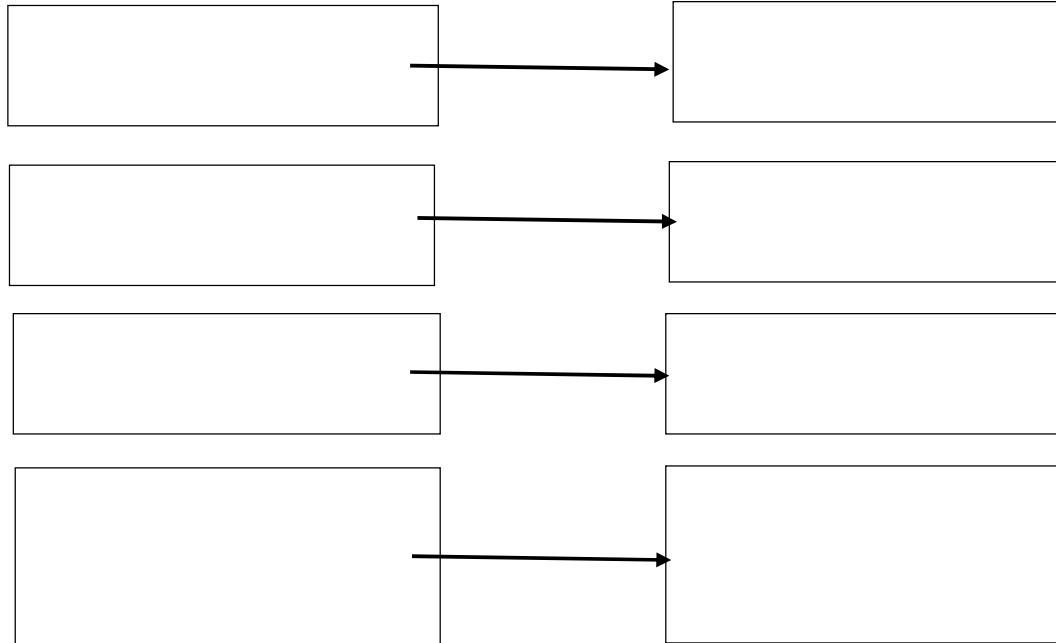
En este primer capítulo se realizó un pequeño recorrido epistemológico de la disciplina en cuestión y las transformaciones de su discurso. Se trató sobre los aportes de distintos autores que trabajaron en la definición, concepción y práctica de la Educación Física. Cabe destacar que se interpeló sobre el objeto de estudio de la disciplina y se cuestionó a la institución escolar en su función. Luego sale a la luz el concepto de Cultura Física para arribar a la disciplina como una práctica social, por tanto sujeta a cambios y transformaciones en su práctica; reflexionando acerca de las técnicas del cuerpo como manifestaciones de la Cultura Física.

1.6.1.1 Educación Física

La concepción de la Educación Física ha cambiado a lo largo de su recorrido socio-histórico. Al decir de Corrales, Ferrari, Gómez, Renzi, (2010) “Las diferentes visiones y posturas que ha divagado durante el tiempo en torno al cuerpo, al movimiento y a la motricidad plantean toda una historia paradigmática, no solo desde la Educación Física, sino también desde aquellas posturas científicas de otras áreas del conocimiento que ponen en manifiesto un pluralismo epistemológico que nos ha acompañado y nos acerca a los sentidos que hoy sustentan la esencia disciplinar” (p. 11).

Para ilustrar el giro epistemológico de la disciplina en cuestión vamos a referirnos a la figura que toman los autores Corrales, Ferrari, Gómez, Renzi (2010) para representar la trayectoria de la Educación Física.

[Empty rectangular box]



Parafraseando a los mismos, se dice que intentan reflejar el cambio paradigmático de la Educación Física refiriéndose, preponderantemente y entre otros, al tránsito de la concepción de cuerpo a la de corporeidad. La Educación Física precisa abandonar definitivamente el paradigma cartesiano, desterrarlo de sus prácticas pedagógicas. De esta manera, la concepción de cuerpo trasciende el sistema orgánico, no es el cuerpo una concepción instrumental u objetal, sino que es un cuerpo que vive y es expresión. Debido a esto decimos que las personas se manifiestan a través del cuerpo. Esas manifestaciones: emociones, sentimientos, pensamientos, forman parte del cuerpo. Los seres humanos se expresan, se comunican, viven con, por y a través de su corporeidad. Por tanto, la corporeidad se refiere al ser humano.

Siguiendo la línea de Corrales, Ferrari, Gómez, Renzi (2010), citamos a continuación una definición de Educación Física vigente en la actualidad: “una disciplina pedagógica que contribuye a la construcción de la

corporeidad y motricidad, con fuerte consideración de los contextos socioculturales en los que ejerce su acción, en constante reflexión sobre su propia identidad disciplinar y sobre las estrategias de intervención necesarias para que dicha contribución sea posible” (p. 29).

Al respecto, Bracht (1996) encuentra en la definición de la Educación Física dos sentidos: el sentido "restringido" del término, abarca las actividades pedagógicas y tiene como tema el movimiento corporal que tiene lugar en la institución educacional. Y en su sentido "amplio" que ha sido utilizado para designar todas las manifestaciones culturales ligadas a la motricidad humana; aunque, el autor, marca su disenso ante éste último, proponiendo el término cultura corporal o cultura de movimiento.

Parfraseando a Bracht (1996) se dice que, lo que le confiere especificidad a la Educación Física es el movimiento corporal en el interior de la Escuela. Pero éste, no es cualquier movimiento y no es todo el movimiento. “Es el movimiento humano con determinado significado/sentido que, a su vez, le es conferido por el contexto histórico-cultural” (p.16).

Además. este autor, postula que debido a que se piensa a la Educación Física como una actividad eminentemente práctica contribuye para impedir la reflexión teórica en su interior. Por tanto, entiende la necesidad de que la disciplina adquiera autonomía pedagógica (identidad) ante la relación que sostiene con otras disciplinas (deportes, gimnasia); la misma se produciría, vía regia, con la producción de un cuerpo de conocimiento que la diferencie y la legitime. Dice Bracht (1996) “Es preciso que el proceso de autonomía pedagógica de la EF comprenda una reflexión crítica del propio papel de la escuela en nuestra sociedad de clases” (p.21).

Por su parte Rozengardt (2013) presenta un trabajo en el 10° Congreso Argentino y 5° Latinoamericano de Educación Física y Ciencias; titulado “La Educación Física y el conocimiento, una relación problemática”; en el cual, el autor, realiza un recorrido epistemológico de la disciplina en cuestión para recortar el objeto de estudio de la misma e intenta

problematizar las relaciones entre la Educación Física y el conocimiento, entendiéndose éste último como “conocimiento referido a la Educación Física como el que se utiliza, elabora, procesa o produce en los contextos de práctica y por los sujetos participantes en ella” (p.2).

Según Palamidessi en Rozengardt (2013) “Una problematización emerge cuando un aspecto de la realidad se conforma por efecto de la atención y la interrogación a la que es sometida por un grupo o sector de la sociedad. Hace que, en ciertas condiciones y en cierto momento, se nos manifieste un objeto, una cuestión o un aspecto que hasta ese momento no era percibido como digno de atención” (p.5). De esta manera, una problematización recorta un objeto asumiendo éste como campo de poder y como objeto de saber.

“Si el cuerpo es el efecto de poder; si ese poder es ante todo disciplinador y si además, se silencia la palabra que da cuenta de él como realidad vital humana, por lo tanto, de la experiencia corporal, el objeto de estudio de la disciplina que organiza las prácticas corporales, será el cuerpo y los mejores modos de gobernarlo, en dispositivos que garanticen los valores pretendidos para las nuevas generaciones, tanto los hijos del pueblo como los herederos del poder” (p.8).

Entonces decimos que Rozengardt se encuentra en sintonía con Bracht (1996) en tanto el primero sugiere que, si se desea transformar la Educación Física en un instrumento con cierta autonomía nos vemos en la obligación de interpelar el objeto hacia el conocimiento en su complejidad, investigándolo como expresión de la cultura y la voluntad de distribuir el acceso democrático a sus riquezas. De allí la importancia de este trabajo.

Al respecto Kirk (2007) y Pedr az (1997) cuestionan la institución escolar. El primero, en su trabajo monográfico “Con la escuela en el cuerpo, cuerpos escolarizados: la construcción de identidades internacionales en la sociedad post-disciplinaria”, refiere a la institucionalización de prácticas para una regularización social y normalización del cuerpo para su control. El mismo, menciona a Foucault en su teoría de “sociedad disciplinaria” para moldear cuerpos con fines sociales y económicos. Por lo que abre a

preguntas acerca de, si para el futuro de la Educación Física se puede crear dentro de las escuelas nuevas formas a la cultura física contemporánea.

El segundo autor mencionado, Pedr az (2007), realiza una crítica más radical postulando en un trabajo monográfico un Proyecto de supresión de la Educación Física Escolar desde un punto de vista del análisis sociocultural. El mismo sostiene que “el sentido cultural de la Educación Física se encontraría sólo en su virtualidad como dispositivo de transmisión de unos hábitos corporales y de un estilo de vida, el dominante, cuyo orden moral y práctico es tan proclive a la homogeneización de los gestos y de los gustos (la uniformidad) como a la exclusión; asimismo, se encontraría en la fuerza institucionalizadora de la ideología que dichos hábitos y estilo de vida lleva implícita; hábitos y estilo de vida cuyo código ético se muestra coincidente con las exigencias de consonancia universal que la sociedad opulenta y de consumo impone como condición de eficacia (re)productiva (la conformidad), aunque, no obstante, mantenga intactos los resortes de la fragmentación social y las brechas de la desigualdad” (p.60).

Parafraseando al mismo, se dice que, incluso cuando el discurso pedagógico es capaz de dar verosimilitud a otros argumentos menos consumistas o menos mecanicistas, la Educación Física no deja de descubrir una vocación antigua, pero siempre adaptada al gusto en boga: el moverse para mantener o alcanzar la “forma” o la salud, las cuales, lejos de constituir un v rtice pedagógico y emancipador al servicio de la identidad de las clases que trabajan con el cuerpo, redundan en el paradigma del consumo corporal y de la sofisticación en el adorno exterior; consumo y sofisticación acorde con las necesidades y gustos hegemónicos.

Aisenstein (2003) ofrece otra mirada al respecto. La misma postula que, si bien el tratamiento moderno de la educación del cuerpo ha influido en el modo en que las personas se han apropiado de sus cuerpos y se han ajustado a intereses políticos, sociales, económicos dominantes y que,

además, con la escuela a su servicio; en la sociedad actual, las prácticas regulativas asociadas al cuerpo parecen poder prescindir de la escuela y la Educación Física Escolar como eje del dispositivo normalizador. Pareciera como si ahora asumen esa función los medios de comunicación y el consumo, planteando estos, los modelos a seguir. También, el discurso médico colabora en esta nueva forma de regulación en virtud de evitar potenciales problemas de salud. Así, de esta manera, dice Aisenstein (2003) "...parece ofrecer a los actores del campo de la Educación Física la posibilidad de recuperar la relevancia cultural de los programas, de modo que reflejen y contribuyan más directamente a la cultura corporal propia, no enajenada, de los sujetos" (p. 155).

Así, la misma, postula una perspectiva de la Educación Física "liberada" del mandato disciplinador externo, de esta manera ofrecer una mirada "desde y hacia adentro" al propio currículo, pensando a éste como discurso regulador de la práctica pedagógica y portador de su propia voz.

El Diseño Curricular de la Nueva Escuela Secundaria, es el discurso que regula la práctica pedagógica en la Ciudad Autónoma de Buenos Aires, o sea que es el que enmarca nuestro quehacer educativo:

"La Educación Física interviene en la formación corporal y motriz de los estudiantes, al promover la apropiación de los saberes de la cultura corporal entre los que se encuentran las prácticas corporales-ludomotrices, gimnásticas, expresivas, deportivas y relación con el ambiente-. Favorece en los estudiantes su formación integral, como así también la valoración y el disfrute de estas prácticas, tanto en la escuela como en otros ámbitos.

Parafraseando al documento curricular decimos que la Educación Física impacta en la corporeidad del adolescente contribuyendo en su formación integral. Los sujetos a través de su corporeidad vivencian la apertura a los otros en la convivencia. Se apropian de la cultura y de la experiencia humana para crear, transformar y proyectarse como sujetos sociales. Ésta disciplina debe promover que cada alumno vaya a la conquista de su disponibilidad corporal y motriz en relación con el medio social. Entonces

cuerpo y movimiento se tornan esenciales para la adquisición del saber sobre el mundo. Cuerpo, entendido como corporeidad (hacer, saber, pensar, sentir, comunicar y querer) y movimiento pensando en la intencionalidad de acción para concretar sus proyectos. De esta manera, la motricidad se perfila en la plasticidad de un cuerpo en proceso humanístico de desarrollo.

1.6.1.2 Cultura Física

Kirk (1999) en su artículo periodístico titulado “Los futuros de la Educación Física: la importancia de la Cultura Física y de la “idea de la idea” de Educación Física”, plantea que la Educación Física puede adoptar diversas formas dependiendo de nuestras acciones en el presente. Éste autor se muestra muy interesado en los “futuros de la Educación Física” y refiere, en este artículo, a “la idea de la idea”, retomando al historiador Rothblatt quien define el concepto como: medio de conceptualizar las formas en que las prácticas sociales se configuran y reconfiguran a lo largo del tiempo. Rothblatt en Kirk (2006) “la idea de la idea de universidad es una forma de demarcar las características generales de esta institución sin recurrir a la búsqueda de su “esencia” trascendental. Concibe que estas características pueden cambiar a lo largo del tiempo” (p.2.). Por tanto, Kirk (2006) ha aplicado este concepto presentando la idea de la idea de la Educación Física, a modo de identificar las características generales “definitorias” de la disciplina, reconociendo los cambios de la práctica y configuración de los conocimientos a lo largo del tiempo: “no existe una “esencia” trascendental de la Educación Física, pero existen formas de identificar lo que podría considerarse como Educación Física en un lugar determinado y en un momento histórico concreto” (p.2).

Kirk investigó acerca de la Educación Física escolar y postuló que esta disciplina, en diversas ocasiones, tendía en su práctica, a referirse explícita y fundamentalmente a un cuerpo biológico o cuerpo en la

naturaleza, abandonando la tensión sobre las formas en las que el cuerpo está también en la cultura, en la medida que el cuerpo y la actividad física están enredados en actividades elaboradoras de significados. Este autor, plantea la existencia de un cambio en la idea de la idea de Educación Física; “El cambio significa un profundo desplazamiento de las creencias y valores sobre la corporalización, sobre sus usos y utilidad de las actividades físicas organizadas y particularmente sobre su valor educativo” (p. 3).

Para retomar esto último, este autor, utiliza la teoría de las técnicas del cuerpo de Mauss para explicar que las mismas no son meros fenómenos biológicos y biomecánicos, sino que se construyen, representan y manifiestan algunos valores y creencias. Es por este motivo que este autor dice que las técnicas del cuerpo tienen una clara dimensión psicosocial; reconceptualizándolo como “hábitus”. Por Mauss en Kirk (2007) “Estas técnicas son realizadas más o menos habilidosamente, pero de forma habitual y rutinaria, aparentemente de un modo inconsciente. Su relación es individualizada hasta el punto que expresan algo de la identidad personal”. “El hábitus así, expresa una noción del cuerpo como un lugar para vivir, algo que se habita” (p.4).

A la luz de este autor se dice que, el aporte de Mauss nos permite comprender que las técnicas del cuerpo son construidas y reconstruidas socialmente a lo largo del tiempo y están cargadas de valor. Por tanto Kirk sugiere que esto tiene profundas implicaciones en cómo pensamos sobre la cultura física y sus relaciones con la idea de la idea de la Educación Física. Utilizando el concepto de cultura física para superar la aparente dicotomía que sugerían las nociones del cuerpo en la naturaleza y el cuerpo en la cultura y sobre la base de conexiones etimológicas es que plantea que, la cultura física estaba compuesta por tres conjuntos de prácticas institucionalizadas, codificadas e interrelacionadas que son; el deporte, el ejercicio y la recreación física, y a su vez que estas prácticas físicas culturales eran los materiales no pedagógicos a partir de los cuales se elaboraban los programas de la educación física escolar.

Dicho autor destaca también una correlación significativa entre los cambios de la educación física escolar y un cambio en la evolución de la cultura física, que tenía que ver no solamente con las cambiantes prácticas físicas institucionalizadas, sino también con lo que Foucault (1980) había descrito en su momento como “poder corporal”. En Kirk (2007) “El cambio se produjo desde una forma de poder corporal que era “fuerte, masivo, meticuloso y constante”, a una forma de poder sobre el cuerpo más laxa, y este cambio parecía evidenciarse, al menos, en el cambio del entrenamiento regimentado y de las formas de ejercitación propias del entrenamiento físico a los deportes y a las formas de Educación Física basadas en los juegos.” (p. 5).

El pensar en esta perspectiva nos permite considerar técnicas del cuerpo como manifestaciones de la cultura física y que a su vez podríamos desear transmitir, reproducir y posiblemente transformar en y a través de la Educación Física escolar, interpelando la construcción social del discurso pedagógico.

Al respecto, Pedráz (1997) define la cultura física como “el conjunto de saberes, creencias, valores, leyes, reglas, hábitos, prácticas, usos, actitudes, esquemas perceptivos y representativos, sensibilidad, utensilios, aparatos, etc. adquiridos o contruidos por el hombre que est n directamente determinados por acciones corporales y que, a la vez, son determinantes del comportamiento corporal (de las actividades físicas); muy especialmente todo aquello que contribuye a configurar su cuerpo; su morfología simbólica o representativa” (p.8).

Parafraseando al autor, se puede decir que las prácticas sociales constituyen un cuerpo como producto social, entonces podemos pensar a la cultura física o corporal en sus formas adquiridas en tanto técnicas y hábitos de presentación corporal, las técnicas y hábitos alimenticios, las técnicas y hábitos de comunicación no verbal, las técnicas y hábitos sexuales, las prácticas de expresión escénica, las prácticas curativas del cuerpo, las formas de vivir el cuerpo, entre otros.

Infiriendo a Pedraz (1997) podemos decir que en la medida en que los poderes sociales se ejerzan sin reflexión e interpelación en la práctica social inmersa, se van a seguir reflejando divisiones corporales y poderes ejercidos desde el cuerpo y sobre el cuerpo.

La Educación Física está inmersa en la práctica social, de allí la importancia que tienen los distintos trabajos de investigación que interpelan a la disciplina y producen conocimientos para ser transferido en su práctica.

1.6.2 Capítulo 2: Motivación de los estudiantes en la clase de Educación Física de nivel medio

Son de conocimiento los beneficios que trae aparejado la realización de una práctica física en relación a la salud. Entonces se puede pensar que la Educación Física escolar es una posibilidad para iniciarse en su práctica.

Por tanto, este capítulo tiene la intención de contribuir y aportar información acerca de las distintas variables motivacionales que se pueden observar en las clases de Educación Física. Variables tales, como: la motivación intrínseca y extrínseca, la orientación motivacional y el flow. De esta manera se relacionaron, en el desarrollo de este capítulo, las variables motivacionales con la intención de la práctica futura de actividades físico-deportivas en l@s adolescentes en las clases de educación física.

1.6.2.1 Orientación motivacional en la clase

García Calvo (2004) realiza una investigación acerca de la importancia de la motivación en el entrenamiento con l@s jóvenes. En la misma, desarrolla los diferentes factores motivacionales que afectan a l@s jugadores adolescentes en los entrenamientos de fútbol. Este autor hace

uso de la teoría de las Metas de Logro para comprender las variables cognitivas, emocionales y conductuales que acontecen en los deportistas y estudiantes en las clases de educación física.

Parafraseando al autor decimos que el individuo es percibido como un organismo intencional, dirigido hacia una meta que opera de forma racional. Bajo esta perspectiva el modelo de Metas de Logro asume que los individuos en contextos de ejecución están motivados por la obtención de éxito, consistiendo, el mismo, en demostrar competencia y habilidad.

García Calvo (2004) plantea dos concepciones de la habilidad y desarrolla perspectivas de metas perseguidas por sujetos en contexto de ejecución, a saber:

- 1- La primera concepción de habilidad consiste en el juicio del individuo acerca de su capacidad en relación a otros. Por tanto el éxito o el fracaso dependen de la valoración subjetiva. Nicholls en García Calvo (2004) define esta meta como “Orientada al ego”.
- 2- La segunda concepción plantea que las acciones realizadas por los individuos se orientan hacia el aprendizaje, por tanto las percepciones de la habilidad son autorreferenciales y dependen del progreso personal. Por tanto se dice que el éxito o el fracaso dependen de la valoración subjetiva respecto al aprendizaje o mejora en la tarea. Nicholls en García Calvo (2004) define esta meta como “Orientada a la Tarea”.

Dice García Calvo (2004) “los sujetos construyen su concepto de lo que es habilidad en función de los resultados de las experiencias de socialización de la infancia, de factores disposicionales, sociales y contextuales” (p.7).

Los individuos en su socialización pueden hacerlo dirigido hacia las diferentes metas de logro, de esta manera los otros significativos (padres, entrenadores, entre otros) crean en el sujeto un clima motivacional que puede dirigirse hacia las perspectivas de orientación al ego y a la tarea.

- El clima orientado al ego es cuando el criterio de éxito es percibido con el objetivo de ganar.

- El clima orientado a la tarea es cuando el criterio de éxito se emplea en términos de mejorar, progresar.

En esta línea, un entrenador que transmite un clima ego es aquel que se centra en el resultado (no en el proceso de aprendizaje) y que prima la comparación entre compañeros, siendo lo más importante la superación de los demás. Sin embargo, cuando el entrenador transmite un clima orientado a la tarea, se está centrando más en el proceso, en aspectos de superación personal y esfuerzo. Lo importante es que cada deportista mejore su nivel de partida, debiendo para ello trabajar bien, colaborar con los compañeros y ser persistente.

Dice García Calvo (2004) “de este modo, será la consistencia entre el clima motivacional creado por los otros significativos y las perspectivas de metas del sujeto, así como las características de la situación, lo que determinará la implicación al ego o a la tarea del sujeto en cada momento particular” (p.10).

En sintonía con lo que se viene desarrollando respecto a la Teoría de Metas de Logro y parafraseando a García Calvo (2004) se dice que, en situación de ejecución se espera que el sujeto valore su capacidad para ejecutar la tarea y a su vez, esta valoración, afectar a la adaptatividad o desadaptatividad del esfuerzo de ejecución. Las conductas adaptativas incluyen procesos cognitivos y afectivos, por tanto aumentan la probabilidad de realizar una buena ejecución. Estas conductas refieren a un sujeto implicado a la tarea.

Por otro lado, los patrones desadaptativos son aquellos en los que el individuo evita los desafíos, argumentan el fracaso a causa de la falta de habilidad y reduce la persistencia ante la primera dificultad. Estos patrones se manifiestan en individuos implicados al ego.

De esta manera el autor postula que la percepción de la habilidad propia se puede predecir en términos de conductas de ejecución adaptativas o desadaptativas; dependiendo del clima motivacional y de las propias metas de logro. Por tanto se puede decir que las Teorías de Metas de Logro pueden intentar dar respuestas a : por qué l@s adolescentes eligen

una u otra cosa y con qué fuerza la eligen; convirtiéndose en la clave que puede llegar a determinar el inicio y la continuación de la práctica de actividades físicas, como así también el abandono de la misma.

Al respecto Vallerand y Bissonnette (1992), refieren que las orientaciones motivacionales de l@s alumn@s son predictivas de la persistencia de los comportamientos. Nicholls en García Calvo (2004) en relación a esto nos explica que los pensamientos, los estados afectivos y los comportamientos de los sujetos en contextos de logros son considerados expresiones racionales de sus metas de logro.

Por su parte, Cervelló (2000) en una investigación que realiza relativa a las variables motivacionales asociadas tanto a la orientación de metas como a la percepción del clima motivacional que se ha realizado en las clases de Educación Física, afirma que “ la orientación a la tarea se ha asociado a un mayor interés intrínseco de l@s estudiantes en las clases de educación física, mientras que la orientación al ego se ha relacionado con una búsqueda de recompensas extrínsecas a la tarea en sí” (p.53).

Para finalizar este apartado decimos que la orientación motivacional depende de la forma de ser y “saber hacer” del docente. Pudiendo optar por distintas modalidades de intervención en su práctica, tales como: exigir la búsqueda de la perfección de la técnica de algún movimiento o la valoración del esfuerzo y búsqueda del progreso personal en cada alumn@.

En cambio el clima motivacional en las clases de educación física puede tener relevancia en la adopción de estilos de vida saludables, así como en el progreso de los aprendizajes y en el propio desarrollo curricular de la materia.

1.6.2.2 Motivación intrínseca

Para desarrollar este apartado se intenta explicar las dos variables en cuestión: motivación intrínseca y extrínseca, en forma analítica y

metodológica, aunque por sus características, en algunos casos se van a definir y explicar en su relación. Cabe destacar que en este trabajo de investigación se hará énfasis en la variable de la motivación intrínseca.

La teoría de la motivación intrínseca, según García Calvo (2004), trata de explicar el comportamiento humano a través de los motivos que nos llevan a participar en una actividad. Éste autor postula que los individuos participan en deportes u otras actividades, movilizados por tres necesidades: necesidad de competencia, necesidad de autonomía y necesidad de relacionarse.

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. Así, un deportista motivado@ intrínsecamente realiza la práctica por la satisfacción y el placer inherente de la propia actividad (puede ser por el placer que le produce conocer más de su deporte, porque le produce satisfacción practicar y por la emoción que siente cuando están practicando) (Almagro 2012).

Cuando se da a l@s alumn@s mayor control y capacidad de elección dentro del ambiente de la actividad, es probable que la motivación intrínseca aumente (Deci y Olson, 1989; Deci y Ryan 1985).

Por su parte, Ryan en Cecchini y González, López Prado y Brustad (2005) sostienen que “los individuos deben estar motivados intrínsecamente cuando ellos se implican en una actividad en ausencia de premios extrínsecos. La motivación intrínseca está directamente relacionada con la diversión, el compromiso y la entrega en el trabajo, la competencia motriz percibida y la ansiedad ante el error y las situaciones que producen stress” (p.470-471).

En la medida en la que las necesidades psicológicas se satisfagan, se desarrollarán formas de motivación más o menos auto-determinadas (motivación intrínseca, motivación extrínseca y desmotivación). En concreto, según Moreno; González-Cutre; Martín-Albo y Cervelló (2010)

es más probable que la persona alcance la motivación intrínseca (acción promovida por el disfrute obtenido durante la actividad) en aquellas situaciones en las que se permita la autonomía, se garantice la consecución de los objetivos establecidos (competencia) y se fomente la cohesión del grupo (relación con los demás).

En la investigación realizada por Guzmán, Carratalá, García-Ferriol & Carratalá (2006) sobre las propiedades psicométricas de una escala de motivación deportiva se distingue según Harter (1978), entre la motivación intrínseca y extrínseca. La primera se refería a la participación en una actividad por la satisfacción experimentada en su práctica y se ubica en los mayores niveles percibidos de autonomía personal, mientras que la segunda trata de que la práctica sea una actividad para obtener una recompensa diferenciada de ésta. La motivación intrínseca y extrínseca no tiene la misma efectividad en la regulación de la actividad de l@s alumn@s.

Por su parte, Cervelló (1996) menciona dos subescalas: la motivación orientada a la tarea y la motivación orientada al ego (mencionada en el apartado anterior). El autor considera que la motivación orientada a la tarea se relacionará fuerte y positivamente con la motivación intrínseca y que esta correlación disminuiría a medida que la motivación fuera más externa.

Nicholls en Cecchini y otros (2005) “la implicación a la tarea alienta la motivación intrínseca. En contraste, la implicación en el yo, por las características que la definen, es incompatible con la motivación intrínseca. El individuo implicado en el Ego percibe el esfuerzo de logro como un medio para un fin a saber la demostración de una habilidad superior a la de los demás” (p. 471).

A modo de ejemplo, parafraseando a Cecchini y otros (2005) podemos decir que si la principal preocupación de l@s alumn@s es obtener juicios favorables a su habilidad, priorizándolos frente a la adquisición de aprendizajes y mejora de nivel técnico, los premios intrínsecos asociados con el aprendizaje y el dominio son secundarios. Por el contrario, un

deportista en quien predomina la orientación a la tarea es más probable que quiera jugar respetando las reglas y así experimentar una competencia justa, ya que el propio nivel de competencia se juzga respecto a los criterios autoreferenciados y, por tanto, el engaño y la agresión a l@s adversari@s para demostrar competencia en sentido normativo es irrelevante.

Por su parte, Vallerand y Cols. en Moreno Murcia y Martínez Camacho (2006) sostiene que “existen tres tipos de motivación intrínseca: motivación intrínseca al 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).

La motivación extrínseca está determinada por recompensas o agentes externos, según Deci y Ryan en, Moreno Murcia y Martínez Camacho (2006) definen 4 tipos de motivación extrínseca: regulación externa, regulación introyectada, regulación identificada y regulación integrada.

-La regulación externa: es la de mayor contraste con la motivación intrínseca. La conducta se realiza para satisfacer una demanda externa o por la existencia de premios o recompensas. Esto provoca al individuo sensaciones de alienación y control. A modo de ejemplo podría representar la expresión “l@s demás me dicen que debo hacerlo”

-La regulación introyectada: asociada a las expectativas de auto-aprobación, evitación de la ansiedad y el logro de mejoras del Ego. Sigue bajo el control externo. García Calvo en Moreno Murcia y Martínez Camacho (2006) “Los motivos de participación en una actividad son principalmente el reconocimiento social, las presiones internas o los sentimientos de culpa” (p.10). En términos generales se dice que el individuo ejerce presión sobre sí mismo para regular su comportamiento.

A modo de ejemplo podría representar la expresión “me siento mal si no he practicado”.

-La regulación identificada: Carratalá en Moreno Murcia y Martínez Camacho (2006) “La conducta es altamente valorada y el individuo la juzga como importante, por lo que la realizará libremente aunque la actividad no sea agradable” (p.10).

-La regulación integrada: la conducta se realiza libremente, la integración ocurre cuando la persona evalúa la conducta y actúa en congruencia con sus valores y sus necesidades. Personas comprometidas con las prácticas físico-deportivas porque forma parte de su estilo de vida activo.

Por tanto, en el caso de la motivación extrínseca, el fin que promueve la actividad puede ser a su vez provocado por considerar que la actividad física forma parte de un estilo de vida sano, activo y saludable (regulación integrada), por creer que la actividad es importante, pero no placentera (regulación identificada), por sentimientos de culpabilidad (regulación introyectada) y/o por presiones externas (regulación externa). De todo ello se desprende que la motivación se encuentra directamente relacionada con la conducta, de tal manera que constituye una consecuencia que deriva de una serie de factores que influyen sobre ella.

Este aspecto es explicado a través del modelo jerárquico de Vallerand (2001) modelo que surgió a partir de la teoría de la autodeterminación para explicar que la motivación está determinada por factores sociales, y que las percepciones de competencia, autonomía y relación con los demás, median el efecto de estos factores sociales sobre la motivación.

Entonces, podemos decir que, la motivación intrínseca lleva al individuo a experimentar placer, satisfacción y concentración en la tarea, mientras que la motivación extrínseca, conlleva a la necesidad de aprobación social con la tensión que la misma produce como resultado.

Dentro de la disciplina de la Educación Física se tratará de aumentar la motivación intrínseca para promover el placer por la actividad en sí

mismo, fomentar la sana competencia y la consolidación de un grupo de trabajo.

1.6.2.3 Teoría de flow

Para comenzar con el desarrollo de la Teoría de Flow, queremos destacar que este término fue introducido por el psicólogo Csikszentmihalyi (1990) quien la considera como el estado de agrado y disfrute en que se encuentra un individuo cuando realiza una actividad. También, para este autor, el Estado de Flow se corresponde a un estado psicológico óptimo que permite al deportista afrontar una tarea motriz con las mejores condiciones psíquicas posibles.

En su trabajo seminal, *Fluir: La psicología de las experiencias óptimas*, Csikszentmihalyi (1990) esboza su teoría de que la gente es más feliz cuando está en un estado de "fluir", concentración o absorción completa en la actividad o situación en la que se encuentran. Esta idea es idéntica a la sensación de "estar en la onda". Se puede decir que es un estado óptimo de motivación intrínseca, en la que la persona está inmersa en lo que está haciendo. Es algo que todos hemos percibido más de una vez, y se caracteriza por una sensación de gran libertad, gozo, compromiso y habilidad, durante la cual las sensaciones temporales (la hora, la comida y el yo) suelen ignorarse.

Dentro del concepto de flow encontramos términos relevantes como participación, conciencia, intenciones, atención y personalidad. Estos hacen referencia a la Experiencia óptima entendida como autocontrol sobre nuestras acciones y generando una autoconfianza Martínez Camacho (2011; p.50)

Para que se experimente el flow se debe obtener una adecuada retroalimentación positiva que permita generar percepciones de competencia y autoconfianza y que a su vez aumentan los niveles de

autodeterminación y motivación intrínseca. Lograr generar una percepción de autonomía, sin olvidar relacionarse socialmente.

La teoría de las necesidades psicológicas básicas asume que existen tres necesidades básicas para el desarrollo y mantenimiento de la salud psicológica y/o bienestar personal: competencia (capacidad de realizar acciones con la seguridad de que el resultado sea aquel que se espera o desea), autonomía (capacidad de elegir aquella decisión que parezca más apropiada sin presiones externas) y relación con los demás (sentir que se puede contar con la colaboración y aceptación de las personas consideradas importantes).

Parafraseando a Csikszentmihalyi (1990) en García Calvo (2004) se describen nueve características del flow:

1. Equilibrio entre habilidad y reto: Esta característica tiene una gran importancia en variables psicológicas que afectan el rendimiento deportivo. Para la obtención de una adecuada ejecución, debe existir un equilibrio entre la dificultad de la tarea a la que nos enfrentamos, es decir, el desafío que nos supone llevarla a cabo, y la habilidad que poseemos o que percibimos para poder realizar dicha tarea. No es fácil encontrar el equilibrio entre nuestra habilidad y el reto que supone la tarea para encontrar su estado óptimo.

2- Combinación/unión de la acción y el pensamiento: Esta característica se refiere a que no es fácil ejecutar una tarea automáticamente, sin necesidad de pensar cuales son los movimientos que tenemos que realizar. Esta fusión de cuerpo y mente (acción y conciencia), nos lleva a efectuar la actividad de una forma más fluida, evitando la pérdida de tiempo que se produce cuando primero tenemos que pensar lo que vamos a realizar y posteriormente lo llevamos a cabo. Una vez adquirida la habilidad por efecto de su práctica sistemática no necesita ser consciente de movimientos que ejecuta, sino que realizará la habilidad de una forma automática. Por lo tanto, cuando ejecutamos de una forma automática, es más fácil mantener un estado psicológico óptimo.

3- Claridad de objetivos: Está clara la importancia de esta función para conseguir un estado psicológico óptimo a la hora de competir. Es importante tener claras las metas que perseguimos para poder obtener un buen rendimiento. Por tanto, si un/a atleta tiene claro cuáles son sus objetivos durante una competición y cuáles son las fórmulas para llevarlos a cabo, su estado psicológico será más favorable que en el caso contrario.

4- Feedback claro y sin ambigüedades: Ésta característica está muy relacionada con la anterior, ya que si tenemos claro cuáles son los objetivos a perseguir y cómo conseguirlos, es más probable que también sepamos, mientras estamos realizando la tarea, si el acto motor que estamos llevando a cabo es el correcto o no para lograr los objetivos propuestos. El feedback se puede conseguir por diferentes vías, sin embargo, si queremos lograr un estado óptimo de ejecución, el más importante es el feedback kinestésico proveniente de nuestros propios movimientos. Esto nos va a permitir que mientras estemos ejecutando una tarea, recibamos un feedback de la misma, y si este feedback es claro, conciso y sin ambigüedades, nos proporcionará autoconfianza y seguridad en que lo que estamos haciendo está bien y si no es así sabremos en que nos estamos equivocando y como variarlo apuntando a un mejor rendimiento.

5- Concentración sobre la tarea que se está realizando: En muchas ocasiones, la principal causa de un buen o mal rendimiento se ha atribuido a esta cualidad, alegando que no se ha rendido a un nivel óptimo porque faltaba concentración o por el contrario, que gracias a que estábamos muy concentrado hemos realizado bien la tarea. Por esta razón, es obvio que para conseguir un estado psicológico óptimo en la ejecución o estado de flow, es necesario tener una buena concentración sobre la tarea que estamos realizando. Estar concentrado en la tarea quiere decir que no aparecen pensamientos negativos o ajenos a la propia actividad.

6- Sentimiento de control: El sentimiento de control tiene una gran relación con la primera de estas características (equilibrio entre habilidad y reto), ya que si sabemos que con nuestra habilidad podemos ejecutar correctamente la actividad propuesta, nuestra percepción de control aumentará. Asimismo, también existe una clara relación entre esta cualidad y tener claros objetivos y un feedback inequívoco, nos ayudará a mejorar nuestro control sobre la tarea.

7- Pérdida de cohibición o de autoconciencia: Se refiere a la capacidad de mantenerse alejado de preocupaciones y temores sobre la propia habilidad. Esto hace al deportista sentirse más osado y atrevido 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 tanto nos aproximemos a un estado de flow.

8- Transformación en la percepción del tiempo: Esta capacidad de transformar la percepción del tiempo ha generado bastante controversia entre los estudios del estado de flow. No hay certezas de porque se produce esa transformación del tiempo, aunque se piensa que es debido a la gran concentración que se genera sobre la tarea que se está realizando y a la pérdida de cohibición que se explicó anteriormente. Esta variabilidad ha sido explicada en función de las particularidades de la tarea realizada.

9- Experiencia autotélica: Esta característica se relaciona con la satisfacción intrínseca de la tarea. Autotélica proviene del griego auto= por sí mismo y telos = objetivo. Es decir, 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. Esta particularidad hace que un deportista sienta placer al realizar actividad física, estando por tanto, mejor predispuesto psicológicamente para

afrontar la ejecución de la tarea. Es decir, si conseguimos que al participar en una competición, el deportista esté disfrutando de la actividad que realiza es más probable que su estado de flow le ayude a obtener un mejor rendimiento.

Por tanto, queremos destacar en este espacio lo fundamental de trabajar sobre el Estado de Flow en las clases de Educación Física. Ya que, si el mismo, lo definimos como el estado de agrado y disfrute en que se encuentra un individuo cuando realiza una actividad y que se corresponde a un estado psicológico óptimo para afrontar una tarea motriz con las mejores condiciones psíquicas posibles, entonces promover este Estado resultaría fundamental para los objetivos de nuestra disciplina en cuestión y para incentivar a l@s alumn@s a la realización de una futura práctica de actividades físico-deportivas.

1.6.2.4 Intención futura de práctica de actividad física

En los tiempos que corren l@s profesor@s de Educación Física encuentran que sus clases se complejizan aún más debido a que los mismos, no sólo tienen que pensar acerca del contenido a trabajar, sino que en el escenario pedagógico irrumpe un sujeto sin interés, ni deseo por la realización de la actividad física. Por tanto, una de las tensiones por la que transitan l@s profesor@s sería la preocupación de que sus estudiantes valoren y disfruten el movimiento, encontrando placer en la actividad física en pos de que se constituya como un hábito y se prolongue a lo largo de su vida. Para ello las clases de Educación Física tendrían que trabajar con contenidos que se consoliden como aprendizajes significativos para l@s alumn@s, de esta manera al comprender su función, utilidad e importancia se pueda transferir en la vida cotidiana.

Entonces, se puede decir que en la educación física escolar se debe enseñar a l@s estudiantes de esta disciplina el valor que tiene la práctica de actividad física a lo largo de toda la vida en relación con la salud y

favorecer, así, la incorporación de estilos de vida activos. Cabe, entonces, señalar ¿Cómo se podría lograr en l@s alumn@s la comprensión de la importancia que tiene en sus vidas la Intención futura de práctica de actividad física?

En el área de la educación física, diversos autores argumentan que para comprender el significado y las razones por las cuales l@s alumn@s se implican y están motivados en las clases es necesario analizar, entre otros aspectos, las perspectivas de meta que adoptan en este contexto de logro concreto (Treasure y Roberts 1995; Duda 1996). Para ello es necesario que l@s estudiantes comprendan por qué y para qué de la realización de una actividad; de esta manera se podrá definir el éxito y el fracaso en una situación de clase. A su vez la perspectiva de meta adoptada va a impactar en función de lo acordado en el acto pedagógico. Cervelló (1999) reveló en un trabajo de investigación que “la orientación a la tarea se relaciona con patrones motivacionales más adaptativos, consistentes en creer que el éxito deportivo se consigue a través del esfuerzo, en pensar que el deporte tiene como fin la formación y el desarrollo personal, favorece la satisfacción con los resultados que informan acerca del progreso personal y por último, la orientación de la tarea se encuentra relacionada con mayor motivación intrínseca y mayor diversión en la práctica deportiva” (p.9).

Parafraseando a Moreno-Murcia; Martínez (2006) decimos que en la Educación Física escolar es necesario desarrollar proyectos que permitan desplegar la mejora de la motivación intrínseca, para que ésta a su vez, conduzca a la creación de hábitos de práctica de actividad física una vez finalizada la etapa escolar. Estos autores también plantean que hay que trabajar sobre el fenómeno del abandono de la práctica físico deportiva.

Por su parte Cervelló (2002) propone seis categorías para tener en cuenta respecto a principales motivos que l@s sujet@s manifiestan como responsables del abandono deportivo.

- El conflicto de intereses con otras actividades (trabajo, excesiva demanda temporal, estudio, interés por otro deporte)
- Diversión (falta de diversión, aburrimiento, poco tiempo de juego)

- Competencia (falta de habilidad, ausencia de progreso técnico, miedo al fracaso)
- Problemas significativos con otros (problemas con l@s entrenador@s, falta de apoyo de padres)
- Problemas relativos al programa (demasiada presión, excesiva seriedad del programa, excesivo costo del deporte)
- Lesiones

A modo de cierre podemos decir que es necesario para generar un compromiso deportivo por parte de l@s adolescentes en las clases de educación física que alcancen una adecuada motivación, siendo ésta la clave para lograr su adherencia a la actividad física. También agregar que las clases de educación física deben otorgar al alumn@ conocimientos, habilidades y actitudes necesarias para que se prolongue la actividad deportiva fuera del horario escolar y se continúen finalizado la etapa escolar obligatoria. De esta manera poder disfrutar plenamente de la Educación Física escolar y lograr aprendizajes socialmente significativos.

1.7 Hipótesis

- ❖ La variable orientación motivacional hacia el ego se relaciona negativamente con la variable intención futura de práctica de actividad físico-deportiva en l@s alumn@s.
- ❖ La variable orientación motivacional hacia la tarea se relaciona positivamente con la variable intención futura de práctica de actividad físico-deportiva en l@s alumn@s.
- ❖ La variable intención futura de práctica de actividad físico-deportiva se relaciona positivamente con los niveles altos del estado de flow en l@s alumn@s.

- ❖ La variable intención futura de práctica de actividad físico-deportiva se relaciona positivamente con los niveles altos de motivación intrínseca en l@s alumn@s.

1.8 Objetivos

1.8.1 Objetivo General

- Analizar la relación entre los niveles de estado de flow, de motivación intrínseca, de orientación motivacional hacia el ego y hacia la tarea de l@s estudiantes de Educación Física del nivel secundario en la clase de educación física, y los niveles de intención futura de práctica de actividad física.

1.8.2 Objetivos Específicos

- Caracterizar el nivel de motivación intrínseca de l@s alumn@s en la práctica de educación física.
- Describir el nivel de orientación motivacional de la tarea y del ego en l@s alumn@s en la práctica de educación física.
- Describir el nivel del estado de flow.
- Describir el nivel de la intención futura de la práctica de actividad física por parte de l@s alumn@s.
- Establecer la relación entre la orientación motivacional hacia el ego y el nivel de intención de futura práctica de actividad físico-deportiva.
- Establecer la relación entre la orientación motivacional hacia la tarea y el nivel de intención de futura práctica de actividad físico-deportiva
- Indagar acerca de la correlación entre el nivel de la intención de futura práctica de actividad físico-deportiva y el nivel de motivación intrínseca.

- Relacionar el nivel de estado de flow experimentado en las clases de educación física con el nivel de la intención de futura práctica de actividad físico-deportiva.

2 SEGUNDA PARTE: Material y Método

2.1 Tipo de diseño

Según el estado de arte y los objetivos, el diseño de la investigación es *descriptivo y correlacional*, ya que el Proyecto de Coterón López y Gómez (2014) menciona que “el abordaje metodológico será descriptivo predictivo” (p.5). Siguiendo a Hernández Sampieri, Fernández Collado y Batista (1991), define como *descriptivo* porque busca especificar las propiedades, características y perfiles que permita analizar un fenómeno y proporcionar información que profundice su conocimiento. Siguiendo esta línea, Coterón López y Gómez (2014) mencionan que es intención del proyecto “conocer las variables presentes en la clase de Educación Física que son percibidas como determinantes por l@s estudiantes para promover su intención de mantener una práctica física continuada en un futuro” (p.5).

Hernández Sampieri, Fernández Collado y Batista (1991), mencionan que el propósito de los estudios *correlacionales* es conocer la relación o grado de asociación que existe entre dos o más conceptos, categorías o variables, los estudios correlacionales miden cada variable (relacionadas), luego se cuantifica y analiza la vinculación, tales correlaciones luego se sustentan en hipótesis sometidas a prueba. Las hipótesis mencionadas en este trabajo de investigación se refiere a: la relación entre los niveles de orientación motivacional (tarea y ego), nivel de motivación intrínseca y nivel de estado de Flow con el nivel de intención de práctica futura de l@s estudiantes de educación física del nivel medio del sistema educativo formal argentino.

Por su parte Hernández Sampieri, Fernández Collado y Batista (1991) también afirman que, los estudios correlacionales tienen una utilidad

predictiva. El propósito principal es saber cómo se puede comportar un concepto o variable conociendo el comportamiento de otra u otras variables. Con esto se intenta predecir el valor aproximado que tendrá un grupo de individuos en una variable, a partir del valor que tienen en la variable o variables relacionadas. La correlación en la mayoría de los casos nos indica tendencias y no tanto casos individuales. En este trabajo de investigación se quiere demostrar cómo puede variar la intención de futura práctica de actividad físico-deportiva, en función de las variaciones que se puedan registrar en la orientación motivacional (tarea y ego), motivación intrínseca y estado de flow en l@s estudiantes que componen nuestra muestra.

Ésta investigación es *transversal o sincrónica* ya que la recolección de los datos, se realizó en un solo momento. El fenómeno de los *perfiles motivacionales de los estudiantes de colegios secundarios y su intención de práctica futura*, se los pretende investigar en un momento dado. Por tanto, la investigación pretendió determinar el estado de las variables que estaban presente en la clase de educación física de un Instituto privado de C.A.B.A. La toma de datos se realizó el 14 de Julio de 2014.

También decimos que esta investigación es *aplicada o práctica*, según la búsqueda del conocimiento, ya que persigue fines directos y de aplicación inmediata. El proyecto menciona que el impacto previsto tiene dos finalidades: elaboración de un informe sobre las conclusiones del estudio y propuesta de líneas de intervención a la institución educativa que participa en esta investigación; y que los resultados obtenidos tengan impacto directo en decisiones que puedan tomarse en relación a programas de materias y/o al plan de estudio de ambas carreras desarrolladas en la Facultad de Actividad Física y Deporte, UFLO (profesorado universitario y de la licenciatura de Educación Física) (Coterón López y Gómez 2014, p. 19).

Además, cabe destacar que esta investigación es de campo con la recolección empírica de datos. Realizando la indagación y la recolección de datos, en el terreno, a través de un instrumento específico. Las variables mencionadas se hacen presentes en la clase y cada alumn@

puede transmitir su vivencia o experiencia a través del cuestionario aplicado para tal fin.

2.2 Diseño del objeto: Sistema de matrices de datos

Variable	Valores	Dimensiones	VALORES	Sub-Dimensiones	Valores	Procedimiento
U. A. N+1: Establecimiento educativo						
V1: Tipo de gestión	R1: Privado R2: Público					Preguntar
V2: Orientación en E.F	R1: Si R2: No					Preguntar
U.A. Na: Estudiantes de educación física del nivel medio del sistema formal argentino						
V1: Sexo	R1: Hombre					Preguntar
	R2: Mujer					
V2: Edad	R1: 10 años					Preguntar
	R2: 11 años					
	R3: 12 años					
	R4: 13 años					
	R5: 14 años					
	R6: 15 años					
	R7: 16 años					
	R8: 17 años					
	R9: 18 años					
	R10: 19 años					
V3: Año que cursa	R1: 1°					Preguntar
	R2: 2°					
	R3: 3°					
	R4: 4°					
	R5: 5°					
	R6: 6°					
V4: Calificación en educación física del curso (año) anterior	R1: 1					Preguntar
	R2: 2					
	R3: 3					
	R4: 4					
	R5: 5					
	R6: 6					
	R7: 7					
	R8: 8					
	R9: 9					
	R10: 10					
V5: Gusto por la educación física	R1: Nada					Preguntar
	R2: Poco					
	R3: Normal					
	R4: Bastante					
	R5: Mucho					
V6: Frecuencia Semanal de realización de ejercicio extenuante durante más de 15' minutos en el tiempo libre	R1: 0 vez por semana					Preguntar
	R2: 1 vez por semana					
	R3: 2 veces por semana					
	R4: 3 veces por semana					
	R5: 4 veces por semana					
	R6: 5 veces por semana					
	R7: 6 veces por semana					
	R8: 7 veces por semana					
V7: Frecuencia semanal de realización de ejercicio moderado durante más de 15 minutos en el tiempo libre	R1: 0 vez por semana					Preguntar
	R2: 1 vez por semana					
	R3: 2 veces por semana					
	R4: 3 veces por semana					
	R5: 4 veces por semana					
	R6: 5 veces por semana					
	R7: 6 veces por semana					
	R8: 7 veces por semana					
V8: Frecuencia Semanal de realización de ejercicio suave durante más de 15' minutos en el tiempo libre	R1: 0 vez por semana					Preguntar
	R2: 1 vez por semana					
	R3: 2 veces por semana					
	R4: 3 veces por semana					
	R5: 4 veces por semana					
	R6: 5 veces por semana					
	R7: 6 veces por semana					
	R8: 7 veces por semana					
V9: Frecuencia de participación en una actividad física regular en la que se llegue a sudar, realizada	R1: Nunca/raramente R2: A veces					Preguntar

semanalmente en el tiempo libre		R3: A menudo				
Variable	Valores	Dimensiones	VALORES	Sub-Dimensiones	Valores	Procedimiento
V10: Nivel de orientación motivacional al ego.	R1: Muy alto R2: Alto R3: Moderado R4: Bajo R5: Nulo	D1: Nivel de acuerdo cuando se es capaz de ser el/ únic@ de realizar el ejercicio	R1: Totalmente de acuerdo R2: De acuerdo R3: Indiferente R4: En desacuerdo R5: Totalmente en desacuerdo			
		D2: Nivel de acuerdo en que el éxito radica en poder hacerlo mejor que l@s compañer@s.	R1: Totalmente de acuerdo R2: De acuerdo R3: Indiferente R4: En desacuerdo R5: Totalmente en desacuerdo			
		D3: Nivel de acuerdo en que el éxito consiste en que l@s compañer@s no alcancen el mismo nivel de habilidad	R1: Totalmente de acuerdo R2: De acuerdo R3: Indiferente R4: En desacuerdo R5: Totalmente en desacuerdo			
		D4: Nivel de acuerdo en que el éxito se encuentra ligado al fracaso de l@s demás	R1: Totalmente de acuerdo R2: De acuerdo R3: Indiferente R4: En desacuerdo R5: Totalmente en desacuerdo			
		D5: Nivel de acuerdo en que el éxito reside en ganarle a l@s demás	R1: Totalmente de acuerdo R2: De acuerdo R3: Indiferente R4: En desacuerdo R5: Totalmente en desacuerdo			
		D6: Nivel de acuerdo en que el éxito se logra en tener la puntuación más alta	R1: Totalmente de acuerdo R2: De acuerdo R3: Indiferente R4: En desacuerdo R5: Totalmente en desacuerdo			
		D7: Nivel de acuerdo en que el éxito es ser el/la mejor	R1: Totalmente de acuerdo R2: De acuerdo R3: Indiferente R4: En desacuerdo R5: Totalmente en desacuerdo			
		D8: Nivel de acuerdo en que el éxito se encuentra en comparación de la habilidad propia con la de l@s demás	R1: Totalmente de acuerdo R2: De acuerdo R3: Indiferente R4: En desacuerdo R5: Totalmente en desacuerdo			

Preguntar

Variable	Valores	Dimensiones	VALORES	Sub-Dimensiones	Valores	Procedimiento
V11: Nivel de orientación motivacional a la tarea.	R1: Muy alto R2: Alto R3: Moderado R4: Bajo R5: Nulo	D1: nivel de acuerdo cuando se es capaz de esforzarse ante la práctica de una actividad	R1: Totalmente de acuerdo R2: De acuerdo R3: Indiferente R4: En desacuerdo R5: Totalmente en desacuerdo			Preguntar
		D2: Nivel de acuerdo en que el éxito radica en aprender una nueva actividad	R1: Totalmente de acuerdo R2: De acuerdo R3: Indiferente R4: En desacuerdo R5: Totalmente en desacuerdo			
		D3: Nivel de acuerdo en que el éxito consiste en lograr adquirir nuevas habilidades	R1: Totalmente de acuerdo R2: De acuerdo R3: Indiferente R4: En desacuerdo R5: Totalmente en desacuerdo			
		D4: Nivel de acuerdo en que el éxito se encuentra ligado en aprender una habilidad gracias al esfuerzo propio	R1: Totalmente de acuerdo R2: De acuerdo R3: Indiferente R4: En desacuerdo R5: Totalmente en desacuerdo			
		D5: Nivel de acuerdo en que el éxito radica en trabajar mucho	R1: Totalmente de acuerdo R2: De acuerdo R3: Indiferente R4: En desacuerdo R5: Totalmente en desacuerdo			
		D6: Nivel de acuerdo en que el éxito se logre al querer practicar más	R1: Totalmente de acuerdo R2: De acuerdo R3: Indiferente R4: En desacuerdo R5: Totalmente en desacuerdo			
		D7: Nivel de acuerdo en sentir el éxito al aprender una nueva habilidad	R1: Totalmente de acuerdo R2: De acuerdo R3: Indiferente R4: En desacuerdo R5: Totalmente en desacuerdo			
		D8: Nivel de acuerdo en encontrar el éxito al desarrollar el máximo potencial	R1: Totalmente de acuerdo R2: De acuerdo R3: Indiferente R4: En desacuerdo R5: Totalmente en desacuerdo			

Variable	Valores	Dimensiones	VALORES	Sub-Dimensiones	Valores	Procedimiento
V12 Nivel de experimentación del Estado de Flow Disposicional	R1: Muy alto R2: Alto R3: Moderado R4: Bajo R5: Nulo	D1: Nivel de equilibrio entre habilidad y reto	R1: Muy alto R2: Alto R3: Moderado R4: Bajo R5: Nulo	SD1: nivel de acuerdo en que la habilidad permite hacer frente al desafío planteado	R1: Totalmente de acuerdo R2: De acuerdo R3: Indiferente R4: En desacuerdo R5: Totalmente en desacuerdo	Preguntar
				SD2: Nivel de acuerdo en que si las habilidades se equiparan a la exigencia de la situación	R1: Totalmente de acuerdo R2: De acuerdo R3: Indiferente R4: En desacuerdo R5: Totalmente en desacuerdo	Preguntar
				SD3: Nivel de acuerdo de que si se es capaz de hacer frente a las demandas de la situación	R1: Totalmente de acuerdo R2: De acuerdo R3: Indiferente R4: En desacuerdo R5: Totalmente en desacuerdo	Preguntar
				SD4: Nivel de acuerdo en que si la habilidades están a la altura de la situación	R1: Totalmente de acuerdo R2: De acuerdo R3: Indiferente R4: En desacuerdo R5: Totalmente en desacuerdo	Preguntar
		D2: Nivel de combinación entre la unión de la acción y el pensamiento	R1: Muy alto R2: Alto R3: Moderado R4: Bajo R5: Nulo	SD1: Nivel de acuerdo en la realización correcta de los gestos de forma automática	R1: Totalmente de acuerdo R2: De acuerdo R3: Indiferente R4: En desacuerdo R5: Totalmente en desacuerdo	Preguntar
				SD2: Nivel de acuerdo en que las cosas están sucediendo automáticamente	R1: Totalmente de acuerdo R2: De acuerdo R3: Indiferente R4: En desacuerdo R5: Totalmente en desacuerdo	Preguntar

			SD3: Nivel de acuerdo en que la ejecución es automática	R1: Totalmente de acuerdo R2: De acuerdo R3: Indiferente R4: En desacuerdo R5: Totalmente en desacuerdo	Preguntar	
			SD4: Nivel de acuerdo en que las cosas se hacen espontánea y automáticamente	R1: Totalmente de acuerdo R2: De acuerdo R3: Indiferente R4: En desacuerdo R5: Totalmente en desacuerdo	Preguntar	
		D3: Nivel de claridad en los objetivos R1: Muy alto R2: Alto R3: Moderado R4: Bajo R5: Nulo	SD1: Nivel de acuerdo en cuanto al conocimiento de lo que se quiere hacer	R1: Totalmente de acuerdo R2: De acuerdo R3: Indiferente R4: En desacuerdo R5: Totalmente en desacuerdo	Preguntar	
			SD2: Nivel de acuerdo a la seguridad de lo que se quiere hacer	R1: Totalmente de acuerdo R2: De acuerdo R3: Indiferente R4: En desacuerdo R5: Totalmente en desacuerdo	Preguntar	
			SD3: Nivel de acuerdo con lo que se quiere conseguir	R1: Totalmente de acuerdo R2: De acuerdo R3: Indiferente R4: En desacuerdo R5: Totalmente en desacuerdo	Preguntar	
			SD4: Nivel de acuerdo en que las metas están claramente definidas	R1: Totalmente de acuerdo R2: De acuerdo R3: Indiferente R4: En desacuerdo R5: Totalmente en desacuerdo	Preguntar	
		D4: Nivel de Feedback	R1: Muy alto R2: Alto R3: Moderado R4: Bajo R5: Nulo	SD1: Nivel de claridad de cómo se lo que está haciendo	R1: Totalmente de acuerdo R2: De acuerdo R3: Indiferente R4: En desacuerdo R5: Totalmente en desacuerdo	Preguntar

				SD2: Nivel de acuerdo de lo bien que se lo está haciendo	R1: Totalmente de acuerdo R2: De acuerdo R3: Indiferente R4: En desacuerdo R5: Totalmente en desacuerdo	Preguntar
				SD3: Nivel de acuerdo de los buenos pensamientos de lo que se está realizando mientras se realiza	R1: Totalmente de acuerdo R2: De acuerdo R3: Indiferente R4: En desacuerdo R5: Totalmente en desacuerdo	Preguntar
				SD4: Nivel de acuerdo de la confirmación de que las clases se están realizando muy bien	R1: Totalmente de acuerdo R2: De acuerdo R3: Indiferente R4: En desacuerdo R5: Totalmente en desacuerdo	Preguntar
		D5: Nivel de concentración sobre la tarea que se está realizando	R1: Muy alto R2: Alto R3: Moderado R4: Bajo R5: Nulo	SD1: Nivel de acuerdo en que la intención está completamente en lo que se está haciendo	R1: Totalmente de acuerdo R2: De acuerdo R3: Indiferente R4: En desacuerdo R5: Totalmente en desacuerdo	Preguntar
				SD2: Nivel de acuerdo en que si se puede mantener la mente en lo que está sucediendo sin esfuerzo	R1: Totalmente de acuerdo R2: De acuerdo R3: Indiferente R4: En desacuerdo R5: Totalmente en desacuerdo	Preguntar
				SD3: Nivel de acuerdo si hay concentración total	R1: Totalmente de acuerdo R2: De acuerdo R3: Indiferente R4: En desacuerdo R5: Totalmente en desacuerdo	Preguntar

				SD4: Nivel de acuerdo en la concentración total de lo que se está haciendo	R1: Totalmente de acuerdo R2: De acuerdo R3: Indiferente R4: En desacuerdo R5: Totalmente en desacuerdo	Preguntar
		D6: Nivel de sentimiento de control	R1: Muy alto R2: Alto R3: Moderado R4: Bajo R5: Nulo	SD1: Nivel de acuerdo con la sensación de control de lo que se está haciendo	R1: Totalmente de acuerdo R2: De acuerdo R3: Indiferente R4: En desacuerdo R5: Totalmente en desacuerdo	Preguntar
				SD2: Nivel de acuerdo con la sensación de poder controlar lo que se está haciendo	R1: Totalmente de acuerdo R2: De acuerdo R3: Indiferente R4: En desacuerdo R5: Totalmente en desacuerdo	Preguntar
				SD3: Nivel de acuerdo con el sentimiento de control total	R1: Totalmente de acuerdo R2: De acuerdo R3: Indiferente R4: En desacuerdo R5: Totalmente en desacuerdo	Preguntar
				SD4: Nivel de acuerdo con el control total del cuerpo	R1: Totalmente de acuerdo R2: De acuerdo R3: Indiferente R4: En desacuerdo R5: Totalmente en desacuerdo	Preguntar
		D7: Nivel de pérdida de cohibición o de autoconciencia	R1: Muy alto R2: Alto R3: Moderado R4: Bajo R5: Nulo	SD1: nivel de acuerdo en que la percepción de lo que el/la otr@ piensa da igual	R1: Totalmente de acuerdo R2: De acuerdo R3: Indiferente R4: En desacuerdo R5: Totalmente en desacuerdo	Preguntar
				SD2: Nivel de acuerdo en que la evaluación del/la otr@ da igual	R1: Totalmente de acuerdo R2: De acuerdo R3: Indiferente R4: En desacuerdo R5: Totalmente en desacuerdo	Preguntar

				SD3: Nivel de acuerdo de que da igual la imagen que se muestra a l@s demás	R1: Totalmente de acuerdo R2: De acuerdo R3: Indiferente R4: En desacuerdo R5: Totalmente en desacuerdo	Preguntar
				SD4: nivel de acuerdo de lo que otr@s puedan pensar da igual	R1: Totalmente de acuerdo R2: De acuerdo R3: Indiferente R4: En desacuerdo R5: Totalmente en desacuerdo	Preguntar
		D8: Nivel de transformación en la percepción del tiempo	R1: Muy alto R2: Alto R3: Moderado R4: Bajo R5: Nulo	SD1: Nivel de acuerdo en que el tiempo parece alterarse	R1: Totalmente de acuerdo R2: De acuerdo R3: Indiferente R4: En desacuerdo R5: Totalmente en desacuerdo	Preguntar
				SD2: Nivel de acuerdo en que el paso del tiempo parece ser diferente al normal	R1: Totalmente de acuerdo R2: De acuerdo R3: Indiferente R4: En desacuerdo R5: Totalmente en desacuerdo	Preguntar
				SD3: Nivel de acuerdo en que parece que el tiempo pasa rápidamente	R1: Totalmente de acuerdo R2: De acuerdo R3: Indiferente R4: En desacuerdo R5: Totalmente en desacuerdo	Preguntar
				SD4: Nivel de acuerdo en la pérdida de la noción normal del tiempo	R1: Totalmente de acuerdo R2: De acuerdo R3: Indiferente R4: En desacuerdo R5: Totalmente en desacuerdo	Preguntar

		D9: Nivel de experiencia autotélica	R1: Muy alto R2: Alto R3: Moderado R4: Bajo R5: Nulo	SD1: Nivel de acuerdo con la diversión de la experiencia	R1: Totalmente de acuerdo R2: De acuerdo R3: Indiferente R4: En desacuerdo R5: Totalmente en desacuerdo	Preguntar
				SD2: Nivel de acuerdo con el gusto de la experiencia de la ejecución y de sentirlo	R1: Totalmente de acuerdo R2: De acuerdo R3: Indiferente R4: En desacuerdo R5: Totalmente en desacuerdo	Preguntar
				SD3: Nivel de acuerdo de la buena impresión que deja la experiencia	R1: Totalmente de acuerdo R2: De acuerdo R3: Indiferente R4: En desacuerdo R5: Totalmente en desacuerdo	Preguntar
				SD4: Nivel de acuerdo con lo valioso y reconfortante de la experiencia	R1: Totalmente de acuerdo R2: De acuerdo R3: Indiferente R4: En desacuerdo R5: Totalmente en desacuerdo	Preguntar

Variable	Valores	Dimensiones	VALORES	Sub-Dimensiones	Valores	Procedimiento
V13: Nivel de experimentación de la Motivación Intrínseca	R1: Muy alto R2: Alto R3: Moderado R4: Bajo R5: Nulo	D1: Nivel de acuerdo en participar en la clase porque es divertida	R1: Totalmente de acuerdo R2: De acuerdo R3: Indiferente R4: En desacuerdo R5: Totalmente en desacuerdo			Preguntar
		D2: Nivel de acuerdo en participar en la clase porque la disfruta aprendiendo nuevas habilidades	R1: Totalmente de acuerdo R2: De acuerdo R3: Indiferente R4: En desacuerdo R5: Totalmente en desacuerdo			Preguntar
		D3: Nivel de acuerdo en participar porque la Educación Física estimulante	R1: Totalmente de acuerdo R2: De acuerdo R3: Indiferente R4: En desacuerdo R5: Totalmente en desacuerdo			Preguntar
		D4: Nivel de acuerdo en participar por la satisfacción que se siente mientras se aprenden nueva habilidades/técnicas	R1: Totalmente de acuerdo R2: De acuerdo R3: Indiferente R4: En desacuerdo R5: Totalmente en desacuerdo			Preguntar

V14: Nivel de intención de ser físicamente activ@	R1: Muy alto R2: Alto R3: Moderado R4: Bajo R5: Nulo	D1: Nivel de acuerdo en el interés por el desarrollo de la forma física	R1: Totalmente de acuerdo R2: De acuerdo R3: Indiferente R4: En desacuerdo R5: Totalmente en desacuerdo		Preguntar			
		D2: nivel de acuerdo en el gusto por la práctica deportiva	R1: Totalmente de acuerdo R2: De acuerdo R3: Indiferente R4: En desacuerdo R5: Totalmente en desacuerdo			Preguntar		
		D3: Nivel de acuerdo en formar parte de un club deportivo de entrenamiento al finalizar el colegio	R1: Totalmente de acuerdo R2: De acuerdo R3: Indiferente R4: En desacuerdo R5: Totalmente en desacuerdo				Preguntar	
		D4: Nivel de acuerdo en el gusto por mantenerse activ@ al finalizar el colegio	R1: Totalmente de acuerdo R2: De acuerdo R3: Indiferente R4: En desacuerdo R5: Totalmente en desacuerdo					Preguntar
		D5: Nivel de acuerdo por la práctica habitual de un deporte en el tiempo libre	R1: Totalmente de acuerdo R2: De acuerdo R3: Indiferente R4: En desacuerdo R5: Totalmente en desacuerdo					

2.3 Fuentes de datos

Se trabajó con una fuente de datos primaria, ya que por medio de la investigación dirigida por Coterón Lopez se obtuvo el instrumento (cuestionario) que se utilizó en este trabajo de investigación. La implementación de los cuestionarios se llevó a cabo con la muestra de l@s alumn@s del Nivel Medio (ver Anexo 6).

Se seleccionó la fuente de datos teniendo en cuenta las tres condiciones mencionadas por Samaja (1994): factibilidad, accesibilidad, viabilidad y los cinco criterios destacados por el mismo autor: calidad, riqueza, cantidad, oportunidad, economía de los datos. A continuación se desarrolla brevemente cada una de ellas:

Accesibilidad: el autor mencionado define a esta condición como “la posibilidad de acceder a su conocimiento y empleo” (Samaja 1994, p.260). Entonces, podemos decir que, la posibilidad de acceso a los datos surge por ejercer en la actualidad, en los cargos de Profesora y Jefa de Departamento en el Área de Educación Física en el nivel medio desde el año 2005. Dicha condición me permitió organizar y recolectar los datos con eficiencia y eficacia.

Factibilidad: definida por Samaja como “capacidades sociales de actuar y transformar el orden real que se investiga” (1994, p.262). Se llevaron a cabo distintas acciones para poder trabajar bajo esta condición, tales como:

Explicar a los implicados en el trabajo de investigación en qué consistía el mismo, para qué iban a ser utilizados los resultados obtenidos en los cuestionarios y qué datos se pretendían buscar. Luego, se realizó un pilotaje en 10 alumn@s (6 mujeres y 4 varones) para indagar acerca de posibles problemas, confusiones, errores en la comprensión de las preguntas, entre otros y de esta manera, anticiparse a posibles dificultades y disminuir el margen de error.

Para realizar dicha prueba piloto se utilizó un manual de procedimiento de realización del pilotaje (Ver anexo 2). Procedimiento de la realización de la prueba piloto. Luego, se realizó un debate con distintos compañer@s bajo la tutoría de la Licenciada Gómez para reflexionar, interpelar e interrogar acerca de posibles soluciones de lo acontecido en el desarrollo del pilotaje (Ver anexo 4). Información de la prueba piloto, pensando en pos de viabilizar posibles soluciones en el momento de la toma de datos generales.

Debido a que los diferentes alumn@s encuestados desconocían términos utilizados en el cuestionario se realizó un glosario para definir palabras para facilitar la comprensión del instrumento en cuestión. El mismo se llevó a cabo aunando criterios con el grupo de estudiantes en formación de la Carrera de la Licenciatura de Actividad Física y Deporte de la Universidad de Flores bajo la supervisión de la Lic. Gómez. Por tanto se definieron los significados de cada término para evitar posibles confusiones.

Viabilidad: la concepción de ésta condición según Samaja (1994) “se refiere a la coherencia entre el hecho a producir y las condiciones esenciales” (1994; p. 260) Los datos que se construyeron fueron a través de la interacción en el campo. Las condiciones fueron trabajadas vía pilotaje para, de esta manera, mejorar la situación en la obtención de datos más fehacientes.

Además, en lo que se refiere a los criterios de validación propuestos por Samaja (1994) las fuentes de datos escogidas proporcionaron:

Calidad de los datos: La información obtenida en l@s alumn@s encuestad@s manifiesta fielmente el hecho en cuestión, ya que, los mismos brindaron datos precisos acerca de la motivación en la práctica de la Actividad Fisico-Deportiva. Cabe destacar que permanecer en el momento de la obtención de la información (cuando l@s alumn@s responden el cuestionario) favorece la construcción del proceso de investigación. Para trabajar con este criterio de validación se realizaron distintas acciones: lectura previa del cuestionario, interrogar acerca de inquietudes, informar

sobre lo protocolar de la toma de datos. Además, al finalizar cada cuestionario se verificaba si había sido realizado correctamente para evitar inconvenientes futuros, de esta manera la intervención se podía realizar de manera oportuna. Cabe destacar que no se descartó ningún cuestionario, ya que los mismos se confeccionaron correctamente. Aunque, consideramos que el tiempo invertido en este proceso fue beneficioso, ya que nos permitió realizar un glosario para que a la hora de realizar la recolección de los datos, tener una mejor organización, evitar pérdidas de tiempo, conocer posibles inquietudes y explicar a l@s alumn@s aquellos términos que no fueron comprendidos. Los mismos se evidenciaron en el pilotaje y se definieron en el glosario.

Riqueza de los datos: en lo que respecta a este ítem, se quiere destacar que la riqueza de los datos obtenidos deviene de la información de las variables de investigación que se pudo develar con el instrumento seleccionado. Concluyendo en la obtención de la información necesaria de cada variable en escaso tiempo, pudiendo relacionar todos los datos obtenidos para un mejor análisis.

Cantidad o cobertura de los datos: la muestra de recolección de datos fue en el Nivel Medio, ubicado en el Barrio de Floresta (CABA), allí se obtuvieron los datos para el análisis de nuestro trabajo de investigación. Se realizaron 109 cuestionarios, 74 de sexo femenino y 35 de sexo masculino, entre la franja etaria de 13 a 18 años de edad.

Oportunidad de la información: los cuestionarios se realizaron de manera individual en el Polideportivo donde se lleva a cabo la práctica pedagógica de la asignatura de Educación Física. Fue fundamental el acompañamiento institucional y sus agentes educativos (preceptores).

En el mes de Junio del año 2014 se llevó a cabo el pilotaje, encuestando a dos alumn@s de cada curso, siendo un total de diez alumn@s encuestad@s. De esta manera, se obtuvieron datos precisos del tiempo aproximado de duración de la encuesta y las preguntas o dudas surgidas por l@s alumn@s

a la hora de responder. En el mes de Julio del mismo año se llevaron a cabo los restantes cuestionarios.

Economía de los datos: no se utilizaron recursos que significaran costo alguno para realizar ésta investigación.

2.4 Universo y muestra

Universo

La población se conformó con l@s alumn@s del nivel medio, ubicado en Bahía Blanca 363, CABA. alumn@s del turno mañana de 1° a 5° año, entre 13 y 18 años de edad.

Muestra

El Universo de la muestra fue delimitado a nivel macro en conjunto con la Universidad Politécnica de Madrid –España-, Universidad del Quindío – Colombia- y la Universidad de Flores –Argentina-. A su vez, en nuestro país se dividió la muestra para realizar el trabajo de investigación; el mismo, fue trabajado por los estudiantes de la Carrera de la Licenciatura en Actividad Física y Deporte de la Universidad de Flores.

Por tanto, vale decir que a nivel micro, se trabajó con muestras conformadas por un grupo poblacional de 109 alumn@s, 74 mujeres y 35 varones divididos por cursos, edad y sexo. Los cursos fueron de primero a quinto año del nivel secundario, en edades comprendidas entre 13 a 18 años. Se realizó en un colegio privado en la zona de Floresta.

El tipo de muestra utilizado fue finalístico o no probabilístico, de tipo casual y de sujeto voluntario. De manera intencional se seleccionó la institución y l@s alumn@s fueron encuestad@s de manera voluntaria. La institución fue seleccionada debido a mi trayectoria profesional en dicho lugar.

Tomando como referencia el trabajo del Dr. Coterón López, respecto al tamaño de las muestras, él mismo sugiere que cada país realice un muestreo

conformado por 3.000 estudiantes del nivel secundario. En el proceso metodológico para la implementación del trabajo de investigación, la Universidad de Flores sugirió realizar un muestreo de 109 casos por cada estudiante de la Licenciatura.

Al definir la muestra como no probabilística se dice que, mencionando a Padua (1994) hay tres tipos de muestras: casuales, intencionales y por cuotas. Cabe destacar que la elegida para este trabajo de investigación fue la de tipo casual.

Los procedimientos básicos para las muestras no probabilísticas de manera casual, por cuotas y de sujetos voluntarios fueron:

- ✓ Entrevistar sujetos hasta un cierto número de forma casual (109 alumn@s de secundaria). La selección de l@s alumnos fue al azar.
- ✓ Se divide en cuotas la muestra, en este caso por edad, sexo, cursos.

A continuación se detallan cada una de ellas y gráficos que la representan:

Cuota 1:

- 1. a Varones de 1er. Año: 10
- 1. b Mujeres de 1er. Año: 14

Cuota 2:

- 2. a Varones de 2do. Año: 8
- 2. b Mujeres de 2do. Año: 14

Cuota 3:

- 3. a Varones de 3er. Año: 4
- 3. b Mujeres de 3er. Año: 18

Cuota 4:

4. a Varones de 4to. Año: 4

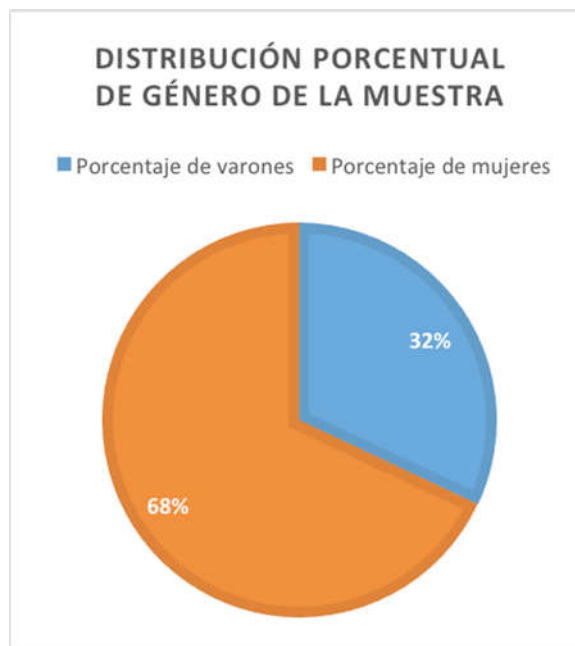
4. b Mujeres de 4to. Año: 16

Cuota 5:

5. a Varones de 5to. Año: 9

5. b Mujeres de 5to. Año: 12

	1º	2º	3º	4º	5º	Total cuotas Género
Varones	10	8	4	4	9	35
Mujeres	14	14	18	16	12	74
Total cuota año	24	22	22	20	21	109



2.5 Instrumentos de recolección de datos

Se utilizó el cuestionario como instrumento de recolección de datos. (Ver modelo en anexo 3)

Según Padua (1994) “El respondiente de una entrevista puede tener un alto o bajo grado de motivación para colaborar y contestar las diferentes preguntas” (p.87). Por lo tanto, es de suma importancia mantener los niveles motivacionales altos en el transcurso de las encuestas. Parafraseando al autor decimos que, para mantener la motivación alta es necesario pensar en los siguientes factores como: objetivo del estudio, quien lo patrocina, el tipo de pregunta, disponibilidad del sujeto, duración de la entrevista, apariencia y desempeño del entrevistador, orden de la pregunta y tamaño del cuestionario entre otros.

Cuando se llevaron a cabo los cuestionarios se tuvieron en cuenta estos factores. Por eso, en un primer momento se les explicó a las personas que intervinieron en el trabajo de investigación los objetivos de la misma, los datos que se pretendían buscar y sus variables. El tiempo utilizado fue de 15 minutos como mínimo a 20 minutos como máximo. Al ser profesora de la institución y tener contacto con las autoridades y alumn@s la apariencia y desempeño en el momento del trabajo de campo fue favorable. Fue fundamental el orden de las preguntas, interpellando acerca de dudas e inquietudes en el pilotaje y evacuándolas en el momento de la realización del cuestionario.

El cuestionario conformado para éste trabajo de investigación consistió en el armado de preguntas simples y cortas, de tipo cerradas con múltiples respuestas. Se utilizó un lenguaje propio al contexto y edad. Además en el cuestionario se encontraban las variables de la investigación.

Para las preguntas sobre orientación motivacional se basaron en la versión española del Perceived Motivational Climate in Sport Questionnaire-2

(PMCSQ-2; Cecchini y Peña 2005) adaptada a la educación física (González-Cutre et al., 2008).

Con respecto a la motivación intrínseca se utilizó la escala de motivación deportiva (Pelletier, Fortier y Vallerand 1995) en su versión española (Balaguer, Castillo y Duda 2007). Esta herramienta mide la desmotivación, la motivación externa (regulación externa, introyectada e identificada) y la motivación intrínseca (hacia el conocimiento, la estimulación y la ejecución), compuesta de 28 ítems (cuatro para cada uno de los siete factores motivacionales mencionados). Las respuestas a dicho cuestionario fueron cerradas y se respondieron con una escala tipo Likert cuya puntuación oscila entre 1= Totalmente en desacuerdo y 5= Totalmente de acuerdo.

Para la intención futura se utilizó a partir de la medida de la intencionalidad para ser físicamente activo (Hein 2006) en su versión española (Moreno 2007). Está compuesta de cinco ítems para medir la intención del sujeto de ser físicamente activo tras su paso por las diversas instituciones educativas. Las respuestas a dicho cuestionario fueron cerradas y se responden con una escala tipo Likert cuya puntuación oscila entre 1= Totalmente en desacuerdo y 5= Totalmente de acuerdo.

El nivel de flow fue medido a través de la escala de disposición al flow. Dispositional flow scale (DFS, por su sigla en inglés). Esta escala consta de 36 ítems de tipo Likert donde 1 es totalmente en desacuerdo y 5 es totalmente de acuerdo. Compuesta por 9 factores los cuales hacen referencia a las dimensiones que componen el flow, cada factor tiene cuatro ítems. Este inventario muestra valores alpha de .91 para el factor flujo disposicional que recoge sus nueve dimensiones posibles (.59 para el equilibrio entre habilidad y reto, .70 para la combinación/uni3n de la acci3n y pensamiento, .70 para la claridad de los objetivos, .72 para el feedback claro y sin ambigüedades, .70 para la concentraci3n sobre la tarea que se est3 realizando, .75 para el sentimiento de control, .58 para la p3rdida de cohibici3n y de autoconciencia, .68 para la transformaci3n en la percepci3n

del tiempo y .66 para la experiencia autotélica (Moreno Murcia; Cervelló; González-Cutre Coll 2007).

2.6 Plan de actividad en contexto

La posición del investigador fue del tipo interactivo y en el terreno, ya que se realizaron cuestionarios a alumn@s del nivel secundario en un instituto privado en el barrio de Floresta, C.A.B.A, Argentina. A partir del mes de Junio de 2014 que comencé a realizar este trabajo de investigación tuve la posibilidad de hablar con el rector del Instituto quien autorizó la realización de los mismos. Éstos tuvieron lugar durante el horario de clase de educación física, por la tarde, en el Polideportivo Pomar.

Se pactó un encuentro con las autoridades de la institución, a través de una carta (Ver anexo 1) solicitando permiso para realizar las encuestas en la institución. Se acordó una fecha estimativa para realizar la primera experiencia en el campo. En el mes de Julio del año 2014 se realizaron 10 cuestionarios como prueba piloto acordando con profesores de cada curso para que a la hora convenida un alumno y una alumna de primer año hasta quinto concurrieran a la sala de video del establecimiento, siendo un total de 10 encuestados, 6 mujeres y 4 varones. En dicho lugar los estaba esperando el entrevistador para comenzar con la recolección de los datos. Primeramente se les explicó por qué y para qué fueron seleccionados, luego de responder cada alumn@ volvió a sus tareas lectivas. El tiempo que duró la prueba piloto fue de 15 minutos y medio como mínimo (primer alumn@ en terminar el cuestionario) y 20 minutos como máximo (últim@ alumn@ en entregar el cuestionario) Para cargar los datos obtenidos de cada cuestionario utilizamos un manual de procedimiento para completar la información del cuestionario (Ver anexo 7). Los datos cargados de la prueba piloto se pueden observar en los Datos Excel prueba piloto.

En el mes de Julio de 2014 se realizaron 99 cuestionarios, 68 mujeres y 31 varones. Al igual que en la prueba piloto se acordó un día y horario para cada curso. Se utilizaron las instalaciones del Polideportivo Pomar.

A continuación se expone el cuadro sintetizador del plan de actividades.

Actividades	Meses de Año 2014											
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Presentación de una carta en la institución, solicitando permiso para la realización del cuestionario						10						
Realización de la prueba piloto						23						
Evaluación de la confiabilidad de los procedimientos de registro							2					
Ajuste de los instrumentos y modalidades de administración de los mismos							9					
Administración de cuestionarios							14					

2.7 Plan de tratamiento y análisis de datos

En esta investigación se hizo un trabajo de análisis estadístico descriptivo (Samaja, 1994), por lo tanto es cuantitativo. El mismo se centró en el estudio de cinco variables principales y para cada variable se han obtenido las frecuencias porcentuales de aparición de cada valor, luego se obtuvo la moda. Estas medidas estadísticas se sacaron para toda la muestra y para la muestra en sus cuotas por sexo y por año.

2.7.1 Secuencia de actividades

2.7.1.1 Procesamiento de información

Se ha realizado el procesamiento de la información en una planilla de cálculos de Excel. El mismo fue elaborado por el equipo de investigación dirigido por Coterón y Gómez. 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. (Ver anexo 6).

2.7.1.2 Construcción de índices sumatorios para variables complejas

Se han construido índices sumatorios para todas las variables complejas a fin de poder elaborar un rango que permita relacionarlas, es decir, se transformaron los valores expresados en palabras de opinión (propias de un instrumento de recolección de datos) en valores numéricos que permitieron hacer tratamientos estadísticos.

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. A continuación se detallan los índices sumatorios para cada una de ellas.

2.7.1.2.1 Nivel de orientación motivacional hacia la tarea

Para cada U.A se realizó la suma de los valores de las respuestas en el cuestionario referidas todas las dimensiones de esta variable (que comprenden valores del 1 al 5) y, acorde al resultado se encuadran en los diferentes niveles de orientación motivacional a la tarea.

Variable	Valores	Puntaje	Dimensión	Valores	Puntaje	
Nivel de orientación motivacional hacia la tarea	R1. Muy alto	39-40	-Nivel de acuerdo a la sensación de éxito en las clases de educación física, con respecto al esfuerzo que se es capaz de hacer para practicar una habilidad.	R1. Totalmente en desacuerdo	1	
	R2. Alto	29-38		R2. En desacuerdo	2	
	R3. Medio	19-28	-Nivel de acuerdo a la sensación de éxito en las clases de educación física, con respecto al aprendizaje de una nueva habilidad.	R3. Indiferencia	3	
	R4. Bajo	9-18		R4. De acuerdo	4	
	R5. Nulo	8		R5. Totalmente de acuerdo	5	
				-Nivel de acuerdo a la sensación de éxito en las clases de educación física, con respecto a aprender hacer cosas nuevas.	R1. Totalmente en desacuerdo	1
					R2. En desacuerdo	2
				R3. Indiferencia	3	
				R4. De acuerdo	4	
				R5. Totalmente de acuerdo	5	
			-Nivel de acuerdo a la sensación de éxito en las clases de educación física, con respecto al esfuerzo para el logro de nuevas habilidades.	R1. Totalmente en desacuerdo	1	
				R2. En desacuerdo	2	
				R3. Indiferencia	3	
				R4. De acuerdo	4	
				R5. Totalmente de acuerdo	5	
			-Nivel de acuerdo a la sensación de éxito en las clases de educación física, con respecto al trabajo constante.	R1. Totalmente en desacuerdo	1	
				R2. En desacuerdo	2	
				R3. Indiferencia	3	
				R4. De acuerdo	4	
				R5. Totalmente de acuerdo	5	
			-Nivel de acuerdo a la sensación de éxito en las clases de educación física, con respecto a querer practicar más, como consecuencia de un estímulo.	R1. Totalmente en desacuerdo	1	
				R2. En desacuerdo	2	
				R3. Indiferencia	3	
				R4. De acuerdo	4	
				R5. Totalmente de acuerdo	5	

			-Nivel de acuerdo a la sensación de éxito en las clases de educación física, con respecto a sentirse mejor como consecuencia de haber aprendido un ejercicio/habilidad nuevos.	R1. Totalmente en desacuerdo R2. En desacuerdo R3. Indiferencia R4. De acuerdo R5. Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
			-Nivel de acuerdo a la sensación de éxito en las clases de educación física, con respecto a lograr sacar lo mejor que tiene uno mismo.	R1. Totalmente en desacuerdo R2. En desacuerdo R3. Indiferencia R4. De acuerdo R5. Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5

2.7.1.2.2 Nivel de orientación motivacional hacia el ego

Para cada U.A se realizó la suma de los valores de las respuestas en el cuestionario referidas todas las dimensiones de esta variable (que comprenden valores del 1 al 5) y, acorde al resultado se encuadran en los diferentes niveles de orientación motivacional al ego.

Variable	Valores	Puntaje	Dimensión	Valores	Puntaje
Nivel de orientación motivacional hacia el ego	R1. Muy alto	39-40	-Nivel de acuerdo a la sensación de éxito en las clases de educación física, con respecto a ser él/la únic@ capaz de realizar el ejercicio.	R1. Totalmente en desacuerdo R2. En desacuerdo R3. Indiferencia R4. De acuerdo R5. Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
	R2. Alto	29-38			
	R3. Medio	19-28			
	R4. Bajo	9-18	Nivel de acuerdo a la sensación de éxito en las clases de educación física, con respecto a poder hacer mejor las cosas que el resto de los compañeros.	R1. Totalmente en desacuerdo R2. En desacuerdo R3. Indiferencia R4. De acuerdo R5. Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
	R5. Nulo	8			
				R1. Totalmente en desacuerdo R2. En desacuerdo	1

			Nivel de acuerdo a la sensación de éxito en las clases de educación física, con respecto a que otros no pueden hacer las cosas tan bien.	R3. Indiferencia R4. De acuerdo R5. Totalmente de acuerdo	2 3 4 5
			Nivel de acuerdo a la sensación de éxito en las clases de educación física, con respecto al fracaso de otros.	R1. Totalmente en desacuerdo R2. En desacuerdo R3. Indiferencia R4. De acuerdo R5. Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
			Nivel de acuerdo a la sensación de éxito en las clases de educación física, con respecto a ser el único ganador.	R1. Totalmente en desacuerdo R2. En desacuerdo R3. Indiferencia R4. De acuerdo R5. Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
			Nivel de acuerdo a la sensación de éxito en las clases de educación física, con respecto a obtener la puntuación más alta.	R1. Totalmente en desacuerdo R2. En desacuerdo R3. Indiferencia R4. De acuerdo R5. Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
			Nivel de acuerdo a la sensación de éxito en las clases de educación física, con respecto a ser el/la mejor.	R1. Totalmente en desacuerdo R2. En desacuerdo R3. Indiferencia R4. De acuerdo R5. Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
			Nivel de acuerdo a la sensación de éxito en las clases de educación física, con respecto a tener más habilidad que los demás.	R1. Totalmente en desacuerdo R2. En desacuerdo R3. Indiferencia R4. De acuerdo R5. Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5

2.7.1.2.3 Nivel de Flow

Para cada U.A se realizó la suma de los valores de las respuestas en el cuestionario referidas a todas las sub-dimensiones de esta variable (que comprenden valores del 1 al 5) y, esa suma se jerarquizó en una segunda instancia en los niveles nulo, bajo, medio alto y muy alto para nivelar cada subdimensión, siendo puntuadas de 1 a 5 para un posterior análisis. Estos valores de cada dimensión luego se suman para conformar el valor adquirido en la variable del nivel de flow.

Variable	Valores	Puntaje	Dimensión	Valores	Puntaje	Sub-dimensiones	Valores	Puntaje
Nivel de flow	R1. Muy alto	178-180	Nivel de equilibrio entre habilidad y reto	R1. Muy alto	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	R1. Totalmente en desacuerdo	1
	R2. Alto	131-177		R2. Alto	15-19		R2. En desacuerdo	2
	R3. Medio	84-130		R3. Medio	10-14		R3. Indiferencia	3
	R4. Bajo	37-83		R4. Bajo	5-9		R4. De acuerdo	4
	R5. Nulo	36		R5. Nulo	4		R5. Totalmente de acuerdo	5

						superarlas.		
--	--	--	--	--	--	-------------	--	--

			Nivel de experiencia autotélica	R1. Muy alto R2. Alto R3. Medio R4. Bajo R5. Nulo	20 15-19 10-14 5-9 4	-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 manifestado respecto a que en las clases de educación física, la experiencia es muy valiosa y reconfortante.	R1. Totalmente en desacuerdo R2. En desacuerdo R3. Indiferencia R4. De acuerdo R5. Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
			Nivel de combinación/unión de la acción y el pensamiento	R1. Muy alto R2. Alto R3. Medio R4. Bajo R5. Nulo	20 15-19 10-14 5-9 4	-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	R1. Totalmente en desacuerdo R2. En desacuerdo R3. Indiferencia R4. De acuerdo R5. Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5

						automática. -Nivel de acuerdo manifestado respecto a que, en las clases de educación física, la realización de las cosas es espontánea y automática.		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

			Nivel de claridad de objetivos	R1. Muy alto	20	-Nivel de acuerdo manifestado respecto al conocimiento claro de lo que se quiere hacer en las clases de EF.	R1. Totalmente en desacuerdo	1
				R2. Alto	15-19		R2. En desacuerdo	2
				R3. Medio	10-14	-Nivel de acuerdo manifestado respecto a que, en las clases de EF, se tiene seguridad sobre lo que se quiere hacer.	R3. Indiferencia	3
				R4. Bajo	5-9		R4. De acuerdo	4
				R5. Nulo	4	-Nivel de acuerdo manifestado respecto a que, en las clases de educación física se sabe lo que se quiere conseguir.	R5. Totalmente de acuerdo	5
			Nivel de feedback claro y sin ambigüedades	R1. Muy alto	20	-Nivel de acuerdo manifestado respecto a tener realmente claro cómo se están realizando las ejecuciones en las clases de educación física.	R1. Totalmente en desacuerdo	1
				R2. Alto	15-19		R2. En desacuerdo	2
				R3. Medio	10-14	-Nivel de acuerdo manifestado respecto a saber lo bien que se está haciendo algo en las clases de educación física.	R3. Indiferencia	3
				R4. Bajo	5-9		R4. De acuerdo	4
				R5. Nulo	4	-Nivel de acuerdo manifestado respecto a tener buenos pensamientos de lo que se hace en las clases de educación física, mientras se realiza.	R5. Totalmente de	5
						-Nivel de acuerdo manifestado respecto a la		

						confirmación en la clase de educación física de una muy buena realización.	acuerdo	
			Nivel de concentración sobre la tarea que se está realizando	R1. Muy alto R2. Alto R3. Medio R4. Bajo R5. Nulo	20 15-19 10-14 5-9 4	-Nivel de acuerdo manifestado respecto a que, en las clases de educación física, la atención está completamente enfocada en lo que se está realizando. -Nivel de acuerdo manifestado respecto a poder mantener la mente en lo que está sucediendo sin esfuerzo durante las clases de educación física. -Nivel de acuerdo manifestado respecto a tener una total concentración en las clases de educación física. -Nivel de acuerdo manifestado respecto a estar totalmente concentrado/a en lo que se está haciendo, en las clases de educación física.	R1. Totalmente en desacuerdo R2. En desacuerdo R3. Indiferencia R4. De acuerdo R5. Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
			Nivel de sentimiento de control	R1. Muy alto R2. Alto R3. Medio R4. Bajo R5. Nulo	20 15-19 10-14 5-9 4	-Nivel de acuerdo manifestado respecto a tener la sensación de control sobre lo que se está haciendo en las clases de educación física. -Nivel de acuerdo manifestado respecto al sentimiento de poder 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. -Nivel de acuerdo respecto al sentimiento de control total del propio cuerpo, en las clases de educación física.	R1. Totalmente en desacuerdo R2. En desacuerdo R3. Indiferencia R4. De acuerdo R5. Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5

			Nivel de pérdida de cohibición o de autoconciencia	R1. Muy alto	20	-Nivel de acuerdo manifestado respecto a que, en las clases de educación física, se le otorga igual importancia a lo que los/as demás puedan estar pensando de uno/a.	R1. Totalmente en desacuerdo	1	
				R2. Alto	15-19			2	
				R3. Medio	10-14		-Nivel de acuerdo manifestado respecto a que, en las clases de educación física, se le otorga igual importancia a lo que los/as demás puedan estar evaluando de uno/a.	R2. En desacuerdo	3
				R4. Bajo	5-9			R3. Indiferencia	4
				R5. Nulo	4		-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/as demás.	R4. De acuerdo	5
						-Nivel de acuerdo manifestado respecto a que, en las clases de educación física, se le otorga igual importancia a lo que los/as demás puedan estar pensando de uno/a.	R5. Totalmente de acuerdo		

			Nivel de transformación en la percepción del tiempo	R1. Muy alto	20	-Nivel de acuerdo manifestado respecto a que, en las clases de educación física, el tiempo pareciera alterarse (pasa más lento o más rápido).	R1. Totalmente en desacuerdo	1	
				R2. Alto	15-19			2	
				R3. Medio	10-14		-Nivel de acuerdo manifestado respecto a que, en las clases de educación física, el paso del tiempo parece ser diferente al normal.	R2. En desacuerdo	3
				R4. Bajo	5-9			R3. Indiferencia	4
				R5. Nulo	4		-Nivel de acuerdo manifestado respecto a que, en las clases de educación física, se siente como el tiempo pasa rápidamente.	R4. De acuerdo	5
						-Nivel de acuerdo manifestado respecto que, en las clases de educación física, se pierde la noción	R5. Totalmente de acuerdo		

						normal del tiempo.		
--	--	--	--	--	--	--------------------	--	--

2.7.1.2.4 Nivel de intención de futura práctica de actividad física-deportiva

Para cada U.A se realizó la suma de los valores de las respuestas en el cuestionario referidas todas las dimensiones de esta variable (que comprenden valores del 1 al 5) y, acorde al resultado se encuadran en los diferentes niveles de intención de futura práctica de actividad física

Variable	Valores	Puntaje	Dimensión	Valores	Puntaje
Nivel de Intención futura practica de actividad física-deportiva	R1. Muy alto	24-25	Nivel de acuerdo manifestado al interés por el desarrollo de la forma física propia, respecto a la intención futura de practicar alguna actividad física-deportiva.	R1. Totalmente en desacuerdo	1
	R2. Alto	18-23		R2. En desacuerdo	2
	R3. Medio	12-17	R3. Indiferencia	3	
	R4. Bajo	6-11	R4. De acuerdo	4	
	R5.Nulo	5	R5. Totalmente de acuerdo	5	
			Nivel de acuerdo manifestado por el gusto de practicar deporte al margen de las clases de educación física, respecto a la intención futura de practicar alguna actividad física-deportiva.	R1. Totalmente en desacuerdo	1
				R2. En desacuerdo	2
				R3. Indiferencia	3
				R4. De acuerdo	4
				R5. Totalmente de acuerdo	5
			Nivel de acuerdo manifestado por formar parte de un club deportivo de entrenamiento después de terminar el colegio, respecto a la intención futura de practicar alguna actividad física-deportiva.	R1. Totalmente en desacuerdo	1
				R2. En desacuerdo	2
				R3. Indiferencia	3
				R4. De acuerdo	4
				R5. Totalmente de acuerdo	5
			Nivel de acuerdo manifestado de mantenerse físicamente activo después de terminar el colegio, respecto a la intención futura de	R1. Totalmente en desacuerdo	1
				R2. En desacuerdo	2
				R3. Indiferencia	3
				R4. De acuerdo	4
				R5. Totalmente de acuerdo	5

			practicar alguna actividad física-deportiva.		4 5
			Nivel de acuerdo manifestado por habitualmente practicar deporte en el tiempo libre propio, respecto a la intención futura de practicar alguna actividad física-deportiva.	R1. Totalmente en desacuerdo R2. En desacuerdo R3. Indiferencia R4. De acuerdo R5. Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5

2.7.1.2.5 Nivel de motivación intrínseca

Para cada U.A se realizó la suma de los valores de las respuestas en el cuestionario referidas todas las dimensiones de esta variable (que comprenden valores del 1 al 5) y, acorde al resultado se encuadran en los diferentes niveles de motivación intrínseca.

Variable	Valores	Puntaje	Dimensión	Valores	Puntaje
Nivel de Motivación intrínseca	R1. Muy alto	20	Nivel de acuerdo manifestado respecto a que la educación física es divertida.	R1. Totalmente en desacuerdo	1
	R2. Alto	15-19		R2. En desacuerdo	2
				R3. Indiferencia	3
				R4. De acuerdo	4
				R5. Totalmente de acuerdo	5
	R3. Medio	10-14	Nivel de acuerdo manifestado respecto al disfrute a aprender nuevas habilidades.	R1. Totalmente en desacuerdo	1
	R4. Bajo	5-9		R2. En desacuerdo	2
				R3. Indiferencia	3
				R4. De acuerdo	4
				R5. Totalmente de acuerdo	5
R5.Nulo	4	Nivel de acuerdo manifestado respecto a que la educación física es estimulante.	R1. Totalmente en desacuerdo	1	
			R2. En desacuerdo	2	
			R3. Indiferencia	3	
			R4. De acuerdo	4	
			R5. Totalmente de acuerdo	5	
			R1. Totalmente en desacuerdo	1	
			R2. En desacuerdo		

			Nivel de acuerdo manifestado respecto a la satisfacción que se siente mientras se aprenden nuevas habilidades/ técnicas.	R3. Indiferencia R4. De acuerdo R5. Totalmente de acuerdo	2 3 4 5
--	--	--	--	---	------------------

2.7.1.3 Análisis estadístico de cada variable

Todas las variables fueron analizadas de modo general en toda la muestra y también en las cuotas definidas en la misma. Se han realizado tablas de frecuencia porcentual (1 para cada cuota) y se extrajeron las medidas estadísticas moda y media.

Luego de realizar las sumatorias de cada U.A se procedió a ubicar ese resultado dentro de los niveles /valores de la misma; con la finalidad de obtener sólo uno de 5 niveles y así poder obtener el promedio y la moda de los valores de cada variable.

Para obtener datos más fieles dejamos un decimal en el promedio y la moda la efectuamos sobre los niveles de cada U.A.

El análisis de cada variable de la matriz de datos “informa” sobre el comportamiento de nuestra población respecto de uno de sus aspectos relevantes. Es, en términos de la estadística, “una población de mediciones” y, como tal, determina una distribución de frecuencias mediante el promedio y la moda, para de ese modo, inferir un conocimiento sobre la población como conjunto (Samaja; 1994).

2.7.1.4 Ilustración de los resultados con gráficos descriptivos

Utilizamos gráficos de barras para representar la moda y la media de cada variable en cada una de las cuotas.

Para representar las frecuencias porcentuales del comportamiento de cada variable, realizamos gráficos de torta.

Para poder realizar las tablas y gráficos, transformamos los valores “Nulo, bajo, medio, alto y muy alto” de las variables complejas. Ya que éstos no nos permiten establecer cálculos entre sí, promedios o modas por ser palabras, entonces, en los ejes verticales “Y” ubicamos los diferentes niveles de cada variable, donde nulo se observa como 1, bajo como 2, medio como 3, alto como 4 y muy alto es 5.

2.7.1.5 Análisis de relación de variables

Analizamos las relaciones generales de toda la muestra entre las siguientes variables complejas coherentemente con lo propuesto en nuestros objetivos:

- Nivel de orientación motivacional a la tarea con la intención de práctica futura de actividad física y deportiva en I@s estudiantes de Educación Física del nivel medio del sistema educativo argentino.
- Nivel de orientación motivacional al ego con la intención de práctica futura de actividad física y deportiva en I@s estudiantes de Educación Física del nivel medio del sistema educativo argentino.
- Nivel de motivación intrínseca con la intención de práctica futura de actividad física y deportiva en I@s estudiantes de Educación Física del nivel medio del sistema educativo argentino.
- Nivel de estado de Flow con la intención de práctica futura de actividad física y deportiva en I@s estudiantes de Educación Física del nivel medio del sistema educativo argentino.
- Gusto por la educación física con la intención de práctica futura de actividad física y deportiva en I@s estudiantes de Educación Física del nivel medio del sistema educativo argentino.
- Calificación obtenida el año anterior con el nivel de motivación intrínseca

3 Tercera Parte: Análisis y Conclusiones

3.1 Exposición de resultados

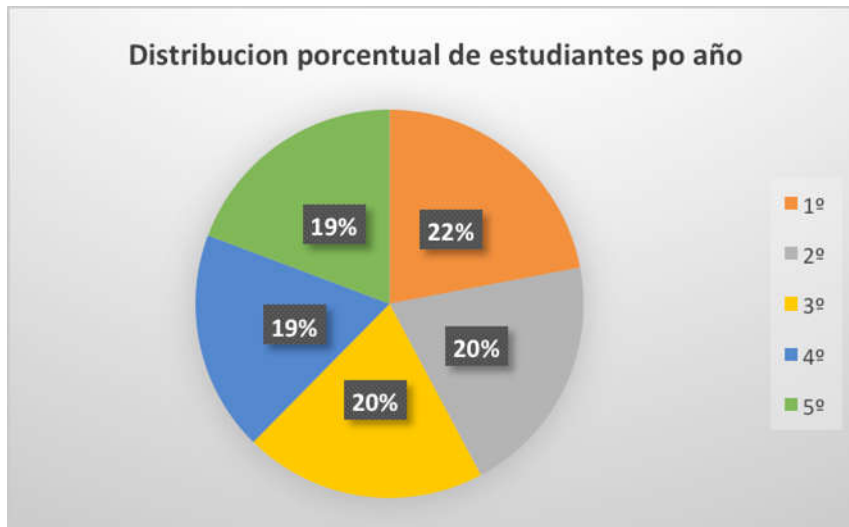
3.1.1 Variable de base

A continuación describiremos cómo se han comportado las variables de base:

3.1.1.1 Año de cursada

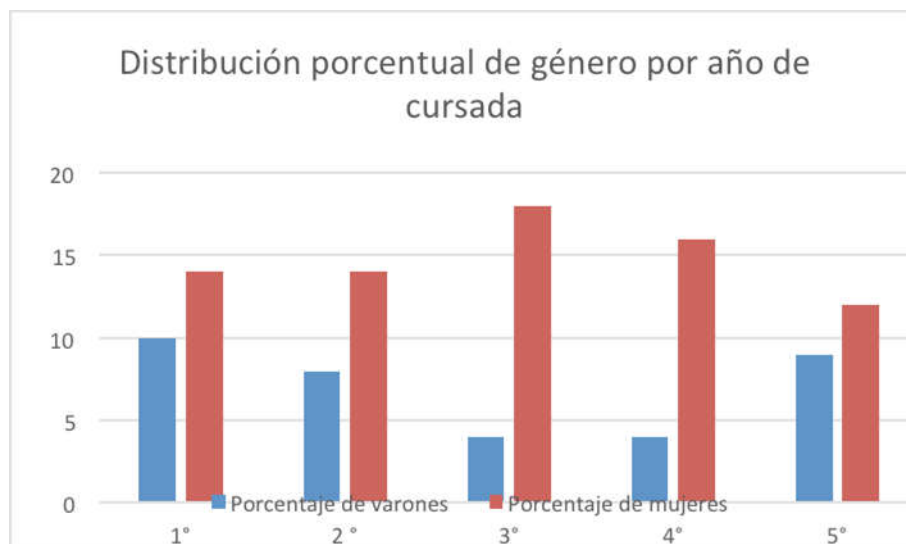
El 22% de l@s estudiantes de la escuela secundaria asiste a 1º año, el 20% cursa el 2º año, otro 20% cursa el 3º año, el 19% asiste al 4º año, el 19% asiste al 5º año. Estos datos se pueden observar en la siguiente tabla y gráfico:

Tabla de frecuencia porcentual de año		
1º	24	22%
2º	22	20%
3º	22	20%
4º	20	19%
5º	21	19%
Total	109	100%



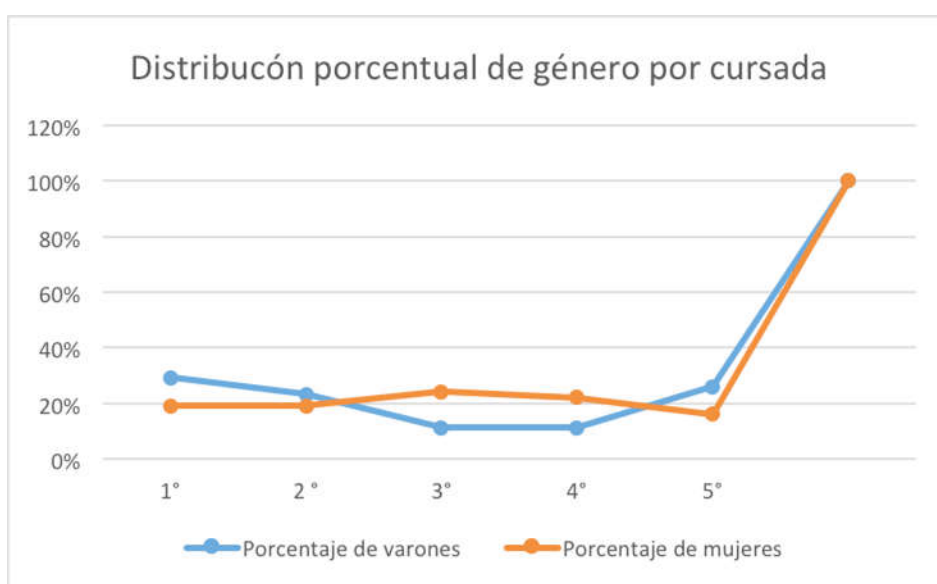
Del total de varones, el 29% se encuentra en 1° año, el 23% en segundo, el 11% cursa el 3° año, el 11% se encuentra en 4° año y el 26% en 5° año y del total de mujeres, el 19% se encuentra en 1° año, el 19% en 2° año, el 24% en 3° año, el 22% de ellas en 4° año y el 16% en 5° año. A continuación se presentan la tabla porcentual y el gráfico que representa dicha información:

	Porcentaje de varones	Porcentaje de mujeres
1°	29%	19%
2 °	23%	19%
3°	11%	24%
4°	11%	22%
5°	26%	16%
	100%	100%



En cada año de cursada los porcentajes de género se distribuyen de la siguiente manera: En primer año, el 42% son varones, mientras que el 58% son mujeres, en segundo año, el 36% son varones, mientras que el 64% son mujeres; en tercer año el 18% son varones y el 82% son mujeres, en cuarto año el porcentaje de varones es de 20% y el de mujeres corresponde al 80% y en quinto año el 43% de estudiantes son mujeres y el 57 % son varones.

En el siguiente gráfico podemos observar cómo se distribuye la frecuencia porcentual de cada cuota de género en cada año de cursada.

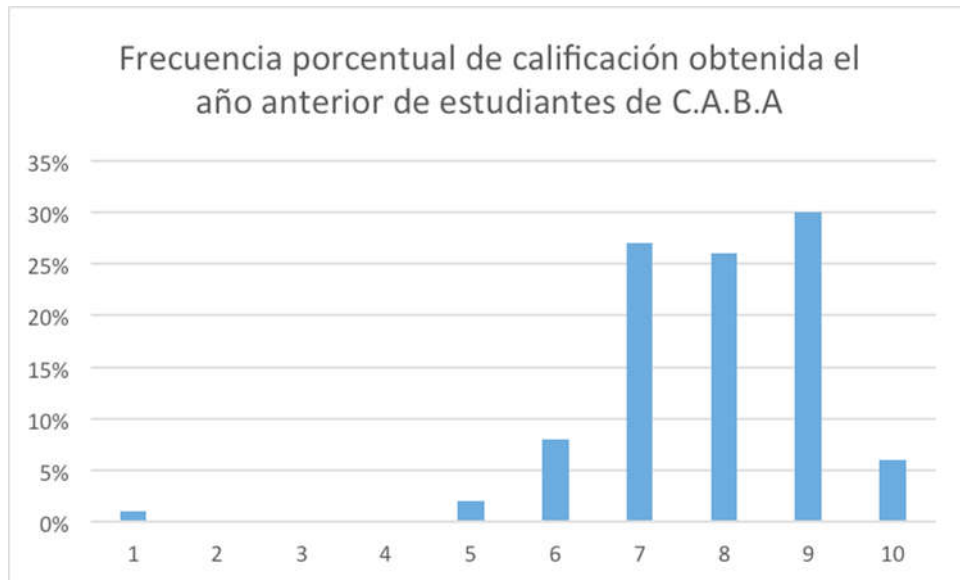


3.1.1.2 Calificación de Educación Física del año anterior

La variable Calificación obtenida el año anterior se ha comportado de la siguiente manera en el total de la muestra:

Sólo el 1% ha manifestado obtener un 1 como calificación anual del año anterior, nadie ha manifestado recibir calificaciones de 2, 3 ni 4; el 2% ha obtenido un 5, el 8% ha obtenido un 6, el 7 como calificación ha sido obtenido por un 27%, mientras que el 26% ha obtenido un 8, el 30% de l@s estudiantes de la escuela secundaria ha manifestado obtener un 9 y el restante 6% ha obtenido como calificación anual un 10. Dicha información se ve representada en la siguiente tabla porcentual y su gráfico.

Calificación	Frecuencia absoluta	Porcentaje muestra
1	1	1%
2	0	0%
3	0	0%
4	0	0%
5	2	2%
6	9	8%
7	30	27%
8	28	26%
9	33	30%
10	6	6%
Total	109	100%

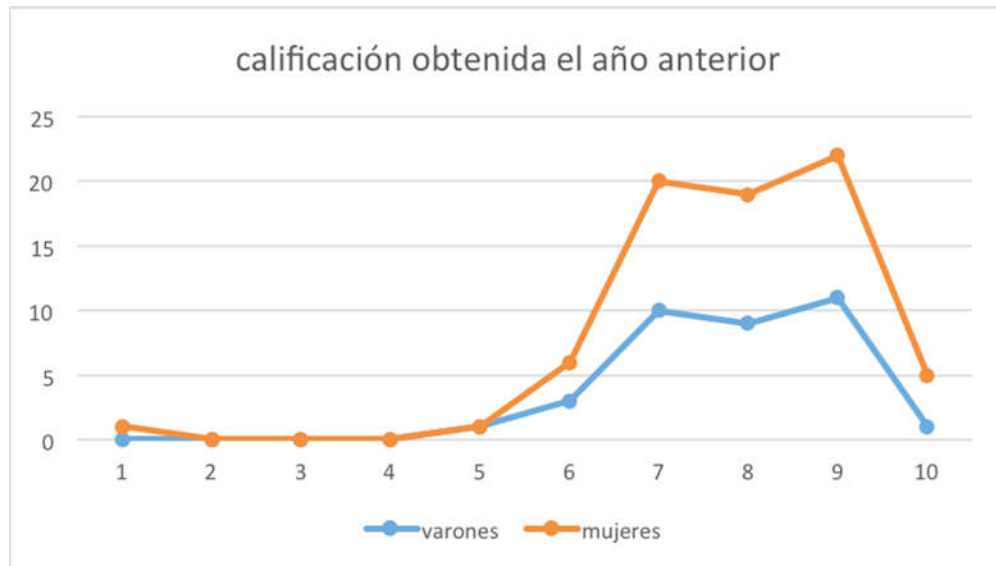


La moda en ambos géneros ha sido de 9.

El promedio de calificación de ambos géneros ha sido de 7,80.

Calificación obtenida el año anterior		
	varones	mujeres
1	0	1
2	0	0
3	0	0
4	0	0
5	1	1
6	3	6
7	10	20
8	9	19
9	11	22
10	1	5

Si observamos en el siguiente cuadro podremos comparar cómo la variable calificación obtenida el año anterior se comporta en las cuotas varones y mujeres.



3.1.1.3 Gusto por la Educación Física

L@s estudiantes de la escuela secundaria han manifestado su gusto por la educación física: un 2% afirma que no le gusta nada, un 4% que le gusta poco, un 33% que su gusto es normal, un 30% que le gusta bastante y el restante 31% de la muestra que les gusta mucho. A continuación presentamos el gráfico y la tabla que representan esta información:

FRECUENCIA PORCENTUAL DEL GUSTO POR LA EDUCACION FISICA

■ Nada ■ Poco ■ Normal ■ Bastante ■ Mucho

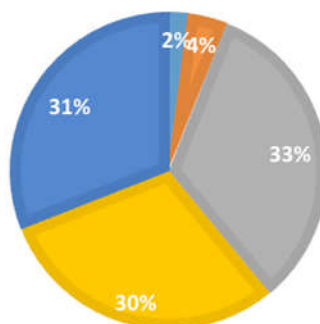
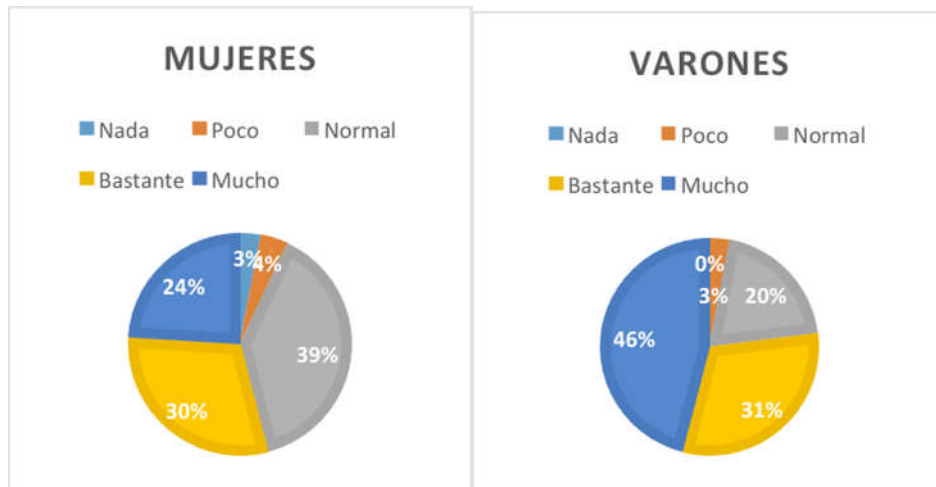


Tabla de frecuencia absoluta y porcentual de la Variable Gusto por la Educación física

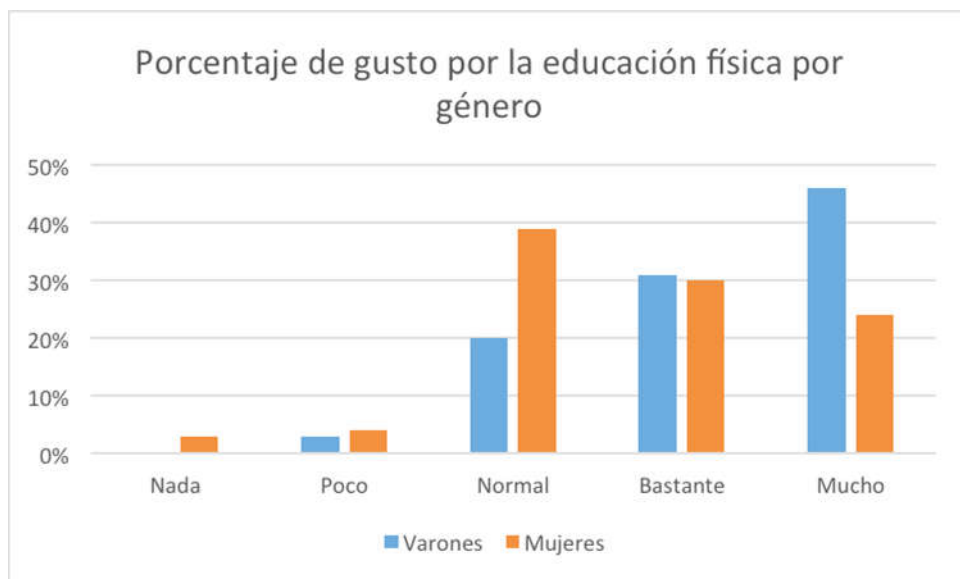
Nada	2	2%
Poco	4	4%
Normal	36	36%
Bastante	33	33%
Mucho	34	34%
Total	109	100%

Las estudiantes de nivel medio manifestaron su gusto por la educación física, al 3% de ellas no le gusta nada, al 4% les gusta poco, mientras que el 39% manifestó que su gusto es normal, el otro 30% expresó que les gusta bastante y el 24% que les gusta mucho; mientras que un 0% de los varones manifestaron que no les gusta nada, un 3% que les gusta poco, un 20% manifiesta que su gusto es normal, el 31% que les gusta bastante la educación física y el 46% restante manifiesta que les gusta mucho.

Porcentaje por género		
	Varones	Mujeres
Nada	0%	3%
Poco	3%	4%
Normal	20%	39%
Bastante	31%	30%
Mucho	46%	24%



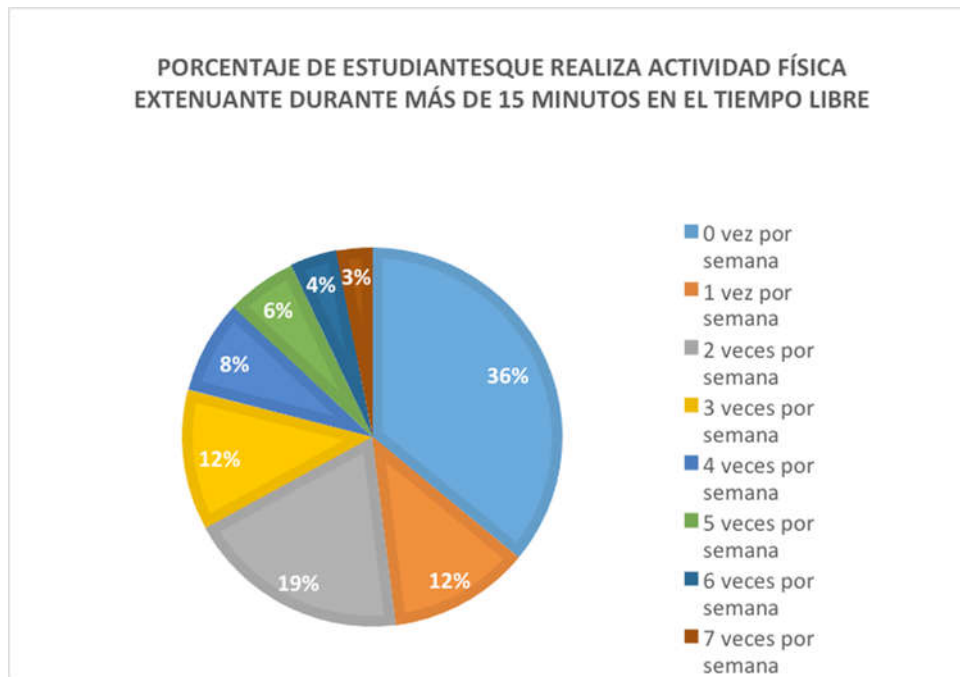
En el siguiente gráfico se puede comparar cómo se comporta la variable gusto por la educación física según los porcentajes por género



3.1.1.4 Frecuencia semanal con que realiza actividad física extenuante durante más de 15 minutos en el tiempo libre

Respecto a la frecuencia semanal de l@s estudiantes que realizan actividad física extenuante durante más de 15 minutos, el 36% manifestó no realizar actividad física extenuante, el 12% lo hace 1 vez por semana, 19% la realiza 2 veces por semana, otro 12% la realiza 3 veces por semana, el 8% la realiza 4 veces por semana, el 6% la realiza 5 veces por semana, el 4% la realiza 6 veces por semana y el restante 3% lo hace 7 veces por semana. Este detalle lo podemos observar en el siguiente gráfico:

0 vez por semana	36%
1 vez por semana	12%
2 veces por semana	19%
3 veces por semana	12%
4 veces por semana	8%
5 veces por semana	6%
6 veces por semana	4%
7 veces por semana	3%

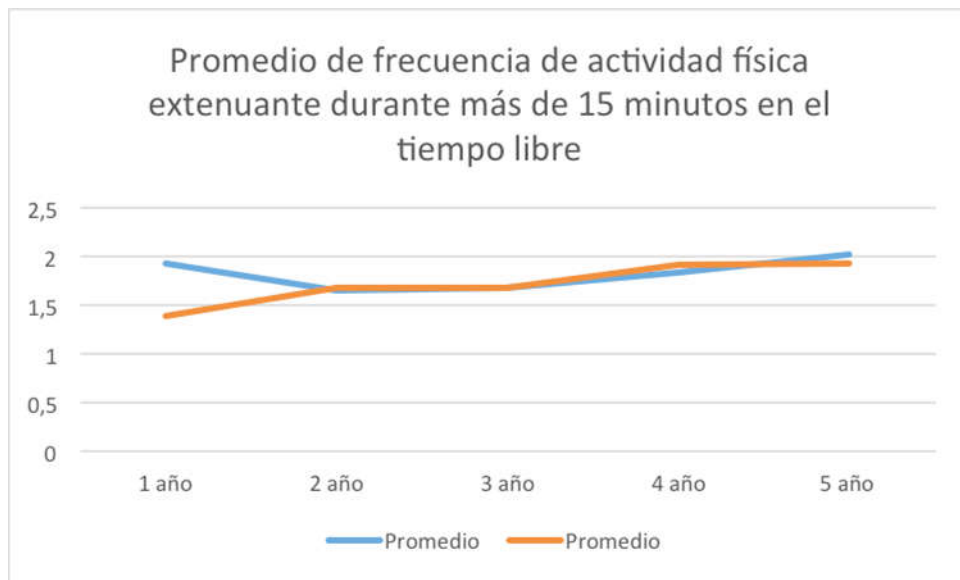


El promedio de varones de primer año que realizan actividad física extenuante en su tiempo libre es de 1,92 veces por semana mientras que el promedio de mujeres del mismo año es de 1,40 veces por semana; en segundo año el promedio de varones es de 1,64 veces por semana mientras que en las mujeres se observa 1,68 veces por semana de promedio; en 3° año el promedio masculino es de 1,67 veces por semana, mientras que las

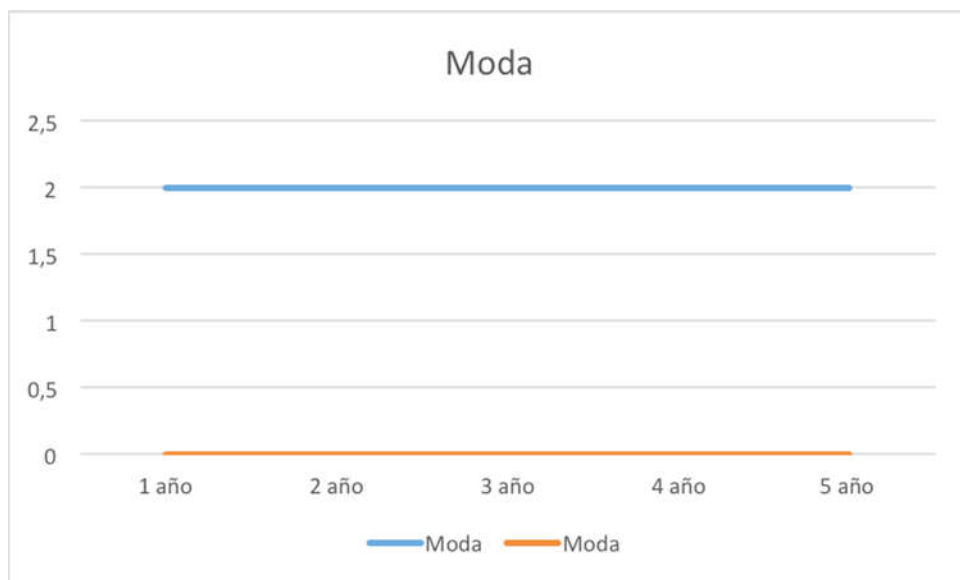
mujeres del mismo año manifestaron como promedio que realizaban este tipo de práctica 1,69 veces por semana como promedio; en 4° año los varones manifestaron que la realizaban 1,83 veces por semana de promedio y las mujeres 1,92 veces por semana; el promedio de los varones de 5° año manifestaron que realizan actividad física extenuante en su tiempo libre 2,02 veces por semana, mientras que las mujeres lo hacen 1,94 veces por semana.

Esta información se puede observar en el siguiente gráfico y tabla:

Promedio		
	Varones	Mujeres
1 año	1,92	1,4
2 año	1,64	1,68
3 año	1,67	1,69
4 año	1,83	1,92
5 año	2,02	1,94



La moda presente en cada año de cursada se puede observar en el siguiente gráfico:



En 1° a 5° año la moda masculina ha sido de 2 días a la semana. Sin embargo en las mujeres de 1° a 5° año la moda ha sido de 0 días. A continuación presentamos la tabla que detalla esta información:

Moda		
	Varones	Mujeres
1 año	2	0
2 año	2	0
3 año	2	0
4 año	2	0
5 año	2	0

3.1.1.5 Frecuencia semanal con que realiza actividad física moderada durante más de 15 minutos en el tiempo libre

El 10% de l@s estudiantes que participaron en la muestra no realiza actividad física moderada durante más de 15 minutos semanalmente, el 11% lo hace 1 vez por semana, 31% la realiza 2 veces por semana, 18% la realiza 3 veces por semana, otro 9% la realiza 4 veces por semana, el 9% la realiza 5 veces por semana, el 6% la realiza 6 veces por semana y el restante 6% lo hace 7 veces por semana. Este detalle lo podemos observar en la siguiente tabla representada en su gráfico:

0 vez por semana	10%
1 vez por semana	11%
2 veces por semana	31%
3 veces por semana	18%
4 veces por semana	9%
5 veces por semana	9%
6 veces por semana	6%
7 veces por semana	6%

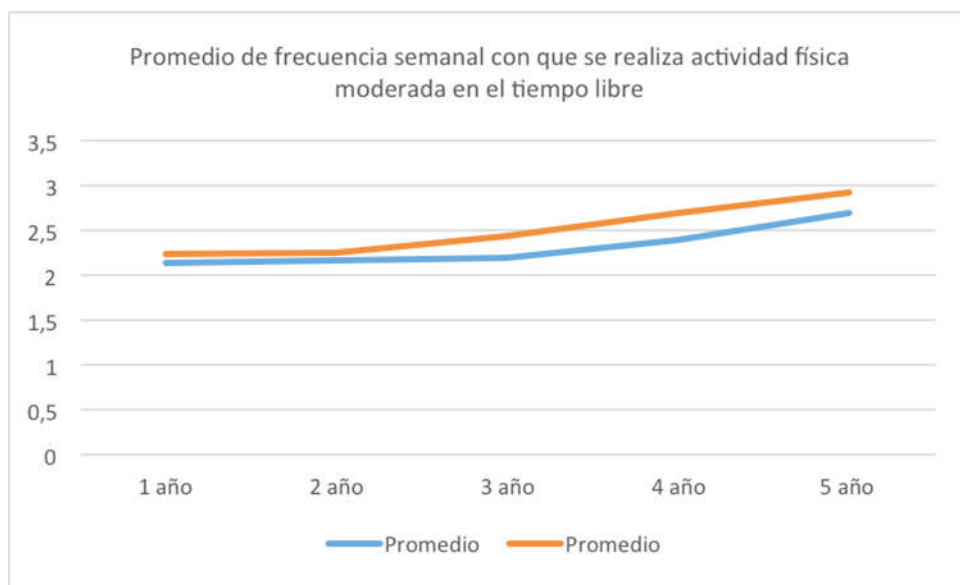


A continuación podemos observar cómo se comporta el promedio de frecuencia semanal de actividad física moderada en los diferentes años de cursada y en ambos géneros:

Promedio	Varones	Mujeres
1°	2,14	2,24
2°	2,16	2,25
3°	2,2	2,44
4°	2,39	2,69
5°	2,7	2,93

En 1° año el promedio de varones manifestó que realiza actividad física moderada durante más de 15 minutos en su tiempo libre 2,14 días a la semana, mientras que las mujeres del mismo año dijeron que la realizan 2,24 días a la semana; en 2° año los varones manifestaron que su promedio es de 2,16 días a la semana mientras que las mujeres 2,25 días por semana; en 3°

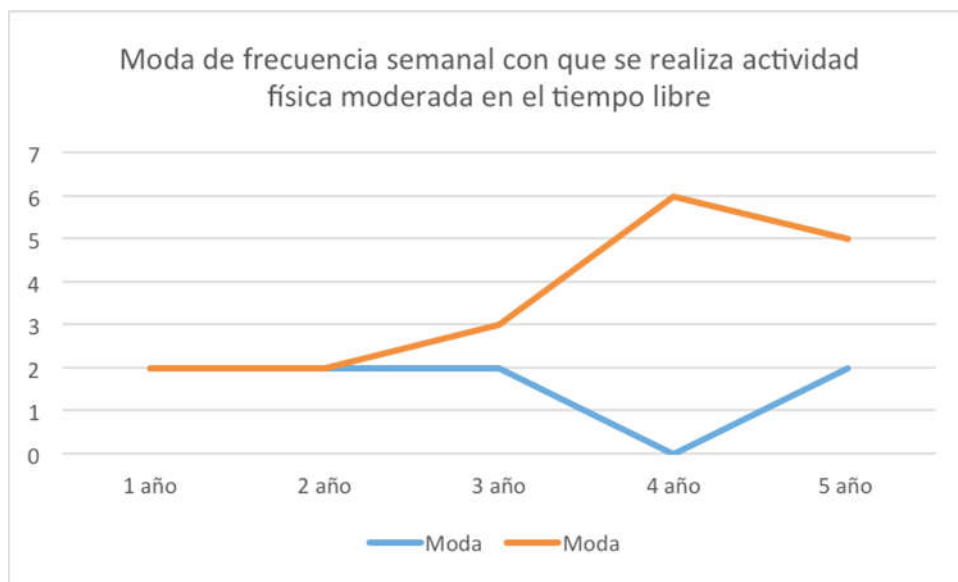
año para los varones el promedio de la frecuencia moderada manifestada fue de 2,2 días y para las mujeres de 2,44 días; en 4° el promedio de los varones realizan actividad física moderada 2,39 días a la semana, mientras que las mujeres 2,69 días de promedio; en 5° año los varones manifestaron que su frecuencia semanal de actividad física moderada en el tiempo libre es de 2,7 días mientras que las mujeres del mismo año 2,93 días. El siguiente gráfico representa dicha información.



En 1° año la moda de varones manifestó que realiza actividad física moderada durante más de 15 minutos en su tiempo libre 2 días a la semana al igual que las mujeres; en 2° año los varones obtuvieron una moda de 2 días a la semana al igual que las mujeres; en 3° año los varones manifestaron una moda de 2 días, mientras que las mujeres de 3 días; en 4° año los varones obtuvieron una moda de 0 días a la semana, mientras que las mujeres de 6 días; en 5° año los varones manifestaron una moda de frecuencia semanal de actividad física moderada en el tiempo libre de 2 días,

mientras que las mujeres de 5 días. La siguiente tabla y gráfico representan dicha información:

Moda	Varones	Mujeres
1°	2	2
2°	2	2
3°	2	3
4°	0	6
5°	2	5

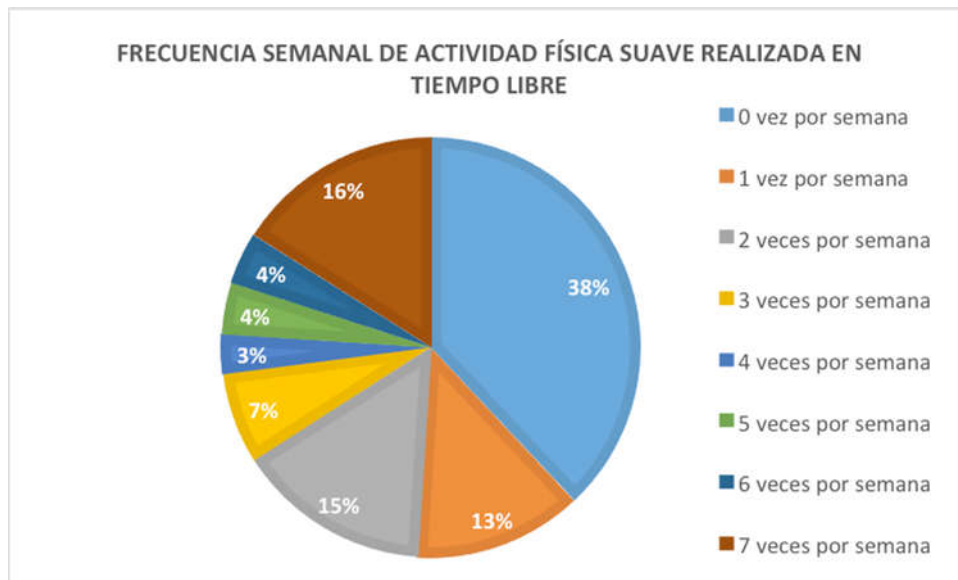


3.1.1.6 Frecuencia semanal con que realiza actividad física suave durante más de 15 minutos en el tiempo libre

El 38% de l@s estudiantes que participaron en la muestra no realiza actividad física suave durante más de 15 minutos semanalmente, el 13% lo hace 1 vez por semana, 15% la realiza 2 veces por semana, 7% la realiza 3 veces por semana, el 3% la realiza 4 veces por semana, el 4% la realiza 5

veces por semana, el 4% la realiza 6 veces por semana y el restante 17% lo hace 7 veces por semana. Este detalle lo podemos observar en la siguiente tabla representada en su gráfico:

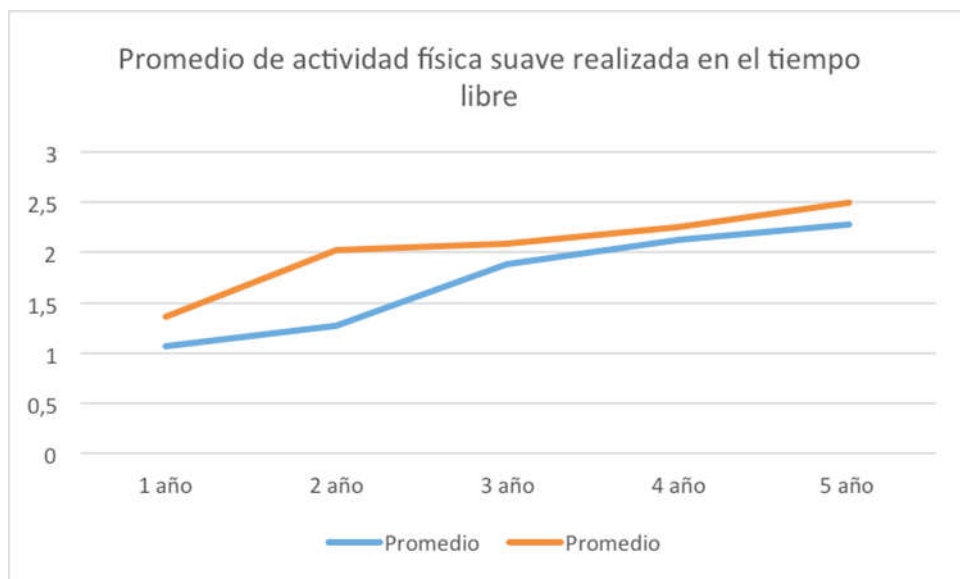
Frecuencia porcentual	
0 vez por semana	38%
1 vez por semana	13%
2 veces por semana	15%
3 veces por semana	7%
4 veces por semana	3%
5 veces por semana	4%
6 veces por semana	4%
7 veces por semana	16%



A continuación podemos observar cómo se comporta el promedio de frecuencia semanal de actividad física suave en los diferentes años de cursada y en ambos géneros:

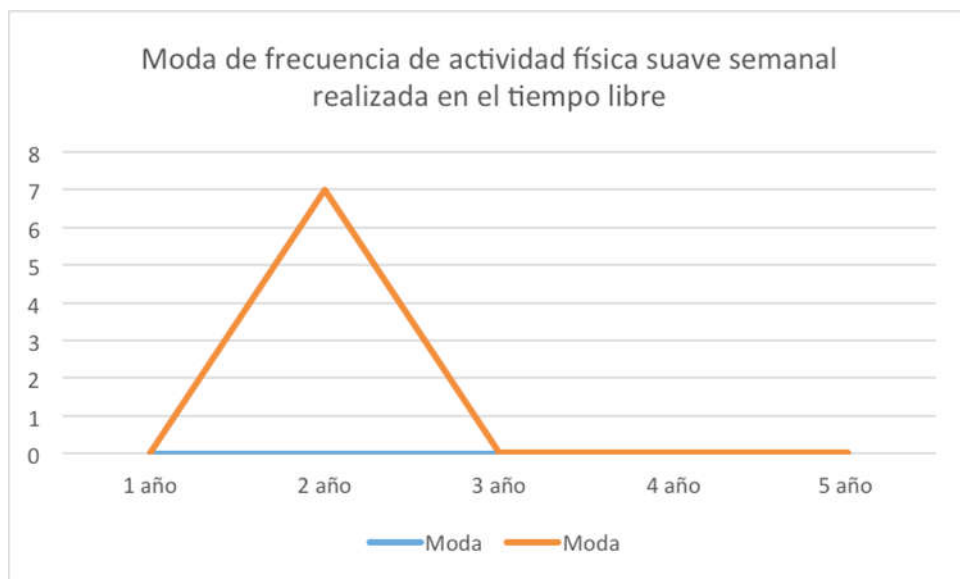
Promedio	Varones	Mujeres
1°	1,07	1,36
2°	1,27	2,02
3°	1,89	2,08
4°	2,13	2,25
5°	2,29	2,5

En 1° año el promedio de varones manifestó que realiza actividad física suave durante más de 15 minutos en su tiempo libre 1,07 días a la semana, mientras que las mujeres del mismo año dijeron que la realizan 1,36 días a la semana; en 2° año los varones manifestaron que 1,27 días a la semana mientras que las mujeres 2,02 días por semana; en 3° año para los varones el promedio de la frecuencia suave manifestada fue de 1,89 días y para las mujeres de 2,08 días; en 4° el promedio de los varones realizan actividad física moderada 2,13 días a la semana, mientras que las mujeres 2,25 días de promedio; en 5° año los varones manifestaron que su frecuencia semanal de actividad física suave en el tiempo libre es de 2,29 días mientras que las mujeres del mismo año 2,5 días. El siguiente gráfico representa dicha información.



De 1ª a 5ª año la moda de varones manifestó que realiza actividad física suave durante más de 15 minutos en su tiempo libre en 0 días a la semana, mientras que las mujeres obtuvieron de 1º, 3º, 4º y 5º como moda 0 días a la semana; aunque el grupo de 2º año de las mujeres obtuvieron una moda de 7 días a la semana. La siguiente tabla y gráfico representan dicha información:

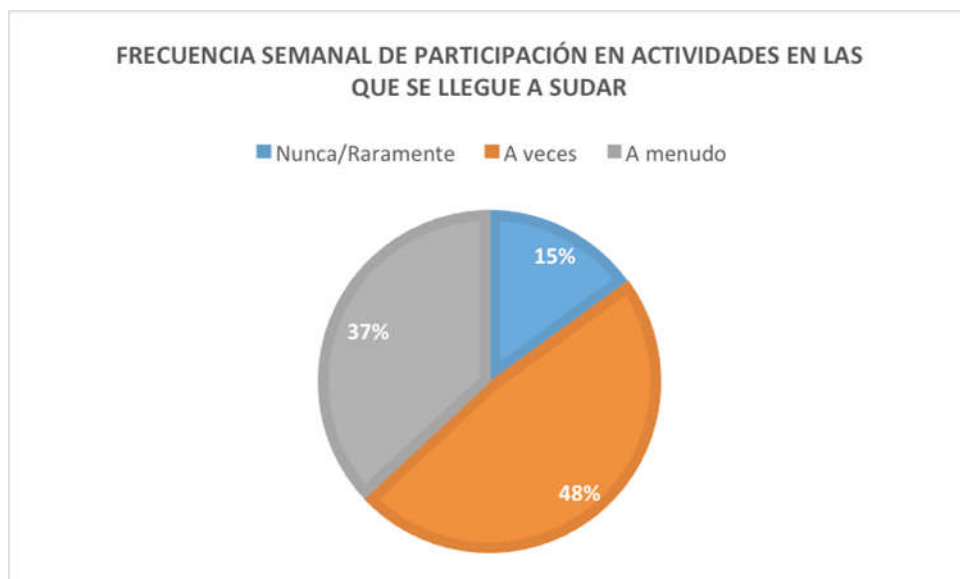
Moda	Varones	Mujeres
1º	0	0
2º	0	7
3º	0	0
4º	0	0
5º	0	0



3.1.1.7 Frecuencia semanal con que participa en una actividad física en la que se llegue a sudar en el tiempo libre

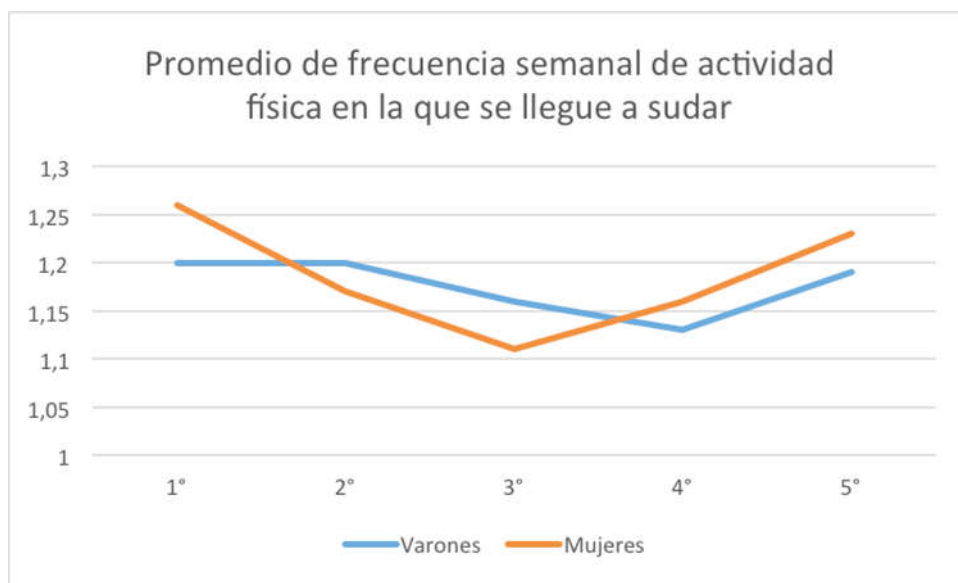
Un 15% del total de la muestra ha manifestado que nunca/ raramente participa en una actividad física en la que se llegue a sudar en el tiempo libre semanalmente; un 59% que lo hace a veces y el restante 26% que lo hace a menudo. En la siguiente tabla y gráfico se puede observar esta información:

Nunca/Raramente	15%
A veces	48%
A menudo	37%



En 1° año el promedio de varones y mujeres manifestó que participa en una actividad física en la que se llegue a sudar en su tiempo libre semana en 1° año el promedio de los varones manifestaron que 1,2 días a la semana mientras que las mujeres 1,26 días por semana, en 2° año el promedio de los varones manifestaron que 1,2 días a la semana mientras que las mujeres 1,17 días por semana; en 3° año para los varones el promedio de la frecuencia semanal con que participa en una actividad física en la que se llegue a sudar en el tiempo libre manifestada fue de 1,16, mientras que las mujeres 1,1 días a la semana; en 4° año el promedio de los varones manifestaron que 1,13 días a la semana mientras que las mujeres 1,16 días por semana; ; en 5° año el promedio de los varones manifestaron que su frecuencia semanal de participación en una actividad en la que se llegue a sudar es de 1,19 días mientras que en las mujeres del mismo año el cálculo fue de 1,23 días. La siguiente tabla y gráfico representan dicha información.

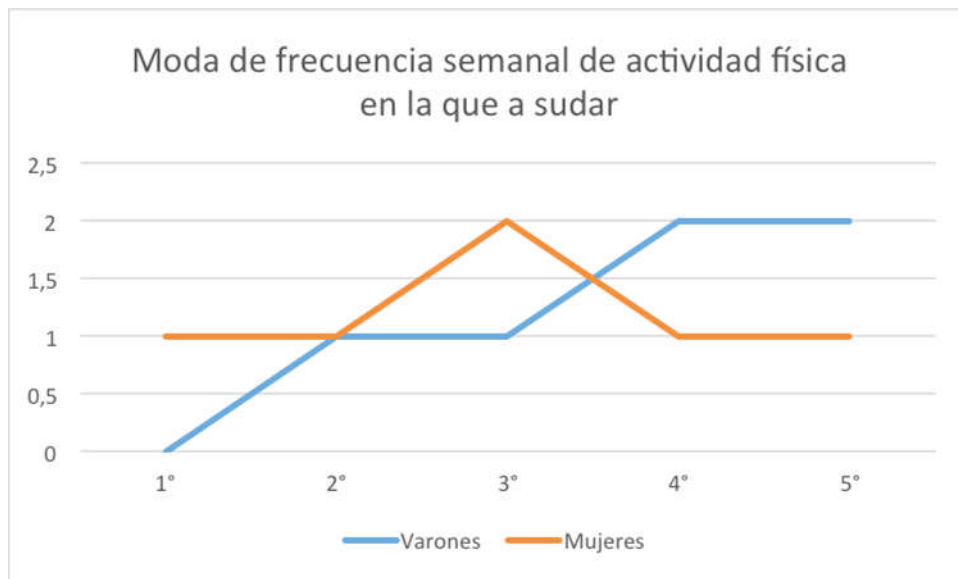
Promedio	Varones	Mujeres
1°	1,2	1,26
2°	1,2	1,17
3°	1,16	1,11
4°	1,13	1,16
5°	1,19	1,23



En 1° año la moda de varones que participa en una actividad física en la que llegue a sudar semanalmente es de Nunca o Rara vez; en 2° año la moda es en ambos sexos A veces; en 3° también en los varones es A veces, mientras que las mujeres obtuvieron una moda de A menudo; en 4° y 5° año los varones obtuvieron una moda de A menudo, mientras que en las mujeres de los mismos año da A veces en frecuencia semanal de actividad física en la que lleguen a sudar en su tiempo libre.

La siguiente tabla y gráfico representan dicha información:

Moda	Varones	Mujeres
1°	0	1
2°	1	1
3°	1	2
4°	2	1
5°	2	1



3.1.2 Variables complejas

A continuación describiremos cómo se han comportado las variables complejas:

Al igual que en las anteriores, hemos representado los datos en gráficos y tablas; en ellos se pueden observar el comportamiento de cada variable y el nivel alcanzado por cada una de las cuotas.

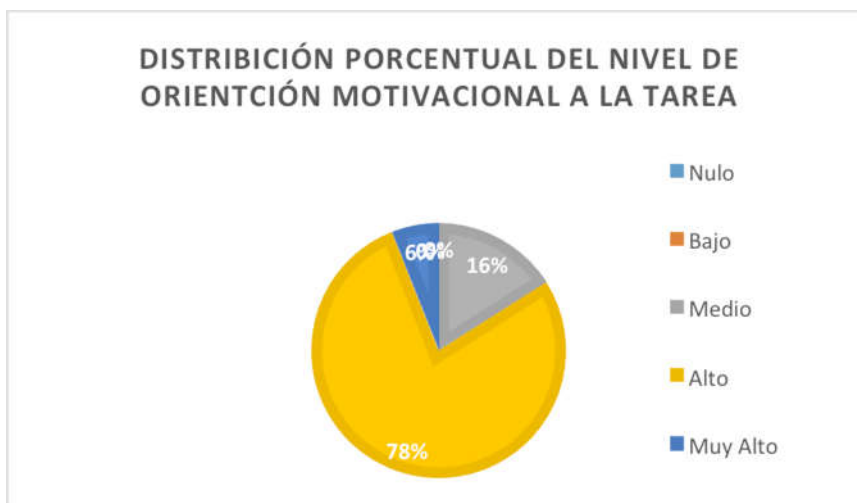
Como mencionamos en el sub apartado construcción de índices sumatorios de variables complejas observarán que en el eje vertical “Y” ubicamos los diferentes niveles de cada variable, donde nulo se observa como 1, bajo como 2, medio como 3, alto como 4 y muy alto es 5.

Como la sumatoria arroja valores que quedan comprendidos en rangos, se procedió a ubicar los valores dentro de esos rangos y luego se realizaron los cálculos estadísticos.

3.1.2.1 Nivel de orientación motivacional a la tarea

Del total de la muestra, el 6% de l@s estudiantes de la escuela secundaria manifestó que su Nivel de Orientación motivacional a la tarea es muy alto, un 78% que su nivel es alto, un 16% presenta un nivel medio de orientación motivacional a la tarea, un 0% refiere que su nivel motivacional orientado a la tarea es bajo y el porcentaje alcanzado por el nivel de Orientación motivacional a tarea Nulo es 0%. A continuación presentamos la tabla y el gráfico que representan esta información:

Frecuencia Porcentual	
Nulo	0%
Bajo	0%
Medio	16%
Alto	78%
Muy Alto	6%
	100%



Del total de los varones, el 0% obtuvo un nivel nulo y bajo de orientación motivacional a la tarea, el 17% manifestó un nivel medio de orientación motivacional a la tarea, un 74% reveló que tenía un nivel alto y el restante 9% un nivel muy alto.

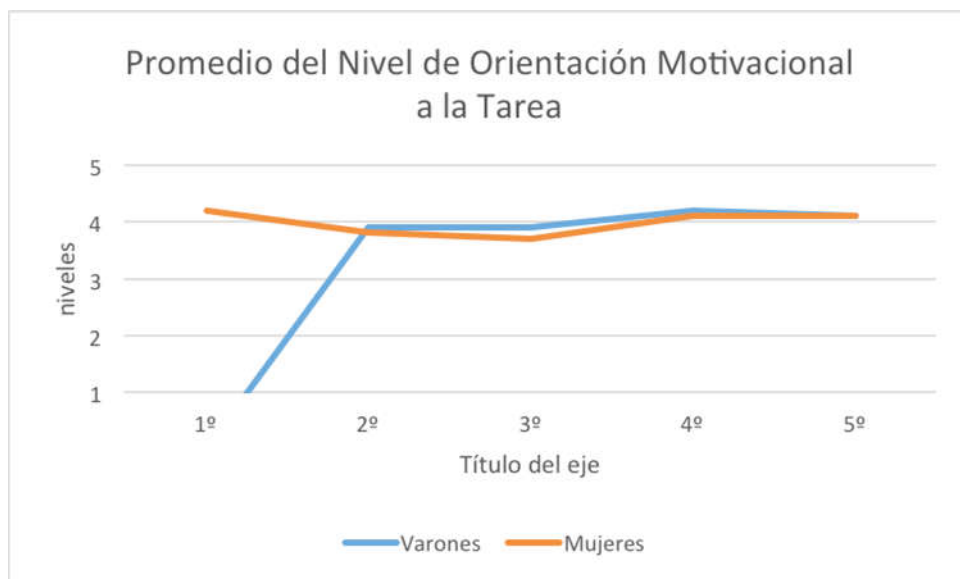
Del total de las mujeres, el 0% obtuvo un nivel nulo y bajo de orientación motivacional a la tarea, el 16% manifestó un nivel medio de orientación motivacional a la tarea, un 80% reveló que tenía un nivel alto y el restante 4% un nivel muy alto. Esta información se puede ver representada en la siguiente tabla y gráfico.

Frecuencia Porcentual varones y mujeres hacia la tarea		
	Varones	Mujeres
Nulo	0%	0%
Bajo	0%	0%
Medio	17%	16%
Alto	74%	80%
Muy Alto	9%	4%



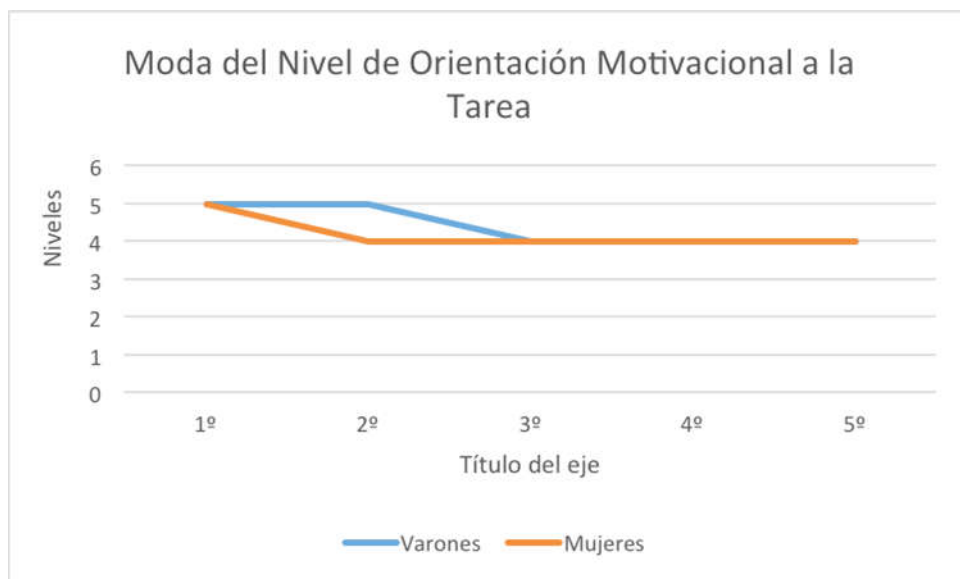
El promedio de niveles en Orientación motivacional a la tarea en casi toda la muestra es de un nivel medio, excepto las mujeres de 4° año que obtuvieron un promedio de alto. Aun así puede observarse a continuación el gráfico y la tabla que representa la variación presente en cada cuota.

	Promedio			
	Varones	Nivel	Mujeres	Nivel
1°	4,2	Alto	4,2	Alto
2°	3,9	Medio	3,8	Medio
3°	3,9	Medio	3,7	Medio
4°	4,2	Alto	4,1	Alto
5°	4,1	Alto	4,1	Alto



La moda presente en ambos géneros de 1º año fue de nivel muy alto, en 2º año los varones obtuvieron un nivel muy alto, mientras que las mujeres un nivel alto, la moda presente en ambos géneros de 3º, 4º y 5º año obtuvieron un nivel alto. Esta información se puede ver representada en la tabla y grafico que a continuación se presentan:

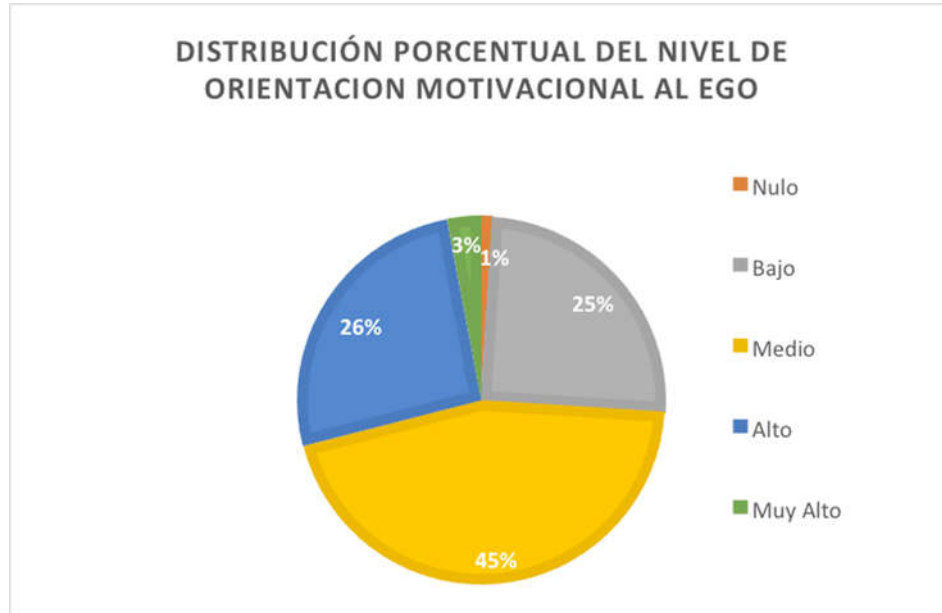
Moda tarea				
	Varones	Nivel	Mujeres	Nivel
1º	5	Muy Alto	5	Muy Alto
2º	5	Muy Alto	4	Alto
3º	4	Alto	4	Alto
4º	4	Alto	4	Alto
5º	4	Alto	4	Alto



3.1.2.2 Nivel de orientación motivacional al ego

El 1% de l@s estudiantes de la escuela secundaria posee un nivel nulo de orientación motivacional al ego, un 25% presenta un nivel bajo, un 45% de l@s estudiantes poseen un nivel medio, un 26% un nivel alto y 3 % un nivel muy alto de Nivel de orientación motivacional al ego. A continuación presentamos el gráfico y tabla que representan dicha información.

Frecuencia Porcentual	
Nulo	1%
Bajo	25%
Medio	45%
Alto	26%
Muy Alto	3%
	100%

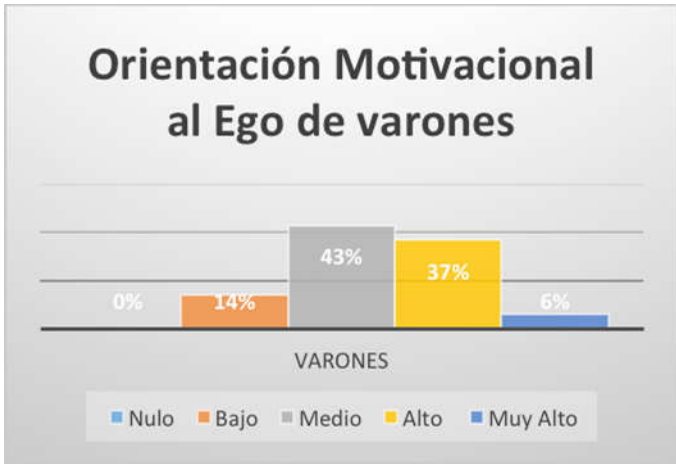


Del total de los varones, el 0% obtuvo un nivel nulo de orientación motivacional al ego, el 14% de ellos un nivel bajo, el 43% manifestó un nivel medio de orientación motivacional al ego, un 37% reveló que tenía un nivel alto y el restante 6% un nivel muy alto.

Del total de las mujeres, el 1% obtuvo un nivel nulo de orientación motivacional al ego, el 31% de ellas un nivel bajo, el 46% manifestó un nivel medio de orientación motivacional al ego, un 21% reveló que tenía un nivel alto y el restante 1% un nivel muy alto, al igual que los varones.

Información que se ve representada en el siguiente gráfico y tabla:

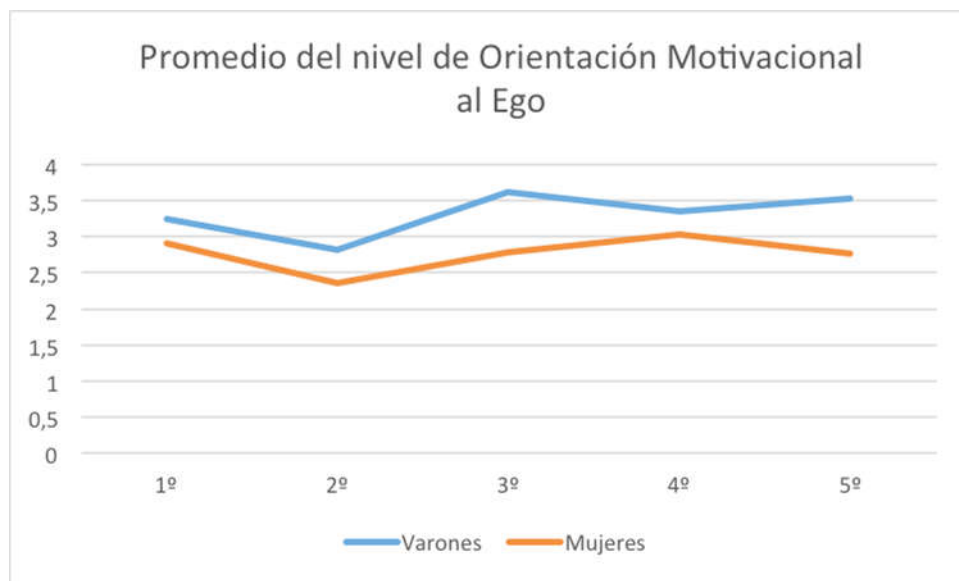
Porcentaje por género Ego		
	Varones	Mujeres
Nulo	0%	1%
Bajo	14%	31%
Medio	43%	46%
Alto	37%	21%
Muy Alto	6%	1%



En 1°, 2°, 3 y 5° año, el promedio de estudiantes mujeres fue de un nivel bajo de Orientación motivacional al ego, mientras que 4° año obtuvo el nivel medio.

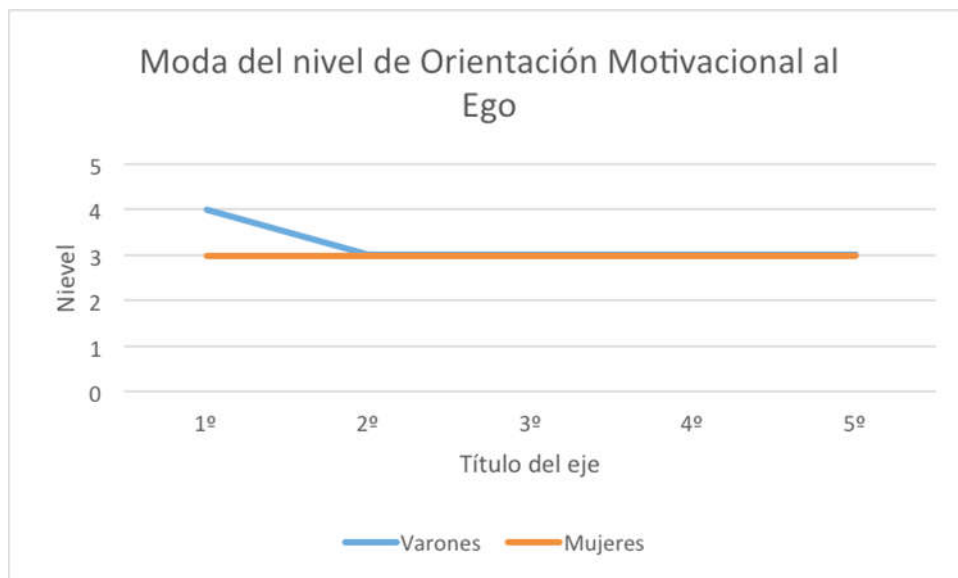
Los varones obtuvieron un promedio de nivel de Orientación motivacional al ego bajo sólo en 2° año y en los restantes: 1°, 2°, 4° y 5° esta variable se presentó en un nivel medio. La siguiente tabla y gráfico representan dicha información:

Promedio de Nivel de Orientación motivacional al Ego				
	Varones	Nivel	Mujeres	Nivel
1°	3,23	Medio	2,91	Bajo
2°	2,82	Bajo	2,36	Bajo
3°	3,62	Medio	2,78	Bajo
4°	3,34	Medio	3,04	Medio
5°	3,52	Medio	2,77	Bajo



La moda en los varones de 1º año ha sido de Nivel Alto en Orientación motivacional al ego, mientras que 2º, 3º, 4º y 5º año, ha sido de Nivel Medio de Orientación motivacional al ego. En las mujeres la moda del Nivel Medio de orientación motivacional al ego se presenta de 1ª a 5º año. La siguiente tabla y gráfico representan dicha información:

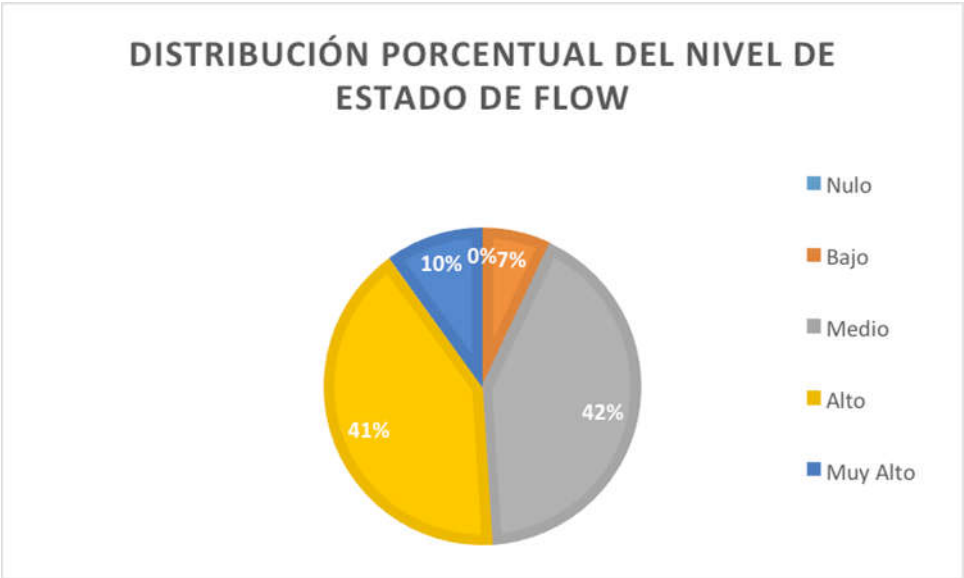
	Moda	Ego		
	Varones	Nivel	Mujeres	Nivel
1º	4	Alto	3	Medio
2º	3	Medio	3	Medio
3º	3	Medio	3	Medio
4º	3	Medio	3	Medio
5º	3	Medio	3	Medio



3.1.2.3 Nivel de Flow

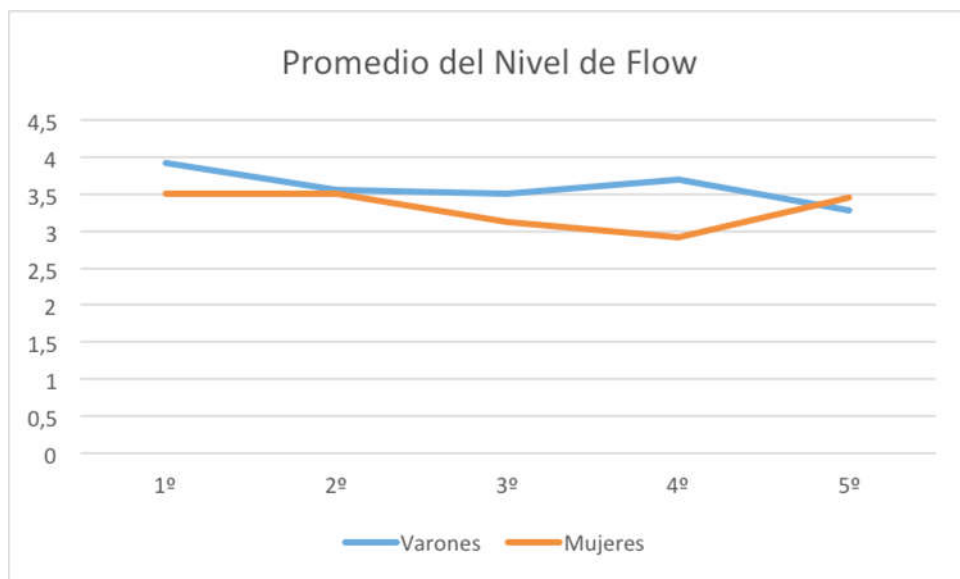
El nivel nulo de estado de Flow no han surgido porcentajes 0%, un 7% en el nivel bajo de estado de Flow, un 42% de I@s estudiantes de la muestra manifiesta un nivel de estado de flow medio, un 41% obtiene un nivel alto de estado de flow, un 10% un nivel muy alto. En el siguiente gráfico se pueden visualizar los porcentajes:

Frecuencia Porcentual	
Nulo	0%
Bajo	7%
Medio	42%
Alto	41%
Muy Alto	10%
	100%



El promedio obtenido en la muestra ha sido de nivel medio en los varones de 1° a 5° año, mientras que las mujeres de 4° año obtuvieron un nivel bajo y los cursos restantes: 1°, 2°, 3° y 5° año alcanzaron un nivel medio en estado de flow.

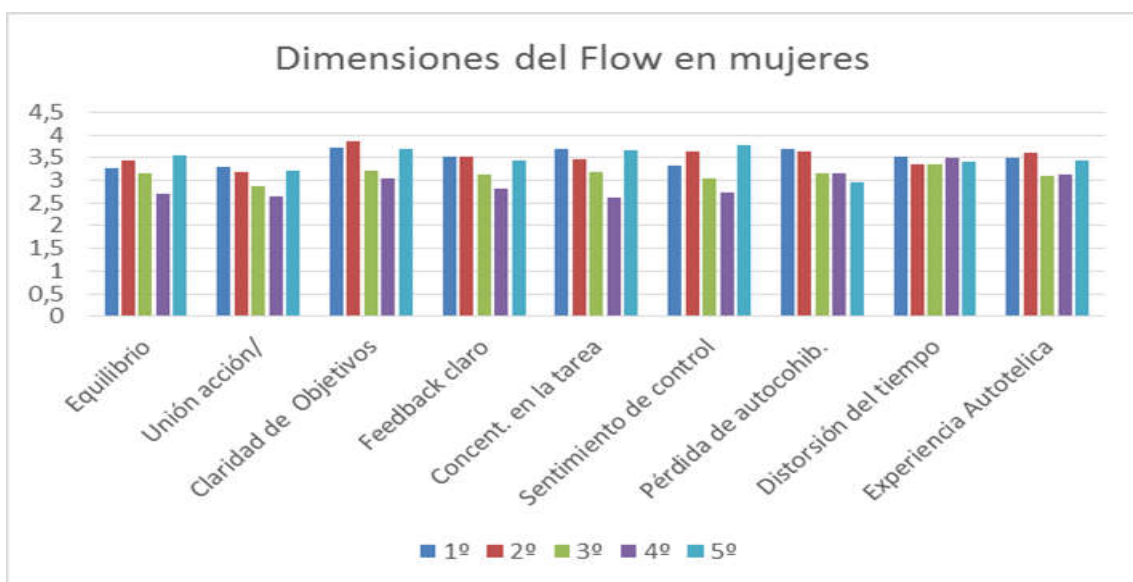
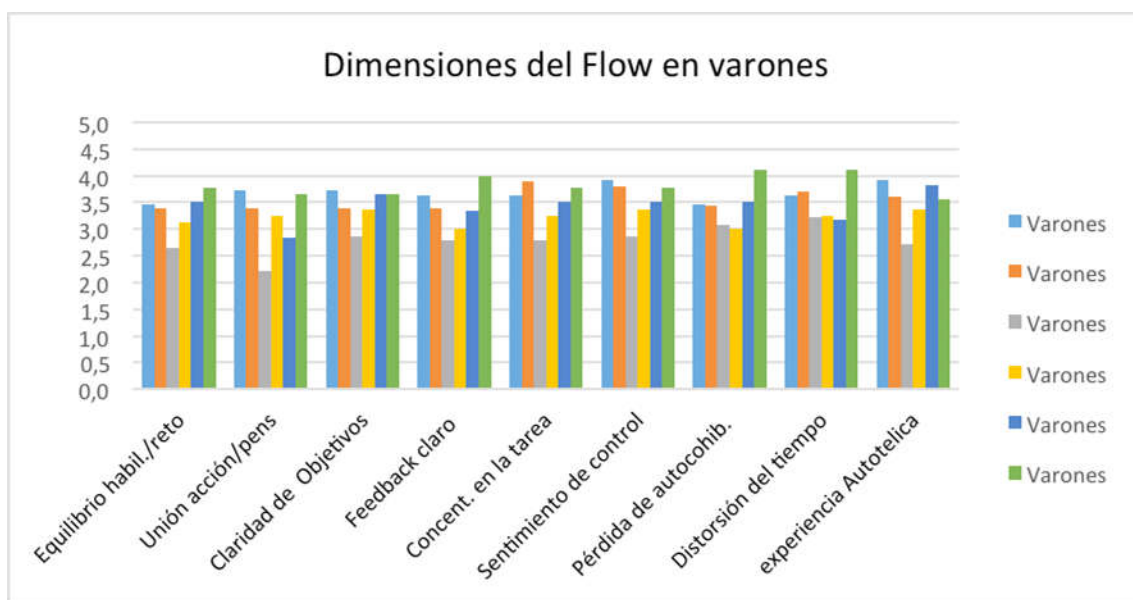
Promedio del nivel de flow				
	Varones	Nivel	Mujeres	Nivel
1°	3,93	Medio	3,51	Medio
2°	3,55	Medio	3,52	Medio
3°	3,50	Medio	3,13	Medio
4°	3,70	Medio	2,92	Bajo
5°	3,28	Medio	3,46	Medio



Los promedios de cada dimensión acentúan las diferencias entre las cuotas por año de cursada y por género en el estado de flow.

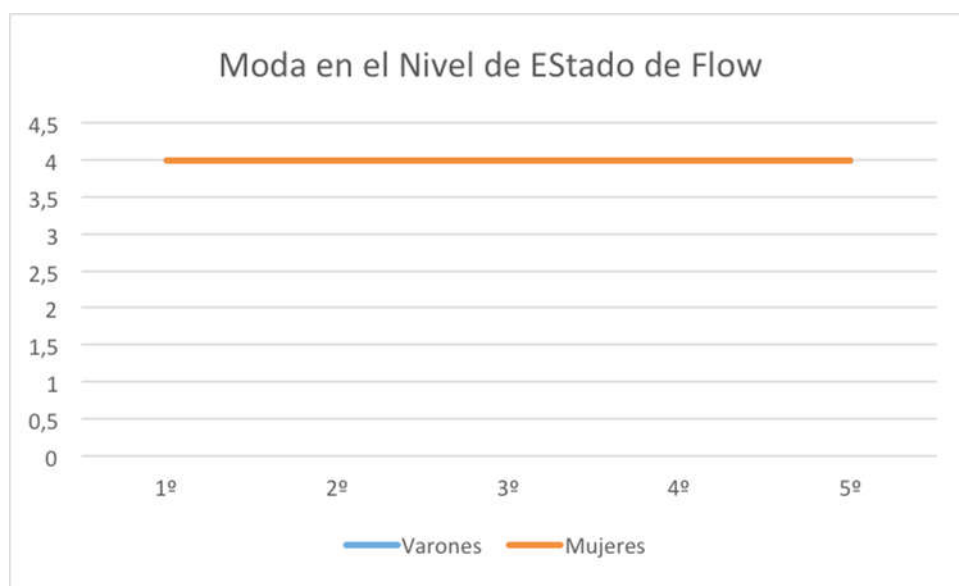
A continuación se pueden observar las representaciones en los gráficos y tablas correspondientes:

		Equilibrio	Unión acción/ Pens	Claridad de Objetivos	Feedback claro	Concent. en la tarea	Sentimiento de control	Pérdida de autocohib.	Distorsión del tiempo	Experiencia Autotelica
V	1º	3,75	3,47	4,42	4,02	3,75	3,90	4,1	3,7	4,3
V	2º	3,53	3,03	4,21	3,53	3,53	3,31	3,56	3,56	3,71
V	3º	3,5	3,56	3,81	3,62	3,62	3,62	2,68	3,18	3,93
V	4º	3,68	3,43	3,75	3,68	3,62	3,93	3,56	3,81	3,81
V	5º	3	2,97	3,77	3,38	3,13	3,27	2,33	3,44	3,66
M	1º	3,28	3,30	3,71	3,53	3,69	3,35	3,69	3,53	3,48
M	2º	3,44	3,19	3,85	3,53	3,46	3,62	3,67	3,35	3,60
M	3º	3,15	2,86	3,22	3,12	3,19	3,05	3,16	3,36	3,11
M	4º	2,70	2,64	3,03	2,82	2,62	2,73	3,15	3,48	3,12
M	5º	3,54	3,22	3,68	3,45	3,66	3,77	2,95	3,41	3,45



La moda obtenida en varones y en mujeres de la muestra fue de un nivel alto de estado de flow desde 1º a 5º año.

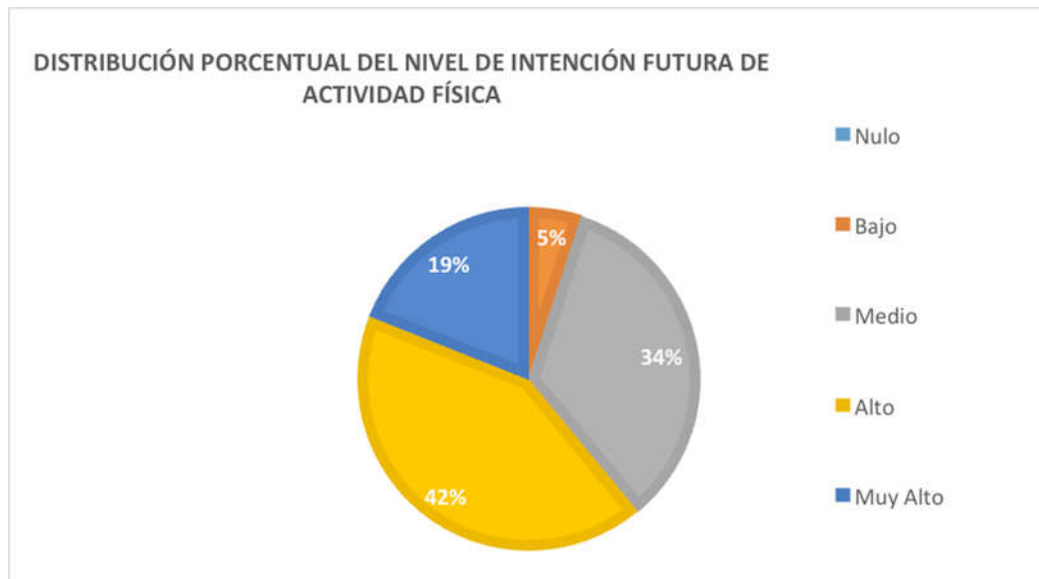
Moda del nivel de flow				
	Varones	Nivel	Mujeres	Nivel
1º	4	Alto	4	Alto
2º	4	Alto	4	Alto
3º	4	Alto	4	Alto
4º	4	Alto	4	Alto
5º	4	Alto	4	Alto



3.1.2.4 Nivel de intención de futura práctica de actividad física-deportiva

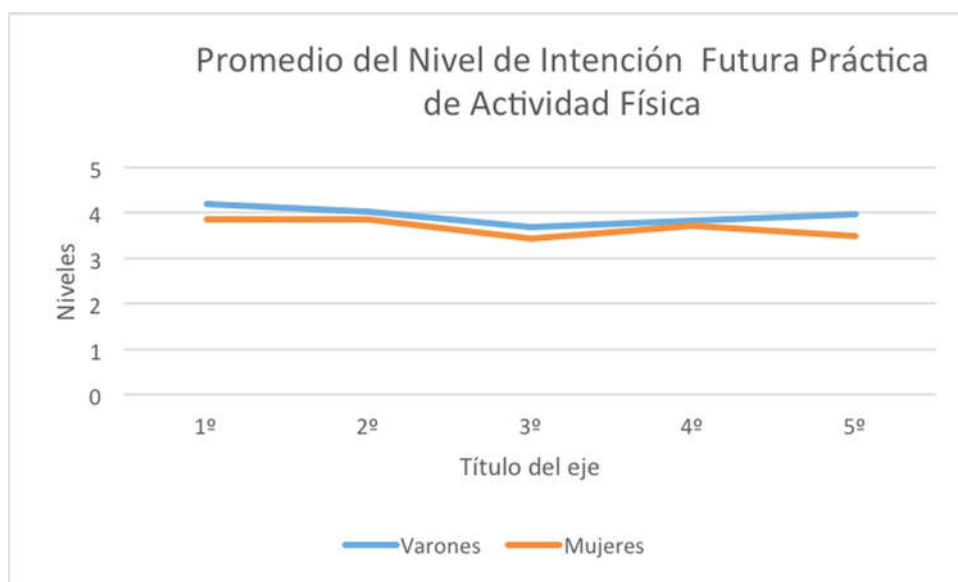
Del total de la muestra, el 0% manifiesta tener una intención futura de realizar actividad física-deportiva de nivel nulo, el 5% un nivel bajo de intención, el 34% un nivel medio, un 42% un nivel alto y el restante 19% manifiesta su intención futura de práctica física-deportiva de un nivel muy alto.

Frecuencia Porcentual	
Nulo	0%
Bajo	5%
Medio	34%
Alto	42%
Muy Alto	19%
	100%



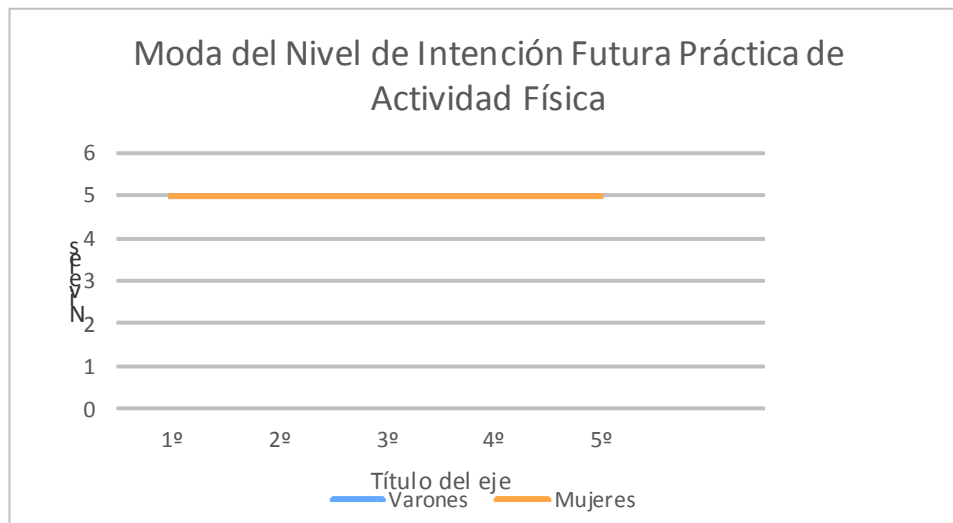
Los varones de 1º y 2º obtuvieron el nivel Alto, mientras que los de 3º, 4º y 5º año manifestaron el nivel Medio de la muestra. Por su parte las mujeres de 1º a 5º año tienen un promedio de nivel Medio de intención futura de actividad física y deportiva. Esta información se puede observar en la siguiente tabla y gráfico:

Promedio del nivel de intención futura				
	Varones	Nivel	Mujeres	Nivel
1º	4,22	Alto	3,85	Medio
2º	4,05	Alto	3,87	Medio
3º	3,7	Medio	3,44	Medio
4º	3,85	Medio	3,71	Medio
5º	3,97	Medio	3,5	Medio



La moda obtenida en la muestra ha sido de un nivel alto en la intención futura de actividad física-deportiva de 1º a 5º años en ambos géneros. En la siguiente tabla y gráfico se puede observar dicha información:

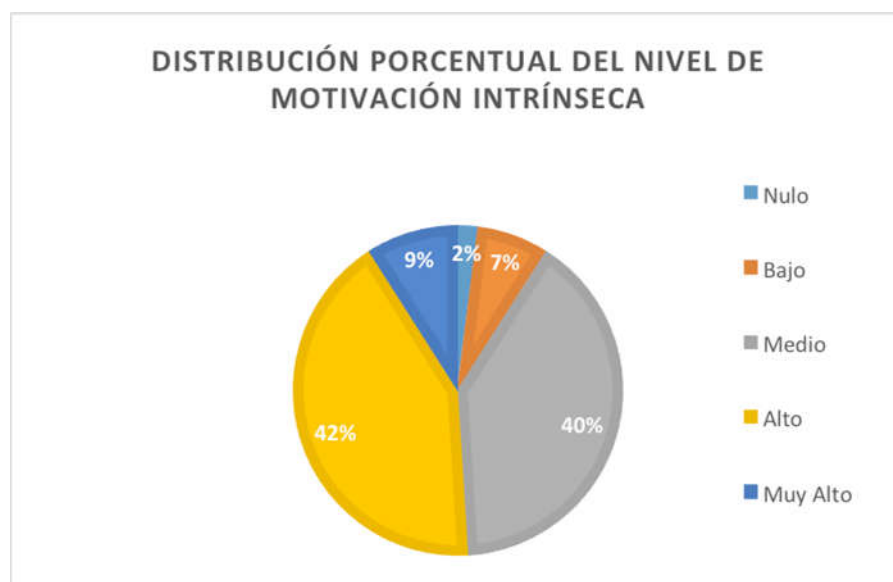
Moda	I.F.P.			
	Varones	Nivel	Mujeres	Nivel
1º	5	Muy Alto	5	Muy Alto
2º	5	Muy Alto	5	Muy Alto
3º	5	Muy Alto	5	Muy Alto
4º	5	Muy Alto	5	Muy Alto
5º	5	Muy Alto	5	Muy Alto



3.1.2.5 Nivel de motivación intrínseca

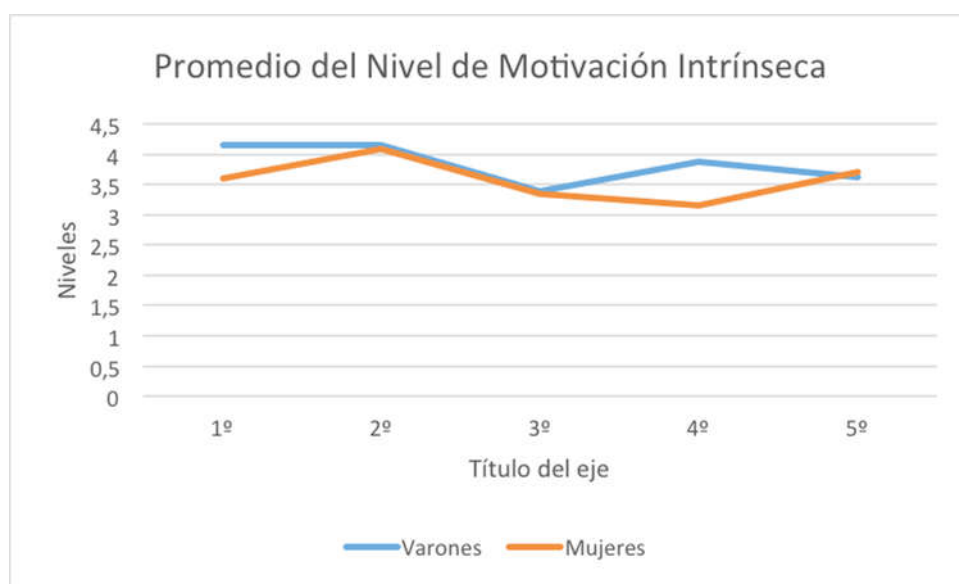
El 2% del total de la muestra presenta un nivel nulo de motivación intrínseca, un 7% de l@s estudiantes manifiesta un nivel bajo, un 40% de ell@s tiene un nivel medio, un 42% presenta un nivel alto en motivación intrínseca y el restante 9% manifiesta un nivel muy alto de la misma variable. A continuación presentamos una tabla y gráfico que representan dicha información:

Frecuencia Porcentual	
Nulo	2%
Bajo	7%
Medio	40%
Alto	42%
Muy Alto	9%
	100%



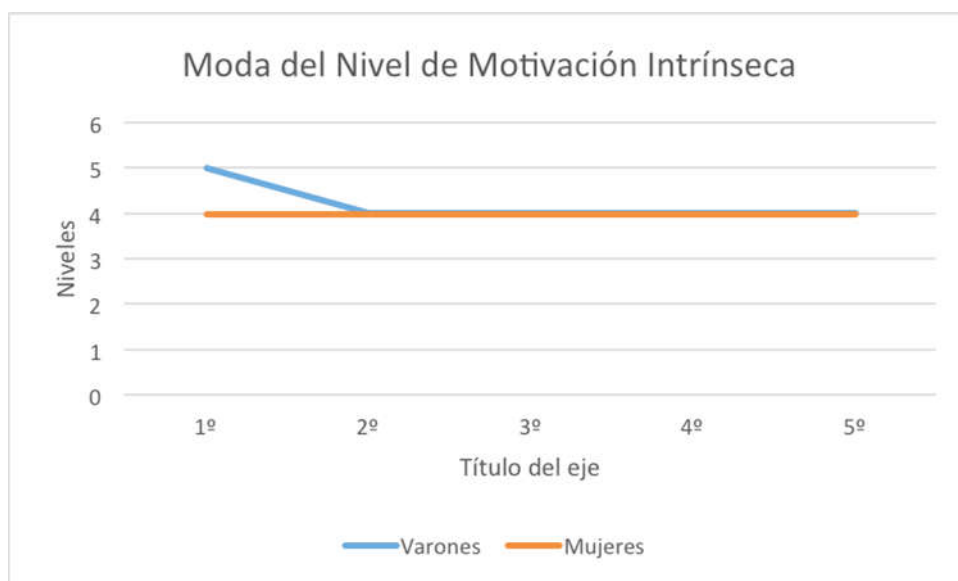
En los varones, el promedio obtenido del nivel de motivación intrínseca fue en 1º Y 2º año de nivel alto, en 3º, 4º y 5º año se obtuvo un nivel medio de promedio de nivel de motivación intrínseca. Mientras que las mujeres de la muestra obtuvieron en 2º año un promedio de nivel alto y el resto de los cursos 1º, 3º, 4º y 5º un promedio de nivel medio. A continuación se presentan una tabla y gráfico que representan dicha información:

Promedio del nivel de motivación intrínseca				
	Varones	Nivel	Mujeres	Nivel
1º	4,15	Alto	3,6	Medio
2º	4,15	Alto	4,1	Alto
3º	3,37	Medio	3,34	Medio
4º	3,87	Medio	3,15	Medio
5º	3,61	Medio	3,7	Medio



La moda presente en los varones de 1º año un de Nivel muy alto en motivación intrínseca, en los jóvenes de 2º a 5º año la moda obtenida fue de un nivel alto. Mientras que en las mujeres de la muestra se obtuvo una moda de nivel alto para las estudiantes de 1º a 5º año. A continuación se exponen la tabla y gráfico que representa dicha información:

Moda	Motivación intrínseca			
	Varones	Nivel	Mujeres	Nivel
1º	5	Muy Alto	4	Alto
2º	4	Alto	4	Alto
3º	4	Alto	4	Alto
4º	4	Alto	4	Alto
5º	4	Alto	4	Alto



3.2 Análisis e interpretación de datos

Luego de caracterizar los datos por variable, de manera separada, hemos realizado una interpretación relacionándolos con el marco teórico y entre sí.

A continuación se presenta una tabla que representa las diferentes distribuciones porcentuales de las variables complejas.

Distribución porcentual					
	Intención	O.M. al Ego	O. M. a la Tarea	Mot. Intrínseca	Flow
Nulo	0%	1%	0%	2%	0%
Bajo	5%	25%	0%	7%	7%
Medio	34%	45%	16%	40%	42%
Alto	42%	26%	78%	42%	41%
Muy Alto	19%	3%	6%	9%	10%

La orientación motivacional de l@s estudiantes de la escuela secundaria que ha participado en la investigación se manifiesta con un mayor porcentaje hacia la tarea que al ego, ya que en la muestra el 45% se caracteriza por un nivel medio de orientación motivacional al ego y un 78% de la muestra refiere un nivel alto de orientación motivacional a la tarea.

Si bien consideramos ambas dimensiones independientes, los niveles medio, alto y muy alto de orientación motivacional al ego suman el 74% de la muestra y los niveles bajo y nulo de la misma variable suman un 26%.

Los niveles medio, alto y muy alto de orientación motivacional a la tarea suman 100% en la muestra de la escuela de la Ciudad Autónoma.

Se puede observar también una relación positiva con los niveles medio, alto y muy alto de motivación intrínseca del 91%.

El promedio de la orientación motivacional a la tarea mantiene un nivel alto en tres de la muestra.

Y al igual que en la orientación motivacional al ego, la variable orientación motivacional a la tarea no presenta diferencias significativas entre ambos géneros.

En nuestra investigación, la motivación intrínseca en los niveles medio, alto y muy alto de la muestra han alcanzado un 91%, la suma de los mismos niveles de la orientación motivacional al ego expresa un 74% y la misma sumatoria de la orientación motivacional a la tarea resulta en un 100%.

La relación presente entre los niveles medio, alto y muy alto de motivación intrínseca y de intención de práctica futura de actividad física y deportiva en l@s estudiantes de Educación Física del nivel medio del sistema educativo argentino es positiva, ya que en ambas variables se suman porcentajes que superan el 80%.

Los niveles medio, alto y muy alto de estado de flow de la muestra suman un 93% entre l@s estudiantes de la muestra lo que tiene una relación positiva con la suma de los mismos niveles de intención futura de actividad física deportiva que suman 95 %.

Los niveles bajo y nulo de estado de flow manifestado por l@s estudiantes en la escuela secundaria suman un 7%, distribuyendo el 93% restante en los niveles medio, alto y muy alto de estado de flow.

El 97% de la calificación de educación física obtenida el año anterior se ha distribuido en los valores 6, 7,8, 9 y 10, encontramos una relación significativa con los niveles medio, alto y muy alto de orientación motivacional a la tarea que suman un 100 %.

La intención de futura práctica de actividad física deportiva suma en los niveles medio, alto y muy alto un 95%, con una relación positiva con el estado de flow de los mismos niveles (93%) y con la motivación intrínseca (91%).

El gusto por la educación física arroja valores similares entre géneros ya que la suma de los niveles normal, bastante y mucho de los varones suman 97%

y las mujeres suman 93%; pero, hay una diferencia marcada en cuanto los valores de los niveles, ya que el 46% de los varones manifiesta que les gusta mucho la educación física y el 24% de las mujeres manifiesta que les gusta mucho. Dando una diferencia significativa en el gusto por la asignatura en los varones.

El 97% de l@s estudiantes manifiestan que les gusta normal, bastante y mucho la educación física y el mismo porcentaje manifestó que su intención futura de actividad física es media alta y muy alta, por lo que encontramos una relación positiva entre estas variables.

La calificación obtenida el año anterior suma un 97 % entre los valores 6 y 10, valores con los que se aprueba la asignatura y los niveles medio, alto y muy alto de motivación intrínseca suman un 91%, por lo que afirmamos que encontramos una relación positiva entre estas dos variables.

La distribución porcentual de la orientación motivacional al ego y a la tarea en ambos géneros no presenta diferencias considerables en su distribución porcentual.

La actividad física realizada en el tiempo libre arroja un promedio de 2 días, al igual que la actividad física en la que se llegue a sudar que arroja un promedio de a veces (48%).

En los promedios generales de toda la escuela secundaria de las variables complejas no se observa diferencias significativas entre ambos géneros.

Luego de exponer una relación entre las variables nombradas anteriormente decimos que los valores que pueden describir el comportamiento de las distintas variables en la población que conforma la muestra, en donde observamos que los niveles de orientación motivacional a la tarea y al ego son significativos.

Siguiendo con el comparativo de dichas variables citamos a Duda (1995), quien revela que se establecen relaciones inversamente opuestas entre estas variables, ya que la orientación a la Tarea, se correlaciona con los

marcadores de la Diversión, el esfuerzo y la motivación intrínseca compuesta, mientras que en la orientación al yo (orientación al ego), se establece una relación inversamente significativa. Dicho autor, coincide con Nicholls (1984, 1989) en que las orientaciones motivacionales son ortogonales, dimensiones independientes, que tienen que ver con las diferentes formas de construir el propio nivel de competencia ante diferentes situaciones; que pueden ser consideradas de mayor o menor implicación en la tarea o en el ego, dependiendo de las demandas del ambiente social, lo que justifica que la muestra obtenga porcentajes elevados en ambas orientaciones motivacionales.

García Calvo, T. demuestra a su vez que los propósitos de la orientación a la tarea son más intrínsecos y pro sociales a diferencia de los de la orientación al Ego, que son más extrínsecos. En relación a esto último, se dice que el éxito o el fracaso dependen de la valoración subjetiva respecto al aprendizaje o mejora en la tarea. Nicholls en García Calvo (2004).

En dicha investigación, los porcentajes obtenidos en la muestra entre la orientación motivacional a la tarea y al ego puede ser explicada teóricamente a través de lo expresado por Ryan en Cecchini y González, López Prado y Brustad (2005) quienes sostienen que “los individuos deben estar motivados intrínsecamente cuando ellos se implican en una actividad en ausencia de premios extrínsecos. La motivación intrínseca está directamente relacionada con la diversión, el compromiso y la entrega en el trabajo, la competencia motriz percibida y la ansiedad ante el error y las situaciones que producen stress” (p.470-471).

A su vez, García Calvo (2004) y Cervelló, Fenoll, Jiménez, García y Santos-Rosa (2001) demuestran que tanto la orientación a la Tarea como al Ego en los jugadores, predicen la aparición de un estado de Flow disposicional. En dicho estado existe una relación positiva entre el nivel medio de flow y el nivel alto de orientación motivacional a la tarea, ya que cuando los individuos

participan en una actividad que han elegido y sobre la que tienen control, mejorará la motivación intrínseca.

Según Moreno, Moreno y Cervelló (2007) explican que la competencia percibida, es el principal factor de la intencionalidad de ser físicamente activo, lo que justificaría la relación positiva, ya que en el estado de flow se valora entre sus indicadores el sentimiento de control, una experiencia autotélica, la claridad de objetivos, la concentración sobre la tarea que se está realizando, la claridad de objetivos, el feedback claro y sin ambigüedades, la pérdida de cohibición o de autoconciencia y la combinación/unión entre la acción y el pensamiento.

Al no ser tan notoria la diferencia entre los géneros podemos parafrasear al documento curricular y decimos que la Educación Física impacta en la corporeidad del adolescente contribuyendo en su formación integral. Los sujetos a través de su corporeidad vivencian la apertura a los otros en la convivencia. Se apropian de la cultura y de la experiencia humana para crear, transformar y proyectarse como sujetos sociales. Ésta disciplina debe promover que cada alumno vaya a la conquista de su disponibilidad corporal y motriz en relación con el medio social. Entonces cuerpo y movimiento se tornan esenciales para la adquisición del saber sobre el mundo. Cuerpo, entendido como corporeidad (hacer, saber, pensar, sentir, comunicar y querer) y movimiento pensando en la intencionalidad de acción para concretar sus proyectos. De esta manera, la motricidad se perfila en la plasticidad de un cuerpo en proceso humanístico de desarrollo.

3.3 Conclusiones y sugerencias

Finalizado este trabajo de investigación podemos concluir que, el mismo relacionó variables motivacionales que se pueden observar en las clases de Educación Física: perfiles motivacionales desde una perspectiva de logro, la

motivación intrínseca, extrínseca y el estado de flow. Asimismo se relacionaron estas variables con la intención de la práctica futura de actividades físico-deportivas en l@s adolescentes.

Las relaciones establecidas manifestadas por l@s estudiantes del Instituto privado de C.A.B.A. fueron los siguientes:

- La orientación motivacional a la tarea en los niveles medio, alto y muy alto de l@s estudiantes suma un 100% y la orientación motivacional al ego suma en los mismos niveles 74%. Se observa un mayor porcentaje hacia la tarea que al ego. La orientación motivacional hacia el ego se relaciona indistintamente en la intención futura para realizar actividad físico-deportiva; mientras que la orientación motivacional hacia la tarea demuestra su relación positiva con la intención futura de práctica físico-deportiva.
- La motivación intrínseca se relaciona positivamente con la intención futura de práctica físico-deportiva. La motivación intrínseca de la muestra suma en sus niveles medio, alto y muy alto un 91%.
- El estado de flow obtuvo una distribución porcentual de un 93% en la suma de los niveles medio, alto y muy alto. Se relaciona positivamente con la intención futura de práctica físico-deportiva en el decir de l@s estudiantes, respecto a la proyección de realizar actividades físico-deportivas una vez finalizada la escolarización.
- La intención de práctica futura de actividad física-deportiva suma en los niveles medio, alto y muy alto un 95%.

A partir del análisis de los datos recolectados y haciendo un recorrido por la teoría de los prestigiosos autores que se destacaron en esta temática se puede referenciar que:

En este sentido y retomando la teoría de la perspectiva de las metas de logro desarrolladas por Cervelló y Santos-Rosa (2000) se dice que, en los entornos de logros como pueden ser en el procesos de enseñanza aprendizaje de la Educación Física y el Deporte, los sujetos se encuentren motivados por la consecución del éxito, pensando el mismo en demostrar

competencias o habilidades respecto a la tarea que están realizando. Sin embargo, el significado de lo que es habilidad puede variar para diferentes personas. Existen dos diferentes concepciones de lo que significa ser hábil en los entornos de logro. De esta manera, las personas tienden a adquirir una de estas dos concepciones de habilidad (o una combinación de las dos) y actúan de acuerdo con ellas. Estas dos concepciones de habilidad han sido denominadas como “orientación a la tarea” y “orientación al ego”. Entonces, si tomamos en cuenta esta variable, respecto a los datos recolectados, se puede decir que en la concepción de habilidad orientada al ego, en el presente trabajo se obtuvo un nivel medio por parte de l@s estudiantes de la muestra. En tanto que la concepción de habilidad orientada a la tarea en los datos recolectados de nuestra base de datos dieron un nivel alto por parte de l@s estudiantes de la muestra. Por lo tanto, se puede decir que, el grupo de dicha muestra se caracteriza por realizar acciones que manifiestan una orientación al aprendizaje. En este sentido las percepciones de la habilidad dependen más del progreso personal que de una valoración subjetiva acerca de su capacidad en relación a otros. Cada estudiante es importante en su formación integral, entonces con esta mirada vamos a promover y permitir desarrollar al máximo sus potencialidades y competencias necesarias para su desarrollo personal y social.

Respecto a la variable motivación intrínseca y parafraseando a Almagro (2012), 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. Entonces decimos que, según lo expresado en el relevamiento de los datos se demostró un nivel alto para dicha variable. La muestra evidenció su gusto, valoración y disfrute por estos tipos de prácticas. En las clases de Educación Física se promovieron experiencias placenteras, l@s estudiantes interactuaban concretando sus proyectos.

También, reiterando, los resultados expresados anteriormente respecto a la variable estado de flow, decimos que, de manera general se obtuvo un nivel medio. Dice Csikszentmihalyi (1990), conceptualizando el Estado de Flow: se

corresponde a un estado psicológico óptimo que permite al deportista afrontar una tarea motriz con las mejores condiciones psíquicas posibles.

En relación a la variable intención futura para realizar actividad físico-deportiva, se obtuvo un nivel alto, por tanto decimos que l@s alumn@s de la muestra analizada, se interesan por la práctica de la actividad física, practican algún deporte por fuera de las clases de Educación Física, y/o realizan alguna actividad física en su tiempo libre. Los mismos manifestaron la intención de continuar realizando actividad físico-deportiva finalizada la etapa escolar.

Este trabajo arroja sugerencias práctico-sociales y es coherente con las prácticas y profesor@s innovador@s en la Educación Física escolar mencionadas por Da Silva y Bracht (2010), en tanto que la enseñanza en las escuelas debe permitir a l@s alumn@s una apropiación crítica en lo que respecta al cuerpo y al movimiento. Estos autores refieren al tipo de práctica innovadora, cuando el profesor va a la búsqueda de: Innovar el contenido de la Educación Física, cuando se involucran a l@s estudiantes realizando prácticas pedagógicas de cogestión, utilizando diferentes formas de evaluación que involucren a l@s estudiantes y articulando el área de Educación Física con el proyecto educativo de la escuela.

Entonces, podemos decir que, este trabajo de investigación puede arrojar datos relevantes para poder trabajar con docentes del área de Educación Física pensando en sus prácticas pedagógicas y su relación con la innovación. Ya que la perspectiva de metas según Cervelló y Santos-Rosa (2000) y sus dos diferentes concepciones de habilidad en los entornos de logro, tienen consecuencias tanto afectivas, como cognitivas y conductuales. La orientación de metas (ego y/o tarea) pueden ser moduladas e influidas por el entorno que percibe el sujeto. Por tanto, se pueden trabajar aspectos motivacionales en las clases de Educación Física para que les permitan a los jóvenes resignificar y valorar la importancia de realizar actividad físico-deportiva en el futuro.

En este trabajo pudimos dilucidar la valoración positiva que aportan las variables: motivación intrínseca, estado de flow, orientación motivacional (ego y tarea) y su relación con la intención de práctica futura de actividad física deportiva. De allí su importancia en la experiencia vivida de l@s alumn@s en sus clases de Educación Física a lo largo de su etapa escolar y su incidencia en la práctica físico-deportiva finalizada esta etapa.

Por su parte, encontramos en Rigal (2011) otras sugerencias práctico-sociales que amplían las mencionadas anteriormente, tales como: generar en l@s futur@s profesionales una conciencia crítica de la educación y del rol de la escuela en tanto actor político y de transformación social, cuestionar la legitimación de discursos hegemónicos, propiciar prácticas físicas democráticas, abiertas y flexibles y sostener una posición docente humilde y con apertura a la adquisición de nuevos aprendizajes.

Entonces, pensando en una línea de continuidad para el desarrollo de futuros trabajos de investigación se puede decir que: en ciertas ocasiones l@s jóvenes cuestionan la utilidad de determinados conocimientos o metodologías de la enseñanza, generando en ellos malestar e insatisfacción por los saberes transmitidos. En este marco caben las siguientes preguntas:

¿Qué motiva a l@s docentes de Educación Física pensar y repensar sus prácticas pedagógicas en pos de buscar en sus estudiantes la continuidad de la actividad física-deportiva finalizada la etapa escolar?

¿Como el Instituto de Enseñanza Superior de Educación Física estimula a sus estudiantes en formación, para trabajar sobre las variables motivacionales en sus futuros alumnos?

3.4 Discusión

Para comenzar a desarrollar este apartado queremos aclarar que durante el proceso de investigación encontramos inconvenientes diversos como el hecho de la incorporación de Colombia a la investigación a escala macro y

con el objetivo de tener coherencia en los criterios a nivel internacional, se tuvo que cambiar la variable clima motivacional que estaba en el proyecto inicial por la variable orientación motivacional. A partir de esta decisión, se tuvo que modificar marco teórico y sus conceptualizaciones y la relevancia de la investigación.

En la licenciatura a distancia que se dicta en la UFLO se sortearon algunas dificultades, a saber: la participación en los foros de tod@s los que formábamos parte del proceso de investigación, ya que se pudieron registrar encuentros y desencuentros en este proceso de formación y de esta manera, la propuesta obstaculizaba, debido a su dificultad en la participación de tod@s l@s investigadores en forma continua y simultánea; fue muy difícil que esto se pudiera llevar a cabo.

Otra dificultad con la que nos encontramos fue la elaboración de los índices correspondiente a cada una de las variables, ya que en esta investigación l@s investigadores que participaban de la misma no elaboraron el instrumento (cuestionario) que utilizaron para el análisis de los datos; por tanto se vio dificultada la tarea de asignar el puntaje correspondiente a cada valor de las variables complejas y más aún el caso de la variable nivel de flow. Cabe destacar que la tarea se hizo más amena por la incondicional participación y acompañamiento constante de la Licenciada Gómez.

En lo que respecta al pilotaje, reconocer las incidencias que se registraron en su desarrollo, nos permitió anticiparnos situacionalmente a los momentos que se presentaron en la muestra general. También, se elaboró un glosario de palabras con significados comunes para tod@s l@s investigadores y para l@s estudiantes de la muestra para facilitar los términos desconocidos por los mismos.

4 Anexos

Anexo 1: Carta de presentación

Anexo 2: Protocolo para el pilotaje

Anexo 3: Información del colegio secundario de muestra

Anexo 4: Síntesis de información colectiva del pilotaje

Anexo 5: Protocolo de administración de cuestionarios a la muestra total.

Anexo 6: Modelo de cuestionario Q1 A.

Anexo 7: Procedimiento para completar Planilla Q1 Excel 11

Anexo 8: Planilla Q1 Excel 11 cargada

4.1 Carta de Presentación



Buenos Aires, 10 de junio de 2014

Instituto A.M.H. de Olmos

Sr. Rector Juan Manuel Arretino

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 a 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

Firno en conformidad:

4.2 Protocolo para Pilotaje



FACULTAD DE ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE

Procedimiento de realización del pilotaje

CONDICIONES PREVIAS

- Imprimir 15 cuestionarios en simple faz, 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 demás 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 no cuenten con uno cada uno) a l@s estudiantes.

El/la administrador/a explicará a l@s 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 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; éste 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. 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. Cuando finalizan me acercan el cuestionario completo.

¿Alguien tiene alguna duda?”

Si no hay dudas, l@s alumn@s 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 l@s alumn@s vayan finalizando, el/la administrador/a recogerá cada cuestionario asegurándose de que están correctamente completadas todas las hojas y solicitando a l@s alumn@s 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 l@s estudiantes.

- Una vez que l@s estudiantes se retiren 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 l@s estudiantes luego de hacer la presentación y saludo inicial:
 - Dudas, preguntas, comentarios manifestados por l@s estudiantes mientras se iba completando la primer parte del cuestionario con la guía del administrador (leyendo en voz alta):
 - Dudas, preguntas, comentarios manifestados por l@s estudiantes mientras se completaba el cuestionario de modo autoadministrado por l@s estudiantes:
 - Dudas, preguntas, comentarios manifestados por l@s 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:

4.3 Información del colegio seleccionado como muestra

Nombre de la Institución: Instituto A.M.H. de Olmos

Gestión: Privado

Rector: Juan Manuel Arretino

Dirección: Bahía Blanca 363

Provincia y Ciudad: Buenos Aires, Ciudad Autónoma de Buenos Aires

Teléfono: 4672- 7090

Mail: nivelmedioolmos@gmail.com

Años/Cursos Turno Mañana	Cantidad de alumn@s
1ro.	24
2do.	22
3ro.	22
4to.	20
5to.	21

4.4 Síntesis de la información del pilotaje



FACULTAD DE ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE

Este documento fue elaborado por Valeria Gómez. Sintetiza la información generada por tod@s los estudiantes que iniciaron la cursada de la materia en el 2014 (son dos grupos).

Los siguientes estudiantes realizaron el primer procesamiento de parte de la información: Victor Portillo, Gabriel García, Alejandro García, Silvana Pedrón, Ariadna Losso, Silvio Álvarez y Eliana Di Vincenzo (cada uno procesó un ítem).

Síntesis información sobre el pilotaje

Glosario:

Las palabras que generaron dudas en l@s estudiantes se definirán de la siguiente manera: definición - definición coloquial - ejemplo - referencia al ítem del cuestionario.

Están ordenadas de acuerdo a su orden de aparición en las páginas del mismo.

Página 1 del cuestionario: Tiempo libre, extenuante, moderado, a menudo, indiferente, "salir a correr"

- Tiempo libre:

Definición: Es aquel tiempo que se dedica a aquellas actividades que no corresponden a su trabajo formal ni a tareas domésticas esenciales.

Definición coloquial: En el caso de l@s estudiantes, se refiere al horario extra escolar, que no pertenece a una actividad escolar, incluyendo la realización de Educación Física en contra turno.

Ejemplo: Cuando vas al club a participar de alguna actividad deportiva o realizar actividad física, a correr en la plaza, a la escuela de danzas, etc. Es el tiempo que queda después de ir a la escuela, hacer la tarea, comer,

dormir, etc. Es el tiempo en que no tienes que hacer nada en forma obligatoria

Ítem: "En una semana, ¿cuántas veces hacés los siguientes ejercicios durante más de 15 minutos en tu tiempo libre?"

- Extenuante:

Definición: Enflaquecimiento, debilitación de fuerzas materiales. Cansar a alguien o algo hasta el máximo de sus posibilidades.

En relación a la actividad física, implica entrenar hasta el máximo de las posibilidades.

Definición coloquial: La palabra hace referencia a que se produce fatiga, cansancio o debilitamiento en la realización de la tarea. Actividad que produce un cansancio extremo.

Ejemplo: Cuando practicás algún deporte o actividad física que te resulta completamente agotadora.

Ítem: ¿Cuántas veces haces ejercicio durante más de 15 minutos... "Ejercicio extenuante (el corazón late rápidamente). Por ejemplo jugando al fútbol, al squash, al básquet, haciendo judo, natación fuerte, ciclismo fuerte de larga distancia") – página 1

- Moderado:

Definición: Que guarda un medio entre dos extremos

Definición coloquial: Cuando practicás una actividad física o deporte que se puede mantener durante muchos minutos sin producir fatiga, realizás una actividad de intensidad moderada. Te cansa pero podés continuar.

Ejemplo: Al hacer una actividad, sentís que se incrementa tu ritmo respiratorio pero no te produce por ejemplo, la imposibilidad de hablar.

Ítem: ¿Cuántas veces hacés ejercicio durante más de 15 minutos... "Ejercicio moderado (no agotador). Por ejemplo caminar rápido, ciclismo lento, voleibol, natación fácil, baile popular y folclórico). Página 1

- A menudo:

Definición: Muchas veces, frecuentemente y con continuación.

Definición coloquial: hacer algo de manera seguida o repetida en el tiempo.

Índice para que sea más específica la respuesta, se propone:

-NUNCA / RARAMENTE (1 DÍA SOBRE 7),

-A VECES (2 DÍAS SOBRE 7)

-A MENUDO (3 O MÁS DÍAS SOBRE 7)

Ejemplo: Realizo actividad física 4 veces en la semana, A MENUDO

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

Nunca/raramente – A veces – A menudo – página 1

- Indiferente:

Definición: Que no importa que sea o se haga de una o de otra forma. Que no despierta interés o afecto hacia nada o hacia nadie. Se aplica a la persona que no muestra interés, atracción o repulsión hacia nada o hacia nadie.

Definición coloquial: Estado del ánimo en el que da lo mismo cualquier respuesta, que le da igual o le es indistinto. En referencia al cuestionario, es que no le importa estar de acuerdo o en desacuerdo, simplemente no le interesa, (marcarlo como “intermedio” entre un valor y otro no ayudaría a la valoración real en función del “indiferente”)

Item: “Por favor, indicá el nivel de acuerdo con cada una de las siguientes afirmaciones teniendo en cuenta tu experiencia...3=indiferente.”)– página 1

- “Salir a correr”

Definición:Salir a correr, ya sea formando parte de un grupo o en forma individual.

Definición coloquial: Si la actividad “salir a correr” cumple con cierta sistematicidad/ periodicidad y /o planificación también es una actividad física.

Ejemplo: Salir a correr por lo menos dos veces por semana, regularmente.

Ítem: “En una semana ¿cuántas veces haces los siguientes ejercicios durante más de 15 minutos en tu tiempo libre? Luego las opciones proporcionaron diversas preguntas, entre ellas se presentó en qué opción se encontraba salir a correr y si se consideraba una actividad física (página 1).

Si cumple con cierta sistematicidad/ periodicidad y /o planificación también es una actividad física.

La respuesta es sí, cuando cumple con cierta periodicidad (2 veces a la semana por ejemplo).

Página 2 del cuestionario: Valioso, fracaso, cualidades, “gestos correctos”, “el tiempo parece alterarse”.

- Valioso: Definición: Que vale mucho o tiene mucha estimación o poder
Definición coloquial: Que se siente importante, que vale.

Ejemplo: Que te sentís importante, que valés como los demás compañeros. Que sos importante tanto como tus compañeros. EN EL CASO DEL ITEM, QUE NO TE SENTÍS MENOS QUE TUS COMPAÑER@S

Item: “Me siento una persona tan valiosa como las otras”– página 2

- Autoestima:

Definición: Valoración positiva que se tiene de uno mismo

Definición coloquial: Se refiere al concepto positivo que se tiene de uno mismo, “cuánto nos queremos y valoramos”; “cuánto nos creemos capaces de hacer o lograr”.

Ejemplo: Esta palabra no se encuentra escrita en el cuestionario, pero es muy probable que la utilicemos para responder otras preguntas en la parte del cuestionario que refieren a la autoestima, o como explicación para la pregunta anterior (“me siento una persona tan valiosa como las otras”)

- Fracaso:

Definición: Mal logro, resultado adverso en una cosa que se esperaba sucediese bien.

Definición coloquial: Falta de éxito o que no se logró lo que se propuso.

Ejemplo: Que no te salió bien lo que te habías propuesto. Creías que podrías resolverlo o hacerlo, pero no lo lograste, fracasaste. Que no lograste lo que te propusiste. Sentís que todo te sale mal y que nunca te saldrá bien. Cuando querés que te salga “algo en particular como el rol adelante, el golpe de manos altas, un lanzamiento” y no te sale como lo esperás, en tiempo y/o forma; entonces sentís que fracasás. Que intentaste algo varias veces y no lograste el resultado esperado.

Ítem: “Generalmente me inclino a pensar que soy un fracaso” (página 2)

- Cualidades:

Definición: Elemento o carácter distintivo de la naturaleza de alguien o algo. Que distingue y define a las personas. Características que te diferencian de los otros. En la clase una nueva cualidad, puede ser algo nuevo que se aprende.

Definición coloquial: Características favorables que distinguen y definen a las personas. En relación al cuestionario sería algo nuevo que aprendí.

Ejemplo: Que adquiriste una nueva cualidad técnica: Que ahora sos más habilidoso/a en el manejo de la pelota. También puede ser que ahora te caracterizás por jugar más cooperativamente con tus compañeros/as o demostrás mayor respeto por tus adversarios o por tus propios/as compañeros/as. Notar un progreso o adquisición (algo nuevo) en el desempeño de una actividad.

Ítem: Pregunta del cuestionario a que se refiere: “Creo que tengo cualidades nuevas” –página 2

- Gestos correctos:

Definición: Movimiento con una intención determinada a través del cuerpo. En referencia a un deporte, se refiere al gesto técnico propio del mismo con economía de movimiento y que se ajusta en tiempo y espacio a la situación de juego. En otras actividades como la danza, gimnasia o

acrobacia, refieren a patrones específicos para cumplimentar con los reglamentos pertinentes de cada actividad.

Definición coloquial: El gesto se compone de una serie de movimientos encadenados que se ejecutan con un objetivo final.

Actividad motriz que permite realizar una tarea motora de manera adecuada para alcanzar el objetivo propuesto

Movimientos encadenados que se realizan para alcanzar el objetivo propuesto de la forma más adecuada.

Movimientos del cuerpo que se realizan para lograr un objetivo determinado; de acuerdo a cómo realicemos ese movimiento será el resultado que vamos a obtener.

Ejemplos: Cuando arrojamos una piedra según la precisión con que ejecutemos el movimiento caerá más cerca o más lejos. En este caso estaríamos ante el gesto motriz de lanzar.

En un lanzamiento al aro, la secuencia de realizar los pasos, saltar y llevar la pelota con el brazo-mano hacia el aro sería realizar un gesto de lanzamiento. Si conseguís realizar la secuencia de movimientos correctamente, vas a tener más posibilidades de embocar.

Cuando realizás un lateral en fútbol lo hacés con las manos por encima de la cabeza y no con los pies (gesto motriz de tiro lateral). Cuando en salto en largo saltás con un pie y no con dos (gesto de salto en largo).

Las situaciones anteriores, en tanto se realizan sin pensar, como una respuesta automática.

Ítem: “En las clases de Educación Física... “Hago los gestos correctos sin pensar de forma automática.”) – página 2

- Control:

Definición: Comprobación, inspección, fiscalización o intervención. Mecanismo que permite corregir posibles desviaciones, a fin de lograr el cumplimiento de los objetivos.

Definición coloquial: Sensación de seguridad en relación a lo que estoy haciendo, de manejar la situación, mi cuerpo, mis acciones, etc. Que la actividad que estoy realizando se está llevando a cabo según como

esperaba que fuera. Siento que nada sale de lo planeado y soy eficaz al hacerlo.

Ejemplo: Al realizar una actividad, sentís que tenés dominio total sobre ella, te sentís con seguridad de que lo que estás haciendo en ese momento lo estás haciendo bien. No tenés dudas.

Ítem: "Tengo una sensación de control sobre lo que estoy haciendo (página 2). "Siento un control total de mi cuerpo, tengo un sentimiento de control total, siento que puedo controlar lo que estoy haciendo (página 3)

- El tiempo parece alterarse:

Definición: (alterarse) Alteración: cambiar, cambiarse

Definición coloquial: La sensación del paso del tiempo varía, pasa más lento o más rápido. Esto remite a una percepción del tiempo, no al tiempo real.

Ejemplo: Cuando pasó el tiempo de la clase y uno siente "uy! ya terminó, no me dí cuenta que pasó tanto tiempo". O por el contrario, se te hace muy larga la clase porque por ejemplo, te aburre o no te interesa.

Ítem: "En las clases de Educación Física... El tiempo parece alterarse (pasa más lento o más rápido)"– página 2

Página 3 del cuestionario: Ejecutar, automáticamente, metas, espontánea, reconfortante, "el paso del tiempo parece ser diferente al normal".

- Demandas de la situación

Definición: Solicitud de algo. Exigencia que impone cierta cosa o se deriva de ella.

Def. coloquial: Pedido de profesor al alumno para que realice una actividad con determinadas características y/o exigencias específicas.

Ejemplo: Cuando realizas cualquier tipo de lanzamiento, la pelota tiene que caer en determinados sectores de la cancha. En un ejercicio de coordinación de saltos con aros debe cumplir con una determinada secuencia.

Item: “Siento que soy lo suficientemente bueno/a para hacer frente a las demandas de la situación” (Página 3)

- Ejecutar:

Definición: Poner por obra algo, desempeñar con arte y facilidad algo, o sea, que requiere especial habilidad.

Definición coloquial: Realizar una acción, habilidad o técnica determinada.

Ejemplo : Nadar y sentir satisfacción, participar de un juego en la clase o actividad en el cual realizo acciones sin pensarlo y lo disfruto. Realizar el rol adelante sin pensar como mover cada parte de mi cuerpo que participa del movimiento. Cuando realizo lo que propone el/la profesor/a sin pensar.

Item: “me gusta lo que experimento con mi ejecución y me gustaría sentirlo de nuevo”; y la conjugación del verbo Ejecuto: “Ejecuto automáticamente”, ambas en página 3.

- Automáticamente:

Definición: Ejecución que funciona por sí sola. Acción corporal o mental que se realiza sin pensar, inconscientemente.

Definición coloquial: Acción corporal o mental que se realiza sin pensar, inconscientemente, o sea cuando no tenés que pensar cómo hacerlo, porque ya es parte de tu habilidad, ya es conocido.

Ejemplo: Cuando andás en bicicleta, no tenés que pensar cómo mover los pies, cómo agarrarte del manubrio, doblar, etc. Te sale automáticamente.

Ítem: En las clases de educación física... “Hago gestos correctos sin pensar, de forma automática.” Hago cosas espontánea y automáticamente” – página 3.

- Metas:

Definición: Fin al que se dirigen las acciones o deseos de alguien.

Definición coloquial: Se refiere a los objetivos a cualquier plazo que alguien se proponga.

Ejemplo: Voy a practicar tal o cual habilidad o técnica porque quiero participar en el equipo; o quiero aprender algo porque me gusta o me servirá en el futuro para otra cosa. Este año quiero aprender el golpe de

manos bajas. El mes que viene quiero bajar el tiempo, corriendo los 100 metros más rápido.

Ítem: “Mis metas están claramente definidas”. Página 3

- Espontánea:

Definición: Voluntario, de propio impulso, que se produce aparentemente sin causa. Que se realiza por propia voluntad, sin estar coaccionado u obligado a ello. Se aplica a la persona que se comporta dejándose llevar por sus impulsos naturales y sin reprimirse por consideraciones dictadas por la razón.

Definición coloquial: Acción voluntaria o de iniciativa propia, surge en un determinado momento en reacción o respuesta de algún estímulo. Actividad que realizo sin pensar, donde nadie me dice lo que debo o cómo debo hacerlo.

Ejemplo: Sin que nadie me lo diga o sin pensarlo mucho, me doy cuenta que tengo que correr más rápido o estar más atento para recibir un buen pase.

Cuando practicás algún deporte con pelota y perdés la posesión de la misma, de forma espontánea intentas recuperarla.

Ante alguna situación que se me presenta la resuelvo prácticamente sin darme cuenta, por ejemplo al tirar al arco hacia un lugar u otro respecto a donde está el arquero, sin haberlo pensado tanto.

Ítem: “En las clases de Educación Física... “Hago las cosas espontánea y automáticamente” – página 3

- Reconfortante:

Definición: Que devuelve la fuerza, el bienestar o el ánimo perdidos.

Definición coloquial: Actividad en la que sentimos que recuperamos la energía. Cuando realizamos un ejercicio y recuperamos el estado de bienestar al realizarlo. Actividad que me otorga en cierta manera placer al realizarla porque me permite volver al estado de bienestar deseado.

Ejemplo: Cuando estás jugando al voley y te sentís con fuerzas y ánimo de continuar realizándolo.

Cuando la experiencia, ejercicio o actividad que estoy realizando me resulta beneficiosa y agradable.

Ítem: “Encuentro la experiencia muy valiosa y reconfortante” Página 3.

- “El paso del tiempo parece ser diferente al normal”:

Definición: Normal: Se aplica a todo aquello que se halla en su estado natural, a todo aquello que sirve como norma o regla, a todo aquello que se ajusta a normas fijadas de antemano; a todo aquello que es común, usual o frecuente. También se aplica a las situaciones que son estadísticamente rutinarias o muy similares a la rutina. Se considera normal todo aquello que no se sale de lo establecido. También se califica como normal todo aquello que se encuentra en su medio natural: lo que se toma como norma o regla, aquello que es regular y ordinario.

Definición coloquial: Percepción que se tiene del tiempo, no se refiere al tiempo real. El tiempo que transcurre no se asemeja al normal, parece ser distinto. Puede ser más rápido o más lento según lo que percibo.

Ejemplo: Hoy para mí la clase de educación física fue más de una hora, no se pasaba más el tiempo, será porque a mí no me gusta la gimnasia deportiva. Los ejemplos estarían supeditados al grado de interés por realizar algo o no.

Ítem: “el paso del tiempo parece ser diferente al normal” (página 3). Es para destacar que en general los ítems que incluyen la percepción del tiempo y que los/as alumnos/as las leyeron como “repetidas” son de CONTROL.

- Control:

Definición: Significa comprobación, inspección, fiscalización o intervención. Actividad orientada a la organización, hacia el cumplimiento de los objetivos propuestos bajo mecanismos de medición cualitativos y cuantitativos. Mecanismo que permite corregir posibles desviaciones, a fin de lograr el cumplimiento de los objetivos. El control se entiende no como un proceso netamente técnico de seguimiento, sino también como un proceso informal donde se evalúan factores culturales, organizativos, humanos y grupales.

Definición coloquial: Sensación de seguridad en relación a lo que estoy haciendo, de manejar la situación, mi cuerpo, mis acciones, etc. Dominar lo que estoy haciendo.

Ejemplo: El control del cuerpo se encuentra íntimamente ligado al correcto funcionamiento y dominio de la tonicidad. Por ello, la ejecución de un acto motor voluntario es imposible si no se tiene control sobre la tensión de los músculos que intervienen en los movimientos. El dominio corporal se consigue cuando tenemos control sobre todos los elementos que intervienen en la elaboración del esquema corporal, es decir, sobre: tonicidad, esquema postural, control respiratorio, lateralización, estructuración espacio-temporal y control motor práxico.

Ítem: Siento un control total de mi cuerpo, tengo un sentimiento de control total, siento que puedo controlar lo que estoy haciendo (página 3); tengo una sensación de control sobre lo que estoy haciendo (página 2).

Página 4 del cuestionario: eficazmente, estimulante, forma física, formar parte de un club de entrenamiento, progresión.

- Eficazmente:

Definición:

EFICAZ:

Que produce el efecto esperado o que va bien para una determinada cosa. Es la capacidad de poder alcanzar un objetivo o propósito que se ha propuesto, de poder lograr el efecto esperado sobre algo determinado.

Definición coloquial: Lograr que los ejercicios o actividades que realizo en la clase de Educación Física, cumplan con el objetivo que me propuse.

Conseguir un resultado determinado.

Ejemplo: Cuando realizas el saque en voleibol, la pelota pasa al campo contrario y cae en el lugar que querías.

Cuando pateás la pelota, lográs pegarle bien y se dirige al lugar donde vos querías.

Ítem: “En las clases de Educación Física... “Realizo los ejercicios eficazmente” – página 4

- Estimulante:

Definición: Estimular: hacer que alguien quiera hacer algo o hacerlo en mayor medida

Definición coloquial: Es algo que invita/incita/anima a realizar algo porque nos produce algún interés. Es realizar una actividad que nos gusta y da placer.

Realizar una actividad que nos motive, y que el hacerlo produzca placer en quien lo realiza.

Ejemplo: Realizás la clase de educación física porque te gusta, te anima a hacer actividad física. Participar de la clase porque es excitante, divertida, contagia hacerla.

Ítem: “Participo de la clase de educación física... porque la educación física es estimulante”)– página 4

“Mi forma física”:

Definición: Propio estado corporal/físico

Definición coloquial: Interés en el desarrollo del estado corporal / físico en general, o sea, me importa mejorar mi estado físico general.

Ejemplo: Cómo se desempeña el cuerpo en función a su resistencia, fuerza o las cualidades físicas en función del deporte, técnica, habilidad (y la vida cotidiana).

Por ejemplo, practicar alguna actividad físico/deportiva para mantenerme ágil, dentro de los percentiles de salud adecuados, con un ritmo de vida saludable, que produce sensación de bienestar y armonía entre el interior y exterior de una persona.

Ítem: “Me interesa el desarrollo de mi forma física” - Página 4

- Formar parte de un club deportivo de entrenamiento:

Definición: Club dedicado a la práctica del deporte. Algunos clubes poseen equipos que entrenan sistemáticamente y compiten en torneos oficiales (federados) y otros solamente en forma lúdica/recreativa.

Definición coloquial: Los clubes deportivos son los que ofrecen actividades relacionadas a algún deporte en especial (básquet, fútbol, handball, voley, etc.) con horarios de entrenamientos específicos,

generalmente por categorías divididas en edades, con una actividad sistemática muchas veces orientada hacia la participación de un torneo / competencia.

Ejemplo: Una vez terminado de cursar el colegio, concurrir a un club deportivo a practicar un deporte sistemáticamente (que se entrene semanalmente más allá de jugar o no una competencia federada)

Item: Después de terminar el colegio quisiera formar parte de un club deportivo de entrenamiento (Página 4)

4.5 Protocolo de administración de cuestionarios a la muestra total.



FACULTAD DE ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE

Procedimiento de administración de cuestionarios en la muestra total

Este documento da las indicaciones precisas que tod@ 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 tod@s enviaron sobre su experiencia de pilotaje, más lo que trabajamos en el foro, más los aportes del Mag. Martín Farinola; agregué algunas cuestiones nuevas (están destacadas en rojo)

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 l@s 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 conozca, o conozca muy poco, a los estudiantes. Esto servirá para que los mismos 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 quienes quieren participar. Se tratará de evitar que esta situación la manejen preceptores, directivos o docentes, pues es muy importante garantizar que la participación sea voluntaria:

“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 sólo respondan el cuestionario quienes tengan ganas e interés de hacerlo. Responder el cuestionario les demandará entre 10 y 20 minutos, así que para realizar toda la actividad deberán disponer de 30 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”

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

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

LA ENTREGA DEL CUESTIONARIO

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

- El/la administrad@ explicará a l@s 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 su 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 rellenada de forma conjunta con el administrador; éste 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 (Si no recuerdan la nota del año anterior, deben escribir la calificación del primer trimestre de 2015. En caso de que algun@s poc@s no tuviesen esas notas, y que no recuerden la del año anterior, se puede solicitar la información en la Dirección o Preceptoria)
- ✓ 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 por si surgen dudas:

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 Cs. 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 los que 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, l@s alumn@s comenzarán a responder.

Aclaraciones por si surgen dudas:

- ¿Qué es una **actividad regular**? actividad regular es actividad frecuente.

Toda actividad que conlleve un gasto de energía, que se realice con una frecuencia mayor a dos días por semana, en un tiempo superior a 10 minutos. Puede ser variada.

Rangos:

- Nunca/raramente: 0-1 vez por semana
- A veces: 2-3 veces por semana
- A menudo: más de 4 veces por semana

(Si aún quedan dudas, podríamos decir que actividad física regular es la que realizo cuando me pongo en movimiento por mas de 10 minutos por lo menos 2 días a la semana).

- ¿Qué significa **tiempo libre**? El tiempo que la persona no cumple obligaciones y elige voluntariamente en qué ocuparlo (descanso, diversión o desarrollo de su formación). El tiempo en que no vas a la escuela, no estás en un medio de transporte y no hacés tareas en tu casa.

(Actividad realizada sin obligación, de forma voluntaria. Generalmente son actividades placenteras y con gran disfrute).

- ¿Qué es **ejercicio extenuante**? Ejercicios que provocan que la persona se canse en poco tiempo (en menos de pocos minutos). Actividad física en la que el corazón late rápidamente, se entrecorta el habla, se transpira por aumento de la temperatura corporal.

(Es toda actividad intensa, de gran exigencia física, que durante su realización se acelera el ritmo cardíaco, haciendo que el corazón lata rápido y fuerte, además se incrementa la respiración y aumenta la transpiración. Si aún quedan dudas, podríamos decir que es una actividad que genera un gran esfuerzo, que provoca una aceleración del corazón que late rápido y fuerte, haciendo que la respiración esté agitada, y el cuerpo empiece a transpirar.)

- ¿Qué es **ejercicio moderado**? Las personas que realizan actividad física moderada normalmente sienten: incremento del ritmo respiratorio, pero sin que les obstaculice la posibilidad de hablar. Aumento del ritmo cardíaco: se puede sentir fácilmente en la muñeca, el cuello o el pecho. Sensación de aumento de la temperatura corporal posiblemente acompañado de sudor en los días calurosos o húmedos. Una sesión de actividad física moderada se puede mantener durante muchos minutos y no provoca fatiga o agotamiento.
- ¿Qué es **ejecución automática**? Cuando se repite un mismo ejercicio estructurado muchas veces (por ejemplo abdominales).

Son movimientos específicos, ya aprendidos e incorporados de tal forma que su ejecución es directa, y nos conducen a un resultado óptimo. Se asemeja a la incorporación de una técnica en un deporte.

- En las preguntas sobre actividad física en el tiempo libre los estudiantes preguntaron si consideraban las clases de educación física y si consideraban los 7 días de la semana o solo de lunes a

viernes. (las clases de educación física no deben ser consideradas, ya que “tiempo libre” remite al tiempo en donde no tienen obligaciones, el tiempo en el que ell@s pueden elegir qué hacer, tiempo en el que no van a la escuela. Se consideran los siete días de la semana, de hecho en el cuestionario deben marcar de 0 a 7. Cero significa ninguna vez por semana, 1 significa una vez por semana, y así sucesivamente hasta 7 veces por semana.)

- ¿Estas preguntas son fuera del deporte que hacemos? (La respuesta a esta pregunta debe ser “no”. Se refiere a actividades físicas y deportivas extraescolares. Si hacen deporte fuera de la clase de educación física, hay que considerarlo como una actividad de tiempo libre)

AL FINALIZAR

Cuando l@s alumn@s vayan finalizando, el/la administrad@r recogerá los cuestionarios asegurándose de que están correctamente completadas todas las hojas y solicitando a l@s alumn@s que completen apartados olvidados en caso de ser necesario.

Finalmente se agradecerá la participación a l@s 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 tod@s.

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 administrad@r lo completará adecuadamente en base al resto de cuestionarios. Asimismo, será responsabilidad del/a administrad@r asegurarse que cada cuestionario está identificado con el nombre del colegio en el que se han recabado los datos.

4.6 Modelo de cuestionario Q1-A

MOTIVACIÓN EN EDUCACIÓN FÍSICA (Q1-A)				Marcar con una BIEN <input type="checkbox"/>		MAL <input checked="" type="checkbox"/>							
				X en el recuadro									
Género	Hombre <input type="checkbox"/>	Mujer <input type="checkbox"/>	Edad	10 <input type="checkbox"/>	11 <input type="checkbox"/>	12 <input type="checkbox"/>	13 <input type="checkbox"/>	14 <input type="checkbox"/>	15 <input type="checkbox"/>	16 <input type="checkbox"/>	17 <input type="checkbox"/>	18 <input type="checkbox"/>	19 <input type="checkbox"/>
Colegio	Público <input type="checkbox"/>	Privado <input type="checkbox"/>	Año	1º <input type="checkbox"/>	2º <input type="checkbox"/>	3º <input type="checkbox"/>	4º <input type="checkbox"/>	5º <input type="checkbox"/>	6º <input type="checkbox"/>				
¿Cursas el bachillerato con orientación en educación física?				Sí <input type="checkbox"/>		No <input type="checkbox"/>							
Calificación Educación Física curso anterior				1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>	6 <input type="checkbox"/>	7 <input type="checkbox"/>	8 <input type="checkbox"/>	9 <input type="checkbox"/>	10 <input type="checkbox"/>
¿Cuánto te gusta la Educación Física?				1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>					
<p>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. Responde a las siguientes cuestiones:</p>													
<p>En una semana, ¿cuántas veces haces los siguientes ejercicios durante más de 15 minutos en tu tiempo libre? (Escribe el número que consideres en cada apartado)</p>													
Ejercicio extenuante (el corazón late rápidamente). Por ejemplo jugando al fútbol, al squash, al básquet, practicando judo, natación fuerte, ciclismo fuerte de larga distancia.				0 <input type="checkbox"/>	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>	6 <input type="checkbox"/>	7 <input type="checkbox"/>		
Ejercicio moderado (no agotador). Por ejemplo caminar rápido, ciclismo lento, voleibol, natación fácil, baile popular y folclórico.				0 <input type="checkbox"/>	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>	6 <input type="checkbox"/>	7 <input type="checkbox"/>		
Ejercicio suave (esfuerzo mínimo). Por ejemplo yoga, tiro con arco, pesca, bolos, golf, caminar fácil.				0 <input type="checkbox"/>	1 <input type="checkbox"/>	2 <input type="checkbox"/>	3 <input type="checkbox"/>	4 <input type="checkbox"/>	5 <input type="checkbox"/>	6 <input type="checkbox"/>	7 <input type="checkbox"/>		
<p>En una semana, durante tu tiempo libre, ¿con qué frecuencia participas en una actividad regular en la que llegues a sudar (que tu corazón lata rápidamente)? (Señalé una de las tres opciones)</p>													
Nunca/raramente <input type="checkbox"/>				A veces <input type="checkbox"/>				A menudo <input type="checkbox"/>					
<p>Por favor, indica el nivel de acuerdo con cada una de las siguientes afirmaciones teniendo en cuenta tu experiencia. La escala de este cuestionario es:</p>													
<p>1 = Totalmente en desacuerdo 2 = En desacuerdo 3 = Indiferente 4 = De acuerdo 5 = Totalmente de acuerdo</p>													
<p>Es confidencial y no hay respuestas correctas o incorrectas. Contesta con sinceridad. No hay límite de tiempo. Contesta con tranquilidad. Asegúrate de que no dejes ninguna afirmación sin contestar.</p>													
<p>GRACIAS POR TU COLABORACIÓN</p>													

Yo siento que tengo más éxito en las clases de Educación Física...

	1	2	3	4	5
Cuando soy el/la único/a capaz de realizar el ejercicio	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Cuando soy capaz de esforzarme en la práctica de una habilidad	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Cuando lo puedo hacer mejor que mis compañeros	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Cuando aprendo una nueva habilidad	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Cuando los/as otros/as no lo pueden hacer tan bien como yo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Cuando puedo hacer algo que no sabía hacer antes	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Cuando los/as demás fracasan y yo no	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Cuando aprendo una habilidad nueva gracias a mi esfuerzo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Cuando gano a los demás	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Cuando trabajo mucho	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Cuando consigo la puntuación más alta	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Cuando algo hace que yo quiera practicar más	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Cuando soy el/la mejor	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Cuando aprender un ejercicio/habilidad me hace sentir mejor	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Cuando tengo más habilidad que los demás	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Cuando puedo hacer lo mejor de mí mismo/a	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

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"/>

	1	2	3	4	5
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"/>
Estoy segura/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"/>

Observador: *****

180 *****

Página 3 de 4

4.7 Instructivo para cargar datos en la planilla Excel Q1-A



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.
- 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, 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.

3° Todas las variables a partir de Ego1 también serán introducidas en el archivo de Excel indicando en cada casilla el número (1, 2, 3, 4 ó 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 numerito correspondiente a la casilla que hayan marcado los estudiantes):

Género:

0 = Hombre

1 = Mujer

Centro:

0 = Público

1 = Privado

2 = Concertado

Actividad con la que llegue a sudar:

0 = Nunca /raramente

1 = A veces

2 = A menudo

4.8 Planilla Q1 Excel 11 cargada

Género	Edad	Tipo de centro	Curso	Calificación	Gusto	EjercicioExten uante
0	15	1	3	8	4	2
1	16	1	4	9	5	0
0	16	1	4	8	3	3
0	14	1	2	9	4	2
1	16	1	3	7	4	0
1	15	1	2	8	3	5
0	13	1	1	7	4	2
1	13	1	1	9	5	1
1	13	1	1	9	4	1
1	17	1	5	9	4	0
0	17	1	5	7	3	0
0	13	1	1	8	5	7
0	13	1	1	9	5	6
0	14	1	1	10	5	2
0	13	1	1	9	5	3
0	13	1	1	7	4	0
0	13	1	1	9	5	0
0	14	1	1	6	4	2
0	13	1	1	8	5	2
0	13	1	1	7	3	1
1	13	1	1	7	3	0
1	13	1	1	9	3	0
1	14	1	1	9	3	0
1	15	1	1	1	3	0
1	13	1	1	10	5	3
1	14	1	1	9	3	0
1	13	1	1	8	3	1
1	13	1	1	9	5	3
1	13	1	1	9	3	0
1	13	1	1	9	5	0
1	13	1	1	8	4	0
1	13	1	1	8	4	3
0	14	1	2	8	5	2
0	15	1	2	9	5	3
0	14	1	2	7	4	3
0	14	1	2	9	3	4
0	14	1	2	7	4	0
0	15	1	2	9	5	2
0	16	1	2	8	4	1

1	15	1	2	9	4	0
1	14	1	2	8	4	0
1	15	1	2	8	3	4
1	14	1	2	7	3	0
1	14	1	2	7	4	0
1	14	1	2	7	4	4
1	14	1	2	10	5	5
1	14	1	2	9	5	5
1	14	1	2	8	5	2
1	15	1	2	8	5	0
1	14	1	2	9	4	1
1	14	1	2	8	3	1
1	14	1	2	7	3	0
0	15	1	3	7	4	2
0	16	1	3	6	4	0
0	15	1	3	9	5	4
1	15	1	3	7	1	0
1	16	1	3	9	5	1
1	15	1	3	8	3	0
1	15	1	3	8	4	0
1	17	1	3	10	5	3
1	16	1	3	8	4	2
1	16	1	3	7	3	2
1	15	1	3	9	4	4
1	16	1	3	6	4	3
1	16	1	3	8	3	0
1	15	1	3	9	3	5
1	16	1	3	8	4	3
1	15	1	3	7	2	1
1	16	1	3	7	3	2
1	15	1	3	7	3	0
1	15	1	3	9	5	4
1	15	1	3	7	2	0
0	17	1	4	5	5	5
0	17	1	4	7	5	7
0	17	1	4	8	3	2
1	17	1	4	7	3	2
1	16	1	4	7	3	6
1	16	1	4	8	3	1
1	16	1	4	8	3	2
1	16	1	4	9	4	2
1	16	1	4	8	2	0
1	16	1	4	7	5	3
1	16	1	4	7	5	4
1	16	1	4	9	4	3

1	16	1	4	8	3	1
1	17	1	4	6	3	7
1	16	1	4	6	3	1
1	16	1	4	6	4	0
1	16	1	4	6	4	5
1	16	1	4	6	3	0
0	17	1	5	7	3	4
0	17	1	5	8	5	6
0	17	1	5	9	5	2
0	17	1	5	8	4	2
0	18	1	5	9	5	4
0	17	1	5	7	3	0
0	18	1	5	6	2	1
0	17	1	5	9	5	2
1	17	1	5	5	1	2
1	18	1	5	10	5	5
1	18	1	5	7	5	6
1	17	1	5	9	5	3
1	18	1	5	7	3	0
1	17	1	5	7	4	0
1	17	1	5	9	4	0
1	18	1	5	9	3	0
1	17	1	5	7	3	0
1	17	1	5	10	5	0
1	17	1	5	8	4	0

EjercicioModera do	EjercicioSua ve	ActividadSu dar	Ego1	Tarea1	Ego2	Tarea2
0	0	1	1	4	3	4
3	3	1	2	5	3	5
0	0	2	3	3	4	4
1	0	1	4	3	5	3
4	0	1	2	3	1	2
3	0	2	2	4	3	4
3	1	1	1	3	5	4
2	3	1	4	4	3	5
2	0	2	4	5	3	4
3	0	2	4	4	3	3
5	2	0	4	4	4	5
1	0	2	1	2	1	5
2	0	1	4	5	4	5
2	0	1	4	5	5	4
2	2	2	3	5	5	4
0	0	0	4	4	3	2
2	2	1	4	4	3	5

2	0	1	2	3	1	3
2	2	1	4	4	3	4
2	3	2	3	2	3	3
2	0	0	2	3	2	4
4	0	1	3	3	2	4
2	4	1	5	5	4	5
2	1	1	3	5	1	4
3	1	2	5	4	5	5
2	1	1	3	4	4	4
1	0	2	3	4	3	5
2	0	2	2	5	3	4
0	0	0	3	4	3	5
7	7	1	2	5	2	4
4	6	1	4	5	2	4
0	0	2	4	4	4	5
2	2	1	4	5	3	4
3	1	2	4	3	5	3
0	0	1	4	3	4	1
2	2	1	3	2	2	5
1	0	0	1	4	1	4
0	1	1	5	3	4	2
3	5	1	3	4	1	3
0	0	0	1	4	1	4
2	0	1	1	2	1	3
2	0	1	4	5	2	3
4	2	1	5	3	4	2
2	0	0	1	4	2	1
2	2	1	1	3	5	5
5	7	2	4	5	3	5
2	7	2	2	4	4	3
1	7	2	2	4	3	5
1	7	1	3	4	3	4
3	7	1	3	4	4	4
7	3	1	4	4	2	5
2	7	1	3	4	1	4
1	3	1	4	4	5	2
2	2	0	3	4	4	3
4	1	2	5	5	5	5
3	7	2	3	4	2	4
3	1	1	1	4	5	3
3	7	2	2	4	1	5
0	3	0	2	3	2	4
7	0	2	5	4	5	4
1	2	1	4	3	4	2
1	0	0	2	3	3	3

2	0	1	3	3	3	5
3	0	1	3	4	5	5
4	1	0	1	4	3	5
3	7	2	3	3	3	4
1	2	2	2	4	4	4
2	1	0	3	3	1	2
3	0	0	3	4	3	4
3	2	1	4	3	3	3
4	1	2	3	4	4	5
6	7	0	2	2	2	3
0	7	2	3	4	4	5
5	7	2	3	4	3	5
3	0	0	5	4	3	4
2	5	0	4	3	3	5
6	0	2	4	4	4	4
2	2	1	3	4	2	3
1	0	1	3	4	4	5
2	5	2	4	5	4	3
5	5	1	4	2	4	4
4	2	1	2	5	3	4
6	7	2	3	3	5	5
6	7	2	3	3	3	4
6	2	1	4	5	4	4
6	0	2	3	4	3	4
2	3	1	4	5	5	4
7	4	1	3	4	3	4
2	0	2	2	4	1	4
5	0	1	4	2	5	4
1	0	2	4	3	4	4
6	1	2	4	3	2	4
0	0	2	3	5	5	5
2	4	2	5	4	3	4
2	0	2	3	3	4	3
2	2	1	3	4	4	5
2	0	1	4	5	5	4
4	1	2	5	5	5	5
7	0	2	1	1	1	4
3	6	2	4	5	3	5
4	1	2	4	4	3	5
3	3	2	5	5	5	5
5	6	1	3	4	2	4
5	7	2	3	4	2	4
5	7	1	3	4	2	4
5	6	1	3	4	2	4
5	5	1	2	3	2	4

7	7	1	3	5	2	4
3	0	1	3	4	3	3

Ego3	Tarea3	Ego4	Tarea4	Ego5	Tarea5	Ego6
3	5	5	5	3	5	4
2	4	3	5	4	5	4
2	4	3	4	4	3	3
4	5	3	4	2	3	4
1	3	4	1	1	3	2
3	5	2	5	2	4	3
4	5	3	4	2	5	4
2	3	2	3	2	5	4
3	5	3	5	3	5	5
3	4	1	4	3	4	3
3	4	3	4	2	3	2
1	5	1	5	4	5	5
4	4	4	5	4	5	4
5	4	3	4	5	5	5
5	3	2	5	5	5	4
2	4	2	4	2	3	3
3	4	3	5	4	4	5
1	5	2	5	1	4	2
4	5	2	4	3	4	4
4	4	3	4	3	5	5
1	5	1	3	1	2	3
2	4	2	5	2	3	3
5	1	5	1	4	5	5
1	5	2	5	3	5	5
3	5	4	5	5	5	4
2	5	1	4	2	3	4
3	5	1	4	2	4	3
1	4	1	4	2	5	2
2	4	4	4	5	4	5
2	5	1	4	2	4	5
5	4	2	4	3	4	4
2	5	2	5	3	4	4
1	3	2	4	2	3	3
4	5	1	3	4	4	5
2	3	2	4	1	3	3
1	5	1	5	2	5	5
1	4	1	4	1	4	2
4	4	3	3	4	4	5
2	4	1	5	3	5	4
1	5	1	4	1	4	1

4	4	2	3	2	2	2
1	4	1	5	2	4	2
4	3	4	5	3	2	2
4	5	4	5	1	4	4
2	4	1	2	1	4	2
2	5	1	5	4	4	5
1	3	1	4	3	4	3
2	4	1	5	3	4	3
3	3	3	5	3	4	3
3	4	1	5	2	4	4
1	4	1	4	4	2	4
1	4	1	4	1	4	4
3	2	5	1	5	2	5
2	4	3	4	3	4	3
5	5	5	5	5	5	5
2	4	2	5	2	4	3
3	3	3	3	5	5	5
1	2	1	5	1	5	5
1	5	1	3	3	4	4
3	2	1	5	3	5	4
3	3	2	5	3	4	4
4	4	3	4	3	4	3
3	4	3	2	3	3	2
4	5	3	3	5	4	4
1	5	1	5	1	5	1
3	4	2	5	3	4	3
2	4	2	4	2	4	4
2	2	3	2	2	4	2
3	4	3	4	3	4	4
3	4	2	3	3	3	3
2	5	3	4	3	5	5
3	2	4	2	2	4	4
4	5	3	5	4	4	5
3	5	1	5	3	5	4
4	4	2	3	5	4	5
3	5	3	5	4	4	5
1	5	1	4	3	3	5
4	4	2	4	2	2	4
4	5	3	5	2	3	5
3	3	4	4	4	4	4
4	4	4	2	4	4	4
1	4	1	5	1	5	5
5	4	1	4	5	5	5
2	5	2	5	1	4	2
3	4	3	5	4	4	5

3	4	1	4	3	4	1
3	4	3	4	4	4	3
1	5	1	4	2	4	3
1	5	1	4	3	4	4
3	4	1	3	2	4	2
4	4	4	3	4	3	4
2	5	3	4	2	5	4
1	1	1	5	1	5	5
4	4	2	3	5	4	5
3	3	4	5	4	3	5
4	5	3	5	2	3	5
3	4	3	4	3	3	3
5	5	5	5	5	5	5
1	4	1	5	4	2	3
2	5	1	5	2	5	5
3	5	3	5	4	4	5
5	5	5	5	5	5	5
2	5	2	4	2	4	1
2	5	3	3	4	4	4
2	5	1	5	3	4	5
2	5	1	5	2	4	3
1	4	1	4	3	2	4
2	5	3	5	3	5	5
2	4	1	4	3	4	3

Tarea6	Ego7	Tarea7	Ego8	Tarea8	Equilibrio1	Automat1
5	2	4	3	5	5	5
5	2	4	3	4	4	4
4	3	3	3	4	3	4
5	4	5	3	4	3	2
3	3	5	4	2	4	3
5	1	5	2	4	4	5
2	1	3	3	5	3	4
5	1	4	4	5	4	3
5	3	5	3	5	4	4
4	1	4	1	4	4	3
4	3	4	3	5	3	3
5	4	5	3	5	4	4
4	4	5	4	5	5	4
4	5	4	5	5	5	5
5	4	5	4	5	5	5
4	2	4	2	4	4	3
4	4	4	4	4	4	3
5	1	5	2	5	3	2

5	3	4	3	5	4	4
3	2	2	4	5	3	1
4	1	2	2	5	2	3
4	3	5	3	4	4	2
5	4	5	5	5	4	5
5	3	1	3	5	3	5
5	3	5	5	5	5	5
4	2	4	3	5	3	4
5	1	5	1	5	5	4
3	1	3	2	5	3	5
3	3	4	4	3	3	2
5	2	4	3	5	4	4
4	2	4	4	4	4	3
5	3	5	4	5	5	3
4	2	4	2	5	4	2
5	5	4	5	5	5	3
3	2	3	1	4	3	1
2	1	5	2	5	5	5
5	1	4	3	4	3	3
3	5	4	5	5	3	4
5	1	5	3	4	3	3
4	1	4	1	4	2	2
3	2	3	3	4	4	3
2	1	2	1	4	4	2
2	4	3	3	3	4	4
1	1	4	1	5	2	2
5	1	5	1	5	5	4
5	1	4	3	5	4	5
4	2	4	4	4	3	3
5	3	4	3	5	4	2
3	3	3	5	3	4	4
4	1	4	4	4	4	5
2	1	4	4	4	5	4
4	1	4	3	5	2	3
4	5	3	4	4	4	4
2	3	3	2	4	4	3
5	5	5	5	5	3	3
4	2	4	2	4	2	2
4	5	3	5	5	4	2
3	1	5	1	5	1	1
3	2	4	3	4	3	2
4	5	5	5	5	5	5
4	3	4	2	5	3	1
3	1	1	2	4	2	3
4	1	3	4	5	5	2

5	4	3	5	5	4	1
4	1	5	1	5	2	3
5	3	5	3	5	4	3
4	2	4	2	5	4	2
4	2	3	3	2	4	5
4	3	4	3	4	4	3
3	3	3	3	3	3	3
4	3	5	4	4	4	5
2	3	2	3	2	4	4
4	5	5	4	5	5	4
5	3	5	3	5	4	3
4	1	3	2	4	4	2
4	4	5	4	4	2	2
5	3	5	3	5	5	3
4	3	4	3	4	3	2
5	4	5	4	5	4	2
4	3	4	4	5	4	2
4	4	4	4	3	2	2
4	2	5	3	5	4	2
5	5	4	5	5	5	5
4	1	4	2	5	4	4
4	5	4	4	5	2	3
1	1	4	3	3	1	3
4	4	5	5	5	4	3
4	1	4	1	4	3	3
5	1	5	3	5	3	3
1	1	4	1	5	1	3
5	3	5	4	3	1	1
3	2	4	1	4	3	4
5	2	5	5	5	3	3
4	1	3	2	4	4	1
5	4	3	4	3	3	3
5	4	5	4	5	4	2
3	3	5	5	5	4	3
5	5	5	5	5	3	3
2	1	3	3	4	2	3
5	1	2	3	5	5	5
3	5	3	3	5	4	3
5	5	5	5	5	4	4
4	2	4	2	5	3	3
3	3	4	3	4	4	3
4	3	4	3	5	5	3
4	3	5	3	4	3	3
4	1	4	1	4	3	3
5	3	4	3	5	4	3

3	3	4	3	4	3	3
---	---	---	---	---	---	---

Objet1	Feedb1	Concent1	Sent.Contr 1	Pérdida1	Distors1	Autotel1
5	5	5	4	1	4	5
5	3	2	2	1	5	3
4	4	3	3	4	4	3
4	3	4	3	3	2	5
4	4	4	5	1	4	4
4	4	3	3	4	5	3
4	3	3	3	4	5	4
2	2	3	3	5	5	4
4	4	2	4	5	4	5
4	4	4	4	4	4	4
4	4	2	3	2	4	4
5	4	4	3	5	5	5
5	5	5	5	1	4	4
5	4	4	4	5	5	5
4	4	4	4	5	5	5
4	3	3	4	2	2	4
4	3	2	3	4	4	4
5	4	5	5	5	1	5
5	5	4	4	5	3	5
3	3	4	3	5	3	2
2	5	5	1	3	4	2
2	2	4	4	4	4	3
2	4	4	2	5	5	2
5	4	4	4	3	4	3
5	4	5	4	5	5	5
4	3	3	3	4	4	3
5	1	5	5	3	5	2
3	3	5	4	4	3	3
4	2	3	3	5	2	2
4	4	3	4	5	5	5
4	5	3	4	3	5	5
4	3	4	4	4	4	4
4	4	4	4	5	3	4
5	4	5	5	1	5	5
5	4	4	4	3	5	4
5	5	3	3	5	5	5
4	3	3	3	4	3	4
5	4	4	3	5	3	5
4	2	3	1	1	2	4
4	4	4	2	4	4	4
4	4	4	3	4	4	4

2	3	4	4	1	3	3
4	4	4	4	4	4	3
4	4	4	4	5	1	4
5	5	3	4	5	5	4
2	4	5	5	5	3	4
4	4	5	4	3	3	5
4	3	5	4	4	5	4
5	3	4	5	5	3	3
5	4	4	4	3	3	4
3	4	2	3	4	5	2
5	4	4	4	4	5	3
2	4	3	4	5	1	4
5	5	3	4	3	2	5
4	4	2	3	5	3	4
3	3	3	3	4	4	1
3	2	3	4	3	3	5
1	1	3	2	1	3	1
2	2	4	3	3	4	3
4	5	5	5	5	5	5
2	1	4	3	1	2	2
3	4	4	4	3	5	1
3	4	5	5	5	5	5
4	2	2	2	2	5	4
3	3	5	4	5	5	3
3	3	4	4	5	5	3
4	4	2	4	5	4	4
2	3	2	2	3	2	3
4	4	4	3	3	4	3
4	3	1	2	3	2	4
4	4	4	4	3	3	4
4	4	3	3	3	2	3
5	4	3	4	2	4	5
4	4	5	5	5	5	4
3	4	4	3	2	4	2
2	2	3	2	4	5	2
3	3	3	4	5	3	4
2	2	3	2	1	4	1
4	5	4	5	4	5	1
2	2	4	3	2	3	3
2	1	3	1	5	3	2
3	4	2	4	5	5	5
2	2	1	2	5	5	4
3	3	3	4	5	4	3
4	3	4	2	2	4	3
4	4	1	3	4	4	3

4	4	4	3	4	3	4
3	3	2	3	4	4	4
4	4	2	4	3	3	2
1	1	1	1	5	5	3
3	1	1	3	3	4	2
5	4	5	4	2	5	4
5	5	5	5	5	3	5
4	4	4	4	1	4	3
3	4	3	3	4	3	4
4	5	4	5	4	5	1
3	3	4	3	4	3	4
4	4	2	3	5	3	3
3	3	2	2	2	4	5
4	3	4	4	1	2	3
4	5	5	5	5	3	5
4	4	3	3	3	3	3
3	2	4	4	3	3	4
4	4	5	5	3	4	4
4	4	5	4	3	3	5
3	3	4	5	3	4	4
4	4	4	4	4	3	5
3	4	3	4	3	4	4
3	4	3	3	1	4	3

Equilibrio2	Automat2	Objet2	Feedb2	Concent2	Sent. Contr 2	Pérdida2
3	5	5	3	1	4	1
2	3	5	1	3	4	2
4	3	3	4	4	4	4
3	1	4	3	1	5	4
3	1	1	3	2	4	1
4	3	4	4	2	5	3
3	2	4	3	2	3	4
4	3	3	3	2	2	2
5	2	5	4	4	5	4
3	3	4	4	4	4	3
2	3	3	3	2	3	4
5	5	5	3	5	4	5
5	5	5	5	5	5	5
1	3	5	4	5	5	5
5	3	5	4	5	5	5
2	2	3	2	4	3	2
3	5	4	4	4	4	5
4	1	5	4	3	4	5
4	3	5	5	4	5	5

2	3	4	3	3	4	5
1	3	2	1	3	2	3
2	2	2	2	2	2	4
2	3	4	3	2	2	2
5	3	5	5	4	4	3
4	5	5	5	5	4	2
2	2	4	3	3	4	3
1	2	5	5	5	5	1
4	3	4	4	5	4	5
3	2	5	4	5	3	5
5	5	5	4	4	5	1
3	5	4	5	4	4	2
3	3	4	4	4	4	4
4	3	5	4	3	4	5
4	5	5	4	5	3	5
3	2	4	4	2	4	2
5	5	5	4	4	4	5
4	3	4	3	3	4	4
2	4	5	4	1	4	4
3	3	4	2	2	1	1
4	2	4	2	2	4	2
2	4	4	4	3	4	3
4	2	3	2	4	4	2
4	4	4	4	4	4	4
1	4	4	2	1	4	5
4	2	3	4	2	3	5
2	2	5	4	5	5	5
5	3	5	3	3	4	3
3	3	5	3	5	4	3
3	3	5	3	2	3	4
4	2	4	4	4	4	3
4	3	4	4	3	4	2
4	3	4	3	2	3	5
2	1	2	3	4	3	1
3	3	4	3	4	3	2
4	3	4	4	4	4	4
2	2	3	3	2	2	2
5	2	3	3	2	3	4
1	1	1	1	1	2	2
2	2	4	2	4	4	2
5	5	5	5	2	5	5
3	2	4	3	4	2	2
3	3	2	3	3	3	4
4	3	5	5	2	3	2
4	2	3	3	2	2	3

2	3	4	2	5	5	1
3	3	4	4	2	4	4
4	4	5	4	4	4	5
4	2	2	2	2	2	4
4	3	4	3	4	2	3
3	3	3	3	4	4	4
5	3	4	4	4	4	3
3	2	3	3	2	2	2
5	4	5	4	3	4	4
4	4	5	3	4	4	5
4	5	2	1	4	4	3
1	2	2	3	2	2	4
3	3	1	3	4	4	4
1	2	2	2	2	2	1
2	2	3	2	4	3	3
3	2	4	3	4	4	2
2	1	2	2	2	2	2
4	3	2	4	4	4	2
4	2	2	3	3	3	2
4	2	4	4	4	4	2
2	3	4	3	4	4	2
2	4	4	2	3	2	3
2	2	4	4	2	4	2
2	1	2	3	2	3	1
3	3	3	2	2	2	4
1	1	1	1	1	1	3
2	3	5	2	2	1	1
3	2	5	4	2	3	1
4	3	4	4	4	4	1
4	5	3	1	4	4	3
3	3	5	5	3	4	3
2	2	3	2	4	3	3
2	2	3	3	2	4	2
3	3	4	4	4	4	4
5	3	4	3	2	2	2
5	4	4	2	3	4	1
4	4	5	4	3	5	5
3	3	3	3	3	3	3
4	4	3	3	4	4	3
4	3	3	4	4	4	3
4	2	4	5	4	4	3
4	3	3	3	4	5	4
4	4	4	4	4	4	3
3	3	4	4	4	4	3
4	3	4	3	3	4	2

Distors2	Autotel2	Equilibrio3	Automat3	Objet3	Feedb3	Concent3
4	4	3	5	5	2	5
4	3	2	3	5	4	2
3	3	4	4	4	3	4
1	3	4	2	3	2	5
3	1	4	3	2	1	3
4	5	4	5	5	4	3
4	3	3	4	5	4	3
5	4	1	1	2	3	3
5	5	3	3	5	5	2
4	3	4	3	4	4	4
4	4	2	3	4	4	2
5	5	5	5	5	5	3
5	5	5	5	5	5	4
4	4	5	3	5	5	3
4	4	5	3	4	4	5
4	3	2	3	4	4	3
4	3	5	3	4	4	3
4	5	1	3	5	5	5
3	4	5	4	5	4	4
4	4	2	2	4	3	3
1	2	1	1	2	4	5
3	3	2	4	2	4	4
5	2	2	5	4	5	3
3	3	3	4	5	4	4
5	5	4	4	5	4	5
4	2	3	3	4	4	3
1	4	1	2	5	5	5
1	3	4	3	4	5	4
1	2	3	2	5	3	4
4	4	4	5	5	4	4
4	4	4	3	5	5	4
3	3	3	4	4	4	3
4	4	3	4	4	5	4
5	4	5	4	5	4	4
5	1	4	2	4	3	2
5	4	2	3	3	2	3
3	3	3	2	4	3	3
2	5	5	3	4	5	5
3	2	3	4	3	4	4
2	2	2	2	4	4	4
3	3	2	3	3	3	3
5	3	2	2	3	4	5

4	3	4	4	4	4	3
1	4	1	1	5	5	4
5	4	5	2	4	5	3
1	5	4	5	5	5	5
3	4	4	4	4	5	4
4	4	4	5	4	4	3
4	3	3	4	4	3	2
3	4	4	4	4	4	4
4	2	4	4	4	4	2
5	3	2	2	3	4	2
5	3	2	4	3	4	3
3	3	4	3	4	4	3
4	4	4	4	4	4	4
4	2	2	1	2	2	2
3	3	4	3	5	3	2
4	1	1	1	2	4	3
4	3	2	2	4	3	4
4	5	4	5	5	5	5
4	1	2	3	3	4	4
4	3	3	3	2	3	3
4	1	3	5	4	5	4
5	4	2	2	2	3	1
5	4	2	3	3	5	5
3	3	2	3	4	5	3
2	5	5	5	5	2	2
2	3	4	3	2	2	3
2	3	3	3	4	4	4
3	3	3	3	3	2	2
3	4	5	4	4	4	3
2	3	3	2	3	3	3
4	5	3	3	5	5	4
5	4	4	3	3	5	4
2	4	2	1	3	4	2
4	4	2	2	3	2	2
4	3	3	3	4	3	4
1	1	2	2	1	2	2
4	2	3	2	2	4	2
3	4	3	3	3	2	5
2	2	1	1	3	3	2
3	5	3	5	5	5	3
5	4	3	3	3	3	1
4	3	4	2	4	5	3
4	3	2	3	5	4	3
2	2	2	4	2	3	4
3	4	3	3	4	4	2

3	3	4	2	3	4	2
4	3	3	3	4	4	1
4	1	1	1	1	3	2
1	3	2	2	4	1	2
4	5	3	5	5	4	5
5	5	5	5	5	5	5
2	4	2	2	3	4	2
3	4	4	3	4	4	3
4	2	3	2	2	4	2
3	4	3	3	4	4	2
4	4	4	4	4	4	4
4	1	1	1	3	2	2
2	4	3	4	4	4	4
4	5	3	3	5	5	4
3	3	3	3	3	3	3
4	3	4	5	4	3	4
4	4	4	3	4	4	4
4	4	2	4	4	4	4
4	2	2	3	4	4	4
4	3	4	4	3	3	4
3	3	3	4	4	3	5
4	3	2	2	3	3	2

Sent.Contr 3	Pérdida3	Distors3	Autotel3	Equilibrio4	Automat4	Objet4
4	1	5	3	4	5	5
2	3	5	4	2	4	5
3	3	4	3	3	4	3
4	3	1	3	3	2	4
1	3	4	4	3	4	3
4	5	2	5	4	3	4
3	5	4	5	3	3	4
2	5	5	5	4	3	3
2	4	4	5	4	4	2
4	4	2	4	4	2	4
2	3	4	4	2	3	3
5	5	5	5	4	3	4
4	1	4	5	4	5	5
4	5	5	5	5	5	5
5	4	5	5	5	5	5
2	3	2	4	3	2	2
1	3	3	4	5	4	4
4	5	3	5	3	4	5
5	3	3	4	4	3	4
4	5	2	3	2	3	4

1	3	4	3	3	2	2
2	4	2	4	2	3	5
4	4	2	2	4	2	2
4	3	3	3	3	4	3
4	3	5	5	5	5	5
4	3	3	3	2	2	2
1	2	3	5	4	2	5
4	5	4	4	3	5	4
3	5	2	3	4	2	2
4	5	5	4	4	4	4
3	3	4	5	3	4	2
4	3	4	4	4	4	3
2	5	2	3	4	4	5
4	5	5	5	4	4	3
2	4	5	2	3	3	5
4	5	4	3	1	2	5
3	3	2	4	3	3	4
4	2	5	5	5	3	5
3	2	3	4	4	3	2
2	4	4	4	4	4	2
3	4	3	3	2	2	2
4	2	3	2	3	2	1
3	4	4	4	3	3	3
2	4	4	4	2	3	5
3	5	5	4	4	3	5
3	5	3	5	5	5	5
4	3	3	5	4	3	5
4	4	4	5	3	4	3
3	4	2	4	4	4	3
3	3	4	4	4	3	4
4	3	2	3	4	4	3
3	1	3	3	3	1	2
5	2	1	5	3	2	1
3	2	3	4	4	3	3
4	5	2	3	4	4	5
1	4	4	1	2	2	3
2	1	2	3	3	3	2
1	3	1	1	1	1	3
3	3	2	4	3	3	4
3	1	5	5	5	5	4
3	4	1	3	3	2	2
3	4	2	3	3	3	4
4	4	5	5	4	5	5
1	3	5	3	2	3	3
4	5	3	4	2	3	3

3	5	3	3	3	3	4
4	4	2	4	4	4	2
2	4	2	3	1	3	2
3	3	4	4	4	4	4
2	3	3	3	3	2	2
4	2	3	3	2	4	4
2	2	4	4	3	2	2
4	5	3	5	3	4	5
4	5	5	4	3	5	3
3	1	4	4	4	2	3
2	4	4	2	2	1	2
3	5	3	3	2	4	3
1	2	1	3	3	3	1
3	4	1	3	2	2	2
3	2	3	4	3	2	3
1	2	2	3	3	1	2
4	5	5	5	4	4	5
2	5	5	3	3	3	4
2	4	3	3	4	3	3
3	2	3	3	2	3	4
3	4	1	3	2	4	3
2	4	3	4	2	2	3
2	2	2	4	4	2	4
2	4	1	2	3	4	4
1	3	1	3	2	3	1
2	1	1	3	3	2	2
5	2	4	5	2	4	5
5	5	5	5	5	4	3
3	2	4	4	4	4	3
4	3	3	4	3	4	5
3	4	1	3	2	2	2
2	3	3	4	2	2	3
4	5	2	3	4	4	5
2	2	2	1	2	1	2
4	1	2	3	4	4	4
4	5	5	5	5	4	5
3	3	3	3	4	4	4
4	3	4	4	4	4	4
4	3	2	3	4	3	4
4	3	4	4	4	3	4
5	3	4	3	3	3	4
4	3	3	3	4	4	3
4	3	4	4	4	4	4
2	3	3	2	2	2	2

Feedb4	Concent4	Sent.Contr4	Pérdida4	Distors4	Autotel4	MI1
3	5	4	1	5	5	5
3	2	4	3	4	4	4
3	3	4	3	5	3	3
3	5	5	4	3	3	5
4	4	2	1	1	1	4
3	3	5	5	2	5	4
5	3	4	5	3	4	4
2	2	3	4	5	4	4
4	3	5	4	4	4	5
4	4	4	4	3	3	5
2	2	2	3	4	5	4
4	2	2	2	5	5	5
5	5	5	1	3	5	4
5	3	5	5	5	5	5
5	5	4	5	5	5	5
3	2	3	2	2	3	3
4	4	3	3	3	4	3
4	5	5	5	4	5	5
5	4	5	5	2	4	5
3	3	3	5	2	4	3
1	5	1	5	3	2	2
4	4	2	5	4	4	2
2	4	4	4	2	2	2
2	3	2	3	1	2	1
4	5	5	4	5	5	5
3	3	2	4	2	3	3
2	4	4	1	1	3	4
3	3	4	5	3	3	3
4	3	3	5	2	3	3
4	4	4	4	4	4	3
3	3	4	4	5	3	4
3	3	4	4	3	4	4
4	5	4	5	4	4	5
5	4	3	2	4	4	5
2	3	3	4	5	3	4
3	4	2	5	3	1	5
3	3	3	3	4	4	4
5	4	4	4	5	5	5
3	4	1	1	3	4	3
2	4	2	4	2	2	4
2	3	3	3	2	2	4
2	4	3	2	2	4	4
3	3	4	4	4	4	4

2	4	2	5	1	4	4
4	3	4	5	4	3	5
3	5	5	5	1	4	5
4	5	4	3	3	5	5
3	4	4	3	4	4	5
3	2	3	3	4	3	5
3	4	4	4	3	3	4
4	2	4	3	4	2	2
2	4	3	2	5	3	3
2	4	2	2	3	4	1
4	5	4	3	2	3	4
4	3	3	5	4	4	2
3	2	2	4	4	2	1
3	2	3	4	2	1	5
1	3	2	2	3	1	1
2	4	3	3	3	2	2
5	4	5	4	5	4	5
3	4	3	1	3	3	3
3	4	3	4	4	3	2
4	4	5	4	5	5	5
3	2	2	3	5	4	4
3	5	4	5	5	5	4
3	3	3	4	3	3	3
2	4	4	5	4	4	5
2	3	3	4	2	3	3
3	4	2	3	2	2	4
3	2	3	3	3	3	3
3	4	4	3	3	5	4
3	3	2	2	2	3	4
5	3	5	5	3	5	5
4	5	5	4	4	4	4
2	3	4	2	2	3	3
2	3	4	4	4	2	2
3	3	3	4	3	3	1
3	3	1	1	4	3	1
1	3	3	3	4	2	1
3	4	3	2	3	4	2
2	2	2	2	2	2	2
4	3	5	5	5	5	5
2	1	3	1	5	5	1
3	3	4	5	4	4	4
3	3	2	2	4	3	3
1	2	3	4	4	3	2
2	4	2	3	3	4	2
3	2	4	3	2	4	4

2	1	2	4	5	3	2
1	1	1	3	5	3	3
3	2	2	1	5	2	3
4	4	3	1	5	4	4
5	4	3	4	2	5	5
2	3	4	2	2	3	3
3	4	3	3	4	4	5
1	3	3	3	4	2	1
2	4	2	3	3	3	2
4	3	3	5	4	4	2
1	2	2	1	5	1	1
3	4	4	1	2	5	4
5	4	5	5	4	3	4
4	4	4	4	4	4	4
1	4	4	3	4	4	4
4	4	3	3	3	4	4
4	4	3	3	3	4	5
3	4	4	3	3	3	4
3	4	4	3	3	3	3
3	3	3	3	4	4	3
3	3	3	3	3	2	3

MI2	MI3	MI4	Intención 1	Intención 2	Intención 3	Intención 4	Intención 5
5	5	5	5	4	4	5	1
4	4	4	5	5	4	4	4
3	3	3	4	5	3	4	5
3	3	4	3	5	5	5	4
4	3	2	1	2	3	4	3
5	5	5	4	5	5	5	5
4	3	3	3	4	2	5	3
5	4	5	5	4	4	5	2
5	5	5	5	5	5	5	4
5	5	5	5	4	3	4	4
4	3	4	4	4	5	4	2
5	5	5	5	5	1	5	5
5	5	5	5	5	5	4	5
5	4	4	5	5	5	5	3
5	3	3	5	5	5	5	5
3	4	4	4	4	2	3	2
4	4	4	5	5	4	5	3
5	5	4	5	5	5	5	5
4	4	5	5	5	4	5	4
4	3	3	4	2	2	5	3
3	4	5	3	2	1	2	2

4	4	4	5	4	2	4	2
4	4	2	5	4	4	4	4
1	1	1	5	3	2	1	1
5	5	5	5	4	5	5	5
3	3	3	4	3	4	3	3
5	4	4	5	4	3	5	5
3	3	3	5	5	5	4	5
2	3	4	5	1	5	3	1
4	4	4	5	5	5	5	5
5	4	5	4	3	5	3	5
4	3	3	5	4	1	4	5
5	3	4	5	4	4	4	5
4	5	4	5	5	5	5	5
4	4	3	3	4	3	3	4
4	5	4	5	5	5	5	5
4	4	3	3	2	2	2	2
5	5	5	5	5	5	5	5
4	4	4	3	4	1	4	3
4	4	4	2	4	4	4	2
4	4	4	4	4	3	3	3
5	2	4	5	3	2	4	3
4	3	4	4	4	3	3	4
4	2	4	4	5	2	5	2
5	4	5	5	5	5	4	5
5	5	4	4	5	5	5	5
5	5	5	5	5	5	5	5
5	4	4	4	5	4	5	4
5	3	4	4	4	2	4	2
4	4	4	4	5	4	4	3
3	4	3	5	4	3	4	3
4	3	4	5	1	1	3	1
2	4	3	4	4	2	3	1
3	3	3	4	5	3	4	3
3	3	3	4	4	5	5	4
2	1	2	4	2	2	4	4
4	3	5	4	5	5	5	3
3	3	1	4	2	1	3	2
3	3	3	5	2	1	5	1
5	5	5	5	5	5	5	5
3	2	2	4	3	3	3	4
2	2	2	3	2	2	3	2
5	5	5	5	5	5	5	5
3	4	3	3	2	2	2	3
4	5	5	5	1	1	5	1
3	3	3	3	5	3	4	5

4	4	4	4	5	5	4	4
2	2	2	1	3	3	1	5
3	4	3	5	4	4	4	4
3	3	4	3	3	3	4	2
5	5	4	3	5	5	5	5
3	3	3	2	3	4	2	4
5	5	5	3	5	1	5	4
3	5	4	4	5	5	5	5
4	4	3	4	3	1	4	2
4	3	4	5	4	4	5	1
3	3	3	5	5	1	4	5
3	3	3	1	1	1	3	1
3	3	2	4	2	1	5	2
3	4	3	4	3	2	5	4
3	3	3	5	3	5	5	3
5	5	4	5	5	5	5	4
5	5	5	5	5	5	5	5
3	4	3	5	4	3	5	5
4	3	4	3	3	4	3	3
3	2	2	5	5	1	5	5
4	4	4	4	4	5	4	1
3	4	3	4	3	2	4	2
2	2	3	4	5	4	5	5
3	3	3	2	4	1	4	1
4	3	3	3	4	5	5	5
5	4	5	5	5	5	5	5
5	5	5	5	5	1	5	5
4	4	3	4	4	2	4	2
4	4	3	4	5	3	5	5
3	3	2	4	2	1	5	3
4	4	4	4	4	4	4	1
3	3	3	4	4	5	5	4
1	1	1	1	1	1	1	2
5	5	5	2	5	5	5	5
5	5	4	3	5	3	5	4
4	4	4	5	5	5	5	5
4	4	4	4	4	1	4	4
4	4	4	5	5	3	5	5
4	4	3	3	2	2	4	2
4	4	4	5	4	3	4	2
3	4	3	4	1	3	4	1
4	3	3	5	4	3	5	3
3	3	2	3	4	2	3	1

5. Bibliografía

- Aisenstein, A. (2003). El currículo de educación física en Argentina. Una mirada retrospectiva de la escolarización del cuerpo. *Revista Educación y Pedagogía*. N° 37. ISSN 0121-7593. Universidad de Antioquia.
- Bratch, V. (1992). *Educación Física y Aprendizaje Social*. Vol.1. pp. 15-25. 1ª edición en español. Córdoba: Editorial Vélez Sarsfield. 1996.
- Camacho, C., Arias D., Castiblanco A. y Riveros M. (2011). Revisión Teórica conceptual de Flow: Medición y áreas de aplicación. *En Cuadernos Hispanoamericanos de psicología*. Vol. 11 n° 1. pp. 48-63.
- Cervelló, E., Escartí, A. y Balagué, G. (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, n° 1, pp. 7-19 ISSN: 1132-239x, Federación Española de Asociaciones de Psicología del Deporte. Universitat de les Illes Balears.
- Cervelló E. y Santos-Rosa F. (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*. Vol. 9, núm. 1-2, pp. 51-70. ISSN: 1132-239x. Universitat de les Illes Balears. Universitat Autònoma de Barcelona.
- Cecchini J.A, González, C., López Prado, J. y Brustad, R. J. (2005). Relación del clima motivacional percibido con la orientación de meta, la motivación intrínseca y las opiniones y conductas de Fair Play. *Revista Mexicana de Psicología*, 22(2) 469-479.
- Corrales, N., Ferrari, S., Gómez, J. y Renzi, G., (2010). *La formación docente en educación física, perspectivas y prospectivas*. Buenos Aires: Noveduc.
- Coterón y Gómez (2014). *Proyecto: Análisis de los perfiles motivacionales del estudiante de educación física en secundaria y su relación con la intención de práctica futura*.
- Da Silva Machado y T., Bracht, V. (2010). *Las prácticas de desinversión pedagógica en la Educación Física escolar*. *En Movimiento*. Porto Alegre. Vol. 16 n° 2. pp. 129-147, abril/junio de 2010.
- Duda, J (1995). *Motivación en los escenarios deportivos: Un planteamiento de perspectivas de meta*. *Motivación en el deporte y el ejercicio*. pp. 85-122. G. Roberts (Ed.), Bilbao: Desclée de Brouwer.
- Diseño curricular de Educación Física de la educación secundaria de la ciudad autónoma de Buenos Aires*. Recuperado de: http://www.buenosaires.gob.ar/areas/educacion/curricula/pdf/media/ef_contenido_nivel-medio.pdf (15/09/14).
- Flores, J., Salguero, A., y Marquez, S. (2008). Relación de género, curso y tipo de colegio con el clima motivacional percibido en la educación

- física escolar en estudiantes colombianos. *Revista de Educación*, 347, pp. 203-227.
- García Calvo, T. (2004). *La motivación y su importancia en el entrenamiento con jóvenes deportistas. Memoria de Docencia e Investigación*. Cáceres: Facultad de Ciencias del Deporte, Universidad de Extremadura.
- García R. (1989). *Dialéctica de la integración en la investigación interdisciplinaria*. Trabajo presentado en las IV Jornadas de Atención Primaria de la Salud y I de Medicina Social, Abril, Buenos Aires.
- Gómez, V. y Perelló, G. (2006). *Tipos de diseño*. Material de uso interno de la cátedra. Metodología de la Investigación. Facultad de Actividad Física y Deporte, UFLO. Inédito.
- Guzmán, Carratalá, García-Ferriol y Carratalá (2006). *Propiedades psicométricas de una escala de motivación deportiva*. *Journal of Human Movement* 16, pp. 85-98.
- Hamilton, D. (1990). *Learning About education: An Unfinished Curriculum* Milton Keynes: Open University Press.
- Hernández Sampieri, C., Fernández Collado, R. y Baptista Lucio, P. (1991). *Metodología de la Investigación*. México: Mc Graw Hill.
- Kirk, D. (2007). Con la escuela en el cuerpo, cuerpos escolarizados: la construcción de identidades inter/nacionales en la sociedad post-disciplinaria. *Ágora para la EF y el Deporte*, nº 4-5, 2007, pp. 39-56.
- Kirk, D. (2006). Los futuros de la educación física: la importancia de la cultura física y de la "idea de la idea" de educación física. *Para EF y el Deporte*, pp.1-13.
- Méndez-Giménez, Fernández-Río, 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, nº 1, pp 29-38. ISSN: 1132-239X. Universitat de les Illes Balears. Universitat Autònoma de Barcelona.
- Moreno-Murcia, J.A.; Marzo, J.C.; Martínez-Galindo, C.; Conte, L. (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*, Vol 7, nº 26, pp. 355-369. <http://www.cafyd.com/REVISTA/02602.pdf>
- Moreno, J.A.; Moreno, R.; Cervelló E. (2007). *El autoconcepto físico como predictor de la intención de ser físicamente activo*. *Psicología y Salud*, Vol. 17, nº 2, pp. 261-267, jul-dic 2007. <http://www.um.es/univefd/PS.pdf>.
- Moreno Murcia, J. A.; Cervelló Gimeno E.; González-Cutre Coll D. (2006). Motivación autodeterminada y flujo disposicional en el deporte. *En Anales de psicología 2006*, Vol. 22, nº 2 (diciembre), pp. 310-317.
- Moreno, J. A., y Martínez, A. (2006). Importancia de la Teoría de la Autodeterminación en la práctica físico-deportiva: Fundamentos e implicaciones prácticas. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, Vol. 2, nº 6, pp. 39-54.
- Padua J. (1994) *Técnicas de investigación aplicadas a las ciencias sociales*. El Colegio de México.

- Pavía, V (2006). *Jugar de un modo lúdico El juego desde la perspectiva del jugador*. Edición, 1ª ed., pp.143. Publicación, Buenos Aires: Noveduc, 2006.
- Pedráz, M. (2013). Crítica de la educación física y Educación Física Crítica en España. Estado (crítico) de la cuestión. *En Movimiento*. Porto Alegre, Vol. 19, nº 1, pp. 309-329, jan/mar de 2013.
- Pedráz, M. (2007). El cuerpo sin escuela: Proyecto de supresión de la Educación Física escolar y qué hacer con su detritus. *Ágora para la EF y el Deporte*, nº 4-5, pp. 57-90, 2007.
- Pedráz, M. (1997). La disposición regulada de los cuerpos. Propuesta de un debate sobre la cultura física popular y los juegos tradicionales – en Apuntes. *Educación Física y Deporte*, nº 48, pp. 6-16, 1997.
- Peiró Velert, C. y Sanchis Gimeno, J.; (2004). *Las propiedades psicométricas de la versión inicial del cuestionario de orientación a la tarea y al ego (TOESQ) adaptado a la educación física en su traducción al castellano*. Revista de Psicología del Deporte, Vol.13, nº1, pp. 25-39.
- Rigal, L (2011). *Lo implícito y lo explícito en los componentes pedagógicos de las teorías críticas en educación en La mirada pedagógica para el siglo XXI: teorías, temas y prácticas en cuestión*. Reflexiones de un encuentro, pp. 40-50. Compilado por Flora Hillert, María José Ameijeiras, Nora Graziano.Ed. UBA, CLACSO.<http://bvsde.org.ni/clacso/publicaciones/UBA-lamiradapedagogicaparaelsigloXXI.pdf>
- Rozengardt, D. (2013). *La Educación Física y el conocimiento, una relación problemática*. 10º Congreso Argentino y 5º Latinoamericano de Educación Física y Ciencias La Plata, 9 al 13 de septiembre de 2013 ISSN 1853-7316. Web: <http://congresoeducacionfisica.fahce.unlp.edu.ar>
- Samaja, J. (1994). *Epistemología y metodología. Elementos para una teoría de la investigación científica*. Buenos Aires: EUDEBA.
- Scharagrodsky, P. (2007). *El cuerpo en la Escuela*. Programa de capacitación multimedial. Buenos Aires: Ministerio de Educación, Ciencia y Tecnología.