

UFLO

UNIVERSIDAD DE FLORES

Autorizada provisionalmente por Decreto PEN N° 2361/12/94 conl. 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 los estudiantes en la clase de educación física de nivel medio de un colegio público de la ciudad de Punta Alta y su relación con la intención de práctica físico-deportiva futura.

Estudiante: García, Gabriel Solano

Legajo: 17391

Correo electrónico: gabrielsolanogarcia@hotmail.com

Tutora: Gómez, Valeria

Agradecimientos

Para comenzar a organizar esta investigación, debí contactarme con gente idónea para ponerme a trabajar y aprender a utilizar herramientas desconocidas, para buscar información verídica y empezar a producir en función de comenzar mi primer trabajo de investigación. Esas personas también fueron las que me acompañaron en todo este proceso de elaboración del presente estudio, docentes a cargo de la licenciatura de Actividad Física y Deporte de la UFLO, familiares, y amigos que conocí por el foro con los/as cuales compartí varias horas de chat, internet, debates, etc.

Fue un placer enfrentar este proyecto con mi sobrino, colega y amigo Alejandro García, dejando de lado la diferencia de edad y poniendo el corazón y la dedicación, junto a nuestro trabajo, para trabajar mancomunadamente y llegar al objetivo final de recibirnos de licenciados.

El apoyo de la familia, siendo el motor y la fuerza para seguir adelante, en los momentos difíciles. Trabajando y estudiando, para mejorar y demostrar que a toda edad de la vida, se puede estudiar y continuar en el camino de aprender y mejorar como persona, como docente, en función de capacitarse en el transcurso de nuestra profesión.

Gracias a mi hija, a mi señora, a todos lo que me ayudaron en este proyecto, por el apoyo incondicional y por brindarme la información necesaria para el armado de esta investigación.

Gracias a la UFLO y a los docentes que nos acompañaron en este proyecto, muchas gracias de corazón.

Índice

Resumen	1
1. Primera Parte: Delimitación teórica del objeto de estudio	2
1.1. Área temática, rama y especialidad	2
1.2. Tema y subtema	2
1.3. Introducción	2
1.4. Problema	4
1.5. Relevancia cognitiva.....	4
1.6. Marco teórico	17
1.6.1. Capítulo1	17
1.6.1.1 La educación física en el colegio secundario.....	17
1.6.1.2. La Educación Física, Actividad F y el Deporte	18
1.6.1.3. Deporte en la Adolescencia	20
1.6.2. Capítulo 2.....	21
1.6.2.1. Motivación del estudiante de Educación Física.....	21
1.6.2.2. Orientación motivacional en la clase de educación física.....	22
1.6.2.3. Motivación intrínseca	25
1.6.2.4. Satisfacción de necesidades psicológicas básicas.....	26
1.6.2.5. El Estado de Flow.....	27
1.6.2.6. Intención futura de práctica de actividad física.	29
1.7. Objetivos	31
2. Segunda Parte: Material y Método	32
2.1. Tipo de diseño	32
2.2. Diseño del objeto. Matriz de datos	33
2.3. Fuentes de datos	47
2.4. Población y muestra	51
2.5. Instrumentos de recolección de datos	52
2.6. Plan de actividades en contexto	53
2.7. Plan de tratamiento y análisis de los datos	55
3. Tercera Parte: Análisis y Conclusiones	71
3.1. Exposición de resultados.....	71
3.2. Análisis e interpretación de datos.....	93
3.3 Conclusiones y sugerencias	103
3.4 Discusión.....	111
4. Anexos	112

4.1. Anexo 1: Cuestionario.....	112
4.2. Anexo 2: Recolección de Datos.....	113
4.3. Anexo 3: Carta de Presentación.....	119
4.4. Anexo 4: Administración de Cuestionarios.....	121
4.5. Anexo 5: Procedimiento para completar planilla Excel.....	124
4.6. Anexo 6: Planilla de Datos Excel.....	126
4.7. Anexo 7: Diagrama Dispersión de las Medidas Var. Complejas.....	129
5. Bibliografía.....	130

Resumen

Este estudio y sus objetivos, pretendieron relacionar el nivel de orientación motivacional hacia el ego, el nivel de orientación motivacional hacia la tarea, el nivel de motivación intrínseca y el nivel de flow con el nivel de la intención futura de la práctica físico-deportiva de los/as estudiantes de educación física de un colegio secundario de la Ciudad de Punta Alta.

El tipo de diseño utilizado fue descriptivo correlacional y sincrónico. La muestra se realizó en el gimnasio de la escuela donde se dicta la materia de educación física. La fuente de datos fue de tipo primaria. Recolectamos a través del instrumento administrando a 132 cuestionarios estandarizados. Nuestro tratamiento y análisis de datos fue centrado en las variables y de tipo cuantitativo. Aplicamos medidas de estadísticas descriptivas a todas las variables: frecuencias porcentuales, media, moda e índices sumatorios para las variables complejas.

Todas las variables motivacionales de este estudio correlacionaron positivamente con la intención futura de la práctica físico-deportiva de los/as estudiantes de educación física de nivel secundario.

Palabras clave:

Educación Física - Alumnos/as - Motivación - Práctica de actividad físico deportiva – Orientación Motivacional a la Tarea – Orientación Motivacional al Ego – Flow - Intención de práctica futura de actividad física – Motivación intrínseca.

- **Primera Parte: Delimitación conceptual del objeto de estudio**
 - **Área temática, rama y especialidad**

Área temática: Educación Física / Psicología

Rama: Educación Física de nivel medio / Psicología cognitiva-educacional

Especialidad : Didáctica en Educación Física

- **Tema y Subtema**

Tema: La motivación en las clases de educación física

Subtema: La motivación en la clase de educación física del nivel medio y su relación con la intención de práctica futura de actividad física.

- **Introducción**

En este trabajo estudiamos un tema propuesto por la UFLO, que ha sido elaborado en un proyecto en conjunto entre la Secretaría Científica de la Universidad de Flores y la Facultad de Ciencias de la Actividad Física y el deporte de la Universidad Politécnica de Madrid. Nosotros como estudiantes realizamos nuestro trabajo de investigación, con la intención de participar con nuestro aporte en este proyecto macro.

En esta oportunidad trabajamos sobre una problemática actual que nos preocupa: la motivación de los/as estudiantes de educación física en colegios secundarios y su intención futura de seguir practicando una actividad física.

En este trabajo investigamos, la continuación de la actividad física en la adolescencia al finalizar la etapa educativa y el beneficio que les genera a lo largo de la vida, para cuidar el cuerpo en el transcurso de sus vidas,

preservando la salud. Se observa poca participación en las clases de educación física y sabemos que este entorno educacional es primordial para orientar, motivar y planificar la actividad física como parte de su filosofía de vida.

La importancia de realizar una actividad física desde edades tempranas, tanto en niños como en niñas, es generar hábitos y habilidades físicas y motivacionales de vida, debido a que actualmente los tiempos ociosos son ocupados con extensas horas frente a la televisión, la computadora, la play station o el teléfono celular. Esto, sólo ayuda al sedentarismo y aganismo de los jóvenes. De aquí parte la importancia de que sepan planificar en sus vidas espacios para realizar una actividad física o deportiva.

Según Fucci, S., y Benigni, M. (2003), los jóvenes que practican actividades físicas están física y mentalmente mejor que los que no la hacen. Toda actividad física ayuda a mantenerse en forma, mejorar la capacidad cardiovascular, la flexibilidad, la resistencia y la densidad.

Considero muy importante la reflexión sobre la práctica como instancia ineludible para regular la intervención docente y transformar el contexto de escolarización. Por ello creo que los resultados permitirían analizar el tipo de relación existente entre las clases dictadas por los/as docentes y su llegada a los/as alumnos/as, donde la armonía en esta relación, garantiza en el corto y mediano plazo, la calidad educativa del área, generando aprendizajes significativos en los/as alumnos/as mediante la motivación, donde el conocimiento, producto de esta investigación, que se difunda y sirva para concientizar a los/las docentes que trabajan en educación física en entidades educativas, para que aporten, elaboren y creen herramientas innovadoras en las clases de educación física relacionadas con la motivación de los estudiantes para realizar actividad física, procurando mejorar las prácticas, conociendo el pensamiento del alumno/a sobre esta cuestión, retroalimentando así nuestra reflexión y puesta en acción permanentemente. Es decir cuando se habla de motivación, es llegar al alumno/a de una manera directa para poner en funcionamiento sus estados internos, donde su voluntad accione su interés e interprete el beneficio de la actividad física para el transcurso de su vida.

Promover e incentivar a los/as profesores/as de educación física para que regulen sus intervenciones docentes, atentos, siempre, a las motivaciones intrínsecas de los/as alumnos/as.

La educación física puede actuar como una efectiva herramienta programática que ayude a lograr objetivos en salud, educación, igualdad de género, protección y desarrollo de los/as alumnos/as, donde por medio de esta investigación tenemos que brindar elementos de juicio para que los/as docentes de educación física analicen si los contenidos y forma de dictar las clases, motivan o no a sus alumnos/as a la hora de realizar actividad física. Ese es el concepto que como profesores/as tenemos para el desarrollo de los/as adolescentes, que no es simplemente un fin en sí mismo sino un instrumento eficaz para mejorar las vidas de los jóvenes, de sus familias y comunidades.

Brindando un conocimiento que promueva la toma de conciencia sobre la importancia de realizar actividad física durante y después del colegio a los/as alumnos/as y padres responsables. Fomentar la implementación mediante herramientas que colaboren en la mejora de las prácticas pedagógica-motivacionales, en instituciones de formación superior

1.4 Problema

¿Cuál es la relación existente entre la intención futura de práctica de actividades físico-deportivas con las variables: orientación motivacional, flow y motivación intrínseca, de los/as estudiantes de nivel secundario que asisten a un colegio público de la Ciudad de Punta Alta, Provincia de Buenos Aires?

1. 5 Relevancia Cognitiva. Estado de Arte.

En nuestro trabajo de investigación, el estado de arte, se refiere al conocimiento científico existente hasta el momento acerca del fenómeno a estudiar.

Se realizó una búsqueda bibliográfica para conocer el estado de conocimiento científico respecto a las variables motivacionales: orientación motivacional hacia la tarea, orientación motivacional hacia el ego, motivación intrínseca, flow, e intención futura de la práctica deportiva.

Se consultaron antecedentes en diversos sitios:

- Página Web especializadas en Educación Física, La Motivación hacia las clases de Educación Física e Investigación Educativa en Educación Física y Deportes: <http://www.efdeportes.com> y <http://www.efydep.com.ar>.
- Consulta en bibliotecas especializadas como: Facultad Universidad de Flores, biblioteca del docente y Bibliotecas y Archivo de Tesis: Provincia de Buenos Aires, Dirección General de Cultura y Educación, Dirección de Educación Superior, I.S.F.D. N° 79, Tramo de Formación Pedagógica para Nivel Superior de Punta Alta.

Para dar respuesta a la pregunta formulada por la investigación y/o problema, fue necesario recurrir y estudiar distintos elementos que aporten información relevante y documentada. El rastreo bibliográfico se realizó en concordancia con bibliografía brindada por la docente a cargo de la cátedra, trabajo de investigación de la UFLO la magister Gomez, V.

Se define la elección del objeto del presente trabajo de acuerdo a lo propuesto por Flores, J. (2008) quien postula: La motivación que guía a la educación física en la escuela sobre los/as alumnos/as es un factor determinante en la calidad de su desempeño en clase, entonces resulta necesario conocer el tipo de motivación que orienta la actuación del alumno/a en la clase de educación física, si queremos garantizar la calidad de las mismas.

Escartí, A., y Cervelló, E. (1994) hacen alusión a los factores que se relacionan con la motivación, como son los factores biológicos, emocionales, sociales y cognitivos, los cuales determinan la intensidad y dirección de la fuerza.

Este nodo de pensamiento es el resultado de un estudio minucioso que hace el autor antes citado, es por ello que encontramos como antecedentes inmediatos a esta investigación autores de la talla de White, R. (1959), Ames, C. (1984, 1992 y 1988); Nicholls, J. (1989, 1992), Eduardo Cervelló, E. (1999). Por lo ante dicho encontramos que el área de conocimiento ha sido explorado ampliamente. Fucci, S., y Benigni, M. (2003) anuncia que la educación física en la actividad física y el deporte, proporcionan oportunidades para desarrollar aspectos relacionados con la responsabilidad personal, la cooperación social y las habilidades motrices. También autores como Moreno Murcia, J. (2005) y Moreno, J. (2006) definen la teoría de la autodeterminación, según Deci, E., y Ryan, R. (1985) estableciendo uno de los modelos explicativos de la motivación del ser humano, que ha sido aplicado a diversos ámbitos, como también en la actividad físico-deportiva. Esta teoría trata de explicar determinando en qué forma independiente o autonomía las personas se involucran o no libremente en la realización de sus actividades, teniendo en cuenta varios mecanismos psicológicos reguladores de la conducta, y buscando dentro de lo posible una mayor orientación hacia la motivación autodeterminada. Los estudios demuestran que esta motivación autodeterminada está muy relacionada con la motivación intrínseca, mientras que la motivación extrínseca y sus artilugios controladores, favorecen conductas no autodeterminadas e incluso cuando hay un faltante de motivación. Las participaciones prácticas en el entorno de la práctica físico-deportiva recomiendan la utilidad de realizar tácticas para desarrollar la motivación intrínseca y sus formas de ordenamiento.

Moreno, J. (2006) detalla la incertidumbre de los/as alumnos/as a la hora de analizar las motivaciones que los guían en sus motivaciones extrínsecas para accionar en sus decisiones. Definiendo la existencia de tres necesidades básicas, para el desarrollo y mantenimiento de la salud psicológica y/o bienestar personal: la competencia, la autonomía y la aceptación de las personas consideradas importantes. Cuando la persona logre en cierta medida y satisfaga estas necesidades psicológicas, se desarrollarán formas de motivación más o menos auto-determinadas, como la motivación intrínseca, que es cuando se realiza una acción por cuenta propia, ósea por el simple placer, también la motivación extrínseca que es cuando nos motivan de forma

externa y por último la desmotivación que es la falta de interés por la práctica o sentirse frustrado.

De todos modos encontramos un lugar de vacancia, ya que con la aparición del término Flow o Fluir (Csikszentmihalyi, M., 1990) que ha sido definido como una condición en ella que una persona se encuentra completamente encantada realizando una actividad para su propio placer y disfrute. También Csikszentmihalyi, M. (1990), describe al estado de flow con nueve características: 1) equilibrio entre habilidad y reto, 2) combinación/unión de la acción y el pensamiento, 3) claridad de objetivos, 4) feedback claro y sin ambigüedades, 5) concentración sobre la tarea a realizar, 6) sentimiento de control, 7) pérdida de cohibición o autoconciencia, 8) transformación en la percepción del tiempo, 9) experiencia autotélica.

Se define la elección del objeto del presente trabajo de acuerdo a lo propuesto por Flores, J. (2008) quien postula: la motivación que guía a la educación física en la escuela sobre los/las alumnos/as es un factor determinante en la calidad de su desempeño en clase, entonces resulta necesario conocer el tipo de motivación que orienta la actuación del alumno en la clase de educación física, si queremos garantizar la calidad de las mismas.

Este nodo de pensamiento es el resultado de un estudio minucioso que hace el autor antes citado, encontramos como antecedentes inmediatos a esta investigación autores de la talla de Cervelló, E., y Santos Rosa, F. (2000) quien postula en una investigación, apoyado en 280 estudiantes pertenecientes a centros de enseñanza media con un análisis de tipo descriptivo.

Moreno, J. Murcia, J. (2011) propone analizar adaptar y validar el contexto deportivo español a la escala de satisfacción de necesidades psicológicas básicas (PNSE) y el cuestionario de la regulación conductual (BRSQ) a fin de corroborar la hipótesis que postulabalos, tres mediadores se relacionan en forma positiva y significativa con la motivación intrínseca.

Así se encuentra la posibilidad de, apoyado en la idea del flow, analizar a los estudiantes de una escuela secundaria de la ciudad de Punta Alta, provincia de Buenos Aires. Esto a los fines de profundizar la investigación macro.

El problema que conformó el eje teórico en este estudio, fue la motivación en las clases de educación física en los/as estudiantes de nivel medio y su intención de ser físicamente activos. Cada variable del estudio ha sido aclaradas en el marco teórico y en base a los antecedentes de investigación sobre las variables específicas. Al leer la bibliografía al respecto, se seleccionaron autores y teorías que validarían nuestros conceptos. Se recurrió a antecedentes generales que sentaron precedente sobre el tema, cada autor con su postura, resultado y sus respectivas conclusiones.

Considerando en Argentina muy importante este estudio para generar interés en conocer los posibles patrones motivacionales que llevan a los/as estudiantes adolescentes a abandonar la práctica físico-deportiva futura.

El capítulo uno y dos del marco teórico del trabajo de investigación, se basó en los autores antes nombrados y sus teorías, que validarían cada concepto o variable planteadas en el estudio, todos ellos tienen como punto en común la educación física.

El estado actual del conocimiento sobre el tema y análisis bibliográfico desde las teorías de metas de logro, se enfoca mediante numerosos trabajos presentados por estudiosos que promueven un clima motivacional orientado a la tarea, la teoría de la autodeterminación y el flow, los cuales determinan el grado de motivación intrínseca en el alumno y su intención de mantener la práctica de actividad física futura.

Se tomaron ideas planteadas de nuevos autores, relacionando siempre el tema planteado y las variables en consecuencia a la relevancia cognitiva y perspectiva teórica.

Autores utilizados en el trabajo de investigación: Csikszentmihalyi, M. (1990), Moreno, J., y Martínez, A. (2006), Couture, R. (1998), Moreno, J., Moreno, R., y Cervelló, E. (2007) (El autoconcepto físico como predictor de la intención de ser físicamente activo), Moreno, J., Murcia, J., Marzo, J., y Martínez Galindo, C. (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), Moreno, J. y Martínez, A. (2006) (Importancia de la teoría de la autodeterminación en la práctica físico-deportiva: fundamentos e implicaciones prácticas), Cervelló, E., Escartí, A. y Balagué, G., (1999) (Relaciones entre la orientación de la 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), 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).

Tesis/doctorales: García, C. T. (2000- 2002). La motivación y su importancia en el entrenamiento con jóvenes deportistas.

Analizamos las investigaciones seleccionadas, con sus perfiles motivacionales y su relación con la importancia concedida a la Educación Física:

- Moreno Murcia, J., (Universidad de Murcia)
- Llamas, L., (Unidad Investigativa en Educación Física y Deportes)
- Ruiz Pérez, L., (Universidad de Castilla La Mancha)

Esta investigación tiene como objetivo identificar los diferentes perfiles motivacionales y relacionarlos con la importancia que los/as alumnos/as conceden a la educación física en una muestra de 699 estudiantes. Para ello se pasaron instrumentos para medir la motivación deportiva, el clima motivacional, los mediadores psicológicos y la importancia concedida a la educación física. Tras un análisis de cluster se han identificado tres perfiles. Al primero se le denomina “perfil autodeterminado” caracterizado por una alta motivación autodeterminada, el segundo corresponde al “perfil no autodeterminado” con niveles bajos de motivación intrínseca y extrínseca y el

tercero es el denominado “perfil de motivación intermedia” con resultados medios de motivación intrínseca y extrínseca y alta desmotivación. Los/las alumnos/as del perfil autodeterminado son a su vez los que más importancia conceden a la educación física.

En las clases de educación física, la motivación constituye un elemento de vital importancia que contribuye a despertar en los/las alumnos/as el deseo de participar. Dicha participación se hará más interesante en la medida que el alumnado reciba en sus clases actividades que den respuesta a sus necesidades hacia el movimiento, el descubrimiento, de relacionarse, y estén en correspondencia con el nivel de desarrollo físico alcanzado. Si no se motiva a los estudiantes en las clases, estos se formarán una actitud negativa hacia la educación física. Con este fin, la teoría de la autodeterminación Deci, E., y Ryan, R. (1985); Ryan, R., y Deci, E., (2000) puede ser particularmente útil, pues es una de las pocas teorías que relaciona positivamente la motivación intrínseca con la diversidad, autonomía en el comportamiento y la percepción de competencia en la motivación de la conducta humana.

Se calcularon los estadísticos descriptivos y coeficientes de correlación entre las diferentes variables, se observó si existían diferencias significativas entre los perfiles en la importancia concedida a la educación física a través de un análisis univariante. Finalmente se realizó un análisis de independencia entre variables mediante la “prueba de chi cuadrado” completada con análisis de residuos para observar las diferencias entre los perfiles obtenidos y el género y la práctica deportiva.

Medias, desviaciones típicas y análisis de correlación: en la tabla 1 se observa que entre las variables que componen el clima motivacional el valor más alto se encontró en el clima motivacional que implica a la tarea.

Las correlaciones mostraron como el clima motivacional que implica al ego se relacionaba positiva y significativamente con la competencia percibida, motivación intrínseca y extrínseca, desmotivación e importancia y utilidad concedida a la educación física y negativamente con el clima motivacional que

implica a la tarea. El clima motivacional que implica a la tarea se relacionó positiva y significativa con la relación con los demás, autonomía, competencia percibida, motivación intrínseca y extrínseca e importancia y utilidad concedida a la educación física, siendo negativa la relación con la desmotivación.

Sobre los mediadores psicológicos, se encontró una correlación positiva y significativa entre los tres factores además de con los factores motivación intrínseca y extrínseca, importancia y utilidad hacia la educación física, siendo negativa la relación de los tres factores con la desmotivación. También se encontró una relación positiva y significativa de los factores motivación intrínseca y extrínseca entre sí además de con la importancia concedida a la educación física, y una relación negativa y significativa con la desmotivación. La desmotivación mostró una correlación negativa y significativa con todos los factores, exceptuando con la motivación extrínseca, mientras que con el clima motivacional que implica al ego fue positiva.

El primer perfil es un ejemplo claro de estudiantes autodeterminados en motivación. Presentan niveles relativamente altos en motivación intrínseca, en cambio, los niveles son bajos en desmotivación. En cuanto al clima motivacional y mediadores psicológicos los estudiantes puntúan alto en el clima motivacional que implica a la tarea, y en competencia percibida, autonomía y relación con los demás.

El segundo perfil presenta una motivación autodeterminada intermedia, mostrando un clima motivacional que implica al ego, motivación intrínseca y extrínseca media y desmotivación alta, pero inferior al tercer perfil. Coincidiendo además, con aquellos los/as alumnos/as que peor valoran la educación física y menos practican actividad física extraescolar.

El perfil tercer los estudiantes puntúan alto en desmotivación, clima motivacional que implica al ego, y motivación externa. Este tipo de perfil resulta habitual entre los/as alumnos/as que se encuentran involucrados en prácticas físico-deportivas extraescolares, sobre todo de carácter competitivo, como así lo demuestran los datos obtenidos, que enfatizan con frecuencia los resultados

sobre la mejora personal, dando lugar a un estado de implicación al ego, lo que lleva, fundamentalmente, a que su participación en las clases de educación física se encuentre focalizada a demostrar su competencia ante los demás.

También analizamos la Tesis doctoral presentada por: González, D. y Coll, C.: **"Motivación, Creencias Implícitas de Habilidad, Competencia Percibida y Flow Disposicional en Clases de Educación Física.** Dirigida por: Álvaro, D., Camacho, S., y Moreno Murcia, J., Universidad de Almería. Departamento de Filología Francesa, Lingüística y Didáctica de la Expresión. Surgió la inquietud de analizar los factores que pudieran ayudar a mejorar la motivación de los estudiantes en las clases de educación física. Para ello, decidieron apoyarse en las cuatro principales teorías contemporáneas relacionadas con la motivación: la teoría de las metas de logro, la teoría de la autodeterminación, las teorías o creencias implícitas de habilidad y la teoría del flow.

En primer lugar analizaron la red de relaciones que podía existir entre estas teorías, puesto que están en constante ebullición. Apoyándonos en una amplia revisión del marco teórico decidimos testar dos modelos motivacionales que podían suponer un avance e innovación en nuestro campo científico. Por un lado, queríamos mejorar el conocimiento sobre el desarrollo de la motivación que la bibliografía ha relacionado con las consecuencias más positivas: la motivación autodeterminada. Por el otro, abarcar el estudio de nuevos factores que llevaran a incrementar la propensión a estados psicológicos óptimos en educación física.

Esta investigación pretende profundizar en el análisis de la motivación en clases de educación física, relacionando diferentes teorías y modelos motivacionales contemporáneos. Dentro del sistema de enseñanza obligatoria, las clases de educación física se muestran como un medio idóneo para poder crear hábitos de práctica deportiva, por lo que parece de interés estudiar los procesos motivacionales que tienen lugar en ellas. Para ello, se llevaron a cabo dos estudios, uno correlacional y otro cuasi-experimental.

Este trabajo trató además de añadir la percepción del clima motivacional como determinante de las creencias de habilidad y la competencia percibida en el modelo cognitivo-social de la motivación de logro. Los resultados mostraron que el clima tarea predecía positivamente la creencia incremental, mientras que el clima ego predecía positivamente la creencia de entidad. También mostraron que ambos tipos de clima pueden predecir positivamente la competencia percibida, aunque inicialmente se hipotetizó que sólo lo haría el clima tarea (Ntoumanis, N., y Biddle, S. (1999)). Este resultado probablemente se debe a la forma en que los estudiantes definen la competencia. Si un alumno concibe la competencia en relación a un estándar intrapersonal es normal que esta competencia sea predicha positivamente por el clima tarea. Sin embargo, si concibe la competencia en relación a un estándar normativo no es extraño que el clima ego aparezca como variable predictiva positiva. Si un alumno/a se siente competente demostrando que es mejor que los demás, el clima ego puede reforzarle esa percepción de competencia.

Cabe señalar que este modelo presenta algunas limitaciones. En primer lugar, dado el carácter correlacional del estudio, las relaciones descritas no indican causalidad. Este trabajo aporta un modelo explicativo de algunas de las relaciones posibles entre diferentes variables motivacionales. En este sentido, el estudio debe ser definido como exploratorio, pues supone un primer paso para elaborar diseños de intervención en las clases de educación física.

Finalmente, los resultados revelaron un incremento de la puntuación en la variable flow disposicional en ambos grupos. Este resultado es curioso, puesto que a priori se hipotetizaba que sólo en el grupo clima tarea se produciría este incremento.

Hay que tener en cuenta que nuestro estudio correlacional había reflejado que el flow disposicional se podía dar tanto en climas tarea como en climas ego. Si bien, el clima tarea mostraba un mayor poder de predicción y en un clima ego sería necesaria probablemente una alta percepción de competencia por parte del alumnado para alcanzar el estado de flow con mayor frecuencia. Los resultados de este estudio cuasi-experimental han mostrado la utilidad de

manipular las áreas TARGET siguiendo las premisas establecidas por Ames, C. (1992) para transmitir un clima tarea. En este sentido parecen aspectos clave para mejorar la motivación: la presencia de variedad y novedad en las tareas, la cesión de responsabilidad al alumnado para participar en las decisiones y en la evaluación, el reconocimiento de la mejora personal y el esfuerzo, la agrupación variada y siguiendo criterios diferentes, la evaluación del progreso individual, privada, significativa y evitando la comparación social, y el tiempo suficiente para practicar y mejorar en las tareas.

Hay que tener en cuenta que los estudios cuasi-experimentales en situaciones naturales tienen la limitación de que existen muchas variables y efectos que no se pueden controlar. Por ejemplo, los/as alumnos/as llegan con determinadas orientaciones motivacionales previas que van a influir en el desarrollo de la clase; durante las clases de educación física tan sólo se cuenta con dos horas semanales para interactuar con los/as estudiantes, y los padres, madres amigos/as, profesores/as y entrenadores/as también van a influir en su motivación.

Como resumen y síntesis de esta tesis doctoral, en este apartado se muestran los principales puntos clave o conclusiones de los dos estudios llevados a cabo. En relación al estudio correlacional, en el que se trató de validar la DFS-2, testar el nuevo modelo cognitivo-social de la motivación de logro en educación física, y analizar la mediación entre el clima motivacional y el flow disposicional de las metas sociales y la competencia percibida, podemos concluir que:

La Escala de Flow Disposicional-2 ha mostrado unas propiedades psicométricas aceptables en el contexto español. No obstante, el análisis de fiabilidad y los análisis factoriales confirmatorios reflejan algunos problemas que deberían ser solventados en futuras investigaciones. La validación de esta escala en España supone un paso importante en el campo de la motivación físico-deportiva, puesto que estudios previos han reflejado que el flow se asocia con una mayor adherencia a la práctica. Por tanto, su análisis es relevante para

luchar contra el sedentarismo presente en la sociedad actual y fomentar estilos de vida activos y saludables.

El clima tarea predijo positivamente la creencia incremental de habilidad, mientras que el clima ego se relacionó positivamente con la creencia de entidad.

Ambos climas motivacionales pronosticaron positivamente la competencia percibida. La creencia incremental auguró positivamente todas las metas de logro, mientras que la creencia de entidad reveló positivamente todas, salvo la meta de aproximación-maestría. La competencia percibida vaticinó las metas de aproximación. La meta de aproximación-maestría pronosticó positivamente la motivación autodeterminada, mientras que la meta de aproximación-rendimiento y las metas de evitación lo hicieron en forma negativa. El clima tarea previó positivamente las metas sociales de relación y responsabilidad.

Las metas de relación y responsabilidad y la competencia percibidas auguraron positivamente el flow disposicional. El clima ego predispuso el flow disposicional a través de la competencia percibida. Respecto al estudio cuasi-experimental, que tuvo como objetivo testar los efectos de intervención de un clima tarea en las clases de educación física sobre las diferentes variables motivacionales analizadas en el estudio correlacional, se concluye que: el clima tarea incrementó las metas de aproximación-maestría y maestría de los estudiantes.

El clima tarea produjo también un aumento de la motivación intrínseca, regulación identificada y regulación introyectada del alumnado, que representaron las formas de motivación más autodeterminadas. Tanto en un clima tarea como en un clima que combina la tarea y el ego se pudo fomentar el flow disposicional.

El clima tarea no produjo efectos sobre la creencia incremental de habilidad, la competencia percibida, las metas sociales de relación y responsabilidad, y la

meta de aproximación-rendimiento, debido a la corta duración de la intervención.

Estos dos estudios han entendido que la motivación de los/as adolescentes en las clases de educación física, cuando se aplicaron las estrategias didácticas de los/as profesores/as, para que el alumnado responda el cuestionario y comprenda fue categóricamente positiva.

Las clases se transformaron en no significativas para los/as alumnos/as, por falta de motivación, donde fuimos conscientes que ésta debió ser la guía de la actividad en la física en la escuela; habiendo analizado este factor, se identificó como determinante en la calidad del desempeño del adolescente en clase.

Esta investigación nos hizo reflexionar y profundizar el análisis de la motivación en clases de educación física, para relacionar diferentes teorías y modelos motivacionales contemporáneos. Dentro del sistema de enseñanza obligatoria, las clases de educación física se manifestaron como un medio idóneo para poder crear hábitos de actividad física, por lo tanto es de sumo interés estudiar los procesos motivacionales que tienen lugar en ellas.

Por la complejidad del constructo motivación, este ha sido estudiado desde varias y disímiles perspectivas científicas, coexistiendo varias teorías que intentan explicarla y servir de base teórica. Esta misma complejidad garantiza una continuidad en las investigaciones sobre la motivación, y su actualidad científica en el comportamiento humano. Haber contado con estos conocimientos de los autores citados, permitió investigar acerca de la importancia de la motivación en la educación física y las diferentes teorías, así como las relaciones y/o similitudes que presentaron dichos autores acerca del interés, la autonomía, la competencia, la conexión con los demás, la vinculación y el compromiso con la motivación en educación física y la intención de práctica futura. También para generar por medio de esta investigación nuevos aportes sobre el conocimiento antes plasmado.

1.6 Marco teórico

1.6.1 Capítulo 1:

1.6.1.1 La educación física en el colegio secundario.

Habiendo leído los diseños curriculares (Nueva Escuela Secundaria. Ciclo Básico. 2014-2020), sabemos que la educación física: interviene en la formación corporal y motriz de los/as estudiantes, promoviendo la apropiación de los saberes de la cultura corporal entre los que se encuentran las prácticas corporales, ludomotrices, gimnásticas, expresivas, deportivas y de relación con el ambiente, para favorecer en ellos su formación integral, como así también la valoración y disfrute de estas prácticas, tanto en la escuela como en otros ámbitos, construyendo un vínculo armónico y fluido consigo mismo/a y con los otros/as, logrando con todo este esfuerzo que el cuerpo y el movimiento constituyan dimensiones significativas en la construcción de su identidad.

Todo este primer párrafo explica lo que debemos hacer durante el ciclo lectivo, hasta su evaluación final, quedando bajo nuestra responsabilidad personal la continuación de este programa en el transcurso de sus vidas.

Coincido con Rozengardt, R. (2013) cuando dice, el suceder de la educación física, puede verse, por la intencionalidad de implementar unas prácticas, la voluntad y la necesidad de recortar un objeto de conocimiento. Siempre en este proceso se tienen en cuenta las preocupaciones políticas, científicas, culturales y morales que lo enmarcaron, donde el cuerpo al principio era el tema importante, para la política y la ciencia, asumiendo la doble dimensión de objeto de conocimiento y efecto de poder.

En el siglo XX hubo cambios en las prácticas, se desprendieron del triángulo "sujeto, conocimiento, poder" y los/as alumnos/as, tomaron protagonismo en la democracia y la justicia. Considerando al conocimiento producido en esas prácticas, como modo de sopesar al sujeto mismo y su protagonismo ciudadano. Pedraz, V. (2011) aseguró que la formulación de la actividad física

debe centrarse en una educación física crítica, para abrir nuestro conocimiento debatiendo sobre la educación física que tenemos actualmente y fomentar nuevos caminos para construir una educación física con pertinencia pedagógica y con debida significación social.

Me fue muy útil fusionar estos conceptos: Rosengardt, R. (2013) argumentó que la educación física es un instrumento con potencialidad liberadora y se debe estudiar el conocimiento en su complejidad, como expresión de la cultura y la voluntad de distribuir y garantizar el acceso democrático al mismo; Pedraz, V. (2011) enunció que la educación física crítica, debe desarrollar, a través del debate abierto y comprometido, un proyecto colectivo para una educación física más justa, superando las contradicciones y las arbitrariedades de esta disciplina escolar, y Kirk, D. (2006) añadió que la cultura física nos ayuda a entender y comprender que la idea de educación física, nos relaciona a una nueva estrategia para la educación física y el deporte.

Con estas consideraciones y mi aporte, realizamos una investigación adecuada a los/as alumnos/as que acuden a las instituciones educativas de la ciudad de Punta Alta.

1.6.1.2 La Educación Física en la actividad física y el deporte

Según Fucci, S., y Benigni, M. (2003): la educación física en la actividad física y el deporte, proporcionan oportunidades para desarrollar aspectos relacionados con la responsabilidad personal, la cooperación social y las habilidades motrices. Por ello, resulta importante comprender los factores personales y situacionales que determinan la motivación de los jóvenes en los ámbitos de educación física, para facilitar la estructuración de las actividades físicas y que resulten más satisfactorias y así promover la actividad física como parte del estilo de vida de la población.

Considero apropiada la preocupación de Kirk, D. (1999): aseguró que la educación física polideportiva que surgió aproximadamente a fin del siglo xx permanece vigente en las escuelas con una gama cada vez más amplia de

actividades. Lo que sugiere este análisis es que mientras la escuela como institución continúa construyendo identidades aceptadas por la sociedad contemporánea, por medio del trabajo sobre el cuerpo, las prácticas físicas especializadas de educación física basadas en el deporte, pretenden construir identidades de género, de raza y nación que quizá no tengan relevancia fuera de las escuelas.

Como docente tengo la necesidad principal, de estudiar el modo en el que los/as alumnos/as adquieren, representan y utilizan el conocimiento, para comprender lo que les queremos enseñar para el desempeño en el transcurso de sus vidas, una actividad física saludable.

Trabajando dentro del aprendizaje con una visión cognitiva-social, intentando tener mayor advenimiento al alumnado, utilizando las teorías planteadas en esta investigación, para analizar y comprender cómo llegan los conocimiento y cómo accionan sus pensamientos relacionados a la educación física. Estas teorías están encaminadas a entender la motivación, así como las conductas de ejecución de los sujetos, ampliamente utilizadas por mí en el ámbito educativo, constituyendo uno de los soportes teóricos de la presente investigación.

Analizando y comprendiendo las aseveraciones Pedraz, V. (2004), para poder llegar a la excelencia en lo pedagógico-didáctico, debemos preocuparnos en los asuntos más cotidianos de la práctica escolar, porque estos constituyen el punto de partida y de llegada, y profundizar en la adecuación pedagógica entre medios y fines, la perfección didáctica en la técnica de enseñanza, la resolución de los problemas organizativos de la clase, la optimización del tiempo de práctica, la consecución universal de estándares de capacidad y habilidad física, la gestión eficaz del proceso evaluativo, la aplicación equitativa de la calificación académica en relación a la acreditación de saberes, el desarrollo de estrategias de motivación y de significación para los estudiantes, el diseño de los contenidos, la selección adecuada de las actividades que los desarrolla, la disponibilidad apropiada de los materiales, el alcance posible de

objetivos transversales a través de la experiencia y la práctica física, sin olvidarnos del aspecto socio cultural de la persona.

1.6.1.3 Deporte en la Adolescencia

Pedraz, V. (2009) acotó en sus notas que el deporte introduce elementos de cambio propios de las sociedades urbanas y tecnológicas, en entornos cuyo ritmo de cambio es distinto provocando desajustes culturales y, en consecuencia, conflictos. La evolución de sus contenidos de aprendizaje se rige más por modas y por movimientos de mercado de la imagen que por la adecuación y pertinencia de los mismos a las necesidades concretas de habilidad corporal. Son recurrentes los trabajos críticos en relación con el auto concepto corporal, propuestas didácticas para el estímulo de la cooperación frente a las prácticas de carácter competitivo, así como formulaciones orientadas a fomentar la tolerancia, el respeto y los valores democráticos en general.

Analizando lo pedagógico, en el colegio o instituciones educativas, se enseñan actividades físicas y la sistematización de actividades vinculadas a destrezas de algunos deportes, de forma organizada para que los adolescentes vayan identificando según sus aptitudes y habilidades, cuál es de su preferencia, con el fin de que lleguen a ejercerla o practicarla de manera extra escolar, para cumplir con el objetivo de fomentar la salud, entre otros tantos beneficios.

Según Fucci, S., y Benigni, M. (2003): La práctica de una actividad física por parte del alumno, mejora el desarrollo psico-físico, como es común oír: sacando a los chicos de las calles, se producen menos conductas delictivas y agresivas además de lograr mayor interacción con el entorno social donde viven (barrio, colegio, municipio).

Kirk, D. (1992) declara que las técnicas corporales como la cultura física se pueden dar como prácticas corporales pedagógicas y prácticas corporales no pedagógicas. Las primeras hacen referencia a los proceso de enseñanza-aprendizaje, como es el caso de la educación física. Las segundas, no tiene

como finalidad la educación en sí, como por ejemplo la cultura física (se relaciona con la producción y reproducción de los estereotipos que se creen que son la moda actual en la sociedad con respecto a lo corporal, como se puede ver de forma diaria en la televisión, etc.). Se diferencia de la educación física en que su principal función es la de la educación no solo de lo corporal o técnico (cultura física) sino que hace hincapié en que las personas son una unidad de cuerpo y mente, y de esa manera, el sentimiento, el pensar, su expresión, etc., es la reflexión de cada persona.

Lo que se pretende es el desarrollo particular del individuo para que se enriquezca en todos los sentidos. Por eso se debe permitir que cada adolescente realice todo para lo que está capacitado y lo domine. Su objetivo será entonces poner en práctica lo que ha adquirido a través de la educación física de una forma global, social y concreta que le ha hecho poder elegir.

Según Flores, J. (2008): Se buscó durante el ciclo educativo, que la actividad física se convierta en una parte importante de la vida escolar del alumno/a, en donde el adolescente realice actividad física de manera individual o forme parte de un equipo deportivo, permitiendo a los/as alumnos/as relacionarse con sus compañeros/as de clase, del barrio, del club, en un entorno académico al mismo tiempo que mejora sus habilidades psico-físicas. Procurando que ésta práctica deportiva en equipo, favorezca la relación sana con los adolescentes de otros equipos o barrios, para lograr una integridad saludable, reconociendo el beneficio de la actividad física y el deporte.

1.6.2. Capítulo 2:

1.6.2.1 Motivación de los estudiantes en la clase de educación física de nivel medio

Afirma Flores, J. (2008): La motivación que orienta la educación física en la escuela a los/as alumnos/as es un factor determinante en la calidad de su desempeño en clase, es por ello que resulta necesario conocer el tipo de motivación que orienta la actuación del alumno/a en la clase de educación física, si queremos garantizar la calidad de las mismas.

Buscamos como profesores/as, una calidad en la clase de educación física que indique parámetros para poder evaluar en qué medida ésta satisface las necesidades e intereses de los/as alumnos/as, y así lograr un enfoque integral físico educativo de la actividad del alumno/a que evidencie el dominio creciente del estudiante, de una variedad de métodos, procedimientos, medios y estilos de aprendizajes, así como de su capacidad y/o características físicas personales, para utilizarlas con eficiencia y eficacia en el proceso de enseñanza – aprendizaje como en su vida en sociedad.

Asevera Fucci, S., y Benigni, M. (2003): A la hora de organizar la actividad física y/o deporte con nuestros alumnos/as, siempre vemos los beneficios que su práctica nos va a aportar, sin olvidarnos que también puede generar perjuicios para la salud: lesiones física, sensaciones de frustración, situaciones de exclusión por no tener el mismo talento que otros, etc. Asimismo es importante tener en cuenta los efectos que el sedentarismo tiene en nuestro organismo.

Cervelló, E. (1999) afirma: Sobre la teoría de las metas de logro (Ames, C., 1992 y Nicholls, J., 1989) en un marco de referencia frecuente, desde el que se han explicado los procesos motivacionales en educación física durante las últimas décadas que su aplicación colabora positivamente en la adquisición de hábitos, habilidades y destrezas físicas y sociales.

1.6.2.2 Orientación motivacional en la clase

Flores, J. (2008) destaca que la orientación hacia una tarea, está asociada con patrones motivacionales, afectivos y comportamentales más positivos que una orientación hacia el ego. De esta manera los individuos orientados hacia la tarea tienden a poner más esfuerzo en los deportes, demostrando mayor persistencia, mayor divertimento y expresando mayor satisfacción cuando practican estas actividades. En contra partida los individuos orientados al ego demuestran menos patrones deportivos motivacionales caracterizados por demostrar menor esfuerzo en practicar deportes, menor divertimento, y abandonando la actividad cuando ellos encuentran pequeñas dificultades o se

ven a sí mismos como poco habilidosos. Aproximadamente, a la edad de 12 años, estas orientaciones de meta tienden a establecerse en la personalidad del individuo. Nicholls, J. (1989 y 1984) sostuvo que el modo en que los sujetos construyen su concepto de lo que es capacidad, varía en función del desarrollo y diferencias individuales que están influidas por aspectos disposicionales y de situación. De esta manera, los postulados donde se asientan las predicciones cognitivas, afectivas, motivacional intrínseca y conductuales se hallan en la forma en que los sujetos interpretan la competencia o habilidad percibida, es decir, desde una orientación a la tarea y al ego, y en el nivel de esa competencia.

Cervelló, E. (2000) describe la teoría de metas de logro (Nicholls, J. 1989 y Ames, C. 1992), detallando que ha sido una de las teorías motivacionales que ha producido la mayor cantidad de investigaciones en el campo del deporte y ejercicio psicológico. Esta teoría explica que existen dos tipos de orientación motivacional en función del concepto de habilidad percibida. El primero es la orientación hacia el ego, consistente en valorar la habilidad o cualidades, comparándose con otras personas, dando más importancia al resultado de nuestro comportamiento que al esfuerzo y a la ejecución de los movimientos. Al contrario, la orientación a la tarea se caracteriza por valorar la habilidad de forma criterial, es decir, en función del esfuerzo de uno mismo, así como por dar mucha importancia al esfuerzo y a la ejecución por encima de los resultados.

Ames, C. (1992) enuncia que los individuos no se comparan con ningún elemento externo, y se ven ellos mismos como capaces para aprender algo nuevo y progresar en el aprendizaje de la destreza por cuenta propia.

Flores, J. (2008) afirma que como hemos avanzado anteriormente, además de los factores disposiciones (orientaciones motivacionales), existen otros factores denominados situacionales, referentes a las características del entorno de logro en el que se encuentra el individuo, sumado a las características personales del mismo, influyen en la decisión para inclinarse bien a la tarea o al ego. Estos factores situacionales hacen referencia al clima motivacional de cada individuo.

Flores, J. (2008) precisa que el término clima motivacional fue introducido por Ames, C. (1984, 1988 y 1992) para designar los diferentes ambientes que crean los adultos significativos (padres, profesores, entrenadores) en los entornos de logro. En este sentido, Ames, C. (1987) y Nicholls, J. (1989) puntualizan que los climas psicológicos creados por los otros significativos pueden modular la adopción de un concepto de habilidad basado en la maestría o en el rendimiento en los diferentes contextos de ejecución, a través de un conjunto de señales implícitas o explícitas, percibidas en el entorno por medio de las cuales se definen las claves del éxito y el fracaso. Los elementos que componen el clima motivacional hacen referencia al modo en el que se utilizan los sistemas de recompensas, la manera en la que se diseñan las prácticas, la forma en la que se agrupan a los sujetos y la manera en la que las figuras de autoridad evalúan el rendimiento. En función de cómo se empleen estos elementos se distinguen dos tipos de climas motivacionales definidos por Ames, C. (1992) y Nicholls, J. (1989, 1992) como clima competitivo y clima de maestría.

De este modo Flores, J. (2008) y Cervelló, E. (2000) definen que el clima orientado a la tarea, se encuentra relacionado positivamente con las metas orientadas a la tarea, diversión, satisfacción, interés y motivación intrínseca, promovedor del aprendizaje cooperativo, la elección de tareas y la evaluación de los/as alumnos/as basada en la mejora personal e individual de sus esfuerzos, aprendizajes, éxitos en las tareas y participación en las actividades. Al respecto Ames, C. (1984) indica que en las estructuras cooperativas los estudiantes se centran en ayudar a los compañeros, enseñarles recursos para mejorar el aprendizaje y fomentar la responsabilidad en el grupo. Así, los resultados grupales, más que los basados en el rendimiento personal, afectan a los juicios que los niños/as hacen sobre su capacidad y las percepciones de éxito cuando se desenvuelven bajo estructuras cooperativas.

Por el contrario, Ames, C. (1984) describe que el clima orientado al ego, se encuentra relacionado positivamente con la orientación al ego, afectividad negativa y sentimientos de presión, promovedor de la competición

interpersonal, limitador de la elección disponible y compensador de los/as alumnos/as mediante el uso de criterios comparativos y de evaluación pública.

1.6.2.3. Motivación intrínseca

La motivación intrínseca es cuando la persona realiza una actividad por el simple placer de ejecutarla, sin que alguien de manera evidente le de algún premio, aunque inicialmente fue considerada como una entidad unidimensional (White, 1959), progresivamente ha pasado a ser un constructo multidimensional y se ubicaba en los mayores niveles percibidos de autonomía personal.

Moreno, J. (2006) afirma que existen tres necesidades básicas para el desarrollo y mantenimiento de la salud psicológica y/o bienestar personal: la competencia, la autonomía y la aceptación de las personas consideradas importantes. Cuando la persona logre en cierta medida y satisfaga estas necesidades psicológicas, se desarrollarán formas de motivación más o menos auto-determinadas, como la motivación intrínseca, que es cuando se realiza una acción por cuenta propia o sea, por simple placer. También la motivación extrínseca que es cuando nos motivan de forma externa y por último la desmotivación que es la falta de interés por la práctica o sentirse frustrado.

Deci, E., y Ryan, R. (1985) afirman que el objetivo para la realización misma de una tarea incluso, teniendo la presión de competencia y autorrealización si la actividad es realizada por la motivación del placer y el disfrute es exitoso (Camacho, C., 2011).

Existen tres tipos de motivación intrínseca: motivación intrínseca hacia el conocimiento por el placer de aprender, la motivación intrínseca hacia la ejecución por mejorarse a uno mismo, y en tercer lugar la motivación intrínseca hacia la estimulación de los propios sentidos, relacionando este último directamente con el flow (estado de placer y disfrute a realizar una actividad).

Según Moreno, J. (2006), los/as alumnos/as a la hora de analizar las motivaciones que los guían en sus vidas diarias, se encuentran con las dos: motivaciones intrínsecas y motivaciones extrínsecas. En la vida práctica es

difícil discernir con claridad si sólo nos encontramos ante una motivación intrínseca o extrínseca, ya que habitualmente se ven entremezcladas; pueden sentir un claro interés personal intrínseco y a la vez su conducta se puede ver reforzada por valores extrínsecos, de esta manera sencilla se entiende como la conducta que se lleva a cabo de manera frecuente y sin ningún tipo de contingencia externa. El propio incentivo es la realización de la conducta en sí misma, los motivos que conducen a la activación de este patrón conductual son inherentes a nuestra persona. Nosotros como profesores/as a la hora de realizar actividades, debemos admitir que la motivación extrínseca es necesaria para empezar rutinas (como en la escuela o el trabajo), sobre todo en los más jóvenes, pero una vez iniciadas las actividades lo correcto sería que se mantuvieran por motivaciones intrínsecas (esto no siempre es posible, pero hay que intentarlo en el día a día).

1.6.2.4. Satisfacción de necesidades psicológicas básicas

Según Moreno Murcia, J. (2005), la teoría de las necesidades psicológicas básicas, asevera que existen tres necesidades básicas para el desarrollo y mantenimiento de la salud psicológica y/o bienestar personal: en primer lugar la competencia, que es la capacidad de realizar acciones con la seguridad de que el resultado sea aquel que se espera o desea, en segundo lugar, la autonomía que es la capacidad de elegir aquella decisión que parezca más apropiada sin presiones externas y tercer lugar la relación con los demás para sentir que se puede contar con la colaboración y aceptación de las personas consideradas importantes. Para poder satisfacer dichas necesidades básicas (autonomía, competencia y relación con los demás) se debe lograr que los comportamientos, habilidades y capacidades de los adolescentes, se desempeñen con acciones más autónomas. Es decir, cuanto mayor sensación de autodeterminación se tenga, cuanto más intrínsecamente estén motivados por la tarea, mayores posibilidades de diversión se presentan, se esfuerzan, se sienten competentes y menos tensos en la tarea.

En la medida en la que estas necesidades psicológicas se satisfagan, se desarrollarán formas de motivación más o menos auto-determinadas

(motivación intrínseca, motivación extrínseca y desmotivación). En concreto, según Moreno, J., González C., Albo M., y Cervelló, E. (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). Sin embargo, si las necesidades básicas no son satisfechas, se incrementa la probabilidad de experimentar motivación extrínseca (acción promovida por un fin externo a la actividad) o incluso desmotivación (acción caracterizada por falta de interés hacia la práctica y por sentimientos de frustración).

Según Ames, C. (1987), Nicholls, J. (1989), Escartí, A. y Cervello E. (1994): el clima motivacional debe ser considerado de forma específica en función de la situación a la que se encuentre sometido o expuesto el individuo. Así, podemos distinguir cuatro tipos diferentes de climas: climas psicológicos, climas motivacionales, creado por los otros significativos, climas contextuales y climas situacionales:

En “clima psicológico” hace referencia al papel que juegan los procesos interpretativos como mediadores en el impacto que el clima produce en la implicación individual (Ames, C. 1987 y Nicholls, J. 1989). Es decir, a las valoraciones subjetivas que el individuo realiza de una experiencia determinada, que van a influir en las respuestas posteriores.

En lo que respecta al “clima motivacional creado por los otros significativos” (padres, madres, entrenadores, iguales, etc.), es en la familia donde se producen las primeras experiencias de socialización en todos los ámbitos en general y en el deportivo en particular.

El “clima contextual”, se refiere al clima generado por el/la profesor/a dentro de las clases de educación física a través de su forma de estructurar las sesiones, la agrupación de los/as alumnos/as, el sistema de recompensas, etc.

Nos referimos al “clima situacional”, como el clima motivacional que el alumno percibe en una situación particular a través de las claves implícitas o explícitas transmitidas al impartir la clase en dicho momento.

1.6.2.5. El estado de Flow y sus características

El término Flow o Fluir ha sido definido por Csikszentmihalyi, M. (1990) como una condición en la que una persona se encuentra completamente encantada realizando una actividad para su propio placer y disfrute, por lo cual no se da cuenta del tiempo transcurrido y sus acciones, pensamientos y movimientos se suceden consecutivamente sin pausa. Otra definición que ofrece Csikszentmihalyi, M. (1996), es una costumbre óptima extremadamente *gozada* en la que se experimenta una total concentración y gozo con un alto interés por la actividad. Estas interpretaciones parecieran que tienen tres elementos dice Bakker, A. (2003) en común, total concentración en la actividad, placer y motivación intrínseca. Dentro de este estudio del flow encontramos términos importantes como participación, conciencia, intenciones, atención y personalidad.

También Csikszentmihalyi, M. (1990), describe al estado de flow con nueve características: 1) equilibrio entre habilidad y reto, 2) combinación/unión de la acción y el pensamiento, 3) claridad de objetivos, 4) feedback claro y sin ambigüedades, 5) concentración sobre la tarea a realizar, 6) sentimiento de control, 7) pérdida de cohibición o autoconciencia, 8) transformación en la percepción del tiempo, 9) experiencia autotélica.

Según Bandura, A. (1977) para la persona, su locus de control será pactado por la ubicación del dominio y la performance ejecutada para su realización, si la conducta es circunstancial al individuo, se realizará por locus de control interno, mientras que aquellas conductas que sean determinadas por su entorno, sus retribuciones y su valoración estarían determinadas por el locus de control externo.

En el texto, Frederick, C., y Ryan, R. (1995), citado por Camacho C. (2011) explica la teoría de la autodeterminación como macro teoría de la motivación de la personalidad, cómo la motivación intrínseca afecta en las personas para desarrollarse, persistir e incluso competir.

En el material de Moreno J., y Murcia, J. (2005), la teoría de la autodeterminación según Deci, E., y Ryan, R. (1985) establece uno de los modelos explicativos de la motivación del ser humano que ha sido aplicado a diversos ámbitos, cómo también en la actividad físico-deportiva. Esta teoría trata de explicar determinando en qué forma independiente o autónoma las personas se involucran o no libremente en la realización de sus actividades, teniendo en cuenta varios mecanismos psicológicos reguladores de la conducta, y buscando dentro de lo posible una mayor orientación hacia la motivación autodeterminada. Los estudios demuestran que esta motivación autodeterminada está muy relacionada con la motivación intrínseca, mientras que la motivación extrínseca y sus artilugios controladores favorecen conductas no autodeterminadas e incluso cuando hay un faltante de motivación. Las participaciones prácticas en el entorno de la práctica físico-deportiva recomiendan la utilidad de realizar tácticas para desarrollar la motivación intrínseca y sus formas de ordenamiento.

1.6.2.6. Intención futura de práctica de actividad física

Como Profesor/a y responsable de la comunicación entre los/as alumnos/as, con los/as alumnos/as y de los/as alumnos/as con nosotros, para llegar a un buen aprendizaje, resalto una de mis intenciones: que el alumno llegue a valorar la actividad física como parte de su filosofía de vida; para que esto se logre, nuestras clases tienen que ser significativas, motivantes y no ser solo una mera tarea académica que se realiza en la escuela para no saber transportarla a la vida real.

Nicholls, J. (1984) expresa que al margen de la situación o contexto en la que se encuentra el alumno, existen diferencias individuales en la preferencia por un tipo de concepto de habilidad, capacidad, cualidad o competencia, consideradas como disposiciones individuales, siendo definidas en términos de “orientaciones motivacionales”. Al respecto, cada alumno tiene su forma personal de pensar, sus estados afectivos y sus comportamientos en contextos de logro son considerados expresiones racionales de sus metas de logro y/o objetivos a alcanzar. Como decíamos anteriormente, el significado de habilidad

puede variar de una persona a otra, y esta es la principal diferencia de la teoría de las metas de logro respecto al resto de teorías motivacionales. Existen dos conceptos de habilidad a partir de los cuales se desarrollan otras perspectivas de meta fundamentales que son perseguidas por los sujetos en los contextos de ejecución. Al respecto, diferentes estudios defienden que las metas de logro de los sujetos pueden reflejar una representación del desarrollo de la habilidad entendida como estable o modificable, general o específica, así como de sus determinantes entendidos como innatos o productos del aprendizaje. Cada alumno desarrolla su tipo de habilidad en su acervo motor, tenemos que ver cuál es la de cada uno y profundizar en ella con ellos, cuando el alumno/a descubra su o sus habilidades va a trabajar en ellas, esperando su inserción futura en la actividad física para el transcurso de la vida, usándola en cualquier disciplina física.

La primera concepción de habilidad se corresponde con una entidad modificable, mejorable y específica y hace referencia a la preocupación por el aprendizaje, hacia una ejecución de maestría, donde las percepciones de habilidad son auto-referenciales y dependientes del progreso personal y donde el éxito o el fracaso dependen de la valoración subjetiva de si se actuó con maestría, se aprendió o se mejoró en la tarea. En este caso, la conducta de una persona tiene como objetivo la mejora personal de una capacidad y se cree que cuanto mayor sea el esfuerzo mayor será la mejora que se produzca de esa capacidad, mayor percepción de éxito. Dado que en una perspectiva de orientación a la tarea la capacidad no es fija de antemano y puede verse incrementada con más esfuerzo, el fracaso no se entiende como una falta de competencia, sino como una falta de dominio y aprendizaje. Este concepto fue denominado por Nicholls, J. (1984) "criterio de habilidad de implicación en la tarea" y por Ames, C. (1992, pp. 161-176) "meta de maestría". En 1989, Nicholls, J., la renombró "orientación a la tarea", siendo la denominación más utilizada por los investigadores en la actualidad.

La segunda concepción de habilidad se corresponde con una entidad fija, innata y general y hace referencia a los procesos de comparación social, donde el individuo juzga su capacidad en relación a los demás y donde el éxito o el

fracaso depende de la valoración subjetiva que resulte de comparar la habilidad propia con la de otros “relevantes”. De esta forma, estas personas se esfuerzan por evitar mostrar una falta de capacidad al compararse con otras. Por ejemplo, ganar una competición o realizar una actividad de un mismo nivel junto a otras personas pero con menor esfuerzo, serían fuentes esenciales de percepción de una alta competencia para una persona orientada al ego (Nicholls, J. 1984 y 1989). Este concepto fue denominado por Nicholls, J. (1984) criterio de habilidad de implicación en el yo o compromiso del yo y por Ames, C. (1984) meta centrada en la habilidad. Nicholls, J. (1989), la renombra como orientación al ego, siendo la denominación más utilizada.

1.7 Objetivos

Objetivo General

- Describir la relación existente entre la intención futura de práctica de actividades físico-deportivas con la orientación motivacional, el flow y la motivación intrínseca, de los estudiantes de nivel secundario.
- Describir los perfiles motivacionales que manifiestan los estudiantes de Educación Física de nivel secundario.

Objetivos Específicos

<OE1-Identificar el nivel de flow que aparece en los estudiantes de educación física de nivel secundario.

<OE2-Identificar el nivel de las orientaciones motivacionales (ego y tarea) de los estudiantes de educación física de nivel secundario.

<OE3-Describir el nivel de la intención futura de la práctica de actividades físico deportivo a los estudiantes de educación física de nivel secundario.

<OE4-Describir el nivel motivación intrínseca en los estudiantes de educación física de nivel secundario.

<OE5-Establecer la relación entre la motivación intrínseca e intención de práctica de actividades física deportiva futura de los estudiantes de educación física de nivel secundario.

<OE6-Establecer la relación entre la orientación motivacional ego y la intención de práctica de actividades física deportiva futura de los estudiantes de educación física de nivel secundario.

<OE7- Establecer la relación entre la orientación motivacional tarea y la intención de práctica de actividades física deportiva futura de los estudiantes de educación física de nivel secundario.

<OE8-Establecer la relación entre el estado de flow con la intención de práctica de actividades física deportivas futuras de los estudiantes de educación física de nivel secundario.

2- Segunda Parte: Material y Método

2.1. Tipo de diseño

Esta investigación es de carácter descriptivo-correlacional: descriptiva porque trata de especificar y caracterizar los perfiles motivacionales de los adolescentes, describiendo las variables. Según Samaja, J. (1993): se identifica la caracterización del objeto de estudio que queremos estudiar, para proporcionar una información sistemática. Buscando la descripción precisa del objeto de estudio, su preocupación primordial reside en describir algunas características fundamentales de los/as alumnos/as, utilizando preguntas específicas que se buscó responder. Correlacional porque busca la relación entre las variables planteadas en la investigación en el área de educación física (en un contexto en particular). Según Hernández Sampier, R., Batista L., y Fernandez Collado, C. (1991), procediendo a medir la correlación entre las variables y así determinar qué grado de relación existe entre ellas.

Con respecto al tiempo, de acuerdo a Hernández Sampieri, R., Batista, L., y Fernandez Collado, C. (1991), se trató de un estudio sincrónico clásico, ya que se hizo un corte sagital al problema, donde se investigó, sin manipular las

variables a lo largo del tiempo y no se realizó un seguimiento del comportamiento de las variables.

Según la búsqueda de conocimiento nos encontramos con una investigación aplicada (práctica), ya que buscó generar conocimiento para ser aplicado luego en las prácticas profesionales (Hernández Sampieri R., Batista L., y Fernández Collado C. 1991), tratando de mejorar la calidad pedagógica-didáctica en la educación física. Esto es así por medio de la encuesta que se realizó a los/as alumnos/as de nivel secundario para ver la comprensión de los mismos de las cuatro variables estudiadas en esta investigación y luego brindar la información recolectada y procesada a los/as profesores/as, para una mejora, como se dijo antes, en la calidad educativa. Luego de ofrecer la información recolectada y procesada a los/as profesores/as, para una mejora antes mencionada, se brindaron elementos de juicio para que los docentes de Educación Física analicen si los contenidos y forma de dictar las clases, motivan o no a sus alumnos/as a la hora de realizar actividad física. También se generó conocimiento para promover la toma de conciencia sobre la importancia de realizar actividad física durante y después del colegio.

Según Hernández Sampieri R., Batista L., y Fernández Collado C. (1991), se trató de una investigación de campo, ya que fue realizada en el lugar donde se desarrollan las clases de educación física, llevándose a cabo en el marco de una situación real.

2.2. Diseño del objeto: Matriz de datos.

La bibliografía de referencia utilizada a nivel metodológico fue a través de Samaja, J. (1994), quien sostiene que la matriz de datos se define desde el marco teórico de la investigación, dando definiciones conceptuales y condiciones de posibilidad para construir los datos, para exponer el modo en que fueron contruidos. La matriz de datos, nos permite dar génesis de los datos que lleva la huella de la subjetividad del investigador y del lugar teórico desde el cual se investiga, nos permite conectar los objetivos con los instrumentos.

Samaja, J. (1994, pp, 160, 161) dice que un dato es una construcción compleja, donde posee una estructura interna y tiene cuatro componentes de carácter necesario:

- Unidad de análisis (U.A.) Ente de estudio.
- Variables (V); es la cualidad, atributo o característica seleccionada para estudiar la U.A.
- Valores (R); son rasgos que puede asumir una variable y sus múltiples posibilidades de variación.
- Indicadores (I); es el elemento de la matriz de datos que nos permitirá averiguar cuál es el valor de la variable, es un procedimiento aplicado a una dimensión de la variable.

Las matrices de datos cumplen la función de cartografiar, de articular la teoría con la empiría. Los contenidos que se seleccionan para diseñar cada indicador, son contenidos conceptuales.

Matriz de datos

Unidad de análisis: Estudiante de educación física de nivel secundario.

<i>Variables (V)</i>	<i>Valores ®</i>	<i>Indicadores (I)</i>	<i>Procedimiento</i>
V1: Sexo	®1: Hombre ®2: Mujer		Se aplica a la variable Preguntar al estudiante.
V2 : Edad	®1: 10 años ®2: 11 años ®3: 12 años ®4: 13 años ®5: 14 años ®6: 15 años ®7: 16 años ®8: 17 años ®9: 18 años		Preguntar al estudiante.

	R10:19 años		
V.3 : Tipo de gestión de la Institución educativa secundaria.	<input type="radio"/> 1: Público <input type="radio"/> 2: Privado		Preguntar al estudiante
V4: Año de cursada	<input type="radio"/> 1: 1° año <input type="radio"/> 2: 2° año <input type="radio"/> 1: 3° año <input type="radio"/> 4: 4° año <input type="radio"/> 5: 5° año <input type="radio"/> 6: 6° año		Preguntar al estudiante
V: 5 Calificación obtenida en el curso anterior educación	<input type="radio"/> : 1 <input type="radio"/> : 2 <input type="radio"/> : 3 <input type="radio"/> : 4 <input type="radio"/> : 5 <input type="radio"/> : 6 <input type="radio"/> : 7 <input type="radio"/> : 8 <input type="radio"/> :9 <input type="radio"/> :10	Nota Promedio	Preguntar al estudiante
V.6: Bachillerato con orientación en educación física	<input type="radio"/> 1: Si <input type="radio"/> 2: No		Preguntar al estudiante
V7: Nivel por el gusto de la educación física.	<input type="radio"/> 1: Nulo <input type="radio"/> 2: Bajo <input type="radio"/> 3 : Medio <input type="radio"/> 4: Alto <input type="radio"/> 5: Muy Alto		Preguntar al estudiante
V:8 Frecuencia	<input type="radio"/> 1: 0 veces <input type="radio"/> 2: 1 vez		Preguntar al estudiante

semanal con que realiza ejercicio extenuante en su tiempo libre durante más de 15 minutos.	@3: 2 veces @4: 3 veces @5: 4 veces @6: 5 veces @7: 6 veces @8: 7 veces		
V:9 Frecuencia semanal con que realiza ejercicio moderado en su tiempo libre durante más de 15 minutos.	@1: 0 veces @2: 1 vez @3: 2 veces @4: 3 veces @5: 4 veces @6: 5 veces @7: 6 veces @8: 7 veces		Preguntar al estudiante
V:10 Frecuencia semanal con que realiza ejercicio suave en su tiempo libre durante más de 15 minutos.	@ 1: 0 veces @2: 1 vez @3: 2 veces @4: 3 veces @5: 4 veces @6: 5 veces @7: 6 veces @8: 7 veces		
V:11 Frecuencia de realización de actividad física regular en la cual llegue a sudar.	@1:Nunca/raramente @2:A veces @3:A menudo		Preguntar al estudiante

<i>Variables</i>	<i>Valores</i>	<i>Indicadores (I)</i>	
------------------	----------------	------------------------	--

		<i>Dimensiones (D)</i>	<i>Valores ®</i>	<i>Procedimiento</i>
V.12 : Nivel de orientación motivacional con implicancia hacia el ego.	®1 Nulo ®2 Bajo ®3 Medio ®4 Alto ®5 Muy alto	D.1:-Nivel de acuerdo manifestado en el que se siente el único capaz de realizar el ejercicio. D.2:-Nivel de acuerdo manifestado al realizar la práctica mejor que sus compañeros/as D.3:-Nivel de acuerdo manifestado cuando los/as otros/as no lo pueden hacer tan bien como el/ellas. D.4:- Nivel de acuerdo manifestado cuando puede sacar lo mejor de sí mismo/a y los/as demás fracasan. D.5:-Nivel de acuerdo manifestado por ganar a los/as demás. D.6:-Nivel de acuerdo manifestado por	®1 Totalmente en desacuerdo ®2 En desacuerdo ®3 Indiferente ®4 De acuerdo ®5 Totalmente de acuerdo	Preguntar al estudiante

<p>V.13 : Nivel de orientación motivacional con implicancia hacia la tarea</p>	<p>®1 Nulo</p> <p>®2 Bajo</p> <p>®3 Medio</p> <p>®4 Alto</p> <p>®5 Muy alto</p>	<p>obtener la puntuación más alta.</p> <p>D.7:-Nivel de acuerdo manifestado por ser el mejor.</p> <p>D.8:-Nivel de acuerdo manifestado por poseer más habilidad frente a los demás.</p> <p>D.1:-Nivel de acuerdo manifestado ante el esfuerzo en la práctica de una nueva habilidad.</p> <p>D.2:-Nivel de acuerdo manifestado en relación a la capacidad yesfuerzo en la práctica de una habilidad.</p> <p>D.3:- Nivel de acuerdo manifestado por poder realizar un nuevo aprendizaje.D.4:- Nivel de interés en el aprendizaje de una nueva habilidad gracias al esfuerzo</p>		
--	---	---	--	--

		<p>personal.</p> <p>D.5:-nivel de acuerdo manifestado al trabajar mucho.</p> <p>D.6:-Nivel de acuerdo manifestado cuando alguna situación hace que quiera practicar más.</p> <p>D.7:-Nivel de acuerdo manifestado cuando aprender un ejercicio/habilidad lo/as hace sentir mejor.</p> <p>D.8:-Nivel de sensación manifestado de bienestar personal por sacar lo mejor de sí mismo/a.</p>		
--	--	--	--	--

Variable	Valores	Indicadores				
	R1: Nulo	Dimensiones	Valores	Sub- dimensiones	Valores*	Procedimiento

				<p>D_{1a}: 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.</p> <p>D_{1b}: 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.</p> <p>D_{1c}: 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.</p> <p>D_{1d}: Nivel de acuerdo manifestado respecto a que, en las clases de educación física, las dificultades están en el mismo nivel que las habilidades propias para superarlas.</p>	<p>R1: Totalmente en desacuerdo</p> <p>R2: En desacuerdo</p> <p>R3: Indiferencia</p> <p>R4: De acuerdo</p> <p>R5: Totalmente de acuerdo</p> <p>*Compartidos por cada una de las sub-dimensiones</p>	Preguntar al estudiante
		<p>D₁: Nivel de Equilibrio entre habilidad y reto.</p>	<p>R1: Nulo</p> <p>R2: Bajo</p> <p>R3: Medio</p> <p>R4: Alto</p> <p>R5: Muy Alto</p>			
		<p>D₂: Nivel de Combinación/ unión de la acción y el pensamiento</p>	<p>R1: Nulo</p> <p>R2: Bajo</p> <p>R3: Medio</p> <p>R4: Alto</p> <p>R5: Muy</p>	<p>D_{2a}: Nivel de acuerdo manifestado con la realización en las clases de educación física, de gestos correctos de forma</p>	<p>R1: Totalmente en desacuerdo</p> <p>R2: En desacuerdo</p> <p>R3: Indiferencia</p> <p>R4: De</p>	Preguntar al estudiante

			Alto	automática.	acuerdo R5:	
--	--	--	------	-------------	----------------	--

				<p>D_{2b}: Nivel de acuerdo manifestado con la percepción de que las cosas suceden automáticamente en las clases de EF.</p> <p>D_{2c}: Nivel de acuerdo manifestado con que, en las clases de educación física, mi ejecución es automática.</p> <p>D_{2d}: Nivel de acuerdo manifestado respecto a que, en las clases de educación física, la realización de las cosas es espontánea y automática.</p>		
		<p>D₃ : Nivel de Claridad de objetivos</p>	<p>R1:Nulo R2:Bajo R3: Medio R4: Alto R5:Muy Alto</p>	<p>D_{3a}: Nivel de acuerdo manifestado respecto al conocimiento claro de lo que se quiere hacer en las clases de EF.</p> <p>D_{3b}: Nivel de acuerdo manifestado respecto a que, en las clases de EF, se tiene seguridad sobre lo que se quiere hacer.</p> <p>D_{3c}: Nivel de acuerdo manifestado respecto a que, en las clases de educación física se sabe lo que se quiere conseguir.</p> <p>D_{3d}: Nivel de acuerdo manifestado respecto a que, en las clases de educación física,</p>	<p>R1: Totalmente en desacuerdo R2: En desacuerdo R3: Indiferencia R4: De acuerdo R5: Totalmente de acuerdo *Compartidos por cada una de las sub-dimensiones</p>	<p>Preguntar al estudiante</p>

				las metas están claramente definidas.		
--	--	--	--	---	--	--

		<p>D₄ : Nivel de Feedback claro y sin ambigüedades</p>	<p>R1:Nulo R2:Bajo R3: Medio R4: Alto R5:Muy Alto</p>	<p>D_{4a}: Nivel de acuerdo manifestado respecto a tener realmente claro cómo se están realizando las ejecuciones en las clases de educación física. D_{4b}: Nivel de acuerdo manifestado respecto a saber lo bien que se está haciendo algo en las clases de educación física D_{4c}: Nivel de acuerdo manifestado respecto a tener buenos pensamientos de lo que se hace en las clases de educación física, mientras se realiza. D_{4d}: Nivel de acuerdo manifestado respecto a la confirmación en la clase de educación física de una muy buena realización. D_{5a}: Nivel de acuerdo manifestado respecto a que, en las clases de educación física, la atención está completamente enfocada en lo que se está realizando. D_{5b}: Nivel de acuerdo manifestado respecto a poder mantener la mente en lo que está sucediendo sin esfuerzo durante las</p>	<p>R1: Totalmente en desacuerdo R2: En desacuerdo R3: Indiferencia R4: De acuerdo R5: Totalmente de acuerdo *Compartidos por cada una de las sub-dimensiones</p> <p>R1: Totalmente en desacuerdo R2: En desacuerdo R3: Indiferencia R4: De acuerdo R5: Totalmente de acuerdo *Compartidos por cada una de las sub-dimensiones</p>	<p>Preguntar al estudiante</p> <p>Preguntar al estudiante</p>
--	--	---	---	---	---	---

				clases de educación física.		
--	--	--	--	-----------------------------	--	--

				<p>D_{5c}: Nivel de acuerdo manifestado respecto a tener una total concentración en las clases de educación física.</p> <p>D_{5d}: Nivel de acuerdo manifestado respecto a estar totalmente concentrado/a en lo que se está haciendo, en las clases de educación física.</p>		
		<p>D₆ : Nivel de Sentimiento de control</p>	<p>R1:Nulo R2:Bajo R3: Medio R4: Alto R5:Muy Alto</p>	<p>D_{6a}: Nivel de acuerdo manifestado respecto a tener la sensación de control sobre lo que se está haciendo en las clases de educación física.</p> <p>D_{6b}: Nivel de acuerdo manifestado respecto al sentimiento de poder controlar, en las clases de educación física, lo que se está haciendo.</p> <p>D_{6c}: Nivel de acuerdo manifestado respecto al sentimiento de control total, en las clases de educación física.</p> <p>D_{6d}: Nivel de acuerdo respecto al sentimiento de control total del propio cuerpo, en las clases de educación física.</p>	<p>R1: Totalmente en desacuerdo R2: En desacuerdo R3: Indiferencia R4: De acuerdo R5: Totalmente de acuerdo</p> <p>*Compartidos por cada una de las sub-dimensiones</p>	<p>Preguntar al estudiante</p>
		<p>D₇ : Nivel de Pérdida de cohibición o de</p>	<p>R1:Nulo R2:Bajo</p>	<p>D_{7a}: Nivel de acuerdo manifestado respecto a que, en las clases de educación física,</p>	<p>R1: Totalmente en desacuerdo R2: En desacuerdo</p>	<p>Preguntar al estudiante</p>

		autoconciencia	R3: Medio R4: Alto R5: Muy Alto	se le otorga igual importancia a lo que los/as demás puedan estar pensando de uno/a.	R3: Indiferencia R4: De acuerdo R5: Totalmente	
--	--	----------------	---	---	---	--

				<p>D_{7b}: Nivel de acuerdo manifestado respecto a que, en las clases de educación física, se le otorga igual importancia a lo que los demás puedan estar evaluando de uno/a.</p> <p>D_{7c}: 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 lo/as demás</p>		
		<p>D₈ : Nivel de Transformación en la percepción del tiempo</p>	<p>R1:Nulo R2:Bajo R3: Medio R4: Alto R5:Muy Alto</p>	<p>D_{7d}: 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.</p> <p>D_{8a}: Nivel de acuerdo manifestado respecto a que, en las clases de educación física, el tiempo pareciera alterarse (pasa más lento o más rápido).</p> <p>D_{8b}: Nivel de acuerdo manifestado respecto a que, en las clases de educación física, el paso del tiempo parece ser diferente al normal.</p> <p>D_{8c}: Nivel de acuerdo manifestado respecto a que, en las clases de</p>	<p>R1: Totalmente en desacuerdo R2: En desacuerdo R3: Indiferencia R4: De acuerdo R5: Totalmente de acuerdo *Compartidos por cada una de las sub-dimensiones</p>	<p>Preguntar al estudiante</p>

			<p>educación física, se siente como el tiempo pasa rápidamente.</p> <p>D_{8d}: Nivel de acuerdo manifestado respecto que, en las clases de educación física, se pierde la noción normal del tiempo.</p> <p>D_{9a}: Nivel de acuerdo manifestado respecto a que en las clases de educación física, realmente la experiencia resulta divertida.</p> <p>D_{9b}: 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.</p> <p>D_{9c}: Nivel de acuerdo manifestado respecto a que en las clases de educación física la experiencia deja una impresión satisfactoria.</p> <p>D_{9d}: Nivel de acuerdo manifestado respecto a que en las clases de educación física, la experiencia es muy valiosa y reconfortante.</p>	<p>R1:Nulo</p> <p>R2:Bajo</p> <p>R3: Medio</p> <p>R4: Alto</p> <p>R5:Muy Alto</p>	<p>R1: Totalmente en desacuerdo</p> <p>R2: En desacuerdo</p> <p>R3: Indiferencia</p> <p>R4: De acuerdo</p> <p>R5: Totalmente de acuerdo</p> <p>*Compartidos por cada una de las sub-dimensiones</p>	<p>Preguntar al estudiante</p>
		<p>D₉ : Nivel de Experiencia autotélica</p>				

<p>V15: Nivel de Motivación intrínseca.</p>	<p>®1 Nulo ® Bajo, ®3 Medio ®4 Alto ®5 Muy Alto</p>	<p>D.1- Nivel de acuerdo manifestado frente a si es divertida o estimulante la educación física. D.2: -Nivel de acuerdo manifestado respecto a disfrutar de la clase al aprender nuevas habilidades. D.3: -Nivel de acuerdo manifestado ante lo estimulante que resulta práctica de la clase de educación física. D4: -Nivel de acuerdo manifestado ante la satisfacción que provoca el aprendizaje de nuevas habilidades /técnicas.</p>	<p>Valor de la dimensión aplicadas a todas las dimensiones. -®1 Totalmente en desacuerdo. -®2 En desacuerdo.-®3 Indiferente. -®4 De acuerdo -®5Totalmente de acuerdo.</p>	<p>Pre-guntar al estudiante</p>
<p>V.16: Nivel de intención futura de la práctica de actividad física deportiva.</p>	<p>®1 Nulo ®2 Bajo, ®3 Medio ®4 Alto</p>	<p>D 1: -Nivel de acuerdo manifestado por el desarrollo de la forma física. D2: -Nivel de interés manifestado al margen de la educación física para practicar deporte. D3:</p>	<p>Valor de la dimensión aplicada a todas las dimensiones. ®1Totalmente en desacuerdo</p>	<p>Pre-guntar al estudiante</p>

	<p>®5 Muy Alto</p>	<p>- Nivel de acuerdo manifestado por formar parte de un club deportivo de entrenamiento, al terminar el colegio secundario.</p> <p>D4: -Nivel de acuerdo manifestado en mantenerse físicamente activ@ luego de finalizar el secundario.</p> <p>D5: -Nivel de acuerdo del Interés manifestado en la práctica de deporte en su tiempo libre.</p>	<p>-®2 En desacuerdo</p> <p>-®3 Indiferente</p> <p>®4 De acuerdo</p> <p>®5 Totalmente de acuerdo.</p>	
--	----------------------------	---	---	--

2.3. Fuentes de datos

Según Samaja, J. (1994), la selección de las fuentes de datos constituye un momento crucial en el diseño de la investigación científica, dando tres posibles fuentes de datos: primarias, secundarias directas y secundarias indirectas. La fuente de datos utilizada en esta investigación es primaria, ya que la información empírica ha sido producida por acciones realizadas por nosotros, a través del relevamiento del cuestionario. La producción de la información tuvo obstáculos que se fueron trabajando para lograr su accesibilidad, factibilidad y viabilidad. La elección de este tipo de fuente fue justificada ya que cumplieron con las tres condiciones propuestas por Samaja, J. (1994).

- Accesibilidad: El cuestionario fue brindado por la UFLO. La posibilidad de acceder a los datos, se construyeron a partir de la interacción con la institución escolar, los/as directivos de la institución lo hicieron viable apoyándonos en el estudio de investigación, con buena predisposición, permitiéndonos tomar las muestras sin inconvenientes. Se facilitó espacio y tiempo para la realización del cuestionario.

- Factibilidad: Haciendo referencia a las capacidades sociales de actuar y transformar el orden real que se investiga (Samaja, J. 1994), nos encontramos

con cuestiones que hicieron a la factibilidad de la fuente de datos, las cuales fueron las referidas al espacio donde se realizó la administración del cuestionario, a la situación en que los/las estudiantes creían que podía incidir en sus notas de la materia, a la dificultad de comprensión de algunas consignas iniciales que hacían al encuadre de la administración del cuestionario, los mismos fueron descartados, este inconveniente fue subsanado ante la muestra total, insistiendo en la voluntariedad del llenado del cuestionario, sinceridad, confianza, espacio de tranquilidad, anonimato en el llenado del cuestionario. El espacio utilizado fueron las clases de educación física.

- Viabilidad: Con respecto a los objetivos que la investigación persigue, hubo algunas complicaciones, uno de las cuales fue que los/as alumnos/as respondieron rápido, colocando siempre el mismo número en los ítems a completar, debido a que no querían perder la clase de educación física. Por estas condiciones de contexto, no se pudo producir la información esperada por lo que se generó problemas de confiabilidad en los datos. Este inconveniente sucedió en el pilotaje, se solucionó, insistiendo en que participen sólo quienes tenían voluntad de hacerlo y empezando de nuevo, descartando los cuestionarios que no fueron realizados con responsabilidad y viabilidad. La finalidad de esta decisión fue generar mayor viabilidad en la fuente de datos.

En el pilotaje, estudiamos y solucionamos los problemas que fueron surgiendo al momento de tomar contacto con los/as alumnos/as para responder las preguntas, esto nos permitió ver las ventajas y desventajas en la producción de la información y prever las situaciones que nos podrían traer dificultades en el desarrollo de la encuesta, donde se acordó:

- 1) Que se podría aclarar en la consigna que se les da a los estudiantes antes de que completen el cuestionario, en la carta de presentación a las instituciones educativas y a los/as profesores/as de educación a cargo del grupo al que se le administrará el cuestionario: el tiempo aproximado que lleva el cuestionario en responderse, cada uno de ustedes responderá el cuestionario de forma individual y se hará esta actividad por única vez.

- 2) Sus opiniones interesan con fines estadísticos para entender lo que piensan y sienten los adolescentes respecto a algunas de sus vivencias en las clases de educación física.
- 3) No hay respuestas correctas o incorrectas, y el cuestionario será totalmente anónimo, no tienen que escribir su nombre.
- 4) Se les pidió que se concentren en lo que se pregunta y que sean lo más sinceros posible. Si tuvieran alguna duda o no comprendieran algo no dudaran en preguntar. Podían tomarse el tiempo que necesiten para responder.
- 5) Las dudas, preguntas, comentarios manifestados por los/as estudiantes mientras se iban evacuando al ir completando la primer parte del cuestionario con la guía del administrador (leyendo en voz alta).
- 6) Las dudas, preguntas, comentarios manifestados por los/as estudiantes se registraron mientras se completaba el cuestionario de modo autoadministrado.
- 7) Las dudas, preguntas, comentarios manifestados por los estudiantes al momento de hacer la entrega del cuestionario completo fueron respondidos.
- 8) Explicitar problemas, contratiempos o dificultades al realizar la prueba piloto.

Analizando cada criterio, observamos que cuenta con:

- Calidad en los datos, porque refleja lo que el alumno/a siente en las clases de educación física, dando su opinión en los cuestionarios. Estas preguntas causaban dudas, por lo que se fue trabajando en conformar un instructivo compartido por todos responsables, a fin de poder responder del mismo modo ante las mismas dudas surgidas por los estudiantes (ver anexo 1). Además para garantizar cierta calidad con la fuente que diseñamos, se tomó la decisión de leer la primer hoja de respuesta en presencia de los/as alumnos/as, para facilitar un marco de comprensión común. También hubo momentos donde se les preguntaba si había dudas en el transcurso del cuestionario.

- Cantidad o cobertura de los datos: cuenta con ellos, porque para cubrir de forma completa la muestra, hubo que ir dos veces a la clase de la hora de

educación física de cada año, por la ausencia de los/as alumnos/as, por problemas climáticos y/o paros.

- Riqueza de los datos que proporciona: la fuente de datos es muy rica, ya que se recoge información de múltiples aspectos del objeto de estudio, con un solo cuestionario y averiguando sobre las dimensiones de las cuatro variables centrales de la investigación, más los datos de base (edad, año, etc.).

- Economía de los datos: la fuente genera un costo accesible a los recursos que contamos para la investigación. La Universidad de Flores tuvo la amabilidad de brindarnos la totalidad de los cuestionarios así como también las lapiceras para el relleno de los mismos.

. Cubrir las horas de trabajo con un/a profesor/a que me suplante, no generó mayor problema.

- Oportunidad de información que proporciona: la oportunidad dio una velocidad adecuada para la ejecución de forma responsable del cuestionario, generando una espera similar a cada año entrevistado.

2.4. Población y muestra

Entendemos por universo o población al conjunto total de elementos que constituyen un área de interés analítico. El universo con el cual hemos trabajado contó con la siguiente unidad de análisis: "los/as estudiantes de educación física que cursan en colegios de nivel medio".

El establecimiento educativo seleccionado fue de nivel medio de un colegio público de la ciudad de Punta Alta, Provincia de Buenos Aires que cursan en el año 2014.

De acuerdo a Samaja, J. (1993), el universo que delimitamos remite a la definición teórica de la unidad de análisis, es universal. Por esa razón respecto al universo no decimos en la unidad de análisis que corresponde a una ciudad determinada, para respetar el proyecto macro con intención universal.

Esta muestra es finalística, de tipo casual, ya que en esta muestra los/as alumnos/as fueron elegidos por el investigador sin conocerlos, estos alumnos/as debieron tener características semejantes para participar, como: pertenecer a una misma institución educativa, dentro de un rango de edad comprendido entre 10 y 19 años, y estudiantes de educación física, comprendidas en la variable sexo y edad (Samaja, J. 1993).

Siguiendo a Padua, J. (1994), los datos obtenidos fueron, por cuotas, representada por sexo y curso de los/as estudiantes, fueron de sujetos voluntarios, son muestras orientadas que consideran un procedimiento de selección informal y un poco arbitrario, eligiendo a alumnos/as por edad, sexo, curso y cada cuota estuvo compuesta por 20 alumnos/as por curso, 10 alumnos y 10 alumnas. Compuesto por los cursos: 1º1º, 2º1º, 3º3º, 4º2º, 5º1º, 6º3º de una escuela de la ciudad de Punta Alta.

El tamaño de la muestra se adecuó al pedido del Director del proyecto, el Dr Coterón Lopez, J., que propuso que cada país realice un muestreo conformado por 3000 estudiantes. Al dividir este número entre el grupo de estudiante que cursa la materia este año, surgió el número de 100 por cada colegio. Esta es la cuestión a nivel del proyecto marco. Luego la UFLO decidió aumentar la cantidad a 120 por si había que descartar cuestionarios. También para que haya un número por curso y sexo coherente a la realidad poblacional de cada institución. Esta cuestión de que los cursos y el sexo de los/as estudiantes esté representada en el diseño del muestreo, nos remite a un muestreo casual por cuotas (Padua J., 1994).

2.5. Instrumentos de recolección de datos

El instrumento de recolección de datos utilizado fue el cuestionario (ver anexo 2), dispositivo material para la producción de datos seleccionado a partir de los indicadores. Dicho instrumento fue el dispositivo que nos permitió obtener información empírica sobre las variables de esta investigación.

Los integrantes del equipo de investigación a cargo de Coterón López, J. diseñaron y validaron dicho instrumento, utilizado para la producción de datos de esta investigación, compuesto por diferentes ítems para medir las orientaciones motivacionales de los/as estudiantes de escuelas secundarias.

El cuestionario estandarizado (Q1–A) versión en español, constó de preguntas cerradas, ya establecidas con múltiples respuestas (ampliando la investigación) y encadenadas (relacionada una con otra, con el objetivo de obtener un conocimiento más profundo de cada variable). El mismo nos permitió obtener información empírica acerca de las variables de nuestra investigación; el nivel de flow; el nivel de la orientación motivacional hacia la tarea, el nivel de la orientación motivacional hacia el ego, el nivel de la motivación intrínseca, y la intención futura de la práctica física – deportiva en el futuro:

- Especificidad y sensibilidad: las preguntas y afirmaciones de la encuesta apuntan a las variables establecidas en el problema de investigación y no a “estímulos análogos o asociados” (Samaja, J., 1994, p.305).
- Costos: Es un medio realmente accesible para los/as investigadores ya que no demanda grandes recursos monetarios ni tecnológicos que atenten en contra de la investigación. TEOSQ adaptado a la Educación Física. Está compuesta de 16 ítems, midiendo la orientación a la tarea (8 ítems) y la orientación al ego (8 ítems)
- Escala de Disposición al flow. Dispositional Flow Scale (DFS, por su sigla en inglés). Esta escala consta de 36 ítems.
- Escala de Motivación Deportiva en versión española (Balaguer, C. y Duda, 2007). Está compuesta de 28 ítems, de los cuales se emplearon sólo cuatro ítems de la motivación intrínseca.
- Medida de la Intencionalidad para ser Físicamente Activo (MIFA). Está compuesta de cinco ítems para medir la intención del sujeto de ser físicamente activo.

- Escala de Autoconcepto Físico (PSSP). Esta formada por 30 ítems, relacionada con la intención directa de seguir practicando actividad física-deportiva.

Es un cuestionario compuesto, formado por preguntas cerradas y limitado a responder de acuerdo a cinco posibilidades; de múltiples respuestas, donde el alumno/a tiene que escoger entre varias alternativas o escala de puntuación que va del 1 al 5, con respecto si está de acuerdo o no dentro de un mismo tema y a su vez; preguntas encadenadas, donde una pregunta deviene de la otra y así sucesivamente, con el objetivo de obtener un conocimiento más profundo de la situación, es decir lo que sienten, piensan y pasa realmente en el campo de educación física, es decir permiten dejar más en claro la posición en que se encuentra cada encuestado plasmando su pensar y sentir.

2.6. Plan de Actividades en Contexto

Según Samaja, J. (1994), las actividades en la recolección de datos, se llevaron a cabo en el campo o terreno y es interactiva por la vinculación que tuvimos con los/as alumnos/as en la realización del cuestionario. Dicha vinculación fue cambiando, teniendo un tipo de interacción más activa durante la administración de la primera hoja del cuestionario y un tipo de interacción ligada sólo a responder preguntas que surjan a partir de la segunda hoja del cuestionario.

El 16 de junio del 2014, se informó y solicitó el correspondiente permiso a los directivos y a los/as profesores/as del establecimiento

Inicio del pilotaje fue del 1 al 11 de julio, realizándolo con 2 alumnos/as por curso (de primero a sexto), preferentemente un alumno y una alumna, visitando cada curso solo una vez, en el horario de educación física, contando con muy buena predisposición del profesor/a y alumnos/as y recolectando 12 encuestas en total. Indicamos y explicamos a los alumnos/as las consignas ya planteadas por la UFLO, para luego comenzar con el cuestionario (ver anexo 2). Los cursos fueron: 1º1º, 2º1º, 3º3º, 4º2º, 5º1º, 6º3º del colegio E.E.S. N° 5 de la

ciudad de Punta Alta. Según el procedimiento del pilotaje se recaudó la siguiente información:

El tiempo estimado para completar el cuestionario por el primer estudiante que finalizó fue de 14 minutos, siendo esta una alumna y el último en terminar fue de 23 minutos siendo este un alumno.

Las dudas manifestadas luego de concluida la presentación fueron: para qué necesitaban este cuestionario y si volvían a repetirlo después de las vacaciones. Mientras que cuando se iba completando la primer parte del cuestionario no hubo dudas. Cuando se elaboraba el cuestionario de modo autoadministrado por los/las estudiantes, no preguntaron a los/as profesores/as, sino que se consultaban entre ellos. Al momento de hacer la entrega del cuestionario terminado, los comentarios, dudas y preguntas manifestados fueron: si ellos recibirían una recompensa (esta pregunta causó mucha risa).

El problema, contratiempo o dificultad detectada al realizar la prueba piloto fue el hecho de no poder reunir a todos los/as alumnos/as en el momento de la prueba, la misma se realizó en el horario de clase de cada curso, en la hora de educación física. Por este motivo demoró más tiempo (órdenes del director). Mientras se realizó la misma hubo muy buena predisposición por parte de los/as alumnos/as y profesores/as.

Inicio de las encuestas fue del 1 al 19 de septiembre, realizándolo con 20 alumnos/as por curso (1º1º, 2º1º, 3º3º, 4º2º, 5º1º, 6º3º), visitando dos veces a cada curso, por no contar en la clase de educación física con la totalidad del alumnado para realizar la encuesta de 10 alumnas y 10 alumnos por año, entonces con dos visitas se completaron los 20 cuestionarios por año, recolectando un total de 120 cuestionarios de la muestra y sumando un total de 132 entrevistados en total, contando los 12 del pilotaje. Se dialogó al final de la encuesta con los/as profesores/as en lo positivo de este trabajo para comprender la importancia de la orientación motivacional de los docentes a los

alumnos/as, con el propósito planteado anteriormente acerca de la continuidad de la actividad física en el transcurso de la vida.

Cronograma de actividades

Actividades	Fecha
Preparación para la tarea de recolección de datos: Planeamiento y acuerdo con el establecimientos educativos y con los/as docentes del/ cronograma de actividades en terreno. Carta de presentación (ver anexo III).	16/6 al 19/6
Realización del pilotaje (demora por paros docentes)	1/7 al 11/7
Administración de cuestionarios	1/9 al 19/9

2.7. Plan de tratamiento y análisis de los datos

Se ha realizado un tratamiento cuantitativo, haciendo un análisis en base a estadística descriptiva.

El tratamiento y análisis de los datos se ha centrado principalmente en las variables (Samaja, J. 1994), es decir, hemos analizado la matriz de datos verticalmente. El tratamiento de datos realizado fue de tipo cuantitativo, donde se aplicaron medidas de estadísticas descriptivas a todas las variables: frecuencias porcentuales y absolutas, la media / promedio y moda. La secuencia de actividades realizadas han sido las siguientes:

1) Procesamiento de la información: se ha realizado utilizando la planilla de cálculos del programa excel, producto de microsoft office, confeccionada por el equipo de investigación dirigido por Coterón Lopez,J., y Gómez, V., agrupamos en filas, las unidades de análisis y en las columnas los diferentes ítems del

cuestionario administrado, correspondiente a cada variable, dimensión o subdimensión diseñada en la matriz de datos (Se adjunta el manual de procedimiento para completar la planilla excel en el anexo 3 como así también la planilla con el procesamiento de datos completo en el anexo 4).

Se trató de una investigación descriptiva-correlacional. La recolección de los datos se realizó a partir de las entrevistas. Este cuestionario fue centrado en las U.A y en las variables.

2) Análisis estadístico de cada variable: Todas las variables fueron analizadas de modo general para toda la muestra, además del análisis de 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 en las 12 cuotas.

El análisis de cada variable de la matriz de datos, nos 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, J. 1994).

Lo hemos realizado mediante la planilla de cálculos del programa Excel, producto de Microsoft Office.

Agrupamos en filas las unidades de análisis y en las columnas los diferentes ítems del cuestionario administrado correspondiente a cada variable, dimensión o subdimensión diseñada en la matriz de datos.

El análisis de cada variable de la matriz de datos nos informa, sobre el comportamiento de nuestra población respecto de uno de sus aspectos relevantes. Según Samaja, J. (1994), en términos de la estadística, una población de mediciones, determina una distribución de frecuencias, mediante frecuencias porcentuales y moda, para el análisis total de los datos. Por eso,

hemos realizado una tabla de frecuencia a la que le aplicamos las diversas funciones estadísticas. y un gráfico para cada variable.

Hemos analizado predominantemente los datos centrados en las variables, realizando las relaciones estadísticas porcentuales entre las mismas.

Para las variables principales se diseñó un índice para cada una, sobre una planilla Excel se dividió en columnas, posicionando en cada una.

Realizamos las siguientes actividades:

- El procesamiento de la información empírica. Los datos fueron plasmados a una planilla excel, confeccionada por el equipo de investigación dirigido por Coterón López, J. y Gómez, V. (anexo n°6). Contando con un manual de procedimiento de carga de datos (anexo n°5)
- Diseño de índices sumatorios para las variables principales de la investigación (anexo 6): Los índices sumatorios, son expresiones numéricas que nos permitieron inferir el valor de cada variable, dando el resultado de una combinación de puntajes adjudicados por el grupo de estudiantes de la UFLO.

Éstos, nos permitieron obtener resultados de los indicadores de las variables complejas: nivel de orientación motivacional hacia la tarea, nivel de orientación motivacional hacia el ego, flow, motivación intrínseca e intención futura de la práctica físico- deportiva.

Se tuvieron en cuenta las definiciones conceptuales de las variables y sus dimensiones desarrolladas en nuestro marco teórico. A cada valor se le asignó un puntaje. Los puntajes de los valores de las dimensiones debieron corresponderse con cada uno de los puntajes asignados a los valores de las variables. Con la suma de los puntajes obtenidos para cada uno de los valores de las dimensiones obtuvimos el puntaje correspondiente a uno de los valores de la cada variable. Para saber si el nivel del valor, de cada variable estudiada es muy alto, alto, medio, bajo o nulo, se estableció un índice sumatorio.

A continuación presentamos los cinco índices diseñados:

- **Índice sumatorio de la variable nivel de flow**

Valores	Puntaje	Dimensión	Valores	Puntaje	Sub-dimensión	Valores	P.
Nulo	9	Equilibrio entre habilidad y reto.	Nulo	4	Nivel de acuerdo manifestado cuando sus habilidades le permitirán hacer frente al desafío que se le presenta.	Totalmente en desacuerdo	1
			Bajo	5 a 9		En desacuerdo	2
			Medio	10 a 14		Indiferencia	3
Bajo	10 a 20		Alto	15 a 19		De acuerdo	4
			Muy Alto	20		Totalmente de acuerdo	5

					Nivel de acuerdo manifestado cuando sus habilidades están al mismo nivel del que le exige la situación.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferencia De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
					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.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferencia De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
					Nivel de acuerdo manifestado cuando las dificultades y sus habilidades para superarlas están a un mismo nivel.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferencia De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
		Colaboración/ unión de la acción y el pensamiento	Nulo Bajo Medio Alto Muy Alto	4 5 a 9 10 a 14 15 a 19 20	Nivel de acuerdo manifestado con la realización en las clases de educación física, de gestos correctos de forma automática.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferencia De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
					Nivel de acuerdo manifestado con la percepción de que las cosas suceden automáticamente en las clases de educación física.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferencia De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
					Nivel de acuerdo manifestado en las clases de educación física, y la ejecución es automática.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferencia De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
					Nivel de acuerdo manifestado respecto a que, en las clases de educación física, la realización de las cosas es espontáneo y automático.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferencia De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
		Claridad de objetivos.	Nulo Bajo Medio Allto Muy Alto	4 5 a 9 10 a 14 15 a 19 20	Nivel de acuerdo manifestado respecto al conocimiento claro de lo que se quiere hacer en las clases de educación física.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferencia De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
					Nivel de acuerdo manifestado respecto a que, en las clases de educación física,	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo	1 2 3

					se tiene seguridad sobre lo que se quiere hacer.	Indiferencia De acuerdo Totalmente de acuerdo	4 5
--	--	--	--	--	--	---	--------

					Nivel de acuerdo manifestado respecto a que, en las clases de educación física se sabe lo que se quiere conseguir.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferencia De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
					Nivel de acuerdo manifestado respecto a que, en las clases de educación física, las metas están claramente definidas.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferencia De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
	Feedback claro y sin ambigüedades.	Nulo Bajo Medio Alto Muy Alto	4 5 a 9 10 a 14 15 a 19 20		Nivel de acuerdo manifestado respecto a tener realmente claro cómo se están realizando las ejecuciones en las clases de educación física.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferencia De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
					Nivel de acuerdo manifestado respecto a saber lo bien que se está haciendo algo en las clases de educación física.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferencia De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
					Nivel de acuerdo manifestado con tener buenos pensamientos de lo que se hace en las clases de educación física, mientras se realiza.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferencia De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
					Nivel de acuerdo manifestado respecto a la confirmación en la clase de educación física de una muy buena realización.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferencia De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
	Concentración sobre la tarea que se está realizando	Nulo Bajo Medio Alto Muy Alto	4 5 a 9 10 a 14 15 a 19 20		Nivel de acuerdo manifestado, en las clases, dónde la atención está completamente enfocada en lo que se está realizando.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferencia De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
					Nivel de acuerdo manifestado respecto	Totalmente en desacuerdo	1 2

					a poder mantener la mente en lo que está sucediendo sin esfuerzo durante las clases de educación física.	En desacuerdo Indiferencia De acuerdo Totalmente de acuerdo	3 4 5
					Nivel de acuerdo manifestado respecto a tener una total concentración en las clases de educación física.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferencia De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
					Nivel de acuerdo manifestado respecto a estar totalmente concentrado/a en lo que se está haciendo, en las clases de educación física.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferencia De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
	Sentimiento de control.	Nulo	4		Nivel de acuerdo manifestado en tener la sensación de control sobre lo que se está haciendo en las clases de educación física.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferencia De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
		Bajo	5 a 9		Nivel de acuerdo manifestado respecto al sentimiento de poder controlar, lo que se está haciendo en las clases.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferencia De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
		Medio	10 a 14		Nivel de acuerdo manifestado respecto al sentimiento de control total, en las clases de educación física.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferencia De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
		Alto	15 a 19		Nivel de acuerdo respecto al sentimiento de control total del propio cuerpo, en las clases de educación física.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferencia De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
		Muy Alto	20				
	Pérdida de cohibición o autoconciencia.	Nulo	4		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.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferencia De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
		Bajo	5 a 9		Nivel de acuerdo manifestado respecto a que, en las clases de educación física, se le otorga igual	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferencia De acuerdo	1 2 3 4

				importancia a lo que los demás puedan estar evaluando de uno/a.	Totalmente de acuerdo	5
				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 lo/as demás.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferencia De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 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.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferencia De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
	Transformación en la percepción del tiempo.	Nulo	4	Nivel de acuerdo manifestado respecto a que, en las clases de educación física, el tiempo pareciera alterarse (pasa más lento o más rápido).	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferencia De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
		Bajo	5 a 9	Nivel de acuerdo manifestado respecto a que, en las clases de educación física, el paso del tiempo parece ser diferente al normal.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferencia De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
		Medio	10 a 14	Nivel de acuerdo manifestado en las clases de educación física, de cómo se siente cuando el tiempo pasa rápidamente.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferencia De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
		Alto	15 a 19	Nivel de acuerdo manifestado respecto que, en las clases de educación física, se pierde la noción normal del tiempo.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferencia De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
		Muy Alto	20	Nivel de acuerdo manifestado respecto a que en las clases de educación física, realmente la experiencia resulta divertida.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferencia De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
					Nivel de acuerdo manifestado respecto	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo
	Experiencia autotélica.	Nulo	4	Nivel de acuerdo manifestado respecto a que en las clases de educación física, realmente la experiencia resulta divertida.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferencia De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
		Bajo	5 a 9	Nivel de acuerdo manifestado respecto a que en las clases de educación física, realmente la experiencia resulta divertida.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferencia De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
		Medio	10 a 14	Nivel de acuerdo manifestado respecto a que en las clases de educación física, realmente la experiencia resulta divertida.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferencia De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
		Alto	15 a 19	Nivel de acuerdo manifestado respecto a que en las clases de educación física, realmente la experiencia resulta divertida.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferencia De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
		Muy Alto	20	Nivel de acuerdo manifestado respecto a que en las clases de educación física, realmente la experiencia resulta divertida.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferencia De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5

				a que en las clases de educación física, le gusta lo que experimenta en la ejecución y desea volver a sentirlo.	Indiferencia De acuerdo Totalmente de acuerdo	3 4 5
				Nivel de acuerdo manifestado respecto a que en las clases de educación física la experiencia deja una impresión satisfactoria.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferencia De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
				Nivel de acuerdo manifestado respecto a que en las clases de educación física, la experiencia es muy valiosa y reconfortante.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferencia De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5

Flow: compuesto por la variable, los valores de la variable (muy alto, alto, medio , bajo y nulo), puntajes (9, 10 a 20, 21 a 31, 32 a 42 y 43 a 45), 9 dimensiones (equilibrio entre habilidad y reto, combinación/unión de la acción y el pensamiento, claridad de objetivos, feedback claro y sin ambigüedades, concentración sobre la tarea que se está realizando, sentimiento de control, pérdida de cohibición y de auto conciencia, transformación en la percepción del tiempo, experiencia autotélica), valor de la dimensión (muy alto, alto, medio , bajo y nulo), puntaje de las dimensiones (4, 5 a 8, 9 a 12, 13 a 16, 17 a 20), subdimensión de la variable flow (son 4 subdimensiones por cada dimensión) detallamos las subdimensiones de cada dimensión: D1 (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), D2 (Nivel de acuerdo manifestado respecto a sentir que se es lo suficientemente bueno para hacer frente a las demandas de la situación en las clases de educación física, Nivel de acuerdo manifestado respecto a que, en las clases de educación física, las dificultades están en el mismo nivel que las habilidades propias para superarlas, • Nivel de acuerdo manifestado con la

realización en las clases de educación física, de gestos correctos de forma automática, • Nivel de acuerdo manifestado con la percepción de que las cosas suceden automáticamente en las clases de EF, Nivel de acuerdo manifestado con que, en las clases de educación física, mi ejecución es automática), D3 (Nivel de acuerdo manifestado respecto al conocimiento claro de lo que se quiere hacer en las clases de EF, Nivel de acuerdo manifestado respecto a que, en las clases de EF, se tiene seguridad sobre lo que se quiere hacer, Nivel de acuerdo manifestado respecto a que, en las clases de educación física se sabe lo que se quiere conseguir, Nivel de acuerdo manifestado respecto a que, en las clases de educación física, las metas están claramente definidas) D4 (Nivel de acuerdo manifestado respecto a tener realmente claro cómo se están realizando las ejecuciones en las clases de educación física, Nivel de acuerdo manifestado respecto a saber lo bien que se está haciendo algo en las clases de educación física, Nivel de acuerdo manifestado respecto a tener buenos pensamientos de lo que se hace en las clases de educación física, mientras se realiza, Nivel de acuerdo manifestado respecto a la confirmación en la clase de educación física de una muy buena realización), D5 (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), D6 (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), D7 (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, Nivel de acuerdo manifestado respecto a que, en las clases de educación física, se le otorga igual importancia a lo que los demás

puedan estar evaluando de uno/a, 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 lo/as demás, 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), D8 (Nivel de acuerdo manifestado respecto a que, en las clases de educación física, el paso del tiempo parece ser diferente al normal, Nivel de acuerdo manifestado respecto a que, en las clases de educación física, el tiempo pareciera alterarse (pasa más lento o más rápido), Nivel de acuerdo manifestado respecto a que, en las clases de educación física, se siente como el tiempo pasa rápidamente, Nivel de acuerdo manifestado respecto a que, en las clases de educación física, se pierde la noción normal del tiempo), D9 (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.). Los valores y puntajes de las subdimensiones son: totalmente en desacuerdo (1), en desacuerdo (2), indiferencia (3), de acuerdo (4), totalmente de acuerdo (5).

- **Índice sumatorio de la variable nivel de orientación motivacional hacia el ego**

Variable	Valores	Puntaje	Dimensión	Valores	P.
Nivel de orientación motivacional hacia el ego	Nulo	8	Nivel de acuerdo a la sensación de éxito en las clases de educación física, con respecto a ser él/la única capaz de realizar el ejercicio.	Totalmente en desacuerdo	1
	Bajo	9 a 18		En desacuerdo	2
	Medio	19 a 28		Indiferencia	3
				De acuerdo	4
	Alto	29 a 38		Totalmente de acuerdo	5

			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.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferencia De acuerdo 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 que otros no pueden hacer las cosas tan bien.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferencia De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
			Nivel de acuerdo a la sensación de éxito en las clases de educación física, con respecto al fracaso de otros.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferencia De acuerdo 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.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferencia De acuerdo 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.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferencia De acuerdo 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.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferencia De acuerdo 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.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferencia De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5

Nivel de orientación motivacional hacia el ego: compuesto por la variable, los valores de la variable (muy alto, alto, medio , bajo y nulo), puntajes de la variable (8,9-16,17-24, 25-32,33-40), dimensiones: D1 (Nivel de interés de tener más éxito cuando es el/la único/a capaz de realizar el ejercicio), D2 (Nivel de interés de tener más éxito cuando lo puede hacer mejor que sus compañeros/as), D3 (Nivel de interés de tener más éxito cuando los/as otros/as no lo pueden hacer tan bien como uno/a), D4 (Nivel de interés de tener más

éxito cuando los/as demás fracasan), D5 (Nivel de interés de tener más éxito cuando gana a los/as demás), D6 (Nivel de interés de tener más éxito cuando consigue la puntuación más alta), D7 (Nivel de interés de tener más éxito cuando es el/la mejor), D8 (Nivel de interés de tener más éxito cuando tiene más habilidad que los/as demás), valores de la dimensión: Totalmente en desacuerdo, en desacuerdo, indiferente, de acuerdo, totalmente de acuerdo, puntaje de la dimensión: 1, 2, 3, 4, 5.

- Índice sumatorio (I.S.) de la variable nivel de orientación hacia la tarea

Variable	Valores	Puntaje	Dimensión	Valores	Puntaje
Nivel de orientación motivacional hacia la tarea	Nulo	8	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.	Totalmente en desacuerdo	1
	Bajo	9 a 18		En desacuerdo	2
	Medio	19 a 28		Indiferencia	3
	Alto	29 a 38		De acuerdo	4
	Muy Alto			Totalmente de acuerdo	5

			Nivel de acuerdo a la sensación de éxito en las clases de educación física, con respecto al aprendizaje de una nueva habilidad.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferencia De acuerdo 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 aprender hacer cosas nuevas.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferencia De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 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.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferencia De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
			Nivel de acuerdo a la sensación de éxito en las clases de educación física, con respecto al trabajo constante.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferencia De acuerdo 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 querer practicar más, como consecuencia de un estímulo.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferencia De acuerdo 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 sentirse mejor como consecuencia de haber aprendido un ejercicio/habilidad nuevos.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferencia De acuerdo 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.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferencia De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5

Nivel de orientación motivacional hacia la tarea: compuesto por la variable, valores de la variable (Nulo_Bajo_Medio_Alto_Muy Alto), puntaje de la variable (8, 9 a 18, 19 a 28, 29 a 38, 39 a 40), dimensiones: D1 (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), D2 (Nivel de acuerdo a la sensación de éxito en las clases de educación física, con respecto al

aprendizaje de una nueva habilidad), D3 (Nivel de acuerdo a la sensación de éxito en las clases de educación física, con respecto a aprender hacer cosas nuevas), D4 (Nivel de acuerdo a la sensación de éxito en las clases de educación física, con respecto al esfuerzo para el logro de nuevas habilidades), D5 (Nivel de acuerdo a la sensación de éxito en las clases de educación física, con respecto al trabajo constante), D6 (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), D7 (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 nuevo), D8 (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), valores de la dimensión (totalmente en desacuerdo, en desacuerdo, Indiferencia, de acuerdo, totalmente de acuerdo), puntaje de la dimensión (1, 2, 3, 4, 5).

- **Índice sumatorio de la variable nivel de intención futura de práctica físico- deportiva.**

Variable	Valores	Puntaje	Dimensión	Valores	P.
Nivel de Intención futura de práctica de actividad	Nulo	5	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.	Totalmente en desacuerdo	1
	Bajo	6 a 11		En desacuerdo	2
	Medio	12 a 17		Indiferencia	3
	Alto	18 a 23		De acuerdo	4
	Muy Alto	24 a 25		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.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferencia De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 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.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferencia De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
			Nivel de acuerdo manifestado de mantenerse físicamente activo después de terminar el colegio, respecto a la intención futura de practicar alguna actividad física-deportiva.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferencia De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 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.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferencia De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5

Intención Futura de Practica físico-deportiva: compuesto por la variable, valores de la variable (nulo, bajo, medio, alto, muy alto), puntajes (5, 6 a 11, 12 a 17, 18 a 23, 24 a 25.), dimensión: D1 (Nivel de interés del desarrollo de la forma física), D2 (Nivel de gusto por la práctica de actividad física además de las clases de educación física), D3 (Nivel de intención de formar parte de un club deportivo una vez egresado del colegio), D4 (Nivel de interés de mantenerse físicamente activo), D5 (Nivel de práctica de deporte en el tiempo libre), valores de la dimensión (totalmente en desacuerdo, en desacuerdo, Indiferente, de acuerdo, totalmente de acuerdo), puntajes de los valores (1, 2, 3, 4, 5).

- **Índice sumatorio de la variable nivel de motivación intrínseca.**

Variable	Valores	Puntaje	Dimensión	Valores	Pun taje
Nivel de Motivación intrínseca	Nulo	4	Nivel de acuerdo manifestado respecto a que la educación física es divertida.	Totalmente en desacuerdo	1
	Bajo	5 a 9		En desacuerdo	2
	Medio	10 a 14		Indiferencia	3
	Alto	15 a 19		De acuerdo	4
				Totalmente de acuerdo	5

			Nivel de acuerdo manifestado respecto al disfrute a aprender nuevas habilidades.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferencia De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
			Nivel de acuerdo manifestado respecto a que la educación física es estimulante.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferencia De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
			Nivel de acuerdo manifestado respecto a la satisfacción que se siente mientras se aprenden nuevas habilidades/ técnicas.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferencia De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5

Motivación Intrínseca: compuesto por la variable, valores de la variable (nulo, bajo, medio, alto, muy alto), puntaje de las variables (4, 5 a 9, 10 a 14, 15 a 19,20), dimensiones: D1 (Nivel de acuerdo manifestado respecto a que la educación física es divertida), D2 (Nivel de acuerdo manifestado respecto al disfrute en la adquisición de nuevas habilidades), D3 (Nivel de acuerdo manifestado respecto a que la educación física es estimulante), D4 (Nivel de acuerdo manifestado respecto a la satisfacción en la adquisición de habilidades), valores de las dimensiones (totalmente en desacuerdo, en desacuerdo, indiferente, de acuerdo, totalmente de acuerdo), puntaje de los valores (1, 2, 3, 4, 5).

3) 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.
- Se representaron las frecuencias porcentuales del comportamiento de cada variable con gráficos de tortas.
- Se realizó un diagrama de dispersión, herramienta de análisis que nos permitió representar en forma gráfica la relación existente entre las cinco variables principales de nuestro estudio, observando la influencia de una variable sobre la otra y sus posibles correlaciones.

4) Análisis de relación de variable: comparamos 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 el nivel de intención de práctica futura de actividad física y deportiva en los/las estudiantes de Educación Física del nivel medio del sistema educativo argentino.
- Nivel de orientación motivacional al ego con el nivel de intención de práctica futura de actividad física y deportiva en los/las estudiantes de Educación Física del nivel medio del sistema educativo argentino.
- Nivel de motivación intrínseca con el nivel de intención de práctica futura de actividad física y deportivas en los/las estudiantes de Educación Física del nivel medio del sistema educativo argentino.
- Nivel de estado disposicional de Flow con el nivel de intención de práctica futura de actividad física y deportiva en los/las estudiantes de Educación Física del nivel medio del sistema educativo argentino.
- Frecuencia semanal con que realiza ejercicio extenuante, moderado y suave, en su tiempo libre durante más de 15 minutos con las cuotas sexo y curso.

- Nivel de motivación intrínseca con calificación obtenida en el curso anterior de educación física.
- Calificación obtenida en el curso anterior con el nivel por el gusto por la educación física, y con las cuotas (curso, sexo, edad).
- Calificación obtenida en el curso anterior con el nivel de intención de práctica futura de actividad física y deportiva de toda la muestra, por sexo y curso.

Cruzando los datos de las variables de base con las variables complejas nos permitió enriquecer los datos e información recolectada, para cumplir con los objetivos de la investigación.

3. Tercera Parte: Análisis y Conclusiones

3.1. Exposición de resultados

Expondremos una tabla y gráfico, en los cuales apreciaremos la media de la variable calificación por cuotas, género y cursos. Luego detallamos los resultados obtenidos en relación a las variables simples o de base en primera instancia y después las variables complejas, para desarrollarlo posteriormente de tipo narrativo.

Tabla y gráfico 1- Media de la variable calificación por cuotas: género y curso.

Cursos	Calificación General	Calificación mujeres	Calificación varones
1er. Año	8,454545455	8,545454545	8,363636364
2do. Año	8,590909091	8,363636364	8,818181818
3er. Año	8,727272727	9	8,454545455
4to. Año	7,772727273	7,727272727	7,818181818
5to. Año	8,636363636	8,909090909	8,363636364
6to. Año	9,045454545	9,090909091	9
Media	8,537878788	8,606060606	8,46969697
Moda	8		

En la tabla 1, la variable calificación ha obtenido un promedio de 8,54 de la muestra total de 132 estudiantes y la moda obtenida fue de 8. La nota más alta se vió reflejada en sexto año mujeres presentando una puntuación media de 9,09 siendo la calificación más baja la de cuarto año mujeres con 7,73. En los varones el promedio más alto fue en segundo año con 8,82 y el más bajo en cuarto año con 7,82. La puntuación media obtenida en calificación de todo el sexo masculino fue de 8,47 y de 8,61 para las mujeres coincidiendo la puntuación de la moda en 8, y en una edad promedio de 16 años en toda la muestra. De nuestra población encuestada no hubo aplazos y las calificaciones no fueron menor a 7.

En el siguiente gráfico y tabla observamos la media de la variable gusto por la educación física, resultante de la recolección de datos de nuestra muestra

general.

Tabla y gráfico 2: Media del gusto por la educación física.

Cursos	Gusto E. F. General	Gusto E. F. mujeres	Gusto E. F. varones
1er. Año	4	3,545454545	4,454545455
2do. Año	4,272727273	4,090909091	4,454545455
3er. Año	4,045454545	3,727272727	4,363636364
4to. Año	3,590909091	3,454545455	3,727272727
5to. Año	4,454545455	4,363636364	4,545454545
6to. Año	4,409090909	4,454545455	4,363636364
Media	4,128787879	3,939393939	4,318181818
Moda	5		

Se observa una media de 4,12 sobre el total de la muestra realizada, con una puntuación de 4.31 correspondiente al género masculino de mayor magnitud al femenino, siendo ésta última de 3,93. Las resultantes del promedio entre ambos sexos no presentan diferencias sustanciales. La moda resultante por el gusto por la educación física fue de un valor significativo de 5 lo cual pone de manifiesto una importante aceptación por el gusto de la misma.

El siguiente gráfico y tabla reflejan los datos estadísticos de la media obtenida de la variable frecuencia semanal con que realiza ejercicio extenuante en su tiempo libre durante más de 15 minutos.

Tabla y gráfico 3 Ilustran la media de la variable: frecuencia semanal con que realiza ejercicio extenuante en su tiempo libre durante más de 15 minutos.

Cursos	Ejerc. exten. General	Ejerc. Exten. Mujeres	Ejerc. Exten. Varones
1er. Año	2,5	2,454545455	2,545454545
2do. año	2,863636364	3,090909091	2,636363636
3er. Año	4,045454545	3,363636364	4,727272727
4to. Año	2,909090909	2,454545455	3,363636364
5to. Año	3,818181818	3,545454545	4,090909091

6to. Año	5,136363636	4,272727273	6
Media	3,545454545	3,196969697	3,893939394
Moda	2		

En la tabla y gráfico 3 observamos los datos estadísticos descriptivos de la media general de la variable ejercicio extenuante, con una puntuación media de 3,54, representando en el género femenino (4,27) una valoración inferior en relación al género masculino (4,72). La moda resultante fue 2, lo cual nos indica que los estudiantes de educación física presentan un nivel medio bajo por este tipo de ejercicio extenuante.

Un total de 8 estudiantes de educación física (4 mujeres y 4 varones) confirmaron su interés por este ejercicio ya que obtuvieron una media de 3,64 en calificación 10.

Continuando con la variable, frecuencia semanal con que realiza ejercicio moderado en su tiempo libre durante más de 15 minutos podremos apreciar la media por cuotas en el gráfico y tabla que figuran a continuación.

Tabla y gráfico 4. Ilustran la media de la variable: frecuencia semanal con que realiza ejercicio moderado en su tiempo libre durante más de 15 minutos.

Cursos	Ejerc. Mod. General	Ejerc. Mod. mujeres	Ejerc. Mod. Varones
1er. Año	2,318181818	2,272727273	2,363636364
2do. año	3,409090909	3,909090909	2,909090909
3er. Año	3,681818182	3,272727273	4,090909091
4to. Año	3,136363636	3,272727273	3
5to. Año	3,409090909	3,636363636	3,181818182
6to. Año	3,545454545	4,454545455	2,636363636
Media	3,25	3,46969697	3,03030303
Moda	3		

Los datos estadísticos descriptivos de la media total de la muestra de la variable del ejercicio moderado, reflejó una media de 3,25 en los 132 estudiantes de educación física.

En esta variable el género femenino presentó una media de 4,45, superior al género masculino 4,09. La moda resultante fue 3, casi en concordancia con la variable ejercicio extenuante, siendo la moda 1 en la variable ejercicio suave.

En el sucesivo gráfico y tabla divisaremos la media de la variable frecuencia semanal con que realiza ejercicio suave en su tiempo libre durante más de 15 minutos.

Tabla y gráfico n°5 - Media de la variable frecuencia semanal con que realiza ejercicio suave en su tiempo libre durante más de 15 minutos.

Cursos	Ejerc. Suave General	Ejerc. Suave mujeres	Ejerc. Suave varones
1er. Año	1,863636364	2	1,727272727
2do. año	3,227272727	3	3,454545455
3er. Año	3,181818182	3	3,363636364
4to. Año	3,5	4,727272727	2,272727273
5to. Año	1,818181818	2,181818182	1,454545455
6to. Año	2,727272727	2,818181818	2,636363636
Media	2,71969697	2,954545455	2,484848485
Moda	3		

En lo referente a la variable frecuencia semanal con que realiza ejercicio suave en su tiempo libre durante más de 15 minutos, resultó ser la media más baja con 2,71, inferior a las medias de ejercicio extenuante de 3,54 y de ejercicio moderado con una puntuación media de 3,25. Esto revela que el gusto de esta población estudiada tiene preferencia por esfuerzos medios/agotadores.

En la variable frecuencia semanal con que realiza ejercicio suave en su tiempo libre durante más de 15 minutos, se observó la media más baja con una puntuación de 3,45 en el género masculino, inferior a las otras medias de los ejercicios extenuante y moderado en la muestra total y por género.

En relación al género femenino la media más elevada fue en 4to. año con una puntuación de 4,72 y la media baja se vio reflejada en 1er y 6to.año con 2 y 2,81 respectivamente.

Nos llama la atención que esta media sea tan baja en estudiantes de 6to año, lo cual predice una baja o nula intención de la práctica físico deportiva futura en este tipo de ejercicio.

Tabla y gráfico n° 6- Media de la variable; frecuencia de actividad física regular, en la cual llegue a sudar.

Cursos	Act. Sudar General	Act. Sudar mujeres	Act. Sudar varones
1er. Año	1,227272727	1	1,454545455
2do. año	1,136363636	1	1,272727273
3er. Año	1,590909091	1,545454545	1,636363636
4to. Año	1,5	1,454545455	1,545454545
5to. Año	1,545454545	1,454545455	1,636363636
6to. Año	1,590909091	1,727272727	1,454545455
Media	1,431818182	1,363636364	1,5
Moda	1		

La variable frecuencia donde los estudiantes de educación física participan en una actividad regular en la cual lleguen a sudar en el término de una semana, durante su tiempo libre, arrojó una puntuación promedio de 1,43 en la muestra total. La moda obtenida fue de 1, lo cual puso de manifiesto que los estudiantes nunca o raramente lleguen a sudar en una actividad regular. La media más elevada se registró en 6to. año mujeres, con una puntuación media de 1,72 seguida de 3er. y 5to. año varones con 1,63. Se reflejó una media muy baja de

1 en 1er. Y 2do año mujeres y de 1,27 en 2do. año varones, se repitió el mismo promedio de 1,45 en 1ero y 6to año varones.

Comparando las modas resultantes de nuestras variables simples obtuvimos que la moda por el gusto por la educación física ha sido de 5, seguida por la variable de ejercicio extenuante y moderado con 2 y 3 respectivamente, mientras que la variable frecuencia donde los estudiantes de educación física participan en una actividad regular en la cual lleguen a sudar en el término de una semana, durante su tiempo libre, arrojó 1 al igual que la variable ejercicio suave.

Podemos observar los resultados de la media arrojados en los cruces de las siguientes variables de base, siendo aquellos valores destacados en color, los promedios más altos en la variable sexo.

Género	Gusto	Ejerc. Ext.	Ejerc. Mod.	Ejerc. Suave	Act. Sudar
Mujeres	3,86	2,69	3,6	2,95	1,34
Varones	4,45	3,59	3,68	2,65	1,33

Resumiendo, la media obtenida en el total de nuestra muestra (132 estudiantes) en las variables de base presentó los siguientes datos estadísticos descriptivos:

Género	Edad	Centro	Curso	Calificación	Gusto	Ej. Ext.	Ej. Mod.	Ej. Suave	Act. Sud.
0,5	14,81	0	3,5	8,94	4,15	3,14	3,64	2,8	1,34

Las **variables complejas de nuestro estudio** adquirieron diversos valores respecto a cada variable en los índices sumatorios.

Se expusieron los valores e índices respecto a la información recopilada y la manera en cómo concluye el comportamiento de las dimensiones de las variables, al igual que cómo se asocian entre si los valores de unas variables en relación con las otras de nuestra investigación.

A continuación pasaremos a exponer los valores descriptivos y los resultados de los índices sumatorios de las variables principales o complejas, como así también la media (promedio), las frecuencias absolutas y la moda (es el valor

que aparece más veces) de las dimensiones y subdimensiones (flow) de las variables de este estudio.

La variable nivel de orientación motivacional hacia el ego y la variable nivel de orientación motivacional hacia la tarea se subdivide en ocho dimensiones, cada uno con sus respectivas medias y según cuotas.

El índice sumatorio de cada variable compleja arrojó los siguientes resultados sobre el total de la muestra (132 estudiantes).

Resultados de las frecuencias absolutas del índice sumatorio del nivel de orientación motivacional a la tarea.

NULO	0
BAJO	2
MEDIO	49
ALTO	75
MUY ALTO	6

En la tabla podemos observar en relación a las perspectivas de orientación a la meta, que los/as estudiantes de educación física revelan la mayor puntuación de respuestas en el valor alto del índice de sumatoria del nivel de orientación hacia la tarea. Esto reflejó un resultado significativamente alto en 75 alumnos/as para el factor orientación a la tarea y sólo 6 con nivel muy alto, sobre un total de nuestra muestra. El valor nulo no arrojó resultados y sólo 2 estudiante con nivel bajo, lo cual nos indica un resultado insignificante en relación a la desmotivación por la tarea y el resto, 49 estudiantes con un nivel medio.

Se adjunta debajo la tabla y gráfico n° 7, con los resultados de la medida estadística, media, del nivel de orientación motivacional a la tarea.

Tabla 7. Media de las dimensiones del nivel de orientación motivacional con implicancia hacia la tarea y sus ocho dimensiones.

Valor de la	Media total 132	Mujeres	varones 66
-------------	-----------------	---------	------------

Tarea 1	3,734848485	3,727272727	3,742424242
Tarea 2	3,606060606	3,454545455	3,757575758
Tarea 3	3,757575758	3,712121212	3,803030303
Tarea 4	3,924242424	3,96969697	3,878787879
Tarea 5	3,71969697	3,681818182	3,757575758
Tarea 6	3,46969697	3,439393939	3,5
Tarea 7	3,568181818	3,636363636	3,5
Tarea 8	4,03030303	4,075757576	3,984848485

Las puntuaciones medias de implicancia hacia la tarea, del total de la muestra realizada a nuestra población arrojó un valor promedio de 3,72 En ella podemos apreciar las medias más altas de las dimensiones, con puntuaciones de 3,57 manifestando interés en su bienestar personal por sacar cada estudiante lo mejor de sí mismo.

En la cuota por sexo podemos observar una media más alta en el sexo femenino de 3,74 en relación al sexo masculino de 3,59 en la misma dimensión.

La moda obtenida en las 8 dimensiones de tarea fue de 4, haciendo alusión a la capacidad y esfuerzo del estudiante de educación física en la práctica/adquisición de una habilidad.

En la siguiente tabla se detallan las frecuencias absolutas de los resultados de los índices sumatorios del nivel de orientación motivacional hacia el ego:

NULO	2
BAJO	21
MEDIO	79
ALTO	30

MUY ALTO 0

El mayor porcentaje obtenido fue de 79 alumnos/as con un nivel medio de implicancia hacia el ego, dando el valor muy alto 0 estudiante y el nulo de 2. La implicancia hacia la tarea arrojó resultados con un nivel alto de 75, en comparación hacia el ego cuyo valor fue 79 (medio).

Se adjunta debajo la tabla y gráfico n° 8, los resultados de la medida estadística, media del nivel de orientación motivacional hacia el ego.

Tabla 8. Media de las dimensiones del nivel de orientación motivacional con orientación hacia el ego y sus ocho dimensiones.

Variable de la implicancia hacia el ego	Media total 132 estudiantes	Mujeres: 66 estudiantes	Varones: 66 estudiantes
Ego 1	3,136363636	2,818181818	3,454545455
Ego 2	3,227272727	3,015151515	3,439393939
Ego 3	3,166666667	3,03030303	3,303030303
Ego 4	3,143939394	3,090909091	3,196969697
Ego 5	3,340909091	3,166666667	3,515151515
Ego 6	3,583333333	3,378787879	3,787878788
Ego 7	3,265151515	3,272727273	3,257575758
Ego 8	3,446969697	3,393939394	3,5

En la tabla 8, el nivel de motivación orientación con implicancia hacia el ego, reflejó la valoración media más alta de la muestra, con un resultado 3,58 siendo aquellos estudiantes que presentaron mayor interés por obtener la nota más alta, correspondiente al ego 6. En relación con la variable calificación, obtuvieron una nota de 10 un total de 12 alumnos/as correspondientes: tres a 1er. año, cuatro a 2do. año., dos a 3er. año y tres a 6to. año. Resultó muy significativo este ego, debido a que también reflejó una media alta en los varones con 3,37 y la más alta en mujeres con un promedio de 3,78. Al parecer

la variable calificación y dimensión 6 de ego resulta ser un factor motivacional trascendental para los/as estudiantes de educación física.

La media más baja obtenida en la variable nivel de orientación hacia el ego, fue de 3,13 en los 132 estudiantes seleccionados de la muestra, y corresponde al ego uno; en relación al nivel manifestado por sacar lo mejor de sí mismo/a y cuando los/as demás fracasan. La media general de dicha variable, arrojó una puntuación de 3,15 (diagrama de dispersión ver anexo 7).

Podríamos asociarlo con un aumento de la motivación intrínseca de los estudiantes pues la media más alta de las cuatro dimensiones fue de 3,65, en la MI 2, en el nivel de acuerdo manifestado en el disfrute frente a la adquisición de nuevas habilidades. En relación a la tarea, la más baja fue de 3,46 en el total de estudiantes. La moda que arrojó cada ego fue de 4..

A continuación observaremos las frecuencias absolutas de los índices sumatorios de cada dimensión de la variable flow :

Dimensión 1:

-Equilibrio entre habilidad y reto.

NULO	1
BAJO	11
MEDIO	81
ALTO	38
MUY ALTO	1

Dimensión 2:

-Automatización. Unión de la acción y el pensamiento.

NULO	1
BAJO	14
MEDIO	83
ALTO	31
MUY ALTO	3

Dimensión 3:

-Claridad de objetivos.

NULO	0
BAJO	7
MEDIO	72
ALTO	51
MUY ALTO	2

Dimensión 4:

-Feedback claro y sin ambigüedades.

NULO	0
BAJO	10
MEDIO	70
ALTO	51
MUY ALTO	1

Dimensión 5:

-Concentración en la tarea que se realiza.

NULO	0
BAJO	10
MEDIO	74
ALTO	45
MUY ALTO	3

Dimensión 6:

-Sentimiento de control.

NULO	2
BAJO	10
MEDIO	60
ALTO	58
MUY ALTO	2

Dimensión 7:

-Pérdida de cohibición o autoconciencia.

NULO	0
BAJO	12
MEDIO	57
ALTO	60
MUY ALTO	3

Dimensión 8:

-Percepción del tiempo.

NULO	2
BAJO	8
MEDIO	63
ALTO	49
MUY ALTO	10

Dimensión 9:

-Experiencia autotética.

NULO	0
BAJO	9
MEDIO	58
ALTO	57
MUY ALTO	8

En el siguiente cuadro se apreciarán las comparaciones de los totales de las 9 dimensiones de flow, del índice sumatorio cuyo valor fue medio o alto.

Se expuso el valor modal en la columna central y la frecuencia absoluta en la columna derecha.

Dimensiones de Flow	Valor Modal obtenido	Resultado del total de la muestra (132 estudiantes) Frec. Absoluta
1. Equilibrio entre habilidad y reto	3. Medio	81
	4. Alto	38
2. Automatización	3. Medio	83
	4. Alto	31
3. Claridad de los	3. Medio	72

4. Feedback	3. Medio 4. Alto	70 51
5. Concentración	3. Medio 4. Alto	74 45
6. Sentimiento de control	3. Medio 4. Alto	60 58
7. Pérdida de cohibición o autoconciencia	3. Medio 4. Alto	57 60
8. Percepción del tiempo	3. Medio 4. Alto	63 49
9. Experiencia autotética	3. Medio 4. Alto	58 57

En el cuadro comparativo del índice sumatorio, se pudo apreciar que en 8 dimensiones, una mayoría cuyo valor fue (3) “medio” y solo en la dimensión “perdida de cohibición o autoconciencia” seguido por el valor alto (4). Los resultados nulos fueron muy bajos, sólo 6 alumnos/as del total de la muestra (132) manifestaron la opción 1. Cada una de las dimensiones de flow presenta 4 subdimensiones como se indica en la matriz de datos del presente trabajo. La media total de la muestra de flow presentó una puntuación de 3,56 (Diagrama de dispersión (anexo 6)). En el gráfico y tabla n° 9, divisaremos los resultados que arrojaron las 9 dimensiones de la variable estado disposicional de flow con sus respectivas subdimensiones.

Tabla- Gráfico 9. Media de las dimensiones / subdimensiones de la variable flow.

Variable flow	Media total: 132 estudiantes subdimension 1	Media total: 132 estudiantes subdimension 2	Media total: 132 estudiantes subdimension 3	Media total: 132 estudiantes subdimension 4
Equilibrio	3,5	3,181818182	3,257575758	3,181818182
Automatización	3,734848485	3,136363636	3,295454545	3,340909091
Objetivos	3,515151515	3,386363636	3,537878788	3,272727273

Feedback	3,227272727	3,431818182	3,575757576	3,318181818
Concentración	3,431818182	3,28030303	3,340909091	3,356060606
Sent. De control	3,522727273	3,628787879	3,303030303	3,454545455
Pérdida	3,659090909	3,439393939	3,409090909	3,583333333
Distors. Tiempo	3,734848485	3,522727273	3,477272727	3,484848485
Exper. Autotélica	3,734848485	3,356060606	3,560606061	3,651515152

En la tabla 9 expusimos los valores descriptivos de la media obtenida respecto a las dimensiones de la variable flow, con sus 9 dimensiones: D1: Equilibrio entre habilidad y reto, D.2: Automatización,(unión de la acción y al pensamiento), D3: Claridad de los objetivos D4: Feedback claro y sin ambigüedades, D5: Concentración en la tarea que se realiza, D6: Sentimiento de control, D7: Pérdida de cohibición o autoconciencia, D8: Percepción del tiempo. D9: Experiencia autotélica.

A través de los datos revelados pudimos manifestar que la dimensión automatización, correspondió a la media más alta dentro de la dimensión de flow en la subdimensión 1, con una puntuación de 3,73.

Esto nos indica que este proceso de recolección continúa de datos por parte del/la profesor/a y de los alumnos/as es muy positivo, es decir, hay una buena asociación entre lo que el docente quiere que realicen y lo que realizan los estudiantes, siendo en las mujeres, menor la media obtenida en equilibrio 2, de 2,95 y en los hombres automatización 1 con una puntuación media de 3,09. Como reflejamos anteriormente en equilibrio (dimensión 1), arrojó como resultado la media más baja (2,95) de la variable flow, en el total de nuestra muestra. Esto se vió reflejado en la subdimensión 2.

Los resultados arrojados en referencia a la moda fueron de 4, para las dimensiones 3, 4, 6, 7 y 9. Las dimensiones 2 y 5, arrojó una moda de 4 para las subdimensiones 3 y 4 y una moda de 3 para las subdimensiones 1 y 2. La dimensión 1 proyectó una moda de 3 en las Subdimensiones 1,2 y 4. La

dimensión 8, en las subdimensión 1 y 4, tuvo un 5, o sea fue la única moda que dio 5 (muy alto) como resultante.

El cuadro siguiente indica la frecuencia absoluta del índice sumatorio de la variable flow obtenidos del total de la muestra en relación a los valores reflejados.

Nulo	0
Bajo	3
Medio	85
Alto	44
Muy alto	0

Los resultados totales de las 9 dimensiones de flow arrojaron una moda de 3 con un valor medio de 85 estudiantes de educación física, ningún alumno/a obtuvo el valor nulo.

La frecuencia absoluta en el índice sumatorio del nivel de la variable motivación intrínseca arrojó los siguientes resultados:

NULO	4
1BAJO	22
MEDIO	73
ALTO	33
MUY ALTO	0

Se observan diferencias significativas elevadas en el valor medio, con un resultado de 73 alumnos/as, seguido por el valor alto, obtenido de los 33 estudiantes participantes de nuestra muestra total de 132, en relación con los otros valores, siendo el nulo totalmente insignificante. La moda obtenida fue de 3.

En la consecuente tabla y gráfico resaltamos las dimensiones del nivel de la variable motivación intrínseca.

Tabla 10. Media de las dimensiones del nivel de la variable motivación intrínseca.

Motivación intrínseca	Media total: 132 estudiantes	Mujeres: 66 estudiantes	Varones: 66 estudiantes
Nivel de acuerdo manifestado frente a si es divertida o estimulante la EF.	3,712121212	3,46969697	3,954545455
Nivel de acuerdo manifestado respecto a disfrutar de la clase al aprender nuevas habilidades.	3,787878788	3,636363636	3,590909091
Nivel de acuerdo manifestado ante lo estimulante que resulta la práctica de la clase de EF.	3,621212121	3,636363636	3,606060606
Nivel de acuerdo manifestado ante la satisfacción que provoca el aprendizaje de nuevas habilidades/técnicas	3,71969697	3,893939394	3,545454545

En la tabla 10 de la variable nivel de la motivación intrínseca, apreciaremos la puntuación más alta de las dimensiones, al disfrute de la clase al aprender nuevas habilidades, con un valor de la media de 3,65 sobre el total de la muestra de 132 estudiantes, registrándose la puntuación más baja seguida de un promedio de 3,50, ante la satisfacción que provoca el aprendizaje de nuevas habilidades/técnicas. Las otras dos dimensiones presentaron medias similares. En relación al género masculino obtuvo la media más alta en la dimensión 2, ante el disfrute de la clase al aprender nuevas habilidades, con una puntuación promedio de 3,72, siendo en el femenino también la dimensión 2 con una media de 3,57.

La moda de la motivación intrínseca en relación a cada dimensión fue:

MI 1	MI2	MI3	MI4
4	3	5	5

Siendo el resultado total de la moda del índice sumatorio 5.

La frecuencia absoluta en el índice sumatorio del nivel de la variable intención futura de la práctica física - deportiva arrojó los siguientes resultados:

NULO	3
BAJO	7
MEDIO	38
ALTO	57
MUY ALTO	27

En los resultados de los valores descriptivos de las cinco dimensiones de la variable nivel de intención futura de la práctica física - deportiva, pudimos observar que el valor “alto” no tuvo mayor incidencia como tampoco el valor medio. El valor nulo arrojó resultado “3” lo que implica que no hay casi estudiantes desmotivados intrínsecamente. El índice sumatorio arrojó una moda de 4.

Tabla 11. Media de las dimensiones de la variable intención futura de la práctica física – deportiva.

Dimensiones variable intención futura	Media total: 132 estudiantes	Mujeres: 60 estudiantes	Varones: 60 estudiantes
Interés por el desarrollo de la forma física	3,878787879	3,757575758	4
Interés por la práctica físico-deportiva	3,787878788	3,575757576	4
Intención de formar parte de un club-entrenar	3,53030303	3,333333333	3,727272727
intención de mantenerse físicamente activo/a	3,863636364	3,833333333	3,893939394

Intención por practicar deporte en su tiempo libre	3,765151515	3,636363636	3,893939394
--	-------------	-------------	-------------

La media encontrada en la variable intención de ser físicamente activo/a en la práctica física - deportiva futura, resultó con una puntuación de 3,71, sobre el total de la muestra. (diagrama de dispersión anexo 7). La dimensión 1, el Interés hacia el desarrollo de la forma física, resultó ser la variable con la media más elevada (3,87) sobre el total de los 132 estudiantes de la muestra y en las cuotas por género. La moda fue de 3. El ítem que obtuvo menor puntuación, fue el de mantenerse físicamente activo/a con una media de 3,33.

A continuación el siguiente diagrama de dispersión nos permitirá divisar las estadísticas descriptivas obtenidas en referencia a la media y sus correlaciones de las 5 variables principales de nuestra investigación.

Tabla n° 12-Diagrama de dispersión de las 5 variables complejas.

Media de Orientación Tarea	3,72
Media de Orientación Ego	3,15
Media de Flow	3,56
Media de Motivación Intrínseca	3,71
Media de Intención de .Práctica Futura	3,76

De los resultados arrojados de las cinco variables complejas, analizadas del presente estudio de investigación, se observa que los/as 132 estudiantes de escuela secundaria participantes de esta muestra, presentan, la media más elevada con una puntuación de 3,76 en la variable intención de práctica futura.

Le continúan las variables; orientación a la tarea con una media de 3,72 y cabe destacar que el género masculino reflejó en dicha variable una puntuación elevada de 3,98 en el interés por el desarrollo de la forma física. Dicha variable correlacionó positivamente con la motivación intrínseca, con puntuaciones similares, subrayándose dentro de la motivación intrínseca, que los estudiantes revelan mayor puntuación en dimensiones tales como el nivel de acuerdo manifestado respecto a disfrutar de la clase al aprender nuevas habilidades, con una media de 3,71, y ante el nivel de acuerdo manifestado ante la satisfacción que provoca el aprendizaje de nuevas habilidades/técnicas con una valoración promedio de 3,71. En cuanto a la variable del estado disposicional de flow reflejó una media general de 3,56, por otro lado la variable orientación motivacional a la tarea con una media de 3,72. De las cinco variables complejas, cuatro resultaron con valoraciones similares dentro de la puntuación media, lo que implica que hay correlación positiva entre la orientación hacia la tarea, el flow, la motivación intrínseca y la intención de práctica futura. La experiencia autotélica se relacionó positivamente con la motivación intrínseca con medias no muy distanciadas. La variable que menos influencia presentó fue la de orientación hacia el ego con una valoración media de 3,15, siendo la más baja obtenida de toda la muestra. Si bien los valores fueron inferiores, correlacionó en forma positiva pues alcanzó un nivel medio con una moda de 3 en relación a las otras variables cuya moda fue de 4. En nuestra muestra la motivación intrínseca correlacionó positiva y significativamente con todas las variables de nuestro estudio.

3.2. Análisis e interpretación de los datos

Obtenidos los resultados de las variables simples y las cinco variables complejas, las analizaremos e interpretaremos, señalando aquellas de mayor importancia en relación con el marco teórico y antecedentes de nuestro trabajo de investigación.

Análisis de las variables simples

La variable calificación demostró una media de 8,54 y una moda de 9 en la muestra total, lo que confirma un interés significativo en la asignatura educación física y que les gusta realizar actividad física en el colegio.

Corroboramos que los datos estadísticos descriptivos de la media general de las variables: gusto, frecuencia semanal con que realiza ejercicio extenuante en su tiempo libre durante más de 15 minutos, el sexo femenino, presentó una valoración inferior en relación al género masculino. La moda nos indica que los estudiantes de educación física presentan un nivel medio, bajo en dicha variable. Por este resultado, sacamos la conclusión que son pocos los estudiantes que realizan actividad física extenuante o ejercicio que demande tiempo y esfuerzo. El sexo femenino presentó un promedio más alto de interés que el género opuesto, solamente en sexto año, en los años restantes los varones demarcaron mayor interés.

La moda de 5 y la media de 4.16 resultante por el gusto por la educación física fue de un valor muy alto, pone en evidencia una importante aprobación por el gusto de la misma. El promedio con calificación superior a la nota 8 y el gusto por la educación física, donde no existió bajas calificaciones, lo cual demuestra la existencia de interés y gusto alto por la actividad física

Se observó, en el cruce con la variable gusto por la educación física, que los estudiantes seleccionaron un muy alto gusto por la misma y nunca o raramente participan de una actividad regular en la que lleguen a sudar durante su tiempo libre. En la variable en una semana. frecuencia semanal con que realiza ejercicio suave en su tiempo libre durante más de 15 minutos, las mujeres de tercer año marcaron una mayor diferencia con respecto al otro género, demarcando que realizaban más ejercicio suave que los varones y los varones casi con el mismo puntaje pero en sexto año. En la variable: frecuencia semanal con que realiza ejercicio moderado en su tiempo libre durante más de 15 minutos, se marca una igualdad en donde 3 años las mujeres y 3 años los varones tienen mayor puntaje llegando a una paridad en ejercicio moderado..

En la variable los/as alumnos/as realizan actividad física regular en la cual lleguen a sudar, los resultados fueron bajos, el mayor promedio se dio en segundo y cuarto año en varones, marcando un empate con las mujeres en quinto año con respecto a los varones. Como docente tengo la necesidad principal, de estudiar estos análisis y ver el modo en el que los/as alumnos/as adquieren, representan y utilizan el conocimiento, para comprender lo que les queremos enseñar para el desempeño en el transcurso de sus vidas, una actividad física saludable.

Análisis de relación entre variables simples

- Calificación obtenida en el curso anterior con el nivel por el gusto por la educación física, y con las cuotas (curso, sexo, edad).

La relación entre estas dos variables es notoria, por las altas puntuaciones de los/as alumnos en ellas. La media obtenida en calificación de todo el sexo masculino fue de 8,47 y de 8,61 para las mujeres coincidiendo la puntuación de la moda en 8, y en una edad promedio de 16 años en toda la muestra. La media obtenida en gusto por la educación física fue de 4,12, con una puntuación de 4.31 correspondiente al género masculino de mayor magnitud al femenino, siendo ésta última de 3,93. Las resultantes del promedio entre ambos sexos no presentan diferencias sustanciales. La moda resultante por el gusto por la educación física fue de un valor significativo de 5 lo cual pone de manifiesto una importante aceptación por el gusto de la misma.

Esta relación entre calificación y gusto, nos demuestra la existencia de interés y gusto alto por la actividad física.

Análisis de las variables complejas.

La relación entre la intención de práctica físico – deportiva futura con orientación hacia el ego y orientación hacia la tarea señalaron un índice sumatorio las dos, con una moda de 4 y una mínima diferencia a favor orientación hacia la tarea de 0,57 en la media, con lo que demostró que tienen preferencia por metas basadas en la mejora personal y en el dominio de la tarea. En relación a las metas de ego, quizá falte confianza parte de los

jóvenes en su capacidad o competencia debido a que pretenden obtener el reconocimiento público de los demás, de los superiores. Al no lograr el éxito o mejora, las emociones suelen ser negativas. Esto sería un factor que influiría en la continuación con la actividad física deportiva futura.

Las perspectivas de la meta; la orientación de meta a la tarea y la orientación de meta al ego, ocuparon un lugar trascendental en el marco teórico y en nuestra investigación. Analizamos lo que el estudiante espera conseguir al realizar la tarea, cuál es su valor y en qué medida lo afecta el éxito o el fracaso en la clase.

En esta teoría cognitiva de las metas, las personas enfrentan situaciones de logro personal, con metas a sentirse competentes, a tener éxito y evitar la incompetencia y el fracaso (Nicholls, J. 1989). En relación a nuestro estudio y a lo que sostiene el estudiante, la orientación hacia la tarea, implicó una preocupación por el desarrollo personal. El educando, está motivado, sin necesidad de recompensas externas. Esta orientación está asociada a patrones motivacionales adaptativos, los mismos son; el esfuerzo, el éxito, y la habilidad como nuevo reto personal.

Esto refleja interés por parte de los estudiantes por el éxito como por el dominio sobre la tarea, progreso personal, reflejando un patrón de motivación intrínseca hacia la misma. Estos datos nos revelan un alto porcentaje y mayor puntuación de los/as adolescentes hacia el nivel de orientación hacia la tarea con adherencia a la práctica de la educación física.

En la tabla 7 pudimos apreciar las medias más altas, manifestando los estudiantes, interés en su bienestar personal sacando cada estudiante lo mejor de sí mismo/a.

La orientación de meta del ego, implica en el individuo, el uso de información normativa para así lograr el éxito y ver lo capaz o hábil que resulta en la actividad concreta a realizar. Su éxito depende de la relación con los demás, toma a los otros/as como referencia para ser mejor que ellos/as. Lo demuestra

ganando o destacándose sobre el resto por una excelente ejecución de la actividad planteada, en base a patrones normativos. Estos individuos, están extrínsecamente motivados porque conciben el aprendizaje como un medio para lograr el reconocimiento público de superioridad. En estos casos el progreso de una tarea, no es suficiente para producir ese sentimiento de competencia, son sensaciones negativas, como la vergüenza, el fracaso, la ansiedad.

Los resultados que arrojaron los índices sumatorio en el nivel de orientación hacia el ego son más equitativos y parejos en comparación al nivel de orientación motivacional hacia la tarea.

La media más baja obtenida en la variable nivel de orientación hacia el ego, en los 132 estudiantes seleccionados de la muestra, corresponde al ego tres, 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.

Se obtuvieron valoraciones más altas en orientación hacia la tarea (aprendizaje cooperativo, esfuerzo/mejora) que hacia la orientación motivacional del ego (cuando sus pares fracasan, reconocimiento desigual, rivalidad entre compañeros/as) Este resultado nos demostró una implicancia significativa y positiva de la motivación hacia la tarea.

Tras valorar los resultados analizados, observamos que existe una correlación entre las dos orientaciones de las metas. Teniendo coherencia con nuestro análisis y conclusiones. Aquel estudiante que obtenga una elevada orientación a la tarea percibirá de mejor manera las metas de la motivación hacia la tarea y lo mismo hacia el constructo ego. Los compañeros, es decir la relación con los demás tienen gran importancia e incidencia en la orientación motivacional.

Flores, J. (2008) destaca que la orientación hacia una tarea, está asociada con patrones motivacionales, afectivos y comportamentales más positivos que una orientación hacia el ego. De esta manera los individuos orientados hacia la tarea tienden a poner más esfuerzo en los deportes, demostrando mayor

persistencia, mayor divertimento y expresando mayor satisfacción cuando practican estas actividades. En contra partida los individuos orientados al ego demuestran menos patrones deportivos motivacionales caracterizados por demostrar menor esfuerzo en practicar deportes, menor divertimento, y abandonando la actividad cuando ellos encuentran pequeñas dificultades o se ven a sí mismos como poco habilidosos. Estas orientaciones de meta tienden a establecerse en la personalidad del individuo. Nicholls, J. (1984 y 1989) sostuvo que el modo en que los sujetos construyen su concepto de lo que es capacidad, varía en función del desarrollo y diferencias individuales que están influidas por aspectos disposicionales y de situación. De esta manera, los postulados donde se asientan las predicciones cognitivas, afectivas, motivacional intrínseca y conductuales se hallan en la forma en que los sujetos interpretan la competencia o habilidad percibida, es decir, desde una orientación a la tarea y al ego, y en el nivel de esa competencia. Desde estas ópticas los/las alumnos/as denotan una media de 3.71 en motivación intrínseca, una media de 8,94 en calificación y una media de 3,76 en intención de práctica futura, generando en ellos la intención de práctica físico deportiva futura. Por las estadísticas observadas, la calificación resulta ser un factor predictivo motivacional para los estudiantes de educación física.

Grandes estudiosos del tema motivación como los estudiados, sustentan que los/as profesores/as que promueven un clima motivacional orientado a la tarea, aumentan las expectativas positivas del alumnado, incrementando su esfuerzo, interés, autoestima y favoreciendo la motivación intrínseca, ya que se reflejan algunos factores motivacionales en los resultados arrojados en el estudio.

El nivel del estado disposicional de flow reflejó índices y promedios similares con la variable orientación hacia la tarea. Se observa preocupación por el desarrollo personal, por el éxito, por mejorar.

Según Moreno, J. (2006), los/as alumnos/as a la hora de analizar las motivaciones que los guían en sus vidas diarias, se encuentran con las dos: motivaciones intrínsecas y motivaciones extrínsecas. En la vida práctica es difícil discernir con claridad si sólo nos encontramos ante una motivación

intrínseca o extrínseca, ya que habitualmente se ven entremezcladas; pueden sentir un claro interés personal intrínseco y a la vez su conducta se puede ver reforzada por valores extrínsecos, de esta manera sencilla se entiende como la conducta que se lleva a cabo de manera frecuente y sin ningún tipo de contingencia externa. El propio incentivo es la realización de la conducta en sí misma, los motivos que conducen a la activación de este patrón conductual son inherentes a nuestra persona, esto señaló una conjunción en los/as alumnos/as sobre su motivación intrínseca y el nivel del estado disposicional de flow.

Pudimos destacar que dentro de la variable flow, la dimensión de experiencia autotélica, presentó la media más alta manifestada. Esto nos indica que al estudiante, le divierte la clase de educación física sintiendo placer y satisfacción, apreciándola como una experiencia valiosa y reconfortante siendo en las mujeres, menor la media obtenida que en los hombres.

La automatización; la unión entre la acción y el pensamiento, arrojó como resultado la media más baja del flow, en el total de nuestra muestra. Esto se vio reflejado en la subdimensión 2, en el nivel de acuerdo manifestado cuando el estudiante siente que es lo suficientemente bueno para hacer frente a las demandas de la situación. Este es un punto débil en el cual deberíamos trabajar para revertir ésta situación.

En los resultados visualizados en nuestra muestra, encontramos que el gusto por la educación física está íntimamente relacionada con el flow, por conectarse con gusto, placer por la tarea que realiza y por generar sentimiento de satisfacción. Si no fuera de ese modo, el alumno/a no podría alcanzar la concentración total o máximo rendimiento. Es importante motivar intrínsecamente a los/as estudiantes para que sean físicamente activos generando un estado de compromiso con la actividad que ejecutará y así alcanzar el estado disposicional de flow.

En el material de Moreno Murcia, J. (2005), la teoría de la autodeterminación según Deci, E., y Ryan, R. (1985) establece uno de los modelos explicativos de la motivación del ser humano que ha sido aplicado a diversos ámbitos, cómo también en la actividad físico-deportiva. Esta teoría trata de explicar

determinando en qué forma independiente o autónoma las personas se involucran o no libremente en la realización de sus actividades, teniendo en cuenta varios mecanismos psicológicos reguladores de la conducta, y buscando dentro de lo posible una mayor orientación hacia la motivación autodeterminada. Los estudios demuestran que esta motivación autodeterminada está muy relacionada con la motivación intrínseca, mientras que la motivación extrínseca y sus artilugios controladores favorecen conductas no autodeterminadas e incluso cuando hay un faltante de motivación. Las participaciones prácticas en el entorno de la práctica físico-deportivo recomiendan la utilidad de realizar tácticas para desarrollar la motivación intrínseca y sus formas de ordenamiento. Podemos consensuar algunos consejos con nuestra investigación, en el contexto escolar, no en contexto competitivo y mejorar nuestras prácticas docentes, enfocándonos en lograr el estado de flow del estudiante, para que logren una sensación de gran libertad, gozo, compromiso, habilidad y felicidad.

Nicholls, J. (1984) expresa que al margen de la situación o contexto en la que se encuentra el alumno, existen diferencias individuales en la preferencia por un tipo de concepto de habilidad, capacidad, cualidad o competencia, consideradas como disposiciones individuales, siendo definidas en términos de orientaciones motivacionales. Al respecto, cada alumno/a tiene su forma personal de pensar, sus estados afectivos y sus comportamientos en contextos de logro son considerados expresiones racionales de sus metas de logro y/o objetivos a alcanzar. Como decíamos anteriormente, el significado de habilidad puede variar de una persona a otra, y esta es la principal diferencia de la teoría de las metas de logro respecto al resto de teorías motivacionales. Existen dos conceptos de habilidad a partir de las cuales se desarrollan otras perspectivas de meta fundamentales que son perseguidas por los sujetos en los contextos de ejecución. Al respecto, diferentes estudios defienden que las metas de logro de los alumnos/as pueden reflejar una representación del desarrollo de la habilidad entendida como estable o modificable, general o específica, así como de sus determinantes entendidos como innatos o productos del aprendizaje.

Cada alumno/a desarrolla su tipo de habilidad en su acervo motor, tenemos que ver cuál es la de cada uno/a y profundizar en ella con ellos/as, cuando descubra su o sus habilidades va a trabajar en ella/s, esperando su inserción futura en la actividad física para el transcurso de la vida, usándola en cualquier disciplina física, teniendo en cuenta que la muestra nos marca un gusto alto en realizar actividad física.

Cuando los/as alumnos/as tengan una alta motivación intrínseca, una alta intención de continuar con la práctica físico deportiva, esto genera mayor autodeterminación ya que disfrutan y están más capacitados en el desarrollo de la actividad a desarrollar. En numerosos estudios de investigación, un gran predictor de la continuidad en la práctica deportiva, ha sido la motivación intrínseca (Cervelló, E., y Moreno, J. 2007).

En nuestra muestra se vio reflejado lo conceptual expuesto por los autores estudiados, en relación a los resultados estadísticos obtenidos. El factor preponderante, tal como lo expusimos en el marco teórico, es el autoconcepto. La competencia es vista como el mayor predictor de la intencionalidad de ser físicamente activo.

En el material de Moreno Murcia, J. (2005), la teoría de la autodeterminación según Deci, E., y Ryan, R. (1985) establece uno de los modelos explicativos de la motivación del ser humano que ha sido aplicado a diversos ámbitos, cómo también en la actividad físico deportiva.

Analizando los resultados de nuestra muestra, el interés por el desarrollo de la forma física parece ser un factor preponderante tanto en resultado general, como en la variable sexo, femenino y masculino. Según Moreno, J., y Cervelló, E. (2005), el autoconcepto físico puede ser uno de los factores predictores de la intención de ser físicamente activo, los presentes autores hipotetizan que el autoconcepto físico tendrá un efecto directo en la intención de seguir practicando la actividad físico-deportiva

Los resultados revelan una relación entre el autoconcepto físico y la intención del alumnado de seguir siendo activo físicamente tras la etapa educativa, suponiendo esta investigación una primera aproximación al análisis de la intencionalidad de ser físicamente activo y del autoconcepto físico de forma conjunta. Concretamente, se observó una correlación de los factores del autoconcepto físico y la intencionalidad de ser físicamente activo y el gusto a la actividad física. De todos los factores del autoconcepto físico, la competencia percibida es el principal predictor de la intencionalidad de ser físicamente activo, seguido de la percepción de fuerza, condición física, autoestima y apariencia física.

Al igual que nuestros resultados, Moreno J., y Cervelló, E. (2007), en la investigación del autoconcepto físico como predictor de la intencionalidad de ser físicamente activos, aparece como factor preponderante la apariencia física y se relaciona como factor del autoconcepto físico.

La definición de ejercicio físico extenuante o vigoroso es en gran medida una cuestión de percepción, ya que depende de lo intensa que te resulte una actividad en particular a cada alumno/a, por lo cual demarca en ellos un gran interés por la práctica física deportiva o practicar deporte en su tiempo libre fueron factores o intereses sobresalientes, no demostrando mayor incidencia en formar parte de un club o entrenar. Esto nos deja claro cuáles son sus necesidades e intereses prioritarios en los/as estudiantes de educación física de nivel medio. Queda demostrada que la población seleccionada para la muestra está motivada intrínsecamente por los resultados arrojados en relación a la motivación intrínseca, hacia la orientación a la tarea y al ego, con la intención de práctica físico deportiva futura.

Es fundamental inculcar en los/as estudiantes esta práctica como un hábito saludable e integral para la vida, ya que previene enfermedades, fortalece el sistema ósteomuscular y mejora la calidad de vida, realizar actividad física de manera regular puede ser más benéfico de lo que creemos ya que no solo será una manera de quemar calorías y perder peso sino una forma de beneficiar a

nuestro cuerpo en muchos sentidos, contribuyendo a la buena salud física y mental.

Las variables utilizadas en la matriz de datos nos manifestaron información relevante, conocimientos nuevos y datos estadísticos de nuestra población, respecto a la motivación de nuestros alumnos/as.

Análisis de la relación de variables complejas con simples

- Calificación obtenida en el curso anterior con el nivel de intención de práctica futura de actividad física y deportiva de toda la muestra, por sexo y curso.

La calificación elevada de los alumnos/as y el alto puntaje en intención de práctica futura de actividad física y deportiva, refleja la consideración que actualmente tiene la actividad física como un bien social, que ha de encontrarse accesible al mayor número de alumnos/as ya que supone una opción notable de mejora de la propia calidad de vida y del desarrollo personal, se encuentra asumido dentro de nuestra cultura que la actividad físico deportiva debe hallarse integrada en los hábitos de vida configurando estilos de vida activos y saludables.

- Nivel de motivación intrínseca con calificación obtenida en el curso anterior de educación física.

Estas dos variables se ven relacionadas por las puntuaciones elevadas y se refieren a que los/as estudiantes, realizan las acciones y/o llevan a cabo las clases de educación física, por la mera satisfacción de realizarlas, sin necesidad de ningún incentivo externo, por la sensación de placer y la auto superación personal.

3.3 Conclusiones y sugerencias.

La conclusión se organizó en base a la exposición de los resultados de acuerdo a los objetivos para darle respuesta al problema planteado. Los resultados obtenidos de las variables, aportan información fehaciente en relación con los objetivos del trabajo.

Los dos objetivos generales buscaron describir: el primero la relación existente entre la intención futura de práctica de actividades físico deportivas con la orientación motivacional, el flow y la motivación intrínseca, de los estudiantes de nivel secundario y el segundo describir los perfiles motivacionales que manifiestan los estudiantes de educación física de nivel secundario.

El primero reveló que en la intención de práctica futura, dio el puntaje más alto de todas las variables de 3,76, dentro de las dimensiones, el interés por el desarrollo de la forma física y la intención de mantenerse físicamente, nos dio a conocer una paridad alta en la media de 3,87 y 3,86, reflejando una moda de 3.

Lo cual se acentúa un poco más en los varones que en las mujeres. La motivación intrínseca, en la dimensión nivel de acuerdo manifestado respecto a disfrutar de la clase al aprender nuevas habilidades dio una media de 3,78 y una moda de 3. El flow destacó también resultados altos, tuvo una moda de 3 y una media de 3,56. En los resultados visualizados en nuestra muestra encontramos que el gusto por la educación física está íntimamente relacionado con el flow, por conectarse con gusto, placer por la tarea que realiza y por generar sentimiento de satisfacción. Si no fuera de ese modo, el alumno/a no podría alcanzar la concentración total o el máximo rendimiento. Es muy importante motivar intrínsecamente a los/as estudiantes para que sean físicamente activos generando un estado de compromiso con la actividad que ejecutará y así alcanzar el estado disposicional de flow. Como se indicó anteriormente, las orientaciones motivacionales (ego y tarea) predicen los perfiles en cada estudiante, partiendo de la idea de que ambas metas, a la tarea y al ego, están presentes y que los/as alumnos/as pueden perseguir ambas en diferente medida. Se asume que son, desde el punto de vista estadístico, oblicuas, es decir, que la orientación de meta a la tarea y al ego se relacionan, quedando demostrado por la poca diferencia entre ellas.

Respecto al segundo objetivo general, podemos decir que los/as alumnos/as muestran tener un vínculo en ambos perfiles motivacionales (tarea y ego), expresado en las diferentes actividades practicadas. La consideración de este hecho daría lugar a distintas combinaciones de las dos orientaciones y sus intensidades, que interactúan entre sí. Como se puede ver en nuestro estudio, una combinación de tarea y de ego, en la intención futura de realizar actividad física futura y como en satisfacción personal en realizar la actividad pedida.

Objetivos Específicos

<OE1-Identificar el nivel de flow que aparecen en los estudiantes de Educación Física de nivel secundario.

El estado de flow dio un resultado alto con un puntaje en la moda de 3 y en la media de 3,56, demostrada en la subdimensión 1: en automatización, distorsión del tiempo y experiencia autotelica. Esta experiencia autotélica sentida por los/as estudiantes, es aquella en la que la recompensa obtenida, llegar a automatizar lo aprendido y olvidarse del tiempo transcurrido, se deriva del mismo acto de realizar la actividad. Es decir, la atención de quien la experimenta se centra en la actividad en sí misma y no en sus posibles consecuencias, generando una situación de energía, donde se trabaja para reforzar la personalidad en lugar de perderse en unas metas extrínsecas y el resultado inmediato es una sensación de disfrute y realización.

Los alumnos/as tienen estos dos componentes importantes para que se produzca el flow, es la habilidad para desafiar el desarrollar de la tarea aunque no sea facil y la dificultad de realizar la tarea de la mejor manera posible, ya que ambas estan a la par en los/as estudiantes para que se genere esta sensación. En la variable flow encontraron la asignatura como una experiencia muy valiosa y reconfortante, apoyándose en la sensación de placer y generando un cuidado de su cuerpo hoy y proyectándose para realizar una actividad en el futuro.

<OE2-Identificar el nivel de las orientaciones motivacionales (ego y tarea) de los estudiantes de Educación Física de nivel secundario.

El análisis de las orientaciones motivacionales (ego y tarea) han establecido una clara relación o fusión significativa, la comparación de resultados evidencia un pequeño puntaje mayor en la tarea (media de orientación tarea 3,72 y media de orientación ego 3,15), reflejando que los/as alumnos/as se inclinaban levemente a la tarea que al ego, estando más motivados por razones internas que por razones externas, reflejando la tarea una moda de 3 y el ego una moda de 2.

Las dos perspectivas de orientaciones motivacionales (ego y tarea) se han mostrado desde una perspectiva estadística (Nicholls, J., 1989) por lo que cada individuo presenta las dos orientaciones, pudiendo variar en la intensidad del patrón motivacional ego y tarea simultáneamente.

En cualquier alumno/a podemos encontrar ambas orientaciones, expresado en las diferentes actividades. Gran parte de las investigaciones analizadas, concluyen que el predominio de una orientación de ego, puede ser perjudicial por distintos motivos, entre los que destacan la predisposición al abandono en la iniciación deportiva, o evitar retos difíciles por miedo al fracaso, señalando como conveniente, potenciar la orientación a la tarea.

Creo que de manera muy clara, de nuestro estudio se desprende el hecho de que no solo la orientación hacia la tarea (media de 3,72), sino también la orientación hacia el ego (media de 3,15), tienen una contribución positiva en realiza actividad física deportiva futura.

Quedando de manifiesto que las orientaciones motivacionales (ego y tarea) de los/as alumnos/as tienen una condancia por tener un puntaje alto y similar en las dimensiones 8 de ambos. En tarea, en la dimensión: 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, se representó con un puntaje en la media general de 4, marcando un leve puntaje más alto en las mujeres y en el ego, en la dimensión: nivel de acuerdo a la sensación de éxito en las clases de

educación física, con respecto a tener más habilidad que los demás, registró una media general de 4, también marcando un leve aumento en las mujeres con respecto a los varones.

Hay dos factores importantes para que se de esta motivación: el primero es la autodeterminación, que se refiere a que perciban que están realizando una actividad porque ellos lo han decidido y no porque se lo hayan impuesto; y el segundo factor es el que se sientan competentes, es decir, tener la sensación de que están poniendo en práctica de manera óptima sus habilidades.

Esta profunda relación entre ambos procesos motivacionales, da un rendimiento y un resultado, con el objetivo de que los/as alumnos/as pudieran elevar el nivel de buscar un balance entre la orientación a la tarea y al ego, dando una intención alta de realizar actividad física futura y más aún que en la dimensión 8 (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) dio una media de 4.

<OE3-Describir el nivel de la intención futura de la práctica de actividades físico deportivo a los estudiantes de Educación Física de nivel secundario.

La variable intención futura de realizar actividad física, registró una moda de 3 y dio una media de 3,76 y en las dimensiones: se describe un Interés por la práctica físico- deportiva alto (media total de 3,78; media mujeres de 3,57 y media de varones de 4) y aún más alto en la dimensión de Interés por el desarrollo de la forma física, llegando a una media general de 3,87, en mujeres de 3,75 y en los varones de 4. En la dimensión Intención de formar parte de un club o entrenar, dio una media total de 3,53; una media en mujeres de 3,33 y en varones una media de 3,72, dándonos a conocer que es la dimensión con poca intención de seguir la actividad física en un club. Analizando el interés que dicen tener los/as alumnos/as hacia esta variable, es importante generar esta intención de continuar con la actividad física por los beneficios positivos que otorga sobre la salud psico-física del ser humano, y seguir con la difusión de hábitos de práctica física durante la adolescencia y toda la vida.

<OE4-Describir el nivel de motivación intrínseca en los estudiantes de educación física de nivel secundario.

La motivación intrínseca en sus cuatro dimensiones arrojaron resultados muy similares, casi no hay diferencias apreciadas en lo referente a los sexos, el sexo masculino con una media de 3,67, sobre la media de 3,65 para el sexo femenino. Presenta una moda de 3 y una media de 3,71, esto quiere decir que los/as alumnos/as tienen una motivación Intrínseca alta, referida a realizar la actividad física dada por el/la profesor/a con entusiasmo, ya que tienen una inclinación innata de comprometer los intereses propios y ejercitar las capacidades personales para buscar y dominar las actividades planteadas, desempeñando la actividad física para su propio placer y disfrute, tomando conciencia del beneficio que les genera a su calidad de vida. A mayor motivación intrínseca mayor será la predisposición a continuar con la práctica física deportiva.

<OE5-Establecer la relación entre la motivación intrínseca e intención de práctica de actividades física deportiva futura de los estudiantes de Educación Física de nivel secundario.

En el nivel de la motivación intrínseca, con una media de 3,71 y su relación con la intención futura de la práctica físico deportiva, con una media de 3,76, se observó, que los/as estudiantes, en ambas variables presentaron resultados con valores muy altos. Los resultados obtenidos presentaron alta puntuación media en la motivación intrínseca, lo cual deducimos, que realizan una actividad por el simple placer de ejecutarla, por cuenta propia o sea, por simple placer. Tomando como objetivo la realización de la actividad física planteada, sabiendo que tienen la presión de competencia y autorrealización de la actividad, realizandola por la motivación del placer y el disfrute si es exitosa.

Los/as estudiantes (media mujeres 3,65 y media varones 3,67) arrojaron valores medios similares, por encima del valor 3,60, lo cual analizamos que a mayor motivación intrínseca mayor será la predisposición a continuar con la actividad de práctica físico deportiva, con todo lo que saben que les implica el cuidado del cuerpo para el futuro.

<OE6-Establecer la relación entre la orientación motivacional ego y la intención de práctica de actividades física deportiva futura de los estudiantes de Educación Física de nivel secundario.

El nivel de orientación motivacional hacia el ego (media 3,15) y su relación con la intención futura de la práctica física deportiva (media de 3,76), se observa una relación significativa entre ambas variables. En las dimensiones 6 (nivel de acuerdo a la sensación de éxito en las clases de educación física, con respecto a obtener la puntuación más alta) y 8 (nivel de acuerdo a la sensación de éxito en las clases de educación física, con respecto a tener más habilidad que los demás) en la variable orientación motivacional hacia el ego, los/as estudiantes demostraron gran interés por las puntuaciones altas en sus respuestas en dichas dimensiones. Demostrando este nivel de ego, no podrían sentir emociones negativas como desmotivación, vergüenza, fracaso, falta de confianza en si mismo y en su capacidad (comparandose con sus compañeros/as). Al plantearse de esta manera, sería un factor positivo, ya que influiría en el desarrollo psico físico de los alumnos y en la realización de una actividad físico deportiva futura.

<OE7- Establecer la relación entre la orientación motivacional tarea y la intención de práctica de actividades física deportiva futura de los estudiantes de Educación Física de nivel secundario.

El nivel orientación motivacional hacia la tarea y su relación con la intención futura de la práctica físico deportiva, arrojaron resultados de la media elevados en el nivel de orientación motivacional hacia la tarea (3,72) y en la intención futura de práctica físico deportiva (3,76). Observamos de los resultados obtenidos que los/as alumnos/as esperan de las clases de educación física, sensación de bienestar personal, sacando lo mejor de cada uno (dimensión 8), manifestando capacidad y esfuerzo en la práctica de nuevas habilidades (dimensión 4), tanto en el sexo femenino como en el masculino. Estas intenciones generan y asocian a un interés por la práctica física deportiva futura.

<OE8-Establecer la relación entre el estado de flow con la intención de práctica de actividades física deportivas futuras de los estudiantes de Educación Física de nivel secundario.

El estado de flow (media de 3,56) y su relación con el nivel de la intención futura de la práctica físico deportiva (media de 3,76) reflejaron una media con resultados muy parejos, con una moda de 4. Existe una relación positiva entre ambas variables. Si los/as alumnos/as logran el estado disposicional de flow percibirán de mejor manera la intención de continuar con la práctica físico deportiva.

El estado de flow (media de 3,56), reflejo casi una misma puntuación entre sus cuatro variables (3,71; 3,78; 3,62; 3,71), supone que los/as alumnos/as realizan una actividad físico dada por el/la profesor/a a cargo, por el placer y el disfrute que le produce, y por lo tanto, la actividad es un fin en sí misma, optimiza la experiencia, implicando una total absorción en la tarea que se está realizando, generando un estado de concentración y placer que facilita o intenta la aparición del rendimiento óptimo (Csikszentmihalyi, M., 1990).

Dando una media en flow: las mujeres de 3,35 y los varones de 3,46, el puntaje más bajo fue registrado por las mujeres con una media de 2,95 en la variable equilibrio en subdimensión 2 y el más alto de ellas en la dimensión pérdida, subdimensión 1 con un puntaje de 3,68. El puntaje más alto de los varones fue en la variable experiencia autotelica, subdimensión 1 con un puntaje 3,92 y se registraron dos valores más bajos en las variables automatización (subdimensión 1) y experiencia autotélica (subdimensión 3) con un puntaje de 3,09.

En el contexto escolar podríamos decir que con un elevado nivel del estado disposicional de flow, los/as alumnos/as al estar más concentrados, tendrán mayor control en la actividad. También presentaron interés por su apariencia y condición física, por lo tanto estos/as estudiantes se mantendrían físicamente activos en el futuro.

Como conclusión general, se observa que los/as alumnos/as de la institución donde se realizó el muestreo, presentan una alta motivación intrínseca y flow, en las clases de educación física, con orientación hacia la tarea y al ego, marcando una leve inclinación, por la poca diferencia, hacia la tarea. Esto significa una intención de ser físicamente activo en el futuro, excepto en la práctica deportiva a nivel club o alto rendimiento, donde denotaron menor interés. Se deduce una continuidad de la actividad física-deportiva futura de los/as estudiantes de educación física, de la escuela media de la ciudad de Punta Alta.

Para quienes deseen considerar y continuar investigando en cualquier otra escuela pública, en relación a la motivación en estudiantes de educación física de nivel medio y su intención futura de practicar actividad física-deportiva.

En otros establecimientos educativos surgirán nuevos cuestionamientos, dadas las características inherentes al mismo, que no se han indagado en nuestra investigación, por lo que se genera una nueva área de vacancia: ¿Cuál es la relación existente entre la intención futura de práctica de actividades físico-deportivas con las variables: orientación motivacional, flow y motivación intrínseca, de los/as estudiantes de nivel medio que asisten a una escuela pública de la Ciudad de Punta Alta, Provincia de Buenos Aires?

Resulta necesario conocer el tipo de motivación que orienta la actuación del alumno/a en la clase de educación física, si queremos garantizar la calidad de las mismas. Son muchas las incógnitas pendientes que pueden surgir a partir de este nuevo interrogante quedando abierta a otra futura investigación.

3.4 Discusión.

Se encontraron dificultades en el desarrollo de la investigación, se subsanaron estas dificultades y se reflexionó para futuros estudios sobre el tema desarrollado en nuestro trabajo.

En relación a los objetivos de nuestro trabajo, los fuimos modificando al ir avanzando con la realización del mismo con el fin de ser coherentes en lo teórico.

Al realizar el pilotaje de nuestro estudio surgieron algunos inconvenientes:

- Los estudiantes de educación física, es decir, nuestra unidad de análisis, no interpretaron con claridad el vocabulario utilizado en el instrumento de nuestra muestra, para subsanar este inconveniente se redactó un instructivo (anexo 1).
- Otra dificultad presentada en el muestreo final, fue que se llevó a cabo en cinco días, porque los horarios de actividad física de algunos cursos interrogados, eran simultáneos, para poder realizar el cuestionario se distribuyeron los cursos en esos cinco días y se realizó de forma correcta.

Recomiendo utilizar otras herramientas de análisis que observen otros comportamientos de las variables. Es aconsejable para futuros estudios continuar la ruta investigativa que permita la relación de otras variables psicológicas motivacionales en poblaciones con claras diferencias sociales, con la intención de establecer si estos resultados son universal, habitual, o no.

4 Anexos.

Anexo 1. Instructivo para la comprensión de palabras y frases utilizadas en el instrumento utilizado.

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.

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

¿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 haces tareas en tu casa.

¿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.

¿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).

Anexo 2

Modelo de Cuestionario Q 1 - A – Motivación en educación física.

Nota. La escala de respuestas se realizó a través de la escala Likert del 1 (totalmente en desacuerdo) a 5 (totalmente de acuerdo)

MOTIVACIÓN EN EDUCACIÓN FÍSICA (Q1-A)			Marcar con una X en el recuadro																		
			BIEN								MAL										
			☒								☒										
			☒								☒										
Género	Hombre <input type="checkbox"/>	Mujer <input type="checkbox"/>	Edad	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19								
Colegio	Público <input type="checkbox"/>	Privado <input type="checkbox"/>	Año	1°	2°	3°	4°	5°	6°												
¿Cursas el bachillerato con orientación en educación física?				Si <input type="checkbox"/> No <input type="checkbox"/>																	
Calificación Educación Física curso anterior				1	2	3	4	5	6	7	8	9	10								
¿Cuánto te gusta la Educación Física?				1	2	3	4	5													
<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 hacés los siguientes ejercicios durante más de 15 minutos en tu tiempo libre? (Escribí el número que consideres en cada apartado)</p> <p>Ejercicio extenuante (el corazón late rápidamente). Por ejemplo jugar al fútbol, al squash, al básquet, hacer natación fuerte, ciclismo fuerte de larga distancia.</p> <p>Ejercicio moderado (no agotador). Por ejemplo caminar rápido, ciclismo lento, voleibol, natación fácil, baile popular y folclórico.</p> <p>Ejercicio suave (esfuerzo mínimo). Por ejemplo yoga, tiro con arco, pesca, bolos, golf, caminar fácil.</p> <p>En una semana, durante tu tiempo libre, ¿con qué frecuencia participás en una actividad regular en la que llegues a sudar (que tu corazón late rápidamente)? (Señalá una de las tres opciones)</p> <p>Nunca/raramente <input type="checkbox"/> A veces <input type="checkbox"/> A menudo <input type="checkbox"/></p> <p>Por favor, indicá el nivel de acuerdo con cada una de las siguientes afirmaciones teniendo en cuenta tu experiencia. La escala de este cuestionario es:</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. Contestá con sinceridad. No hay límite de tiempo. Contestá con tranquilidad. Asegurate de que no dejés ninguna afirmación sin contestar.</p> <p>GRACIAS POR TU COLABORACIÓN</p>																					
<p>Identificación: ID: <input type="text"/> Fecha: <input type="text"/></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 sacar 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 seguro/a de lo que quiero hacer	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sé lo bien que lo estoy haciendo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Puedo mantener mi mente en lo que está sucediendo sin esfuerzo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Siento que puedo controlar lo que estoy haciendo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Me da igual cómo los/as otros/as puedan estar evaluándome	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
El paso del tiempo parece ser diferente al normal	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Me gusta lo que experimento con mi ejecución y me gustaría sentirlo de nuevo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Siento que soy lo suficientemente bueno/a para hacer frente a las demandas de la situación	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ejecuto automáticamente	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sé lo que quiero conseguir	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Tengo buenos pensamientos de lo que estoy haciendo mientras lo estoy realizando	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Tengo una total concentración	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Tengo un sentimiento de control total	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Me da igual la imagen que doy a los/as demás	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Siento cómo el tiempo pasa rápidamente	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
La experiencia me deja buena impresión (satisfecho/a)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

	1	2	3	4	5
Las dificultades y mis habilidades para superarlas están a un mismo nivel	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hago las cosas espontánea y automáticamente	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mis metas están claramente definidas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Puedo confirmar que en clase lo estoy haciendo muy bien	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Estoy totalmente concentrado/a en lo que estoy haciendo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Siento un control total de mi cuerpo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Me da igual lo que otros/as puedan estar pensando de mí	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Pierdo la noción normal del tiempo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Encuentro la experiencia muy valiosa y reconfortante	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Participo en esta clase de Educación Física...

	1	2	3	4	5
Porque la Educación Física es divertida	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Porque disfruto aprendiendo nuevas habilidades	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Porque la Educación Física es estimulante	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Por la satisfacción que siento mientras aprendo nuevas habilidades técnicas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Respecto a tu intención de practicar alguna actividad físico-deportiva...

	1	2	3	4	5
Me interesa el desarrollo de mi forma física	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Al margen de las clases de Educación Física, me gusta practicar deporte	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Después de terminar el colegio quisiera formar parte de un club deportivo de entrenamiento	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Después de terminar el colegio me gustaría mantenerme físicamente activo/a	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Habitualmente practico deporte en mi tiempo libre	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

	1	2	3	4	5
Las dificultades y mis habilidades para superarlas están a un mismo nivel	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hago las cosas espontánea y automáticamente	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mis metas están claramente definidas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Puedo confirmar que en clase lo estoy haciendo muy bien	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Estoy totalmente concentrado/a en lo que estoy haciendo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Siento un control total de mi cuerpo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Me da igual lo que otros/as puedan estar pensando de mí	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Pierdo la noción normal del tiempo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Encuentro la experiencia muy valiosa y reconfortante	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Participo en esta clase de Educación Física...

	1	2	3	4	5
Porque la Educación Física es divertida	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Porque disfruto aprendiendo nuevas habilidades	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Porque la Educación Física es estimulante	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Por la satisfacción que siento mientras aprendo nuevas habilidades técnicas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Respecto a tu intención de practicar alguna actividad físico-deportiva...

	1	2	3	4	5
Me interesa el desarrollo de mi forma física	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Al margen de las clases de Educación Física, me gusta practicar deporte	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Después de terminar el colegio quisiera formar parte de un club deportivo de entrenamiento	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Después de terminar el colegio me gustaría mantenerme físicamente activo/a	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Habitualmente practico deporte en mi tiempo libre	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

	1	2	3	4	5
Las dificultades y mis habilidades para superarlas están a un mismo nivel	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hago las cosas espontánea y automáticamente	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mis metas están claramente definidas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Puedo confirmar que en clase lo estoy haciendo muy bien	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Estoy totalmente concentrado/a en lo que estoy haciendo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Siento un control total de mi cuerpo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Me da igual lo que otros/as puedan estar pensando de mí	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Pierdo la noción normal del tiempo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Encuentro la experiencia muy valiosa y reconfortante	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Participo en esta clase de Educación Física...

	1	2	3	4	5
Porque la Educación Física es divertida	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Porque disfruto aprendiendo nuevas habilidades	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Porque la Educación Física es estimulante	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Por la satisfacción que siento mientras aprendo nuevas habilidades técnicas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Respecto a tu intención de practicar alguna actividad físico-deportiva...

	1	2	3	4	5
Me interesa el desarrollo de mi forma física	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Al margen de las clases de Educación Física, me gusta practicar deporte	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Después de terminar el colegio quisiera formar parte de un club deportivo de entrenamiento	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Después de terminar el colegio me gustaría mantenerme físicamente activo/a	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Habitualmente practico deporte en mi tiempo libre	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Anexo 3: Modelo de carta de presentación ante la Institución en la cual se realizó el muestreo.



Buenos Aires, 10 de junio de 2014

A quien corresponda,

Desde el Departamento de investigación de la Facultad de Actividad y Deporte de la Universidad de Flores, les informamos de la puesta en marcha de un proyecto internacional en el que colaboran nuestra universidad junto a la Universidad Politécnica de Madrid (Madrid, España) y la 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

Firmo en conformidad:

UFLO

UNIVERSIDAD DE FLORES

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

FACULTAD DE ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE

Anexo 4-Manual de procedimiento de administración de cuestionarios

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/as 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/la profesor/a de la asignatura.** Es importante que quien tome el cuestionario no conozcan, o conozcan muy poco, los estudiantes. Esto servirá para que los estudiantes sean más sinceros en sus respuestas.

LA ENTREGA DEL CUESTIONARIO

- El/la administrad@ repartirá los cuestionarios (y los bolígrafos en caso de que l@s estudiantes 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 chicos:

Con el cuestionario que vas a completar pretendemos conocer qué pensás de la clase de Educación Física y del papel que juega la actividad física en tu 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 tenés que escribir tu nombre.

Te pedimos por favor que te concentres en lo que se pregunta y seas lo más sincero posible. Si tenéis alguna duda o no comprendés algo no dudes en preguntar”

· **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 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.

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.
- 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. Así mismo, 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.

Anexo 5 – Manual de procedimiento para completar la planilla excel



FACULTAD DE ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE

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

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

2º 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.

3º 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.

4º 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

Anexo 6 : Planilla Datos Excel.

Género	Edad	Tipo de centro	Curso	Calificación	Gusto	EjercicioExtenuante	EjercicioModerado	EjercicioSuave	ActividadSudar
1	13	0	2	7	3	2	3	4	0
0	14	0	2	8	4	2	4	3	3
1	15	0	3	10	3	0	2	1	1
0	16	0	3	10	5	3	7	0	2
1	15	0	4	9	3	3	5	7	2
1	16	0	5	9	5	5	2	2	2
0	17	0	5	9	4	2	5	7	1
0	12	0	1	8	4	5	2	1	1
1	12	0	1	9	4	3	5	7	1

Variables Simples.

Variables Complejas

Ego1	Tarea1	Ego2	Tarea2	Ego3	Tarea3	Ego4	Tarea4	Ego5	Tarea5
4	5	4	3	4	5	5	4	2	4
3	4	3	3	3	3	2	4	4	4
2	3	2	5	2	1	1	3	2	3
3	4	2	5	2	4	1	5	1	4
1	4	1	5	1	5	1	5	1	5
1	5	1	5	1	5	1	5	2	5
3	5	4	3	4	4	4	5	4	4
4	2	3	1	2	2	2	4	3	2
1	1	1	4	1	4	1	5	1	4

Ego6	Tarea6	Ego7	Tarea7	Ego8	Tarea8	Equilibrio1	Automat1	Objet1	Feedb1
5	5	2	4	4	5	4	2	2	1
3	4	4	4	3	4	3	3	4	4
4	4	1	2	1	4	3	3	2	2
3	4	1	4	2	5	4	4	3	3
1	5	1	5	1	5	2	1	5	1
5	5	2	4	2	5	4	3	4	4
5	4	4	4	4	5	4	4	4	4
3	2	2	3	3	5	3	1	5	2
2	4	1	4	1	5	3	1	2	5

Concent1	Sent.Contr1	Pérdida1	Distors1	Autote1	Equilibrio2	Automat2	Objet2	Feedb2	Concent2
3	3	5	3	5	3	2	2	3	2
4	4	3	3	4	5	3	5	4	3
4	3	3	2	2	2	1	2	3	3
4	3	1	3	4	4	3	4	3	5
3	2	5	2	5	1	1	5	2	1
4	3	4	5	4	5	3	5	4	5
3	4	3	4	4	4	3	4	4	4
3	3	5	4	3	4	4	3	2	1
3	2	5	3	5	3	2	3	4	3

Sent.Contr2	Pérdida2	Distors2	Autotel2	Equilibrio3	Automat3	Objet3	Feedb3	Concent3	Sent.Contr3
4	3	3	2	2	2	4	3	2	2
4	3	4	3	4	3	3	4	4	4
3	3	4	2	2	2	3	5	4	3
4	2	3	4	2	3	4	4	4	5
2	1	1	3	1	1	1	2	3	2
4	4	4	4	4	3	4	5	4	4
5	5	4	4	4	3	4	4	3	3
3	5	2	3	3	1	5	5	5	3
5	5	2	5	3	4	3	3	1	2

Pérdida3	Distors3	Autotel3	Equilibrio4	Automat4	Objet4	Feedb4	Concent4	Sent.Contr4	Pérdida4
5	3	1	3	1	2	3	2	2	5
4	3	5	5	4	4	5	4	5	3
4	3	4	3	3	4	2	4	4	3
2	3	5	3	4	4	4	4	4	3
1	2	5	1	1	1	1	2	2	1
4	5	4	4	4	4	4	5	5	4
4	4	4	4	5	4	4	4	4	4
3	4	2	4	3	5	5	4	4	5
5	3	4	3	2	4	5	3	2	3

Distors4	Autotel4	MI1	MI2	MI3	MI4	Intención1	Intención2	Intención3	Intención4	Intención5
2	3	4	3	3	5	4	5	3	4	2
4	5	3	4	3	4	4	5	5	5	4
2	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2
3	4	4	4	4	4	4	5	5	5	5
1	1	1	3	3	5	3	5	1	2	5
5	5	4	5	4	5	5	5	5	5	5
4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3
2	2	5	4	4	3	4	5	1	2	4
3	5	4	5	3	5	5	3	2	5	1

total EGO	total TAREA	total EQUIL	total AUTOM	total OBJET	total FEEDB	total Concen	total SentCor	total Perdida	total Distors
30	35	12	7	10	10	9	7	18	11
25	30	17	13	16	17	15	12	13	14
15	25	10	9	11	12	15	15	13	11
15	35	13	14	15	14	17	14	8	12
8	39	5	4	12	6	9	13	8	6
15	39	17	13	17	17	18	13	16	19
32	34	16	15	16	16	14	18	16	16
22	21	14	9	18	14	13	13	18	12
9	31	12	9	12	17	10	14	18	11

total Autol	total Motiv	total Intenc
11	15	18
17	14	23
10	10	13
17	16	24
14	12	16
17	18	25
16	16	18
10	16	16
19	17	16

Anexo 7- Planilla y Diagrama de dispersión de las medias de las variables complejas.

Media de Orientación Tarea	3,72
Media de Orientación Ego	3,15
Media de Flow	3,56
Media de Motivación Intrínseca	3,71
Media de Intención de .Práctica Futura	3,76

5. Bibliografía

Almagro, B., Conde C., Moreno, J. y Sáenz-López P. (2009). *Analisis and comparison of adolescent athletes motivations*. Revista de psicología del deporte, 18 (3), pp.353-356.

Ames, C. (1984) *Competitive, cooperative and individualistic goal structures: A motivational analysis*. *Research on Motivation in esducacion*, p.p. 177-207. New York. Academic Press.

Ames, C. (1987). *The enhancement of student motivation*. En Kleiber, D. y Maehr, M. (Eds.), *Advances in motivation and achievement* (pp. 123-148). Greenwich, CT: JAI Press.

- Ames, C. y Archer J. (1987). *Mothers' beliefs about the role of ability and effort in school learning*. Journal of Educational Psychology.
- Ames, C. y Archer J. (1988). *Achievement goals in the classroom: Student's learning strategies a motivation processes*. Journal of Educational Psychology..
- Ames, C. (1992). *Classrooms: goals, structures, and student motivation*. Journal of Educational Psychology, 84,261–271.
- Bakker, A. B. (2003). *Flow among music teachers and their students: the crossover of peak ex-periences*. Journal of VocationalBehavior, 66, (1). 26-44.doi:10.1016/j.jvb.2003.11.001.
- Balaguer, C. I., Castillo, I. y Duda, J. (2007). *Psychometric properties of sports motivation scale in spanish athletes*.
- Bandura, A. (1977). Self, efficacy. Toward and unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 82 (2), 191-215.
- Cervelló, E. (1996). *La motivación y el abandono deportivo desde la perspectiva de las metas de logro*. Tesis Doctoral. Valencia. Universitat de València.
- Cervelló, E., Escartí, A. y Balagué, G. (1999). *Relaciones entre la orientación de meta dispisicional y la satisfacción con los resultados deportivos, las creencias sobre las causas de éxito en deporte y la diversión con la práctica deportiva*. México. Revista psicología del deporte. Vol. 8, núm. 1
- Cervelló, E., 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*: México
- Csikszentmihalyi, M. (1990). *Finding Flow: the psychology of optimal experience*. New York: Harrer and Row.
- Csikszentmihalyi, M. (1996). *Creatividad. El fluir y la psicología del descubrimiento y la invención*. Barcelona: Paidós.
- Deci, E. y Ryan, R. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. New York: Plenum
- Deci, E. y Ryan, R. (2000). *The "what and why" of goal pursuits: human needs and the self-determination of behavior*. New York. Psychological inquirí, 11, 227-268
- 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_cotenidos_nivel-medio.pdf (15/09/14)
- Escartí, A., y Cervello E. (1994). *La motivación en el deporte*. En Balaguer. (Ed), *Entrenamiento psicológico en deporte: Principio y aplicaciones*. Valencia: Albatros educación.

- Frederick, C., y Ryan, R. (1995). Self-determination in sport (A review using cognitive evaluation theory. *International Journal of Sport Psychology*, 26, 5-23. Recuperado de <http://www.youblisher.com/p/7435-Self-Determination-Theory>).
- Fucci, S., Benigni, M. (2003) *Biomecánica del Aparato Locomotor Aplicada al Acondicionamiento Muscular*, Madrid: El Sevier
- Hernández Sampieri, C., Fernández Collado, R. C., Baptista Lucio, P. (1991). *Metodología de la investigación*. McGraw-Hill. Interamericana editores.
- Jairo Flores (2008) Relación de género, curso y tipo de colegio con el clima motivacional percibido en la Educación Física escolar en estudiantes colombiano.
- Kirk, D. (2007) Carnegie Faculty of Sport and Education Leeds Metropolitan University. Con la escuela en el cuerpo, cuerpos escolarizados: la construcción de identidades internacionales en la sociedad post-disciplinaria. *Agora para la Educación Física y el Deporte* 4-5, 39-56.
- Kirk, D. (1992) *De ning Physical Education: The Social Construction of a School Subject in Postwar Britain* London: Falmer.
- Kirk, D. (1999) Physical Culture, Physical Education and Relational Analysis. *Sport, Education and Society* 4 (1), 63-73.
- Mendigo, J., Thompson, L., y Couture, R. (1998). "Equating flow theory with the quality of children's physical activity." *Journal of exercise and sport psychology*, p.p.20 - 77.
- Moreno, J., y González-Cutre, D. (2006). El papel de la relación con los demás en la motivación deportiva. En A. Díaz (Ed.), *VI Congreso Internacional de Educación Física e Interculturalidad*. Murcia: ICD.
- Moreno, J., González-Cutre, D., Martín-Albo J., y Cervelló, E. (2010) Motivación autodeterminada y flujo disposicional en el deporte. *Anales de Psicología*, 22, 310-317.
- Moreno, Murcia, J., Alonso, N., Martínez Galindo, C., y Cervelló, E. (2005) Motivación, disciplina, coeducación y estado de flow en Educación Física: diferencias según la satisfacción, la práctica deportiva y la frecuencia de práctica. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 5, 231-243.
- Moreno, Murcia, J. Marzo, J., y Martínez-Galindo, C. (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. *International journal of sport science*. volumen vii - año vii p.p. 355-369 .issn:1885-3137.nº 26 Octubre.
- Ntoumanis, N., y Biddle, S. (1999). A review of motivational climate in physical activity. *Journal of Sport Sciences*, 17, 643±665.

- Nicholls, J. G. (1984). *Achievement motivation: Conceptions of ability, subjective experience, task choice and performance*. *Psychological Review*, 91, 328-346.
- Padua, J. (1994). *Técnicas de investigación aplicadas a las ciencias sociales*. Ed. Fondo de Cultura Económica (1ª reimpr. en Chile).
- Pedraz, V. (2004) El cuerpo sin escuela: proyecto de supresión de la educación física escolar y qué hacer con su detritus. *Ágora para la educación física y el deporte*, Valladolid, n.4-5, p. 57-90.
- Pedraz, V. (2009) Creencias pedagógicas, desobjetivación del cuerpo y dominación cultural en la educación física escolar. *Revista Brasileira de Ciências do Esporte*, Campinas, v.31, n.1, p. 109-129, set. 2009.
- Pedraz, V. (2011) Escuela y educación física en el contexto de la enseñanza por competencias. *Reflexiones genealógicas desde la pedagogía crítica*. *Cultura, Ciencia, Deporte*, Murcia, n.18, p. 161-170, 2011.
- 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. (1993). *Epistemología y Metodología. Elementos para una teoría de la Investigación científica.* Buenos Aires: Eudeba.
- Samaja, J. (1994). *Epistemología y Metodología. Elementos para una teoría de la investigación científica.* Buenos Aires: Eudeba.
- White, R. (1959). Motivation reconsidered. The concept of competence. *Psychological Review*, 66, 297-333.