

# UFLO

UNIVERSIDAD DE FLORES

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

---

## FACULTAD DE ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE

Carrera: Ciclo de licenciatura en Actividad Física y Deporte

Modalidad: Distancia

Materia: Trabajo de Investigación

Año: 2016

Título:

La motivación de l@s estudiantes de nivel secundario en las clases de educación física en relación a su intención futura de práctica de actividad física.

Estudiante: Chiacchio, Gabriela Elsa

Legajo: 11823

Correo electrónico: gabychiacchio@hotmail.com

Tutora: Mag. Valeria Gómez

## **Agradecimientos**

En primer lugar quiero agradecer muy especialmente a la profesora Paola Piérola, compañera y amiga, por incentivar y siempre alentarme en todo el proceso del trabajo de investigación.

Quiero agradecer también a mi tutora Valeria Gómez por haberme integrado en un proyecto tan interesante y haberme guiado en todo este proceso.

También mi agradecimiento a todo el grupo de trabajo formado por profesores del grupo UFLO siempre dispuestos a aportar ideas y comentarios que hicieron más fácil la interpretación de cada una de las partes del trabajo de investigación.

## Índice

Resumen.....	1
<b>1. Primera Parte: Delimitación teórica del objeto de estudio .....</b>	<b>3</b>
1.1. Área temática, rama y especialidad.....	3
1.2. Tema y subtema.....	3
1.3. Introducción.....	3
1.4. Problema.....	5
1.5. Relevancia cognitiva.....	5
1.6. Marco teórico.....	10
<b>1.6.1Capítulo 1: La educación física en el colegio secundario.....</b>	<b>10</b>
1.6.1.1 Educación física y escolarización.....	11
1.6.1.2 Educación física y conocimiento, cruce de culturas.....	12
1.6.1.3 Educación física, materia escolar.....	13
1.6.1.4 Educación física innovadora.....	14
<b>1.6.2. Capítulo 2: Motivación de los estudiantes en la clase</b>	<b>16</b>
<b>de educación física de nivel medio.....</b>	<b>16</b>
1.6.2.1. Orientación motivacional.....	17
1.6.2.2. Motivación intrínseca.....	19
1.6.2.3. Flow.....	21
1.6.2.4. Intención futura de práctica de actividad física.....	24
1.8. Objetivos.....	26
<b>2. Segunda Parte: Material y Método.....</b>	<b>28</b>
2.1. Tipo de diseño .....	28
2.2. Matriz de datos.....	29
2.3. Fuentes de datos.....	42
2.4. Instrumentos para la producción de datos.....	45
2.5. Plan de actividades en contexto.....	47
2.6 Universo y muestra.....	48
2.7. Plan de tratamiento y análisis de los datos.....	49
2.7.1. Secuencia de actividades .....	49
2.7.1.1. Procesamiento de información.....	49
2.7.1.2. Construcción de índices sumatorios para variables.....	50

2.7.1.2.1. Índice nivel de orientación motivacional al ego.....	50
2.7.1.2.2. Índice nivel de orientación motivacional a la tarea.....	52
2.7.1.2.3. Índice nivel de experimentación de flow.....	53
2.7.1.2.4. Índice nivel de motivación intrínseca.....	57
2.7.1.2.5. Índice nivel de intención de ser físicamente activo.....	58
2.7.1.3. Análisis estadístico de cada variable.....	59
2.7.1.4. Ilustración de resultados con gráficos descriptivos.....	59
2.7.1.5. Análisis de relación de variables.....	59
3. Tercera Parte: Análisis y Conclusiones.....	61
3.1. Exposición, análisis e interpretación de resultados .....	61
3.1.1 Variables de base.....	61
3.1.1.1 Calificación Educación Física curso anterior.....	61
3.1.1.2 Gusto por la educación física.....	64
3.1.1.3 Frecuencia semanal con que realiza actividad física extenuante.....	67
3.1.1.4 Frecuencia semanal con que realiza actividad física moderada.....	69
3.1.1.5 Frecuencia semanal con que realiza actividad física suave.....	72
3.1.1.6 Frecuencia semanal que participa en una actividad física en la que llegue a sudar.....	75
3.1.2 Variables centrales.....	77
3.1.2.1 Nivel de orientación motivacional al ego.....	78
3.1.2.2 Nivel de orientación motivacional a la tarea.....	88
3.1.2.3 Nivel de experimentación de flow.....	98
3.1.2.4 Nivel de motivación intrínseca.....	118
3.1.2.5 Nivel de intención de ser físicamente activo.....	124
3.3. Conclusiones y sugerencias.....	138
3.4 Discusión.....	140
4. Anexos.....	141
4.1 Modelo de cuestionario.....	141
4.2 Información sobre pilotaje.....	146
4.3 Glosario de palabras.....	148
4.4 Carta de presentación a la institución educativa.....	155
4.5 Procedimiento para completar la planilla Excel.....	156
4.6 Planilla Excel carga de datos.....	157
5 Bibliografía.....	168

## Resumen

El objetivo de nuestro trabajo de investigación es analizar la relación que existe entre la motivación intrínseca, la orientación motivacional y el estado de flow con la intención de práctica física futura de l@s estudiantes de la escuela secundaria.

Se trata de un estudio descriptivo-correlacional, cuantitativo que forma parte una investigación macro simultánea en Argentina, España y Colombia, en la que l@s investigadores administramos el Cuestionario Q 1 - A – Motivación en educación validado en múltiples investigaciones previas. A nivel micro, lo realizamos en una escuela secundaria de la ciudad de Alta Gracia, provincia de Córdoba.

La muestras es probabilística al azar estratificada para la unidad de análisis estudiantes de educación física del nivel medio del sistema escolar argentino y una muestra finalística para la unidad de análisis de las instituciones educativas del nivel medio. Las cuotas de la muestra queden conformadas por los seis años a de la escuela secundaria; y por los dos géneros en los que está dividida la muestra. La fuente de datos fue primaria y el instrumento el cuestionario.

Concluimos que existe una relación positiva entre la orientación motivacional a la tarea, la motivación intrínseca y el estado de Flow, con la intención de práctica futura de actividad física por parte de l@s estudiantes de nivel medio, ya que sus promedios son proporcionados.

También existe una relación positiva entre los niveles alto y muy alto de intención de práctica futura de actividad física en l@s estudiantes de educación física que cursan en nivel medio de una escuela de la ciudad de Alta Gracia provincia de Córdoba del sistema educativo formal argentino (79%) con los niveles alto y muy alto de nivel de orientación motivacional a la tarea (85%).

Existe una relación entre la intención de práctica futura de actividad física en l@s estudiantes de educación física que cursan en nivel medio de una escuela de la ciudad de Alta Gracia provincia de Córdoba del sistema educativo formal argentino (79%) con los niveles alto y muy alto de nivel de experimentación del flow (66%)

Existe una relación positiva entre los niveles alto y muy alto de la intención de práctica futura de actividad física en l@s estudiantes (79%) de educación física

que cursan en nivel medio con los niveles alto y muy alto de motivación intrínseca (71%).

**Palabras clave:**

Estudiantes del nivel medio - Educación física - Orientación motivacional – Flow - Motivación intrínseca - Práctica futura de actividad física.

## **1. Primera Parte: Delimitación conceptual del objeto de estudio**

### **1.1. Área temática, rama y especialidad**

Área temática: Educación Física / Psicología

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

### **1.2. Tema y Subtema**

Tema: La motivación de los adolescentes en las clases de educación física

### **1.3. Introducción**

El presente trabajo de investigación surge a partir de una propuesta de la licenciada Valeria Gómez para formar parte de una investigación de la Facultad de Actividad Física y Deporte UFLO, donde se aborda la motivación en las clases de educación física.

Desde el año pasado me desempeño como docente de educación física en una escuela secundaria de mi ciudad y junto a colegas percibimos la falta de motivación de nuestro alumnado, ya que no asistían a clase o no mostraban interés en las mismas.

Cuevas, García-Calvo y Contreras (2013) señalan que en un contexto en el que el sedentarismo y el abandono de la práctica deportiva están ganando terreno entre jóvenes, la promoción de hábitos de actividad física saludable resulta difícil.

El problema de la ausencia o desinterés por la actividad física podría tener entre sus causas el escaso compromiso de profesores al momento de elaborar sus clases no atrayendo así la atención de los estudiantes por dificultades inherentes a la práctica docente.

Consideramos importante llevar a cabo una investigación que aborde dicha temática y posibilite generar conocimientos que convoquen a la reflexión del docente en cuanto a motivación siendo esta un elemento de vital importancia para despertar en l@s alumn@s 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 de movimiento, de descubrir, de relacionarse, y estén en correspondencia con el nivel de desarrollo físico alcanzado. Así pues, si no se motiva a los estudiantes en las clases, estos se formarán una actitud negativa hacia la Educación Física y por consiguiente, es lógico asumir que los programas en las escuelas tendrán un impacto más positivo cuanto más motiven a los niños a participar en las actividades físicas, y cuando éstos experimenten los resultados cognitivos y afectivos positivos como resultado de su participación (Ntoumanis citado en Moreno Murcia, Llamas y Ruiz, 2006, p.4).

Lo que queremos lograr con esta investigación es que a través de estos conocimientos se fomenten cambios de actitud en equipos directivos, profesores y jóvenes para obtener una escuela innovadora en educación física.

En función a lo antes expuesto es que plantearemos los propósitos de esta investigación:

- Brindar aportes significativos en cuanto a la motivación en las clases de educación física para que directivos de la escuela se replanteen la importancia que posee esta asignatura en el futuro de l@s adolescentes.
- Promover que los profesores de educación física trabajen en sus clases atendiendo a las motivaciones intrínsecas de l@s estudiantes, al flow disposicional que presentan y a la intención de ser físicamente activo.
- Aportar conocimientos científicos a los institutos de formación docente para concientizar a los futuros profesores de la importancia de la motivación en la elaboración de las clases de educación física para así lograr la intención futura de l@s estudiantes a ser físicamente activos.

### **1.3. Problema**

¿Qué relación existe entre la motivación intrínseca, el flow y la orientación motivacional del estudiante de la escuela secundaria en las clases de educación física y su intención de ser físicamente activo?

### **1.4. Relevancia cognitiva**

Esta investigación es relevante ante la comunidad científica ya que está instalada en el campo científico y aportará datos para nuevas investigaciones.

Existe un área de vacancia en lo que respecta al conocimiento que vincule la orientación motivacional propia de l@s estudiantes de educación física de la escuela secundaria (aunque sí hay antecedentes de deportistas), la motivación intrínseca, el nivel de estado de Flow y su relación con la intención futura de práctica de actividad física. Al encontrar pocas investigaciones que busquen esta relación, nos abre camino para comenzar una nueva investigación, para ampliar la información acerca de estas cuatro variables y que los resultados permitan lograr una permanencia en la actividad física de la población.

En cuanto a las variables de esta investigación, vamos a comenzar por la orientación motivacional al ego y a la tarea, en donde las investigaciones nacen de una perspectiva cognitivo-social y se han centrado en un análisis de perspectiva de meta, de los procesos motivacionales y de los patrones conductuales. La mayoría de estas obras han sido dirigidas hacia la comprensión del logro académico Duda (1995) .

Otro estudio realizado por Cuevas, García-Calvo y Contreras (2013) sobre los Perfiles motivacionales en Educación Física: una aproximación desde la teoría de las Metas de Logro 2x2, en donde tuvieron como objetivo determinar los perfiles motivacionales del alumnado de educación física a través del análisis de las orientaciones a meta 2x2, así como las percepciones del clima motivacional en función de dichos perfiles, y las diferencias por género. Tomando la teoría de las

Metas de Logro (Nicholls, 1989) como marco, 390 estudiantes de Secundaria (113 mujeres y 277 hombres entre 14 y 16 años) cumplimentaron los cuestionarios de metas de logro 2x2 en educación física y de orientaciones de aprendizaje y rendimiento en las clases de educación física. El análisis por género evidenció una mayor orientación a la tarea y un mayor clima-tarea por parte de las chicas. El análisis de conglomerados obtuvo cuatro perfiles. Un primer perfil con altas metas de logro, un segundo con metas moderadas, un tercero con metas bajas y un cuarto caracterizado por altas metas de aproximación y maestría. El análisis multivariante reveló que los estudiantes del primer y cuarto perfil percibían más un clima-tarea. A partir de los resultados, se sugiere la promoción, a través del clima motivacional de clase, de metas de maestría junto con la aproximación-rendimiento para favorecer la creación de perfiles adaptativos.

Al igual que nosotr@s, desde una perspectiva social-cognitiva, emplea la teoría de las metas de logro y la teoría de la autodeterminación, y suma otras propias de su trabajo. No sólo analizaron sus dos dimensiones, sino que las relacionaron con el contexto de Logro, el Clima motivacional, las creencias sobre las causas de éxito en el deporte, la satisfacción con los resultados deportivos, la diversión con la práctica deportiva, las opiniones y conductas del fair play.

En cuanto a la variable de motivación intrínseca García Calvo (2004) estudió la motivación y su importancia en el entrenamiento con jóvenes deportistas. El autor intenta descubrir y relacionar los diferentes factores motivacionales que afectan a los jugadores adolescentes de fútbol.

García Calvo (2004) se propuso comprobar si existe relación entre el clima contextual percibido en los entrenamientos en el entrenador y compañeros y la orientación disposicional. Conocer las relaciones entre el clima situacional percibido en el entrenador y los compañeros durante la competición y la implicación motivacional. Estudiar qué tipo de relaciones se establecen entre los climas contextuales y la orientación disposicional, respecto a los climas e implicación situacionales.

Comprobar la existencia de relaciones entre los climas, orientaciones e implicaciones, y el estado de flow disposicional y en competición y ver las

relaciones existentes entre la teoría de metas, la motivación intrínseca y el estado de flow respecto a la eficacia percibida y la satisfacción.

García Calvo (2004) gira su trabajo en torno a las siguientes variables: Orientaciones de meta disposicionales, percepción del clima motivacional en el deporte, motivación intrínseca, estado de Flow y medida de la eficacia percibida y de la satisfacción.

A continuación compararemos los instrumentos de medición de aquellas variables que compartimos en nuestros trabajos:

Para medir la variable orientación de meta disposicional, utilizó el POSQ conformado por 6 ítems que miden la orientación a la tarea y 6 ítems que miden la orientación al ego, aunque reconoce que el otro instrumento más utilizado ha sido el TEOSQ, cuya versión en castellano adaptado al deporte hemos utilizado en nuestra investigación para medir la variable orientación motivacional. Para la variable motivación intrínseca, utilizaron una adaptación del “Intrinsic Motivación Inventory” (Ryan, 1982; Mc Auley, Dunca y Tammen, 1989 en García Calvo, 2004) adaptada al deporte que les compete, el fútbol. Si bien nosotros no utilizamos el mismo instrumento para esta variable, sí coincidimos con García Calvo (2004) en que dejamos de lado los otros factores de la motivación de los que habla la Teoría de la Autodeterminación (como lo son la motivación extrínseca y la amotivación) y sólo medimos la motivación intrínseca; crítica que compartimos con García Calvo (2004) hacia el instrumento elegido.

Para medir el estado de flow durante una competición García Calvo (2004) ha utilizado la versión traducida al castellano de la “Flow State Scale” ajustada para el deporte y la actividad física (Jackson y Marsh, 1996) y para medir el estado de flow general o disposicional han utilizado la “Dispositional Flow Scale” (Jackson, Thomas, Marsh y Smethurst, 2001 en García Calvo, 2004) al igual que nosotros, ya que se refiere a la propensión o facilidad que tiene los sujetos a experimentar el Flow y se redacta en presente continuo.

Una de las diferencias con nuestro trabajo es que la investigación fue dirigida a jóvenes deportistas, futbolistas, en cambio nosotros dirigimos nuestro trabajo a estudiantes de nivel medio.

En la última variable estudiada, intención futura de práctica de actividad física, encontramos estudios relacionados cuyo autores Moreno y Cervelló (2007) en donde analizaron el auto concepto físico como predictor de la intención de ser físicamente activo. Universidad Veracruzana, México. El propósito de esta investigación fue comprobar cómo el auto concepto físico puede ser uno de los factores predictores de la intención de ser físicamente activos. La muestra estuvo compuesta por 988 estudiantes de educación física secundaria obligatoria (432 fueron varones y 556 mujeres) 604 practicaban deporte. En edades comprendidas entre 15 y 17 años, a quienes se aplicaron escalas de auto concepto físico y de la intención de ser físicamente activos, estos/as respondieron un cuestionario para la obtención de los datos. Tras un análisis factorial exploratorio y de correlación y regresión lineal, los resultados revelaron que la intención de ser físicamente activos es predicha por el auto concepto físico. De todas las dimensiones de este constructo, la competencia percibida fue el mayor predictor. Los autores consideran de mucha importancia que el/la profesor/a de educación física establezca estrategias de intervención en su proceso de enseñanza-aprendizaje para mejorar la percepción de competencia, condición física, fuerza, imagen corporal y autoestima. Una de las diferencia con nuestro trabajo es el rango de edad (15 a 17 años), en cambio nosotros observamos un rango mayor, de 12 a 19, en donde creemos que tiene que ser amplio para obtener resultados más válidos para la población en general.

Nuestra investigación estudia una muestra grande, la población argentina y usamos un cuestionario ya realizado, que a partir de la revisión del pilotaje este cuestionario trajo dificultad para los encuestados ya que no fueron elaborados para la comunidad argentina. Según el contexto del dato, se trata de una investigación de campo, en terreno, ya que administramos los cuestionarios en la escuela donde se presentaron las variables y los estudiantes manifestaron sus experiencias con las mismas, al realizar los cuestionarios. Gómez y Perelló (2006) afirman que este tipo de diseños se llevan a cabo en el marco de una situación real determinada y los datos se obtienen de la indagación y recolección en el lugar donde se manifiesta la variable. Por este motivo es que creemos que al utilizar un

cuestionario elaborado para otra situación real determinada, esto traería dificultad para entender el cuestionario.

En lo que refiere al conocimiento generado, el presente trabajo realizó una revisión conceptual del rol de la educación física a través de la historia y la importancia que adquiere para l@s estudiantes en la conformación de subjetividad y constitución de su corporeidad, ya que relacionamos las clases de educación física con las orientaciones motivacionales al ego y la tarea, a la motivación intrínseca y al nivel de estado de flow experimentado en las mismas.

## **1.5. Marco teórico**

### **Mapa conceptual**

#### **1.6.1 Formulación del marco teórico**

##### **1.6.1 Capítulo 1: La educación física en el colegio secundario**

Este capítulo se divide en cuatro apartados, el primero aborda la educación física y la escolarización, en donde narramos la historia de la educación física, su significado y la relación con la escolarización.

En el segundo apartado describimos la relación entre la educación física y el conocimiento en donde se considera a la escuela como un lugar de cruces de culturas.

En el tercer apartado mostraremos a la educación física como materia escolar.

Por último, el cuarto apartado abordamos la educación innovadora y el reconocimiento social de los profesores.

#### **1.6.1.1 Educación Física y escolarización**

Comenzaremos este apartado con la definición del término educación física. Bracht (1996) señala que en un sentido restricto la educación física abarca las actividades pedagógicas, que tienen como tema el movimiento corporal y que tiene lugar la institución educacional.

Este mismo autor afirma que el movimiento corporal o el movimiento humano, no es cualquier movimiento, es aquel con determinado significado/sentido que, a su vez, le es conferido por el contexto histórico-cultural.

Creemos que a lo largo del tiempo la educación física fue atravesada por diferentes conceptos que ayudaron al fortalecimiento de su práctica pedagógica.

La educación física nace prácticamente junto con la escuela, fueron inicialmente los filántropos como Guths Muihs y Pestalozzi (citados en Bracht, 1996) que tratan de introducir las actividades corporales en el currículo escolar.

Respecto a la escolarización David Hamilton (citado en Kirk, 2007) confirma que aparecieron las escuelas de masas en Escocia en el Siglo XVI, en un momento en el que empezó a ganar fuerza la idea de que los niños necesitaban ser educados por el estado y la Iglesia de manera más formal de la que había sido posible anteriormente. A partir de estos orígenes tempranos de las formas contemporáneas de escolarización. Kirk (2007) explica que las escuelas representaron una forma de diferenciación social. A su vez Hamilton (citado en Kirk, 2007) observa que la idea de usar la clase para describir a grupos de estudiantes agrupados para la educación se originó en la escuela. La introducción de la escolarización obligatoria para las masas coincidió con la Revolución Industrial (Kirk, 2007).

Respecto a esta época Kirk (2007) refiere que el niño debería ser dócil para que se le pudiera enseñar, la asistencia fue obligatoria en las escuelas y los

movimientos del cuerpo deberían ser precisos y sistemáticos. También los profesores deberían pronunciar las órdenes de manera militar.

A mediados del Siglo XX la formación física basada en la instrucción y el ejercicio empezó a ser reemplazada por una nueva forma de educación física empleando múltiples actividades, siendo los deportes y los juegos los principales componentes (Kirk, 2007).

En la década del 80 surge una nueva corriente, la pedagogía tecnicista. Esta propuesta desplaza la prioridad dada al producto hacia el proceso de enseñanza, introduciendo el principio del proceso de enseñanza no directivo. Los objetivos de la Educación Física se sitúan más en el plano general de la Educación Integral. Esta interpretación o propuesta mantiene íntima relación con otra que surge a partir del llamado Deporte para todos (Bracht, 1996).

Actualmente Kirk (2007) manifiesta que la mayor parte de las escuelas siguen regulando y normalizando los cuerpos de los escolares en formas que quizá parezcan más suaves que las prácticas de hace cincuenta o cien años, pero que, en todo caso, pretenden construir identidades que requieren la restricción y disciplina corporal, así como la conformidad y el sometimiento a la autoridad.

Coincidimos con Bracht (1996) cuando manifiesta que la Institución educacional es producto de un proceso de complejización de la sociedad, que determinó una diferenciación de sistemas, los cuales cumplen, en el conjunto de las relaciones sociales, determinadas funciones: la transmisión del saber social acumulado exigió el surgimiento de una institución para cumplir tal tarea: el sistema educacional.

Para concluir con este apartado nos adherimos a la reflexión de Kirk (2007) quien afirma que la mayor parte de las escuelas siguen regulando y normalizando los cuerpos de los escolares.

#### **1.6.1.2 Educación Física y conocimiento, cruce de culturas.**

Compartimos con Rosengardt (2013) que para visualizar los sujetos que participan en las propuestas prácticas de la Educación Física es necesario considerar el

conocimiento producido en esas prácticas, como modo de considerar al sujeto mismo y su protagonismo ciudadano.

Los estudiantes identifican la educación física escolar como un lugar donde se hace deportes y el club, en cambio es el lugar donde el deporte se aprendió, entonces la escuela, siendo el espacio social para la enseñanza no es un lugar para aprender en educación física, allí los conocimientos no se adquieren sino que se reproducen (Rosengardt, 2013).

Pérez Gómez citado en Moreno Murcia, Llamas y Ruiz (2006) propone: “(...) considerar la escuela como un espacio ecológico de cruce de culturas cuya responsabilidad específica, es la mediación reflexiva de aquellos influjos plurales que las diferentes culturas ejercen de forma permanente sobre las nuevas generaciones” (p.3).

A partir de este conocimiento coincidimos con el autor que los estudiantes aprenden en su vida escolar un vivo, fluido y complejo cruce de culturas que se produce en la escuela entre las propuestas de la cultura crítica, las determinaciones de la cultura académica, los influjos de la cultura social y las características de la cultura experimental.

La escuela se resiste a colocar la educación física ligada a funciones de enseñanza de conocimientos tematizados y prefiere arrinconarla sobre problematizaciones ligadas a efectos corporales disciplinadores o lúdicos (Rosengardt, 2013).

Para concluir sostenemos que la educación física posee un contenido, un saber, cuya transmisión debe ser asumida como tarea por la escuela, en la transmisión de este saber y en función de las características de este elemento de la cultura, puede contribuir para con los objetivos de la Escuela (Bracht ,1996).

### **1.6.1.3 Educación física, materia escolar**

Como mencionamos anteriormente la educación física abarca las actividades pedagógicas, que tienen como tema el movimiento corporal y que tiene lugar la institución educacional (Bracht, 1996).

Bracht (2012) explica que existe una falta de reconocimiento de la educación física como espacio curricular, afirma que es una asignatura de “segunda clase o de menor status”, que se establece como una materia auxiliar de otras disciplinas y expone que la clase es concebida como un espacio de distracción.

Por otra parte Pedraz (2007) sostiene que el cuerpo no puede dejar de ir a la escuela ni de aprender en ella porque, justamente, el orden escolar es el de la presencia y hasta el de la permanencia corporal. Siguiendo con el concepto de cuerpo podemos enunciar que ha sido el objeto de preocupación para la implementación de la educación física, al correr del tiempo y con la atención puesta en la eficiencia, el movimiento pasa a ser el objeto a estudiar (Rosengardt, 2013).

La educación física contemporánea señala Pedraz (2007) se configura como un proceso de organización de la corporalidad en el contexto de las necesidades de la industria cultural del cuerpo.

En contraposición con Pedraz (2007) en donde considera a la educación física como materia escolar voluntaria y la excluye del currículo escolar, esta los enunciados de Kirk (2007) en donde considera que la educación física debe perseguir la transferencia del aprendizaje escolar a la vida durante y después de la escuela, y más ampliamente las percepciones de los estudiantes sobre la autenticidad del conocimiento escolar en relación a la vida y finalmente como conclusión está el papel fundamental de la escuela ya que debe ser una institución de transformación social y cultural y no simplemente de transmisión y reproducción.

#### **1.6.1.4 Educación innovadora**

Para finalizar con este capítulo es que consideramos pertinente exponer la teoría del reconocimiento social de Honneth (citado por Faria, Machado y Bracht, 2010) en donde el reconocimiento por parte de otros miembros de una comunidad es tratado como una herramienta esencial para la autonomía y la autorrealización de los individuos, ya que es en el reconocimiento social intersubjetiva que los individuos y grupos forman sus identidades. Coincidimos con el autor en que el

individuo o grupo no reconocido es visto como de "segunda clase" por sus roles y *estatus* están configurados de forma diferente de los patrones dominantes.

A partir de este concepto creemos que un docente innovador reconocido socialmente puede transformar y construir su práctica pedagógica, de esta manera la educación física estaría dentro del ámbito escolar.

Honneth (citado por Faria, Machado y Bracht, 2010) identifica tres dimensiones de reconocimiento social, "amor", "derecho" y "solidaridad", el respeto se distingue en dos formas de reconocimiento, la ley y la estima social. *La estima social* se refiere a la valoración social del sujeto, permitiéndoles reconocer positivamente sus capacidades y propiedades individuales.

Para lograr una educación física innovadora concordamos con lo expresado por Bracht (2011) en donde aclara que es fundamental reconocer el papel central del docente en el desarrollo del proceso educativo, así como el reconocimiento del profesor. Ser maestro es un aprendizaje constante, la escuela debe contribuir al proceso de transformación de la sociedad y, además, que la educación física debe ayudar en el diseño de un sociedad más justa y humana.

Continuando con la búsqueda de prácticas innovadoras Bracht (2011) enuncia tres tipos de prácticas pedagógicas en educación física: primero los maestros enseñan a l@s estudiantes las prácticas de algún deporte, las técnicas más simples se las enseña primero para luego ser integrados en el juego en sí. La segunda se caracteriza como desinversión "maestro rueda pelota" y por lo tanto se transforman en clases aburridas, por último en contraste con estas dos caracterizaciones es una práctica que busca innovar, modificar; la participación de l@s estudiantes como sujetos de conocimiento y los contenidos de las clases relacionados con el conocimiento sobre la cultura de los movimientos del cuerpo vinculando así la teoría y la práctica.

Para finalizar apoyamos lo expuesto por Bracht (2011) llegando a la conclusión que el trabajo comprometido de los docentes se expresa a través de la dedicación

a la planificación, a la elección de prácticas más inclusivas porque se centran sus esfuerzos en el compromiso por el aprendizaje de l@s estudiantes.

### **1.6.2. Capítulo 2: Motivación de los estudiantes en la clase de educación física de nivel medio**

#### **Mapa conceptual capítulo 2**

### **1.6.2. Capítulo 2: Motivación de los estudiantes en la clase de educación física de nivel medio**

En el segundo capítulo desarrollamos el trabajo en cuatro apartados. En el primero describimos la orientación motivacional en cuanto a la teoría de metas de logro y el clima motivacional creado por los padres, profesores, entrenadores, compañeros, amigos y medios de comunicación.

En el segundo apartado relatamos sobre la teoría de la motivación intrínseca o de autodeterminación y la motivación extrínseca; y sus relaciones con la orientación motivacional a la tarea y al ego. También tratamos la desmotivación.

En el tercer apartado nos referimos al estado psicológico óptimo para la ejecución (flow) que permite a un deportista afrontar una tarea motriz con las mejores condiciones psíquicas posibles y enumeraremos sus características.

Hasta el momento se estudió el flow solo en deportistas pero creemos que existe la posibilidad que ofrece la teoría para aplicarla en la secundaria ya que Camacho (2011) sostiene que una persona entra en estado de flujo cuando posee las herramientas suficientes y las adecuadas para enfrentar el reto, por lo tanto la educación física se las puede proporcionar.

Por último, en el cuarto apartado narramos la intención futura de prácticas de actividad física y la importancia que tiene en el desarrollo humano.

#### **1.6.2.1. Orientación motivacional**

En este capítulo para comenzar definimos el término motivación que procede del verbo latino moveré, que significa mover, por lo que la motivación se relaciona con términos como excitación, energía, activación. Escarti y Cervello (1994). Buceta (2002) definen la motivación como el motor que pone en marcha y guía un comportamiento.

Las investigaciones sobre la motivación, nacen de una perspectiva cognitivo-social y se han centrado en un análisis de perspectiva de meta, de los procesos motivacionales y de los patrones conductuales. La mayoría de estas obras han sido dirigidas hacia la comprensión del logro académico (Duda, 1995).

En general, estos teóricos (Ames, 1984b; Dweck, 1986; Mache, 1984; Nicholls 1989) argumentan que una cuestión importante en los escenarios de ejecución, es demostrar competencia, la importancia psicológica de la capacidad percibida, tiende a ser la característica distintiva de la motivación de logro. Cuando se trata del estudio de la motivación en dominio que no son de logro, se da importancia a las percepciones de otros atributos personales, además de las destreza intelectual o física y el talento, por ejemplo la honestidad, amabilidad, etc.

Los modelos cognitivos sociales contemporáneos sobre motivación de logro asumen que hay dos perspectivas de meta fundamentales que operan en los

contextos de logro (Nicholls, 1989). La primera es la implicación en la tarea, las percepciones de competencia son autorreferentes y la experiencia subjetiva de mejora de la propia ejecución son el criterio implícito del éxito subjetivo. La segunda es la implicación al ego en donde la mejora y/o el dominio personal no son suficientes para crear un sentimiento de gran capacidad, las percepciones de competencia son normativas y el éxito subjetivo depende de una comparación favorable de las propias capacidades con las de otros.

Dentro del terreno de estudio de la motivación encontramos la teoría de las Metas de Logro escritas por Nicholls (1989) que puede constituir un marco útil para comprender la motivación y los comportamientos del alumnado. Esta teoría se basa en la premisa de que el éxito y el fracaso son estados psicológicos que se construyen según la efectividad del esfuerzo de ejecución del sujeto. De este modo, la teoría pretende descifrar la conducta en entornos de logro, como la clase de educación física, señalando que las creencias sobre el éxito son las que guían el comportamiento. Así Nicholls (1989) apunta que los sujetos tienen orientaciones motivacionales, pudiendo ser éstas orientación al ego (o rendimiento) u orientación a la tarea (o maestría).

El individuo es percibido como un organismo intencional, en contextos de ejecución como el deporte están motivados por la obtención de éxito, en demostrar competencia y habilidad es un proceso de comparación social, se juzga su capacidad con relación a otros Nicholls (1989) la renombra como orientados al ego y cuando las acciones de los individuos se dirigen hacia el aprendizaje, las percepciones de habilidad dependen del progreso personal, por lo tanto estarían orientados a la tarea.

El clima orientado al ego se origina cuando ganar es el criterio de éxito percibido y el clima orientado a la tarea cuando el criterio de éxito empleado es mejorar, progresar (Cervello, 1996).

Los estudiantes que perciben en sus clases un clima motivacional orientado a la tarea tienden a considerar a la educación física como una actividad con un fin en sí misma, prefieren las tareas desafiantes y tienden a divertirse más en clase, mientras que aquellos que perciben un clima motivacional orientado al ego tienden

a considerar las clases como un medio para conseguir otra cosa, tales como la aprobación social o un status dentro del grupo (Cervello, Escartí y Balagué, 1999). El sujeto valora la capacidad para ejecutar la tarea, el esfuerzo de ejecución, se caracteriza por la búsqueda de desafíos y por la persistencia efectiva frente al fracaso, estas conductas son patrones de sujetos implicados a la tarea, en cambio aquellos individuos que evitan los desafíos, el fracaso, la falta de habilidad reduce la persistencia ante la dificultad, estos individuos estarían implicados en el ego (García Calvo, 2004).

En conclusión los individuos se socializan hacia diferentes metas de logro, así los padres, entrenadores, profesores, compañeros, etc. crean en el sujeto un denominado clima motivacional que puede conducir al desarrollo de perspectivas de orientación al ego y a la tarea, siendo denominado por Ames (1992) y Nicolls (1989,1992) como clima competitivo y clima de maestría respectivamente diferenciándose en función del criterio de éxito establecido. En este sentido, si para la gente que rodea a un alumno lo más importante es la victoria y la demostración de mayor capacidad y rendimiento que los demás, estarán transmitiendo un clima orientado al ego, mientras que si consideran que lo fundamental es el esfuerzo, la mejora personal y el desarrollo de habilidades, transmitirán un clima orientado a la tarea (Ames, citado en Gonzalez, Cutre Col, Moreno Murcia, Marin, Galindo, Villodre, Alvarez y Oliveira, 2006).

#### **1.6.2.2. Motivación intrínseca**

En el capítulo anterior tratamos contenidos sobre el clima motivacional orientado a la tarea, el cual se encuentra relacionado a la motivación intrínseca ya que el compromiso con una meta de tarea concebiría al deporte como un fin en sí mismo, centrándose el joven en el proceso de mejora de la tarea antes que en la consecuencia del resultado Dweck (citado en García Calvo, 2004).

Píparo, Lewthwaite y Hasbrook (citados en García Calvo, 2004) analizaron la relación entre las metas de logro de los sujetos, la percepción de metas de logro

de sus entrenadores y llegaron a la conclusión que los sujetos orientados a la tarea, percibían que sus entrenadores también estaban orientados a la tarea.

La teoría de la motivación intrínseca trata de explicar el comportamiento humano a través de los motivos que lo llevan a participar de una actividad (García Calvo, 2004).

Esta teoría argumenta que los seres humanos participan en el deporte u otros contextos de logro, movidos por tres necesidades principales: necesidad de competencia, de autonomía y de relacionarse Deci y Ryan, (citados en García Calvo 2004) según estos autores estas tres necesidades son los pilares básicos para la motivación intrínseca.

Para Deci y Ryan (1985) la motivación es un continuo que tiene tres variables: en primer lugar sería la motivación intrínseca, la cual aparece cuando no existe recompensas externas a la hora de realizar una actividad y es realizada por el simple placer que ello conlleva. Pelletier (citado en García Calvo 2004), considera que está formada por tres dimensiones: la motivación por aprender habilidades nuevas, la motivación por practicar habilidades ya aprendidas y la motivación por experimentar sensaciones placenteras.

La segunda variable es la motivación extrínseca la cual aparece cuando realizamos actividades que no tienen un fin en sí mismas. Según Ryan y Deci (2000) este constructo está compuesto por cuatro dimensiones: la primera es la regulación integrada y representan las actividades que son realizadas por diferentes motivos a la vez, la segunda es regulación identificada igual que la anterior con la salvedad que en vez de ser diferentes motivos, existe solo uno.

La tercera dimensión es la regulación interpuesta y los motivos de participación en una actividad es el reconocimiento social, las presiones internas o sentimientos de culpa.

Por último es la regulación extrínseca el principal motivo de práctica y está relacionado con la utilización de recompensas o castigos.

Deci y Ryan (2000) a parte de distinguir la motivación intrínseca y extrínseca, también hablan de la amotivación, falta de motivos para seguir practicando y esforzándose en una actividad.

Vallerand (1997; 2001) propuso el modelo jerárquico de la motivación, del más bajo al más alto, el situacional (o estado) el contextual (o esfera de la vida) y el global (o personalidad).

Para concluir con este apartado Vallerand (1997) define la motivación intrínseca como la necesidad de explorar por curiosidad y placer el entorno, con sentimientos de competencia y autorrealización, incluso después de haberse alcanzado la meta y sin necesidad de recibir una gratificación externa necesariamente o en forma directa. La actividad se realiza entonces bajo un estado mental indiferente a la recompensa aun cuando se de una alta inversión de energía o esfuerzo (Smith, 2005).

### **1.6.2.3. Flow**

Diversos estudios han destacado la importancia que parece tener la motivación en la aparición del estado de flow en competición, Jackson; Jackson y Marsh; Vlachopoulos, Karagerorghis y Terry; Kowall y Fortier (citados en García Calvo, 2004).

A este respecto, existen trabajos que indican que una alta motivación intrínseca se asocia a la aparición del estado de flow en competición, Kowal y Fortier (citados en García Calvo, 2004).

Definiremos el estado de flow, según Csikszendmihalyi (citado en García Calvo, 2004) como un estado psicológico óptimo que permite al deportista afrontar una tarea motriz con las mejores condiciones psíquicas posibles. Este autor lo describe a través de nueve características, las cuales son:

- 1) Equilibrio entre habilidad y reto: es decir un equilibrio entre la dificultad de la tarea y la habilidad que poseemos para poder realizarla. No es fácil encontrar el equilibrio entre nuestra habilidad y el reto que supone la tarea, habrá que trabajar de una forma correcta la motivación del deportista para encontrar su estado óptimo.
- 2) Combinación /unión de la acción y el pensamiento: La fusión cuerpo mente nos lleva a efectuar la actividad más fluida evitando la pérdida de tiempo

que se produce cuando primero tenemos que pensar lo que vamos a realizar y después lo llevamos a cabo. Es mucho más fácil ejecutar una tarea automáticamente, sin necesidad de pensar cuales son los movimientos que tenemos que realizar.

- 3) Claridad de objetivos: Hay que tener claras las metas que perseguimos para obtener un buen rendimiento. Si un atleta tiene claro cuáles son los objetivos que persigue y como conseguirlos, su estado psicológico será más favorable que en el caso contrario
- 4) Feedback claro y sin ambigüedades: Está relacionada con la anterior, en donde si tenemos claro cuáles son los objetivos a perseguir y como conseguirlos es más probable que también sepamos si el acto motor que estamos llevando a cabo es el correcto o no para lograr los objetivos propuestos. Si queremos lograr un estado óptimo de ejecución, el más importante es el feedback kinestésico proveniente de nuestros propios movimientos., esto nos va a permitir que mientras estamos ejecutando una tarea, recibamos un feedback de la misma, y si este es claro, conciso y sin ambigüedades, nos proporcionara autoconfianza y si no es así sabremos en que nos estamos equivocando y como variarlo.
- 5) Concentración sobre la tarea que se está realizando: La principal causa de un buen o mal rendimiento se le atribuye a esta cualidad, o sea que es necesario tener una buena concentración sobre la tarea que estamos realizando. Estar concentrado en la tarea quiere decir que no aparecen pensamientos negativos o ajenos a la propia actividad.
- 6) Sentimiento de control: Para lograr un estado psicológico óptimo tiene gran importancia el sentir que controlamos y dominamos la tarea a la cual nos estamos enfrentando. Para ello, es importante que se den algunas de las particularidades que se han comentado anteriormente. El sentimiento de control tiene una gran relación con la primera de estas características.
- 7) Perdida de cohibición o de autoconciencia: Se refiere a la capacidad de mantenerse alejado de preocupaciones y temores sobre la propia habilidad. El deportista se siente más osado y atrevido a la hora de enfrentarse a la

tarea que debe realizar. Esta característica se relaciona con la segunda y la quinta, ya que son necesarias las dos para que se produzca una pérdida de cohibición y nos aproximemos a un estado de flow.

- 8) Transformación en la percepción del tiempo: Tanto la gran concentración sobre la tarea que se está realizando y la pérdida de cohibición propicia una mejor actitud psicológica por ende un mejor rendimiento. Por lo tanto nuestra mente se adapta a las circunstancias haciendo que la duración de lo que estamos haciendo nos parezca menor de lo que en realidad es, y por tanto nos ayudara a mantener nuestro rendimiento.
- 9) Experiencia autotélica: Es la satisfacción intrínseca de la tarea, proviene del griego auto: por sí mismo y telos: objetivo. La tarea o experiencia es un objetivo por sí misma. Esto se relaciona con la teoría de autodeterminación de Ryan y Deci (1985) que postula que una tarea es más fácil de realizar cuando sentimos satisfacción por realizarla.

Otra definición de Csikszendmihalyi (1996) es la experiencia óptima extremadamente disfrutada en la que se experimenta total concentración y disfrute con un alto interés por la actividad.

Dentro del concepto del flow encontramos términos relevantes como participación, conciencia, intenciones, atención y personalidad. Estos hacen referencia a la experiencia óptima entendida como el autocontrol sobre nuestras acciones el sabernos dueños de nuestro destino generando autoconfianza en las propias capacidades acompañada de alegría y regocijo (Camacho, 2011).

Creemos que hay cierto correlato y coherencia entre el Flow y el modo lúdico Pavía (2006) en tanto ambos, poseen elementos como “absorción total, disfrute y motivación intrínseca” que genera autoconfianza en las propias capacidades, acompañada de alegría y regocijo de parte del sujeto.

Camacho (2011) afirma que la motivación es un factor que determina el adecuado desarrollo del Flow en un individuo, ya que es quien motoriza, o no, la experiencia óptima y explica el funcionamiento del Flow: primero necesita que la atención de la persona seleccione la información de manera tal que, luego la intención pueda utilizarla para ser procesada por la conciencia, quien le dará un sentido a las

acciones que realiza el ser humano, de manera coherente con el sentido de vida de la persona, así podemos pensar en que cada sujeto, en tanto único y particular, seleccionará diferentes informaciones y su conciencia brindará sentido acorde a las metas subjetivas propias.

En conclusión, Camacho (2011) expresa que para que se experimente el flow se debe poseer metas dirigidas al proceso, partir de objetivos moderados y realistas de carácter progresivo en donde los individuos puedan tener participación en la determinación de los objetivos a alcanzar, generando una percepción de autonomía, sin olvidar relacionarse socialmente. Remarcamos la importancia del estado de flow al ser logrado en las clases de educación física en la secundaria, asociado al placer, a la percepción de logro y a la autonomía de l@s alumn@s, y damos paso al de Intención futura de práctica de actividad física que veremos en el siguiente apartado.

#### **1.6.2.4. Intención futura de práctica de actividad física**

A partir de todo lo expuesto en los apartados anteriores es que creemos que la práctica físico deportiva tiene en el desarrollo humano una gran importancia, a fin de que l@s estudiantes desde edades muy tempranas adquieran hábitos saludables para la vida que se prolonguen en el tiempo Pate, Baranowski, Dowda y trost (citados en Moreno, 2007). De este modo se previenen enfermedades que afectan las vertientes físicas, como la obesidad, López Reyes, Castillo, Dávalos y González, citados en Juan Antonio Moreno. y la psicológica, como la ansiedad y depresión, (Alfermann y stoll ( citados en Moreno, 2007). Cabe señalar que a pesar de estos beneficios hay un predominio de estudiantes sedentarios.

Otros estudios reflejan la enorme importancia que la actividad física tiene para l@s alumn@s con deficiencia física y psicológica, la integración social, la autonomía y autoconcepto Block y Vogler (citados en Moreno, 2007). Cabe señalar que a pesar de estos beneficios hay un predominio de alumnos sedentarios frente a los físicamente activos (García Ferrando, 2005).

Una de las más importantes teorías de motivación contemporánea es la teoría de la autodeterminación Deci y Ryan(citado en Moreno, 2011).

Esta teoría describe las condiciones bajo las cuales diversos factores sociales y contextuales promoverán diversos tipos de motivación en las personas Vallerand y Rousseau (citados en Moreno,2011). Una de las teorías en las que se apoya es la teoría de las necesidades psicológicas básicas. Esta teoría asume que existen tres necesidades básicas para el desarrollo y mantenimiento de la salud psicológica y/o bienestar personal: competencia (capacidad de realizar acciones con la seguridad de que el resultado sea aquel que se espera o desea), autonomía (capacidad de elegir aquella decisión que parezca más apropiada sin presiones externas) y relación con los demás (sentir que se puede contar con la colaboración y aceptación de las personas consideradas importantes). 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 (Moreno, 2011).

Los sentimientos de competencia, autonomía y relación con los demás, van a permitir que la persona practique deporte, no porque le genere placer inmediato, sino por considerar que forma parte de su estilo de vida saludable (Moreno, 2011). Por ello, sigue siendo una forma de motivación extrínseca ya que no se actúa por el placer inherente de la actividad (Ryan y Deci, 2000).

En los últimos tiempos se está produciendo un cambio importante en el estilo de vida de los jóvenes, traducido en un descenso importante del nivel de sedentarismo. Ahora bien, aunque el motivo principal de este descenso parece aún no estar en el placer que genera la práctica de la propia actividad, es decir, la necesidad de hacer actividad física no se ha interiorizado en las personas, sí que se está produciendo un avance al considerar que la práctica deportiva resulta importante para la salud y la calidad de la vida. Si bien, no deja de ser un motivo extrínseco, y por ende, no exento de ser volátil, cabe destacar el avance sufrido en los últimos tiempos en relación a la motivación de las personas por la práctica de actividad física atendiendo al continuo de autodeterminación (Moreno, 2011).

Para conseguir maximizar la adherencia futura de las personas a la actividad físico-deportiva en su tiempo libre o de ocio, es requisito imprescindible conocer las variables que podrían estar interviniendo a la hora de que las personas decidan adoptar dicho compromiso y asumirlo e interiorizarlo como hábito de vida saludable, Moreno Huéscan, y Cervelló( citado en Moreno,2011).

En conclusión se debe valorar el papel del profesor en la intención de seguir activo en la vida adulta, pues en sus manos está la tarea de introducir al estudiante en esa práctica por medio de las clases de educación física, creando el ambiente y la motivación adecuada que fomente su continuación en edades posteriores Faison-Hodge y Porreta (citado en Moreno, 2007). El profesor es el verdadero motor de la motivación físico deportiva del alumno a fin de que se mantenga activo para el logro de hábitos saludables (Sallis, Mckenzie, Alcaraz y Cols citados en Moreno, 2007).

## **1.7. Objetivos**

### **Objetivo general**

- Describir la orientación motivacional, el estado de flow, la motivación intrínseca y la intención futura de práctica de actividades físicas presentadas por estudiantes de la escuela secundaria de Argentina.
- Relacionar la motivación intrínseca, la orientación motivacional y el estado de flow con la intención de práctica física futura de l@s estudiantes de la escuela secundaria.

### **Objetivos específicos**

- Caracterizar la motivación intrínseca de los estudiantes de la escuela secundaria en las clases de educación física.
- Describir la orientación motivacional, al ego/ a la tarea, que prevalece en l@s estudiantes de la escuela secundaria en las clases de educación física.
- Identificar el estado de flow de l@s estudiantes de educación física en la escuela secundaria.

- Determinar el nivel de intención futura de la práctica de actividad física por parte de l@s estudiantes de la escuela secundaria.
- Establecer qué relación tiene la orientación motivacional con la práctica futura de actividad física en l@s estudiantes de la escuela secundaria.
- Relacionar el estado de flow de l@s alumn@s de la escuela secundaria con la práctica futura de actividad física.
- Relacionar la motivación intrínseca con el nivel de intención futura de la práctica de actividad física.

## **2. Segunda Parte: Materiales y Método**

### **2.1. Tipo de diseño**

Según el estado de arte y los objetivos, esta investigación es descriptiva, correlacional. Descriptiva porque mide cómo se manifiesta la motivación intrínseca, la orientación motivacional, el estado de flow en l@s alumn@s de la escuela secundaria en las clases de educación física; y correlacional, ya que este tipo de estudio tienen como objetivo medir el grado de relación que existe entre dos o más variables en un contexto en particular y saber cómo se puede comportar una variable conociendo el comportamiento de otra u otras variables relacionadas (Hernandez Sampieri, Fernandez Collado y Batista Lucio, 1991). En cuanto a nuestra investigación medimos las relaciones existentes entre las variables orientación motivacional, nivel de estado de flow, nivel de motivación intrínseca y el nivel de intención futura de actividad física.

Según la búsqueda de conocimientos es una investigación aplicada (práctica), ya que se pretende establecer patrones motivacionales que puedan pronosticar la permanencia futura en la práctica de actividad física en l@s estudiantes de escuela secundaria.

Según el tiempo, se trata de una investigación sincrónica, se buscó conocer el estado de un determinado fenómeno en un preciso momento. En nuestro caso la investigación se realizó en Noviembre de 2015.

Según la muestra, es una investigación extensiva ya que la muestra estuvo compuesta por alumn@s de la escuela secundaria de nuestro país, España y Colombia, es de tipo masiva.

Según el tratamiento de datos, es cuantitativa porque se administraron cuestionarios cuyas respuestas son cerradas y se responden con una escala que está entre el uno y el cinco.

Según el contexto del dato es una investigación de campo ya que los cuestionarios fueron administrados en una institución educativa, en este caso en

una institución educativa pública de la ciudad de Alta Gracia, provincia de Córdoba.

Según la manipulación de variables es no experimental, ya que no manipula las variables, observa los fenómenos, los registra y luego los analiza.

## 2.2. Diseño del objeto: Sistema de matrices de datos

Unidad de Análisis (U. A.)	Variables (V)	Valores (R)	Indicadores (I)		Sub Dimensión	Valores	
			Dimensión	Valores			
U. A. (Na) Estudiantes de educación física de nivel medio del sistema escolar argentino.	V1. Sexo	R1.Hombre					
		R2. Mujer					
	Procedimiento: Preguntar						
	V2. Edad	R1. 10 años					
		R2. 11 años					
		R3. 12 años					
		R4. 13 años					
		R5. 14 años					
		R6. 15 años					
		R7. 16 años					
		R8. 17 años					
		R1. 18 años					
		R1. 19 años					
	Procedimiento: Preguntar						
	V3. Año que cursa	R1. 1ero					
		R2. 2do					
		R3. 3ero					
		R4. 4to					
		R5. 5to					
		R6. 6to					
Procedimiento: Preguntar							
V4. Calificación en educación física del	R1. 1						
	R2. 2						

	<b>curso (año) anterior</b>	R3. 3				
		R4. 4				
		R5. 5				
		R6. 6				
		R7. 7				
		R8. 8				
		R9. 9				
		R10. 10				
Procedimiento: Preguntar						
	<b>V5. Gusto por la educación física</b>	R1. Nada				
		R2. Poco				
		R3. Normal				
		R4. Bastante				
		R5. Mucho				
Procedimiento: Preguntar						
	<b>V6. Frecuencia semanal de realización de ejercicio físico en el tiempo libre</b>	R1. Baja	D1. Frecuencia semanal de realización de ejercicio físico extenuante	R1. 1 vez		
				R2. 2 veces		
				R3. 3 veces		
				R4. 4 veces		
				R5. 5 veces		
				R6. 6 veces		
				R7. 7 veces		
		R2. Media	D2. Frecuencia semanal de realización de ejercicio físico moderado	R1. 1 vez		
				R2. 2 veces		
				R3. 3 veces		
				R4. 4 veces		
				R5. 5 veces		
				R6. 6 veces		
				R7. 7 veces		
		R3. Alta	D3. Frecuencia semanal de realización de ejercicio físico suave	R1. 1 vez		
				R2. 2 veces		
				R3. 3 veces		
				R4. 4 veces		
				R5. 5 veces		
				R6. 6 veces		
				R7. 7 veces		
Procedimiento: Preguntar						

	<b>V7. Frecuencia de participación en una actividad física regular en la que se llegue a sudar realizada semanalmente en el tiempo libre</b>	R1: Nunca				
		R2: A veces				
		R3: A menudo				
Procedimiento: Preguntar						
	<b>V8. Nivel de orientación motivacional al Ego</b>	R1-Muy Alto	D1. Nivel de acuerdo cuando se es capaz de ser el único de realizar el ejercicio	R1.Totalmente de acuerdo		
		R2-Alto		R2.De acuerdo		
		R3-Medio		R3. Indiferente		
		R4-Bajo		R4. En desacuerdo		
		R5-Nulo		R5. Totalmente en desacuerdo		
			D2. Nivel de acuerdo en que el éxito radica en poder hacerlo mejor que l@s compañer@s	R1.Totalmente de acuerdo		
				R2.De acuerdo		
				R3. Indiferente		
				R4. En desacuerdo		
				R5. Totalmente en desacuerdo		
			D3. Nivel de acuerdo en que el éxito consiste en que l@s compañer@s no alcancen el mismo nivel de habilidad	R1.Totalmente de acuerdo		
				R2.De acuerdo		
				R3. Indiferente		
				R4. En desacuerdo		
				R5. Totalmente en desacuerdo		
			D4. Nivel de acuerdo en que el éxito se encuentra ligado al fracaso de los demás	R1.Totalmente de acuerdo		
				R2.De acuerdo		
				R3. Indiferente		
				R4. En desacuerdo		
				R5. Totalmente en desacuerdo		
	D5. Nivel de acuerdo en que el éxito reside en ganarle a los demás	R1.Totalmente de acuerdo				
		R2.De acuerdo				
		R3. Indiferente				

				R4. En desacuerdo		
				R5. Totalmente en desacuerdo		
			D6. Nivel de acuerdo en que el éxito se logra en tener la puntuación más alta	R1.Totalmente de acuerdo		
				R2.De acuerdo		
				R3. Indiferente		
				R4. En desacuerdo		
				R5. Totalmente en desacuerdo		
			D7. Nivel de acuerdo en que el éxito es ser el mejor	R1.Totalmente de acuerdo		
				R2.De acuerdo		
				R3. Indiferente		
				R4. En desacuerdo		
				R5. Totalmente en desacuerdo		
			D8. Nivel de acuerdo en que el éxito se encuentra en comparación de la habilidad propia con la de los demás	R1.Totalmente de acuerdo		
				R2.De acuerdo		
				R3. Indiferente		
				R4. En desacuerdo		
				R5. Totalmente en desacuerdo		
Procedimiento: Preguntar						
<b>V9. Nivel de orientación motivacional a la tarea</b>	R1-Muy Alto	D1: nivel de acuerdo cuando se es capaz de esforzarse ante la práctica de una actividad	R1.Totalmente de acuerdo			
	R2-Alto		R2.De acuerdo			
	R3-Medio		R3. Indiferente			
	R4-Bajo		R4. En desacuerdo			
	R5-Nulo		R5. Totalmente en desacuerdo			
		D2: Nivel de acuerdo en que el éxito radica en aprender una nueva actividad	R1.Totalmente de acuerdo			
			R2.De acuerdo			
			R3. Indiferente			
			R4. En desacuerdo			

				R5. Totalmente en desacuerdo		
			D3. Nivel de acuerdo en que el éxito consiste en lograr adquirir nuevas habilidades	R1.Totalmente de acuerdo		
				R2.De acuerdo		
				R3. Indiferente		
				R4. En desacuerdo		
				R5. Totalmente en desacuerdo		
			D4. Nivel de acuerdo en que el éxito se encuentra ligado en aprender una habilidad gracias al esfuerzo propio	R1.Totalmente de acuerdo		
				R2.De acuerdo		
				R3. Indiferente		
				R4. En desacuerdo		
				R5. Totalmente en desacuerdo		
			D5. Nivel de acuerdo en que el éxito radica en trabajar mucho	R1.Totalmente de acuerdo		
				R2.De acuerdo		
				R3. Indiferente		
				R4. En desacuerdo		
				R5. Totalmente en desacuerdo		
			D6. Nivel de acuerdo en que el éxito se logre al querer practicar más	R1.Totalmente de acuerdo		
				R2.De acuerdo		
				R3. Indiferente		
				R4. En desacuerdo		
				R5. Totalmente en desacuerdo		
			D7. Nivel de acuerdo en que sentir el éxito al aprender una nueva habilidad	R1.Totalmente de acuerdo		
				R2.De acuerdo		
				R3. Indiferente		
				R4. En desacuerdo		
				R5. Totalmente en desacuerdo		
			D8. Nivel de acuerdo en encontrar el éxito	R1.Totalmente de acuerdo		

			al desarrollar el máximo potencial	R2.De acuerdo		
				R3. Indiferente		
				R4. En desacuerdo		
				R5. Totalmente en desacuerdo		
Procedimiento: Preguntar						
<b>V10.Nivel de experimentación del Flow</b>	R1. Muy Alto	D1.Nivel de equilibrioentre habilidad y reto	R1. Muy Alto	SD1. Nivel de acuerdo en que la habilidad permite hacer frente al desafío planteado	R1.Totalmente de acuerdo	
	R2. Alto		R2. Alto		R2.De acuerdo	
	R3. Medio		R3. Medio		R3.Indiferente	
	R4. Bajo		R4. Bajo		R4.En desacuerdo	
	R5. Nulo		R5. Nulo		R5.Totalmente en desacuerdo	
				SD2. Nivel de acuerdo en que si las habilidades se equiparan a la exigencia de la situación	R1.Totalmente de acuerdo	
					R2.De acuerdo	
					R3.Indiferente	
					R4.En desacuerdo	
					R5.Totalmente en desacuerdo	
				SD3. Nivel de acuerdo de que si se es capaz de hacer frente a las demandas de la situación	R1.Totalmente de acuerdo	
					R2.De acuerdo	
					R3.Indiferente	
					R4.En desacuerdo	
					R5.Totalmente en desacuerdo	
				SD4. Nivel de acuerdo en que si las habilidades están a la altura de las exigencias de la situación	R1.Totalmente de acuerdo	
					R2.De acuerdo	
					R3.Indiferente	
					R4.En desacuerdo	
					R5.Totalmente en desacuerdo	
			D2. Nivel de	R1. Muy Alto	SD1. Nivel de acuerdo en la	R1.Totalmente de acuerdo

			combinación entre la unión de la acción y el pensamiento	R2. Alto	realización correcta de los gestos de forma automática	R2.De acuerdo
				R3. Medio		R3.Indiferente
				R4. Bajo		R4.En desacuerdo
				R5. Nulo		R5.Totalmente en desacuerdo
					SD2. Nivel de acuerdo en que las cosas están sucediendo automáticamente	R1.Totalmente de acuerdo
						R2.De acuerdo
						R3.Indiferente
						R4.En desacuerdo
						R5.Totalmente en desacuerdo
					SD3. Nivel de acuerdo en que la ejecución es automática	R1.Totalmente de acuerdo
						R2.De acuerdo
						R3.Indiferente
						R4.En desacuerdo
						R5.Totalmente en desacuerdo
					SD4. Nivel de acuerdo en que las cosas se hacen espontánea y automáticamente	R1.Totalmente de acuerdo
						R2.De acuerdo
			R3.Indiferente			
			R4.En desacuerdo			
			R5.Totalmente en desacuerdo			
			D3. Nivel de claridad en los objetivos	R1. Muy Alto	SD1. Nivel de acuerdo en cuanto al conocimiento de lo que se quiere hacer	R1.Totalmente de acuerdo
R2.De acuerdo						
R3.Indiferente						
R4.En desacuerdo						
R5.Totalmente en desacuerdo						
	SD2. Nivel de acuerdo a la seguridad de lo que se quiere hacer	R1.Totalmente de acuerdo				
		R2.De acuerdo				
		R3.Indiferente				
		R4.En desacuerdo				
		R5.Totalmente en desacuerdo				

						R4.En desacuerdo
						R5.Totalmente en desacuerdo
					SD3. Nivel de acuerdo con lo que se quiere conseguir	R1.Totalmente de acuerdo
						R2.De acuerdo
						R3.Indiferente
						R4.En desacuerdo
						R5.Totalmente en desacuerdo
					SD4. Nivel de acuerdo en que las metas están claramente definidas	R1.Totalmente de acuerdo
						R2.De acuerdo
						R3.Indiferente
						R4.En desacuerdo
						R5.Totalmente en desacuerdo
			D4. Nivel de Feedback	R1. Muy Alto	SD1. Nivel de claridad de cómo se lo está haciendo	R1.Totalmente de acuerdo
				R2. Alto		R2.De acuerdo
				R3. Medio		R3.Indiferente
				R4. Bajo		R4.En desacuerdo
				R5. Nulo		R5.Totalmente en desacuerdo
					SD2. Nivel de acuerdo de lo bien que se lo está haciendo	R1.Totalmente de acuerdo
						R2.De acuerdo
						R3.Indiferente
						R4.En desacuerdo
						R5.Totalmente en desacuerdo
					SD3. Nivel de acuerdo de los buenos pensamientos de lo que se está haciendo mientras se lo está realizando	R1.Totalmente de acuerdo
						R2.De acuerdo
						R3.Indiferente
						R4.En desacuerdo
						R5.Totalmente en desacuerdo

					SD4. Nivel de acuerdo en confirmar que en clase se está haciendo muy bien	R1.Totalmente de acuerdo R2.De acuerdo R3.Indiferente R4.En desacuerdo R5.Totalmente en desacuerdo
			D5. Nivel de concentración sobre la tarea que se está realizando	R1. Muy Alto	SD1. Nivel de acuerdo en que la intención está completamente en lo que se está haciendo	R1.Totalmente de acuerdo
		R2. Alto		R2.De acuerdo		
		R3. Medio		R3.Indiferente		
		R4. Bajo		R4.En desacuerdo		
		R5. Nulo		R5.Totalmente en desacuerdo		
					SD2. Nivel de acuerdo en que si se puede mantener la mente en lo que está sucediendo sin esfuerzo	R1.Totalmente de acuerdo R2.De acuerdo R3.Indiferente R4.En desacuerdo R5.Totalmente en desacuerdo
					SD3. Nivel de acuerdo si hay concentración total	R1.Totalmente de acuerdo R2.De acuerdo R3.Indiferente R4.En desacuerdo R5.Totalmente en desacuerdo
					SD4. Nivel de acuerdo en la concentración total de lo que se está haciendo	R1.Totalmente de acuerdo R2.De acuerdo R3.Indiferente R4.En desacuerdo R5.Totalmente en desacuerdo
			D6-Nivel de Sentimiento de control	R1. Muy Alto	SD1. Nivel de acuerdo con la sensación de control de lo que	R1.Totalmente de acuerdo
				R2. Alto		R2.De acuerdo

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

					SD3. Nivel de acuerdo de que da igual la imagen que se muestra a los demás	R5.Totalmente en desacuerdo R1.Totalmente de acuerdo R2.De acuerdo R3.Indiferente R4.En desacuerdo R5.Totalmente en desacuerdo
					SD4. Nivel de acuerdo de lo que otros puedan pensar da igual	R1.Totalmente de acuerdo R2.De acuerdo R3.Indiferente R4.En desacuerdo R5.Totalmente en desacuerdo
			D8. Nivel de transformación en la percepción del tiempo	R1. Muy Alto	SD1. Nivel de acuerdo en que el tiempo parece alterarse	R1.Totalmente de acuerdo
				R2. Alto		R2.De acuerdo
				R3. Medio		R3.Indiferente
				R4. Bajo		R4.En desacuerdo
				R5. Nulo		R5.Totalmente en desacuerdo
					SD2. Nivel de acuerdo en que el paso del tiempo parece ser diferente al normal	R1.Totalmente de acuerdo R2.De acuerdo R3.Indiferente R4.En desacuerdo R5.Totalmente en desacuerdo
					SD3. Nivel de acuerdo en que parece que el tiempo pasa rápidamente	R1.Totalmente de acuerdo R2.De acuerdo R3.Indiferente R4.En desacuerdo R5.Totalmente en desacuerdo
					SD4. Nivel de acuerdo en la pérdida de la noción normal	R1.Totalmente de acuerdo R2.De acuerdo

					del tiempo	R3.Indiferente
						R4.En desacuerdo
						R5.Totalmente en desacuerdo
			D9. Nivel de experiencia autotélica	R1. Muy Alto	SD1. Nivel de acuerdo con la diversión de la experiencia	R1.Totalmente de acuerdo
				R2. Alto		R2.De acuerdo
				R3. Medio		R3.Indiferente
				R4. Bajo		R4.En desacuerdo
				R5. Nulo		R5.Totalmente en desacuerdo
					SD2. Nivel de acuerdo con el gusto de la experiencia de la ejecución y de sentirlo nuevamente	R1.Totalmente de acuerdo
						R2.De acuerdo
						R3.Indiferente
						R4.En desacuerdo
						R5.Totalmente en desacuerdo
					SD3. Nivel de acuerdo de la buena impresión que deja la experiencia	R1.Totalmente de acuerdo
						R2.De acuerdo
						R3.Indiferente
						R4.En desacuerdo
						R5.Totalmente en desacuerdo
				SD4. Nivel de acuerdo con lo valioso y reconfortante que es la experiencia	R1.Totalmente de acuerdo	
					R2.De acuerdo	
					R3.Indiferente	
					R4.En desacuerdo	
					R5.Totalmente en desacuerdo	
Procedimiento: Preguntar						
	<b>V11. Nivel de experimentación de la motivación intrínseca</b>	R1-Muy Alto	D1. Nivel de acuerdo en participar en la clase de Educación Física porque es divertida	R1.Totalmente de acuerdo		
		R2-Alto		R2.De acuerdo		
		R3-Medio		R3.Indiferente		
		R4-Bajo		R4.En desacuerdo		

		R5-Nulo		R5.Totalmente en desacuerdo		
			D2. Nivel de acuerdo en participar en la clase de Educación Física porque disfruta aprendiendo nuevas habilidades	R1.Totalmente de acuerdo		
				R2.De acuerdo		
				R3.Indiferente		
				R4.En desacuerdo		
				R5.Totalmente en desacuerdo		
			D3. Nivel de acuerdo en participar de la clase porque la Educación Física es estimulante	R1.Totalmente de acuerdo		
				R2.De acuerdo		
				R3.Indiferente		
				R4.En desacuerdo		
				R5.Totalmente en desacuerdo		
			D4. Nivel de acuerdo en participar en la clase de Educación Física por la satisfacción que se siente mientras se aprenden nuevas habilidades /técnicas	R1.Totalmente de acuerdo		
				R2.De acuerdo		
				R3.Indiferente		
				R4.En desacuerdo		
				R5.Totalmente en desacuerdo		
	<b>V12. Nivel de intención de ser físicamente activo</b>	R1-Muy Alto	D1. Nivel de acuerdo en el interés por el desarrollo de la forma física	R1.Totalmente de acuerdo		
		R2-Alto		R2.De acuerdo		
		R3-Medio		R3.Indiferente		
		R4-Bajo		R4.En desacuerdo		
		R5-Nulo		R5.Totalmente en desacuerdo		
			D2. Nivel de acuerdo en el gusto por la práctica deportiva extra escolar.	R1.Totalmente de acuerdo		
				R2.De acuerdo		
				R3.Indiferente		
				R4.En desacuerdo		

				R5.Totalmente en desacuerdo			
			D3. Nivel de acuerdo en formar parte de un club deportivo de entrenamiento al finalizar el colegio	R1.Totalmente de acuerdo			
				R2.De acuerdo			
				R3.Indiferente			
				R4.En desacuerdo			
				R5.Totalmente en desacuerdo			
			D4. Nivel de acuerdo en el gusto por mantenerse activo al terminar el colegio	R1.Totalmente de acuerdo			
				R2.De acuerdo			
				R3.Indiferente			
				R4.En desacuerdo			
				R5.Totalmente en desacuerdo			
			D5. Nivel de acuerdo por la práctica habitual de un deporte en el tiempo libre	R1.Totalmente de acuerdo			
				R2.De acuerdo			
				R3.Indiferente			
				R4.En desacuerdo			
				R5.Totalmente en desacuerdo			
Procedimiento: preguntar							
<b>UA N+1</b> <b>Institución educativa de nivel secundario</b>	<b>V1. Gestión</b>	R1. Pública					
		R2. Privada					
	<b>V2. Orientación en Educación Física</b>	R1. Si					
		R2. No					
Procedimiento: preguntar							

### 2.3. Fuentes de datos

En este trabajo de investigación se trabajó con una fuente de datos primaria ya que los datos de terreno fueron generados por el propio equipo investigador que administró cuestionarios individuales (ver anexo 1) a l@s alumn@s del nivel secundario de una escuela pública de la provincia de Córdoba.

Samaja (1994) expresa que la elección de las fuentes de datos está sujeta a tres series de condiciones:

- 1) La factibilidad es la capacidad de actuar y transformar el orden real que se investiga (Samaja, 1994). En cuanto a nuestra investigación desde el primer momento se explicó a los directivos y después a los alumnos para qué se necesitaba las respuestas del cuestionario y qué datos se iban a averiguar. Primero se realizó una prueba piloto (ver anexo 2) a un varón y una mujer de cada curso en donde surgieron dudas sobre algunas preguntas del cuestionario y de esta forma encontrar las soluciones al momento de tomar toda la muestra. Antes de comenzar la administración del cuestionario se explicaron todas las partes del mismo y se aclararon las dudas que surgieron en el pilotaje.
- 2) La viabilidad de la fuente de datos radica en la coherencia teórica de las fuentes respecto de la conceptualización de las variables (Samaja, 1994) por ello durante el pilotaje decidimos resolver todos los problemas que pudieran surgir y así lograr la viabilidad de los datos.

Detallamos a continuación las decisiones tomadas:

-Los cuestionarios fueron administrados primero a dos de cada curso (prueba piloto) fueron elegidos algunos alumnos por la profesora que estaba en ese momento y otros por el preceptor, luego nos dirigimos a un aula y se realizó la encuesta. En esta prueba piloto surgieron dudas en cuanto al significado de algunas palabras, por lo tanto se elaboró un glosario de posibles respuestas para aclarar las dudas surgidas en el pilotaje (Ver anexo 3).

-Al momento de la muestra total se llenó la primera hoja del cuestionario de forma conjunta para ir aclarando las posibles dudas e indicar el correcto llenado del mismo. Esto también se realizó así en el pilotaje

- 3) En cuanto a la accesibilidad, se realizó en la escuela secundaria donde trabajamos ya que conocíamos a los directivos quienes fueron muy atentos y se mostraron interesados en nuestra investigación, brindándonos todo su apoyo. Se pactó con el equipo directivo el lugar y fecha para realizar las

encuestas. Se realizó la prueba piloto en octubre y en noviembre la muestra a los ciento veinte estudiantes. No nos surgieron problemas para administrar el cuestionario a tod@s los alumn@s ya que la escuela cuenta con una amplia población estudiantil.

Respecto a la validez de las fuentes, se han tenido los siguientes criterios:

- ✓ Calidad de los datos: La información manifestada por l@s estudiantes fue la base para la construcción del conocimiento científico que produjimos. Creemos que el haber permanecido en el momento del cuestionario y haber llenado la primera hoja en forma conjunta, favoreció que los resultados sean de mayor confiabilidad ya que se iban aclarando todas las dudas que se presentaban a medida que completaban el cuestionario. A pesar que varios alumn@s expresaron que la encuesta era demasiado larga y que algunas preguntas se repetían, intentamos rectificar que era necesaria cada una de las respuestas ya que serían de mucha ayuda para nuestra investigación.

En cuanto al objetivo del estudio, a l@s alumn@s les resultó interesante ya que a la gran mayoría, especialmente los varones, les agrada la materia educación física y les interesaba colaborar con esta investigación. En cuanto a la duración de la entrevista, algunos se quejaban de que era muy larga y las últimas respuestas las respondían sin leerlas detenidamente, especialmente l@s alumn@s de los primeros años. El desempeño del entrevistador creemos que cumplió con la función que tenía, al principio con el llenado de la primer hoja (ya que se hizo en conjunto) y luego respondiendo a todas las dudas que se fueron generando a lo largo de la entrevista.

En cuanto a la elaboración del glosario nos pusimos de acuerdo entre todos los del grupo UFLO para definir y dar el mismo significado de cada palabra no comprendida o desconocida del cuestionario. De esta manera evitamos posibles confusiones o malas interpretaciones.

- ✓ Riqueza de los datos: El cuestionario se ha elaborado teniendo en cuenta todas las dimensiones de las cuatro variables de nuestra investigación por lo tanto ha sido muy rica su información.
- ✓ Cantidad de los datos: El colegio seleccionado para la puesta en práctica de nuestra investigación fue de gran ayuda ya que es un escuela con doble turno (mañana y tarde) y fue muy rápido acceder a los ciento veinte estudiantes para la elaboración del trabajo. En varios cursos pudimos realizar la encuesta a más de veinte estudiantes para tener la opción de descartar algún cuestionario por si estaba mal elaborado o no nos parecían confiables sus respuestas.
- ✓ Oportunidad de la información: El tiempo en la obtención de los datos fue óptimo ya que en una semana se les administraron los cuestionarios a tod@s l@s alumn@s de la muestra total. El procedimiento se realizó por curso con la colaboración de los profesores que se encontraban en el momento de la encuesta. Al inicio se aclaró a l@s estudiantes que todos los que querían podían participar, siempre y cuando se cubrieran los diez varones y diez mujeres (no hubo problema porque los cursos eran muy numerosos y siempre se cubrió la cantidad de estudiantes).
- ✓ Economía de los datos: En cuanto al material utilizado para nuestra investigación fue de muy bajo costo, ya que los cuestionarios fueron impresos en la fotocopidora de la escuela, la cual tuvo una atención para colaborar con esta investigación.

## **2.4 Instrumentos para la producción de datos**

El instrumento utilizado para la recolección de datos, fue el cuestionario. En el mismo todo está relacionado ya que es una unidad y todas sus preguntas se complementan.

Existen dos factores importantes en el cuestionario, el orden de las preguntas y el tamaño en el cuestionario.

En la primera hoja se realizaron las preguntas introductorias como por ejemplo: si le agrada o no la educación física, qué nota obtuvo en el año anterior entre otras, consignas para generar confianza en el entrevistador. Se realizó de esta manera para motivar la necesidad de lograr que el entrevistado se relaje y tenga confianza en el entrevistador (Padua, 1994).

Luego se quiere obtener una respuesta en cuanto a la cantidad y calidad de su práctica física y deportiva, y por último se quieren obtener datos sobre las cinco variables principales. Con respecto al tipo de preguntas son cerradas con cinco respuestas posibles que permitieron una mejor elección.

A partir de la segunda hoja se encuentran los ítems correspondientes a las variables centrales de la investigación. Los cuestionarios específicos utilizados para cada una son los siguientes:

El primer tramo mide la orientación motivacional, conformado por 16 ítems. Se basa en el TEOSQ adaptado a la Educación Física. Peiró Velert y Sanchis Gimeno (2004) analizaron las propiedades psicométricas del TEOSQ (Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire) como un instrumento para medir las orientaciones de meta adaptado a la educación física y fue considerado un instrumento muy consistente y útil para medir las diferencias individuales en las perspectivas de meta en este contexto (para más detalles véase Duda y Whitehead, 1998). Y cada dimensión de la variable, queda conformada por ocho indicadores.

Se utiliza la Escala del Estado de Flow (Jackson y Marsh, 1996) en su versión española (García, Jiménez, Santos-Rosa, Reina y Cervelló, 2008). Esta herramienta mide la disposición a experimentar el estado de flow a partir de los siguiente nueve factores: equilibrio reto-habilidad, automatismo, claridad de objetivos, claridad en el feedback, concentración, sentimiento de control, pérdida de la auto-conciencia, distorsión del tiempo y experiencia autotélica. Está compuesta por 36 ítems (cuatro ítems para cada uno de los nueve factores motivacionales mencionados). Las respuestas a dicho cuestionario son cerradas y se responden con una escala tipo Likert cuya puntuación oscila entre 1= totalmente en desacuerdo y 5= totalmente de acuerdo.

Se utiliza el factor “motivación intrínseca” del Perceived Locus of Causality (PLOC; Goudas et al., 1994). Se trata de 4 ítems para medir la motivación intrínseca que se responden con una escala tipo Likert cuya puntuación oscila entre 1=totalmente en desacuerdo y 5=totalmente de acuerdo.

La Medida de la Intencionalidad para ser Físicamente Activo (Hein, Müür, y Koka, 2004) está en su versión española (Moreno, Moreno y Cervelló, 2007). Está compuesta de cinco ítems para medir la intención del sujeto de ser físicamente activo tras su paso por las diversas instituciones educativas. Las respuestas a dicho cuestionario son cerradas y se responden con una escala tipo Likert cuya puntuación oscila entre 1=totalmente en desacuerdo y 5=totalmente de acuerdo.

## **2.5. Plan de actividades en contexto**

En esta investigación el trabajo de campo se realizó en un contexto de terreno porque se hicieron las entrevistas en una escuela secundaria de la ciudad de Alta Gracia, provincia de Córdoba, en la cual trabajo. La posición del investigador fue interactiva ya que dialogamos con l@s estudiantes acerca de nuestra investigación y de la importancia que tenía su colaboración. A partir del mes de marzo de 2015 que comenzamos a realizar este trabajo de investigación tuve la posibilidad de hablar con los directivos y profesores en donde se mostraron interesados y manifestaron su colaboración con nuestra investigación, a la hora de realizar los cuestionarios.

Se pactó un encuentro con las autoridades, a través de una carta (Ver anexo 4) solicitando permiso para realizar las encuestas en su institución. Se acordó una fecha estimativa para realizar el pilotaje. Se realizan doce cuestionarios como prueba piloto acordando con profesores de cada curso para que a la hora convenida un alumno y una alumna de primer año hasta sexto concurren al aula taller del establecimiento. Una vez solucionado todas las dudas resultantes de esta prueba se procedió a realizar la muestra siendo un total de 20 encuestados, 10 mujeres y 10 varones por curso. Se realizó la entrevista por curso con la colaboración de los profesores que estaban dictando clases. Primeramente se les

explicó por qué y para qué realizaban el cuestionario, luego de responder todos los ítems, l@s alumn@s continuaron con su clase normalmente. El tiempo que duró la muestra global fue aproximadamente entre quince y veinticinco minutos. A continuación se expone el cuadro sintetizador del plan de actividades.

### Cronograma de actividades

<b>Actividad 1:</b> Concertación de entrevista (y entrega de carta de presentación) al equipo directivo de la escuela.	Del 03 al 14 de agosto de 2015
<b>Actividad 2:</b> Realización de entrevista con equipo directivo y/o jefe de departamento de Educación Física. Programación de fecha y horario para realizar el pilotaje. Programación de horarios tentativos para la muestra total.	20 de agosto de 2015
<b>Actividad 4:</b> Pilotaje: administración del instrumento con 12 estudiantes (2 de cada año)	24 y 25 de agosto de 2015
<b>Actividad 5:</b> Administración del cuestionario a toda la muestra	9 al 13 de Noviembre de 2015

## **2.6.Universo y muestra**

Encontramos en esta investigación dos universos de análisis: estudiantes de educación física de nivel medio del sistema escolar argentino e instituciones educativas de nivel medio.

El tipo de muestra para la primera unidad de análisis es probabilística, ya que tod@s l@s estudiantes tuvieron la misma probabilidad de ser elegidos.

Curso por curso se fueron tomando los datos a estudiantes de primero a sexto año, turno mañana, entre 12 a 19 años de edad. Se entregaron los cuestionarios a todos los que manifestaron interés, se eliminaron aquellos que eran dudosos en cuanto a su llenado y luego se realizó un sorteo entre los cuestionarios restantes ya que superaban más de diez varones y diez mujeres.

De acuerdo a la clasificación de Padua (2004) la muestra es probabilística al azar estratificada porque l@s estudiantes pueden dividirse en grupos o estratos, edad, sexo, curso, etc., y es proporcional porque cada fracción del muestreo es igual para cada estrato.

El tipo de muestra para la segunda unidad de análisis es finalística intencional, ya que la elección del establecimiento fue por el contacto directo que mantengo con el mismo ya que trabajo como profesora de educación física.

## **2.7. Plan de tratamiento y análisis de los datos**

El tratamiento y análisis de los datos se ha centrado en las variables es decir cómo se comportan l@s estudiantes de educación física de nivel medio del sistema escolar argentino con cada una de las variables.

Se realizó un tratamiento cuantitativo haciéndolo en base a estadísticas descriptivas. De cada variable se obtuvo la moda, la media y un valor porcentual.

### **2.7.1 Secuencia de actividades**

#### **2.7.1.1 Procesamiento de información**

El procesamiento de la información empírica se realizó cargando los datos en una planilla Excel (ver anexo 6). La modalidad de carga fue realizada conforme al instructivo propuesto por Coterón y Gómez, en donde se agruparon en filas las unidades de análisis y en las columnas los diferentes ítems del cuestionario administrado, correspondiente a cada variable, dimensión o sub-dimensión diseñada en la matriz de datos (ver anexo 5).

### **2.7.1.2 Construcción de índices sumatorios para variables complejas**

A todas las variables se le ha indicado un índice sumatorio con el fin de darle un valor numérico a cada respuesta de opinión de l@s estudiantes y así poder realizar estadísticas.

Transformamos las respuestas de cada dimensión: 1, 2, 3, 4 y 5 (1=totalmente en desacuerdo, 2=en acuerdo, 3=Indiferencia, 4=de acuerdo, 5=totalmente en acuerdo) en una escala de niveles para cada variable conformada por los valores Nulo, Bajo, Medio, Alto y Muy alto. A continuación se detallan los índices sumatorios para cada una de ellas.

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

#### **2.7.1.2.1. Índice Nivel de orientación motivacional al ego.**

Variable	Valores	Puntaje	Dimensión	Valores	Puntaje
<b>V8. Nivel de orientación motivacional al Ego</b>	R1-Muy Alto	8 y 9	D1. Nivel de acuerdo cuando se es capaz de ser el único de realizar el ejercicio	R1. Totalmente de acuerdo R2. De acuerdo R3. Indiferente R4. En desacuerdo R5. Totalmente en desacuerdo	1 2 3 4 5
	R2-Alto	10 a 19	D2. Nivel de acuerdo en que el éxito radica en poder hacerlo mejor que l@S compañer@S	R1. Totalmente de acuerdo R2. De acuerdo R3. Indiferente R4. En desacuerdo R5. Totalmente en desacuerdo	1 2 3 4 5
	R3-Medio	20 a 28			
	R4-Bajo	29 a 38	D3. Nivel de acuerdo en que el éxito consiste en que l@s compañer@s no alcancen el mismo nivel de habilidad	R1. Totalmente de acuerdo R2. De acuerdo R3. Indiferente R4. En desacuerdo R5. Totalmente en desacuerdo	1 2 3 4 5
	R5-Nulo	39 y 40			
			D4. Nivel de acuerdo en que el éxito se encuentra ligado al fracaso de los demás	R1. Totalmente de acuerdo R2. De acuerdo R3. Indiferente R4. En desacuerdo R5. Totalmente en desacuerdo	1 2 3 4 5
			D5. Nivel de acuerdo en que el éxito reside en ganarle a los demás	R1. Totalmente de acuerdo R2. De acuerdo R3. Indiferente R4. En desacuerdo R5. Totalmente en desacuerdo	1 2 3 4 5
			D6. Nivel de acuerdo en que el éxito se logra en tener la puntuación más alta	R1. Totalmente de acuerdo R2. De acuerdo R3. Indiferente R4. En desacuerdo R5. Totalmente en desacuerdo	1 2 3 4 5
		D7. Nivel de acuerdo en que el éxito es ser el mejor	R1. Totalmente de acuerdo R2. De acuerdo R3. Indiferente R4. En desacuerdo R5. Totalmente en desacuerdo	1 2 3 4 5	
		D8. Nivel de acuerdo en que el éxito se encuentra en comparación de la habilidad propia con la de los demás	R1. Totalmente de acuerdo R2. De acuerdo R3. Indiferente R4. En desacuerdo R5. Totalmente en desacuerdo	1 2 3 4 5	

### 2.7.1.2.2 Índice nivel de orientación motivacional a la tarea

Variable	Valores	Puntaje	Dimensión	Valores	Puntaje
<b>V8. Nivel de orientación motivacional a la tarea</b>	R1-Muy Alto	8 y 9	D1: nivel de acuerdo cuando se es capaz de esforzarse ante la práctica de una actividad	R1. Totalmente de acuerdo R2. De acuerdo R3. Indiferente R4. En desacuerdo R5. Totalmente en desacuerdo	1 2 3 4 5
	R2-Alto	10 a 19	D2: Nivel de acuerdo en que el éxito radica en aprender una nueva actividad	R1. Totalmente de acuerdo R2. De acuerdo R3. Indiferente R4. En desacuerdo R5. Totalmente en desacuerdo	1 2 3 4 5
	R3-Medio	20 a 28		R1. Totalmente de acuerdo R2. De acuerdo R3. Indiferente R4. En desacuerdo R5. Totalmente en desacuerdo	1 2 3 4 5
	R4-Bajo	29 a 38	D3. Nivel de acuerdo en que el éxito consiste en lograr adquirir nuevas habilidades	R1. Totalmente de acuerdo R2. De acuerdo R3. Indiferente R4. En desacuerdo R5. Totalmente en desacuerdo	1 2 3 4 5
	R5-Nulo	39 y 40		R1. Totalmente de acuerdo R2. De acuerdo R3. Indiferente R4. En desacuerdo R5. Totalmente en desacuerdo	1 2 3 4 5
				R1. Totalmente de acuerdo R2. De acuerdo R3. Indiferente R4. En desacuerdo R5. Totalmente en desacuerdo	1 2 3 4 5
			D4. Nivel de acuerdo en que el éxito se encuentra ligado en aprender una habilidad gracias al esfuerzo propio	R1. Totalmente de acuerdo R2. De acuerdo R3. Indiferente R4. En desacuerdo R5. Totalmente en desacuerdo	1 2 3 4 5
			D5. Nivel de acuerdo en que el éxito radica en trabajar mucho	R1. Totalmente de acuerdo R2. De acuerdo R3. Indiferente R4. En desacuerdo R5. Totalmente en desacuerdo	1 2 3 4 5
			D6. Nivel de acuerdo en que el éxito se logre al querer practicar más	R1. Totalmente de acuerdo R2. De acuerdo R3. Indiferente R4. En desacuerdo R5. Totalmente en desacuerdo	1 2 3 4 5
		D7. Nivel de acuerdo en que sentir el éxito al aprender una nueva habilidad	R1. Totalmente de acuerdo R2. De acuerdo R3. Indiferente R4. En desacuerdo R5. Totalmente en desacuerdo	1 2 3 4 5	
		D8. Nivel de acuerdo en encontrar el éxito al desarrollar el máximo potencial	R1. Totalmente de acuerdo R2. De acuerdo R3. Indiferente R4. En desacuerdo R5. Totalmente en desacuerdo	1 2 3 4 5	

### 2.7.1.2.3 Índice nivel de experimentación de flow

Variable	Valores	Puntaje	Dimensión	Valores	Puntaje	Sub dimensión	Valores	Puntaje
<b>V10.</b> <b>Nivel de experimentación del Flow</b>	R1-Muy Alto	36 a 45	D1. Nivel de equilibrio entre habilidad y reto	R1-Muy Alto	4 y 5	SD1. Nivel de acuerdo en que la habilidad permite hacer frente al desafío planteado	R1. Totalmente de acuerdo	1
	R2-Alto	46 a 87		R2-Alto	6 a 9		R2. De acuerdo	2
	R3-Medio	88 a 128		R3-Medio	10 a 14	R3. Indiferente	3	
	R4-Bajo	129 a 170		R4-Bajo	15 a 18	R4. En desacuerdo	4	
	R5-Nulo	171 a 180		R5-Nulo	19 y 20	R5. Totalmente en desacuerdo	5	
						SD2. Nivel de acuerdo en que si las habilidades se equiparan a la exigencia de la situación	R1. Totalmente de acuerdo	1
							R2. De acuerdo	2
							R3. Indiferente	3
					R4. En desacuerdo		4	
						R5. Totalmente en desacuerdo	5	
					SD3. Nivel de acuerdo de que si se es capaz de hacer frente a las demandas de la situación	R1. Totalmente de acuerdo	1	
						R2. De acuerdo	2	
						R3. Indiferente	3	
						R4. En desacuerdo	4	
						R5. Totalmente en desacuerdo	5	
				D2. Nivel de combinación entre la unión de la acción y el pensamiento			SD1. Nivel de acuerdo en la realización correcta de los gestos de forma automática	R1. Totalmente de acuerdo
			R1-Muy Alto		4 y 5	R2. De acuerdo		2
			R2-Alto		6 a 9	R3. Indiferente	3	
			R3-Medio		10 a 14	R4. En desacuerdo	4	
			R4-Bajo		15 a 18	R5. Totalmente en desacuerdo	5	
			R5-Nulo		19 y 20	SD2. Nivel de acuerdo en que las cosas están sucediendo automáticamente	R1. Totalmente de acuerdo	1
							R2. De acuerdo	2
							R3. Indiferente	3
					R4. En desacuerdo		4	
					R5. Totalmente en desacuerdo	5		
					SD3. Nivel de acuerdo en que la ejecución es automática	R1. Totalmente de acuerdo	1	
						R2. De acuerdo	2	
						R3. Indiferente	3	
						R4. En desacuerdo	4	
						R5. Totalmente en desacuerdo	5	
					SD4. Nivel de acuerdo en que las cosas se hacen espontánea y automáticamente	R1. Totalmente de acuerdo	1	
						R2. De acuerdo	2	
						R3. Indiferente	3	
						R4. En desacuerdo	4	
						R5. Totalmente en desacuerdo	5	

Variable	Valores	Puntaje	Dimensión	Valores	Puntaje	Sub dimensión	Valores	Puntaje
			D3. Nivel de claridad en los objetivos	R1-Muy Alto	4 y 5	SD1. Nivel de acuerdo en cuanto al conocimiento de lo que se quiere hacer	R1. Totalmente de acuerdo	1
				R2-Alto	6 a 9		R2. De acuerdo	2
				R3-Medio	10 a 14		R3. Indiferente	3
				R4-Bajo	15 a 18		R4. En desacuerdo	4
				R5-Nulo	19 y 20		R5. Totalmente en desacuerdo	5
			D4. Nivel de Feedback	R1-Muy Alto	4 y 5	SD1. Nivel de claridad de cómo se lo está haciendo	R1. Totalmente de acuerdo	1
							R2. De acuerdo	2
							R3. Indiferente	3
							R4. En desacuerdo	4
							R5. Totalmente en desacuerdo	5
D3. Nivel de claridad en los objetivos	R2-Alto	6 a 9	SD2. Nivel de acuerdo a la seguridad de lo que se quiere hacer	R1. Totalmente de acuerdo	1			
				R2. De acuerdo	2			
				R3. Indiferente	3			
				R4. En desacuerdo	4			
D4. Nivel de Feedback	R3-Medio	10 a 14	SD2. Nivel de acuerdo de lo bien que se lo está haciendo	R1. Totalmente de acuerdo	1			
				R2. De acuerdo	2			
				R3. Indiferente	3			
				R4. En desacuerdo	4			
D3. Nivel de claridad en los objetivos	R4-Bajo	15 a 18	SD3. Nivel de acuerdo con lo que se quiere conseguir	R1. Totalmente de acuerdo	1			
				R2. De acuerdo	2			
				R3. Indiferente	3			
				R4. En desacuerdo	4			
D4. Nivel de Feedback	R4-Bajo	15 a 18	SD3. Nivel de acuerdo de los buenos pensamientos de lo que se está haciendo mientras se lo está realizando	R1. Totalmente de acuerdo	1			
				R2. De acuerdo	2			
				R3. Indiferente	3			
				R4. En desacuerdo	4			
D3. Nivel de claridad en los objetivos	R5-Nulo	19 y 20	SD4. Nivel de acuerdo en que las metas están claramente definidas	R1. Totalmente de acuerdo	1			
				R2. De acuerdo	2			
				R3. Indiferente	3			
				R4. En desacuerdo	4			
D4. Nivel de Feedback	R5-Nulo	19 y 20	SD4. Nivel de acuerdo en confirmar que en clase se está haciendo muy bien	R1. Totalmente de acuerdo	1			
				R2. De acuerdo	2			
				R3. Indiferente	3			
				R4. En desacuerdo	4			
D3. Nivel de claridad en los objetivos	R5-Nulo	19 y 20	SD4. Nivel de acuerdo en confirmar que en clase se está haciendo muy bien	R5. Totalmente en desacuerdo	5			
				R5. Totalmente en desacuerdo	5			
				R5. Totalmente en desacuerdo	5			
				R5. Totalmente en desacuerdo	5			

Variable	Valores	Puntaje	Dimensión	Valores	Puntaje	Sub dimensión	Valores	Puntaje	
	R1-Muy Alto	36 a 45	D5. Nivel de concentración sobre la tarea que se está realizando	R1-Muy Alto	4 y 5	SD1. Nivel de acuerdo en que la intención está completamente en lo que se está haciendo	R1. Totalmente de acuerdo	1	
	R2-Alto	46 a 87		R2-Alto	6 a 9		R2. De acuerdo	2	
	R3-Medio	88 a 128		R3-Medio	10 a 14		R3. Indiferente	3	
	R4-Bajo	129 a 170		R4-Bajo	15 a 18		R4. En desacuerdo	4	
	R5-Nulo	171 a 180		R5-Nulo	19 y 20		R5. Totalmente en desacuerdo	5	
						SD2. Nivel de acuerdo en que si se puede mantener la mente en lo que está sucediendo sin esfuerzo	R1. Totalmente de acuerdo	1	
							R2. De acuerdo	2	
							R3. Indiferente	3	
							R4. En desacuerdo	4	
							R5. Totalmente en desacuerdo	5	
						SD3. Nivel de acuerdo si hay concentración total	R1. Totalmente de acuerdo	1	
							R2. De acuerdo	2	
							R3. Indiferente	3	
							R4. En desacuerdo	4	
							R5. Totalmente en desacuerdo	5	
			D6-Nivel de Sentimiento de control	R1-Muy Alto	4 y 5	SD1. Nivel de acuerdo con la sensación de control de lo que se está haciendo	R1. Totalmente de acuerdo	1	
				R2-Alto	6 a 9		R2. De acuerdo	2	
				R3-Medio	10 a 14		R3. Indiferente	3	
				R4-Bajo	15 a 18		R4. En desacuerdo	4	
				R5-Nulo	19 y 20		R5. Totalmente en desacuerdo	5	
							SD2. Nivel de acuerdo con la sensación de poder de controlar lo que se está haciendo	R1. Totalmente de acuerdo	1
								R2. De acuerdo	2
								R3. Indiferente	3
						R4. En desacuerdo	4		
							R5. Totalmente en desacuerdo	5	
						SD3. Nivel de acuerdo con el sentimiento de control total	R1. Totalmente de acuerdo	1	
							R2. De acuerdo	2	
							R3. Indiferente	3	
							R4. En desacuerdo	4	
							R5. Totalmente en desacuerdo	5	
						SD4. Nivel de acuerdo con el control total del cuerpo	R1. Totalmente de acuerdo	1	
							R2. De acuerdo	2	
							R3. Indiferente	3	
							R4. En desacuerdo	4	
							R5. Totalmente en desacuerdo	5	

Variable	Valores	Puntaje	Dimensión	Valores	Puntaje	Sub dimensión	Valores	Puntaje
			D7-Nivel de pérdida de cohibición o de autoconciencia	R1-Muy Alto	4 y 5	SD1 . Nivel de acuerdo en que la percepción de lo el/la otr@ piensa da igual	R1. Totalmente de acuerdo	1
				R2-Alto	6 a 9		R2. De acuerdo	2
				R3-Medio	10 a 14		R3. Indiferente	3
				R4-Bajo	15 a 18		R4. En desacuerdo	4
				R5-Nulo	19 y 20	R5. Totalmente en desacuerdo	5	
				SD2. Nivel de acuerdo en que la evaluación del/la otr@ da igual	R1. Totalmente de acuerdo	1		
					R2. De acuerdo	2		
					R3. Indiferente	3		
			R4. En desacuerdo		4			
			SD3. Nivel de acuerdo de que da igual la imagen que se muestra a los demás	R1. Totalmente de acuerdo	1			
				R2. De acuerdo	2			
				R3. Indiferente	3			
R4. En desacuerdo	4							
SD4. Nivel de acuerdo de lo que otros puedan pensar da igual	R1. Totalmente de acuerdo	1						
	R2. De acuerdo	2						
	R3. Indiferente	3						
	R4. En desacuerdo	4						
D8. Nivel de transformación en la percepción del tiempo			D8. Nivel de transformación en la percepción del tiempo	R1-Muy Alto	4 y 5	SD1. Nivel de acuerdo en que el tiempo parece alterarse	R1. Totalmente de acuerdo	1
				R2-Alto	6 a 9		R2. De acuerdo	2
				R3-Medio	10 a 14		R3. Indiferente	3
				R4-Bajo	15 a 18		R4. En desacuerdo	4
				R5-Nulo	19 y 20	R5. Totalmente en desacuerdo	5	
				SD2. Nivel de acuerdo en que el paso del tiempo parece ser diferente al normal	R1. Totalmente de acuerdo	1		
					R2. De acuerdo	2		
					R3. Indiferente	3		
			R4. En desacuerdo		4			
			SD3. Nivel de acuerdo en que parece que el tiempo pasa rápidamente	R1. Totalmente de acuerdo	1			
				R2. De acuerdo	2			
				R3. Indiferente	3			
R4. En desacuerdo	4							
SD4. Nivel de acuerdo en la pérdida de la noción normal del tiempo	R1. Totalmente de acuerdo	1						
	R2. De acuerdo	2						
	R3. Indiferente	3						
	R4. En desacuerdo	4						
R5. Totalmente en desacuerdo	5							

Variable	Valores	Puntaje	Dimensión	Valores	Puntaje	Sub dimensión	Valores	Puntaje
			D9. Nivel de experiencia autotética	R1-Muy Alto	4 y 5	SD1. Nivel de acuerdo con la diversión de la experiencia	R1. Totalmente de acuerdo	1
				R2-Alto	6 a 9		R2. De acuerdo	2
				R3-Medio	10 a 14	SD2. Nivel de acuerdo con el gusto de la experiencia de la ejecución y de sentirlo nuevamente	R3. Indiferente	3
				R4-Bajo	15 a 18		R4. En desacuerdo	4
R5-Nulo	19 y 20	R5. Totalmente en desacuerdo	5					
						SD3. Nivel de acuerdo de la buena impresión que deja la experiencia	R1. Totalmente de acuerdo	1
							R2. De acuerdo	2
							R3. Indiferente	3
							R4. En desacuerdo	4
							R5. Totalmente en desacuerdo	5
						SD4. Nivel de acuerdo con lo valioso y reconfortante que es la experiencia	R1. Totalmente de acuerdo	1
							R2. De acuerdo	2
							R3. Indiferente	3
							R4. En desacuerdo	4
							R5. Totalmente en desacuerdo	5

#### 2.7.1.2.4. Índice nivel de experimentación de la motivación intrínseca

Variable	Valores	Puntaje	Dimensión	Valores	Puntaje
<b>V11. Nivel de experimentación de la motivación intrínseca</b>	R1-Muy Alto	4 y 5	D1. Nivel de acuerdo en participar en la clase de Educación Física porque es divertida	R1. Totalmente de acuerdo	1
	R2-Alto	6 a 9		R2. De acuerdo	2
	R3-Medio	10 a 14	D2. Nivel de acuerdo en participar en la clase de Educación Física porque disfruta aprendiendo nuevas habilidades	R3. Indiferente	3
				R4. En desacuerdo	4
				R5. Totalmente en desacuerdo	5

	R4-Bajo	15 a 18	D3. Nivel de acuerdo en participar de la clase porque la Educación Física es estimulante	R1. Totalmente de acuerdo	1
	R5-Nulo	19 y 20		R2. De acuerdo	2
			D4. Nivel de acuerdo en participar en la clase de Educación Física por la satisfacción que se siente mientras se aprenden nuevas habilidades /técnicas	R3. Indiferente	3
				R4. En desacuerdo	4
				R5. Totalmente en desacuerdo	5

### 2.7.1.2.5. Índice nivel de intención de ser físicamente activo

Variable	Valores	Puntaje	Dimensión	Valores	Puntaje
<b>V12. Nivel de intención de ser físicamente activo</b>	R1-Muy Alto	5 y 6	D1. Nivel de acuerdo en el interés por el desarrollo de la forma física	R1. Totalmente de acuerdo	1
	R2-Alto	7 a 12		R2. De acuerdo	2
	R3-Medio	13 a 17	D2. Nivel de acuerdo en el gusto por la práctica deportiva extra escolar.	R3. Indiferente	3
	R4-Bajo	18 a 23		R4. En desacuerdo	4
	R5-Nulo	24 y 25		R5. Totalmente en desacuerdo	5
			D3. Nivel de acuerdo en formar parte de un club deportivo de entrenamiento al finalizar el colegio	R1. Totalmente de acuerdo	1
				R2. De acuerdo	2
				R3. Indiferente	3
				R4. En desacuerdo	4
				R5. Totalmente en desacuerdo	5
		D4. Nivel de acuerdo en el gusto por mantenerse activo al terminar el colegio	R1. Totalmente de acuerdo	1	
			R2. De acuerdo	2	
			R3. Indiferente	3	
			R4. En desacuerdo	4	
			R5. Totalmente en desacuerdo	5	
		D5. Nivel de acuerdo por la práctica habitual de un deporte en el tiempo libre	R1. Totalmente de acuerdo	1	
			R2. De acuerdo	2	
			R3. Indiferente	3	
			R4. En desacuerdo	4	
			R5. Totalmente en desacuerdo	5	

### **2.7.1.3 Análisis estadístico de cada variable**

Analizamos toda la muestra en general y por cuotas (sexo y curso). Se realizaron tablas y gráficos de frecuencia absoluta y porcentual y se extrajeron las medidas estadísticas moda y media.

El análisis fue centrado en la variable ya que nos informa sobre el comportamiento de la población, estudiantes de nivel secundario, respecto de uno de sus aspectos relevantes (Samaja, 1994).

Es una población de mediciones ya que determina una distribución de frecuencias mediante el promedio y la moda, para de ese modo lograr un conocimiento sobre la población como conjunto (Samaja, 1994).

### **2.7.1.4 Ilustración de resultados con gráficos descriptivos**

Se utilizaron gráficos de columnas para las preguntas de la primera hoja, es decir calificación, gusto por la educación física, ejercicio moderado, suave y extenuante, frecuencia en la actividad que sude. Luego se realizó gráfico de líneas para comparar la diferencia entre los hombres y mujeres.

En las variables principales de la investigación se utilizaron gráficos de columnas para comparar los valores, nulo, bajo, medio alto, muy alto con los diferentes cursos, 1 año, 2 año, 3 año, 4 año, 5 año, 6 año.

También se realizaron gráficas circulares para obtener la frecuencia porcentual de cada variable.

### **2.7.1.5 Análisis de relación de variables**

Se determinaron las siguientes relaciones entre las variables:

El nivel de la orientación motivacional al ego con la práctica futura de actividad física en l@s estudiantes de la escuela secundaria.

El nivel de la orientación motivacional a la tarea con la práctica futura de actividad física en l@s estudiantes de la escuela secundaria

El nivel de estado de flow de l@s alumn@s de la escuela secundaria con la práctica futura de actividad física.

El nivel de la motivación intrínseca con el nivel de intención futura de la práctica de actividad física.

### 3. Tercera Parte: Análisis y conclusiones

#### 3.1. Exposición, análisis e interpretación de los datos

##### 3.1.1 Variables de base

A continuación detallaremos cómo se han comportado las siguientes variables.

##### 3.1.1.1 Calificación de Educación Física del año anterior

La variable calificación se ha comportado de la siguiente manera:

La calificación 1 y 2 no ha obtenido resultados, la nota 3 y 4 el 1% siendo estos varones, 5 han obtenido 2 % de l@s estudiantes también varones, la nota 6 la obtuvieron el 7%, 7 han obtenido el 12%, existiendo un pequeña diferencia entre ambos sexos(varones el 13% y mujeres el 11%), la calificación 8, el 38 % , de los cuales 37% lo obtuvieron los varones y 40% las mujeres, siendo esta calificación la de mayor número de alumn@s. La calificación 9 disminuyó al 26 %, el 25% lo obtuvieron los varones y el 27% las mujeres y por último 10 obtuvieron 13% de los estudiantes, siendo esta nota la de mayor diferencia porcentual entre varones y mujeres(8% varones y el 17% mujeres).

En las notas 7, 8, 9 los varones y mujeres se asemejan en cantidad.

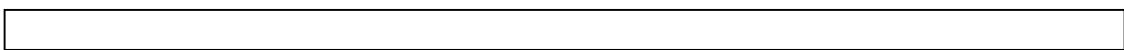
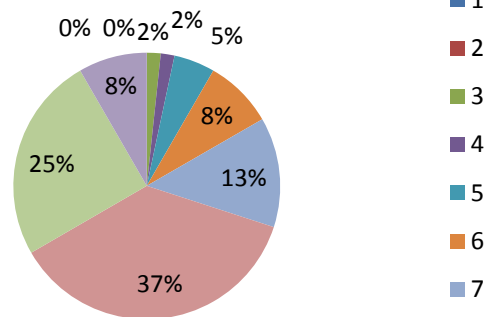
De acuerdo a estos resultados las mujeres han obtenido mejores notas que los varones y no han obtenido calificaciones menores a 6.

calificación	Frecuencia absoluta	Frecuencia porcentual
1		0%
2		0%
3	1	1%
4	1	1%
5	3	2%
6	8	7%
7	15	12%
8	46	38%
9	31	26%

10	15	13%
	120	100%
Moda	8	
Media	8,1	

calificación	Frecuencia absoluta varón	Frecuencia porcentual Varón	Frecuencia absoluta Mujer	Frecuencia porcentual Varón
1	0	0%	0	0%
2	0	0%	0	0%
3	1	2%	0	0%
4	1	2%	0	0%
5	3	5%	0	0%
6	5	8%	3	5%
7	8	13%	7	11%
8	22	37%	24	40%
9	15	25%	16	27%
10	5	8%	10	17%
	60	100%	60	100%
Moda	8		8	
Media	7,75		8,45	

**Calificación de educación física  
frecuencia porcentual varon**



### 3.1.1.2 Gusto por la educación física

L@s estudiantes de nivel medio manifestaron su gusto por la educación física de la siguiente manera:

El 3% no les gusta nada tanto en varones como en mujeres fue el mismo porcentaje, al 9% les gusta poco, el porcentaje de los varones es menor (3%) que las mujeres(15%), mientras que el 19% manifestó que su gusto es normal, el 12 % para los varones y el 27% para las mujeres, el 33% expresó que les gusta bastante, los varones en este caso obtuvieron el 35% mientras que las mujeres el 30% y el 36% que les gusta mucho, los varones se destacaron en esta variable ya que obtuvieron el mayor porcentaje de la tabla con el 47% contra el 25% de las mujeres. Concluimos expresando que a los varones les gusta mucho más la educación física que a las mujeres.

Para esta variable se para convertir los que detallamos a 1: nada

Gusto	frecuencia absoluta	Frecuencia porcentual
1	4	3%
2	11	9%
3	23	19%
4	39	33%
5	43	36%
	120	100%
Moda	5	
Media	3,91666667	

elaboró una escala números en valores continuación:

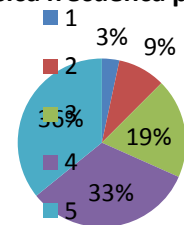
2: poco

3: normal

4: bastante

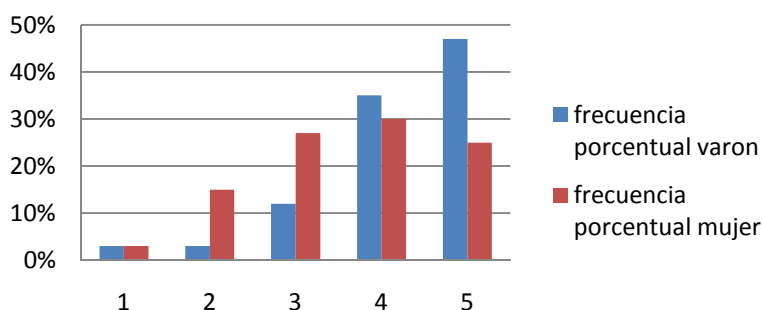
5: mucho

**Gusto por la Educación**  
Física frecuencia porcentual



gusto	frecuencia absoluta varón	frecuencia porcentual varón	frecuencia absoluta mujer	frecuencia porcentual mujer
1	2	3%	2	3%
2	2	3%	9	15%
3	7	12%	16	27%
4	21	35%	18	30%
5	28	47%	15	25%
	60	100%	60	100%
moda	5	moda	4	
media	4.18	media	3.65	

**comparación porcentual de gusto por la Educación Física varón y mujer**



	cuadro	porcentual	De gusto	Por la	educación	física
Valores	1° año	2° año	3° año	4° año	5° año	6° año
1	0%	5%	0%	0%	10%	5%
2	15%	5%	15%	0%	15%	5%
3	20%	10%	25%	20%	25%	15%
4	25%	45%	25%	45%	25%	30%
5	40%	35%	35%	35%	25%	45%
total	100%	100%	100%	100%	100%	100%

Realizamos un cuadro comparativo de porcentajes de gusto por la educación física entre los seis años del nivel medio y obtuvimos los siguientes resultados.

Tanto en primer año como en tercero y cuarto no hubo resultados en no le gusta nada, en segundo año y sexto el 5% y en quinto el 10%.

Al 15% de primer año, tercero y quinto les gusta poco, tanto en segundo como en sexto obtuvieron el 5% y cuarto año no arrojó resultados.

En cuanto al gusto normal por la educación física primer año y cuarto obtuvieron el 20%, el 25% tercer año y quinto, el 15% sexto y por último el menor porcentaje lo obtuvo segundo con un 10%.

El 25% de primero, tercero y quinto les gusta mucho, el 30 % a sexto año y por último el mayor porcentaje lo obtuvieron por partes iguales con un 45% segundo y cuarto año.

En cuanto al último valor se puede decir que el mayor porcentaje lo obtuvo sexto año con un 45%, mientras que segundo, tercero y cuarto un 35%, primer año el 40% y el menor porcentaje quinto año con un 10%.

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

ejercicio extenuante	frecuencia absoluta	Frecuencia porcentual
0	38	32%
1	3	2%
2	23	19%
3	25	21%
4	13	11%
5	9	7%
6	7	6%
7	2	2%
	120	100%
moda	0	
media	2,30833333	

Como observamos en la tabla anterior el 32% de l@s estudiantes no realiza actividad física extenuante mientras que el 2% realiza una vez por semana.

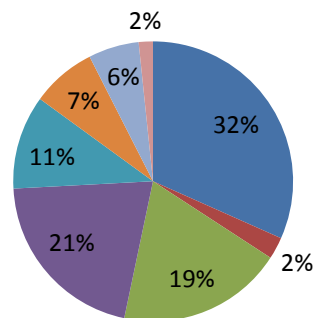
Dos veces por semana realiza actividad extenuante el 19% de l@s estudiantes mientras que el 21% lo realiza tres veces.

El 11% lo realiza cuatro veces por semana, el 7% lo realiza cinco veces por semana mientras que el 6% lo realiza seis veces y solamente el 2% todos los días de la semana.

Este detalle lo podemos observar en el siguiente gráfico:

**Frecuencia porcentual de ejercicio extenuante**

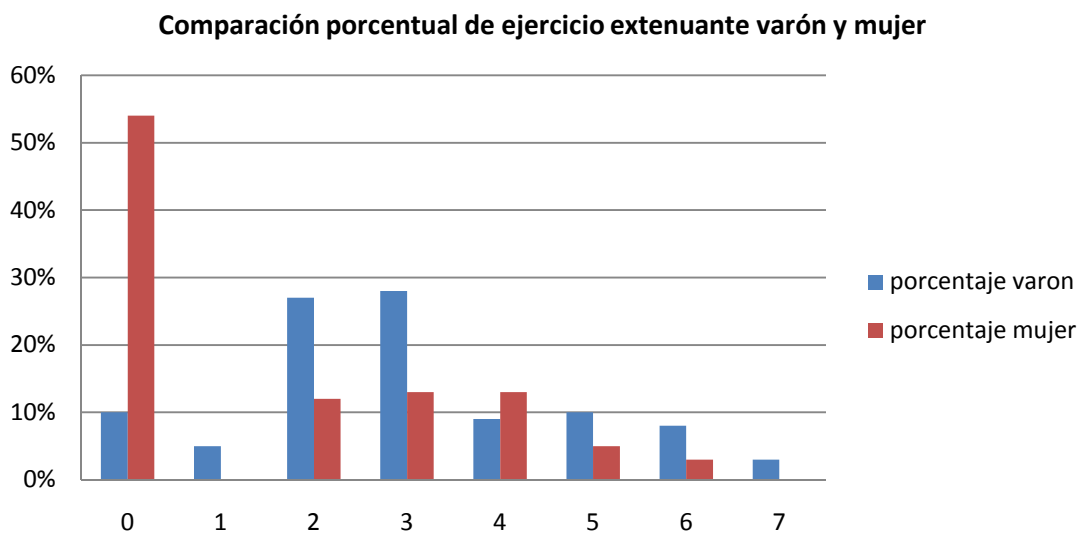
■ 0 ■ 1 ■ 2 ■ 3 ■ 4 ■ 5 ■ 6 ■ 7



ejercicio extenuante	frecuencia absoluta varón	frecuencia porcentual varón	frecuencia absoluta mujer	frecuencia porcentual mujer
0	6	10%	32	54%
1	3	5%	0	0%
2	16	27%	7	12%
3	17	28%	8	13%
4	5	9%	8	13%
5	6	10%	3	5%
6	5	8%	2	3%
7	2	3%	0	0%
	60	100%	60	100%
moda	3		0	
media	3		1,61	



A través de estos gráficos podemos observar que la frecuencia semanal con que realiza actividad física extenuante durante más de 15 minutos en el tiempo libre , el 10 % de los varones no realiza actividad mientras que las mujeres obtuvieron el mayor porcentaje con el 54% .Una vez por semana el 5% de los varones y las mujeres no realizan actividad. Dos veces por semana el 27% de los varones realiza actividad en cambio las mujeres solo un 12%.Tres veces por semana los varones el 28% y las mujeres el 13%, el 9% de los varones realizan actividad cuatro veces por semana y las mujeres un 13%.Cinco veces por semana los varones realizan el 10% y las mujeres el 5%.A medida que vamos aumentando las frecuencias por semana se va disminuyendo el porcentaje de estudiantes que realizan actividad extenuante ,los varones un 8% y las mujeres un 3% seis veces por semana y por último solo los varones practican una actividad extenuante con un 3%.A continuación presentamos el gráfico comparativo que detalla esta información:



### **3.1.1.4 Frecuencia semanal con que realiza actividad física moderada durante más de 15 minutos en el tiempo libre.**

ejercicio moderado	frecuencia absoluta	frecuencia porcentual
0	26	22%
1	20	17%
2	23	19%
3	13	11%
4	18	15%
5	11	9%
6	5	4%
7	4	3%
	120	100%
moda	0	
media	2.41666667	

Como observamos en la tabla anterior el 22% de l@s estudiantes no realiza actividad física moderada mientras que el 17% realiza una vez por semana.

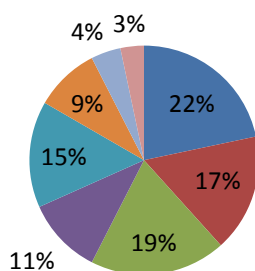
Dos veces por semana realiza actividad moderada el 19% de l@s estudiantes mientras que el 11% lo realiza tres veces.

El 15% lo realiza cuatro veces por semana, el 9% lo realiza cinco veces por semana mientras que solamente el 4% lo realiza seis veces. Para finalizar solo el 3% lo realiza todos los días de la semana.

Este detalle lo podemos observar en el siguiente gráfico:

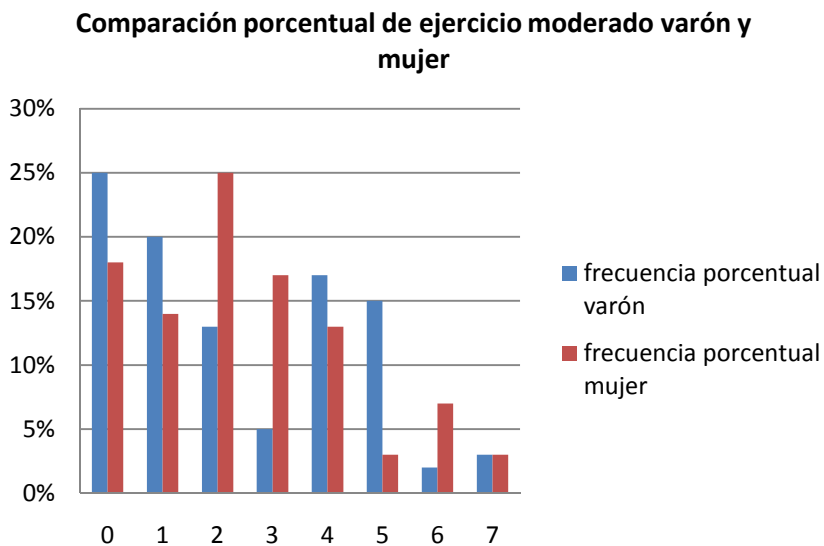
**frecuencia porcentual ejercicio moderado**

■ 0 ■ 1 ■ 2 ■ 3 ■ 4 ■ 5 ■ 6 ■ 7



Ejercicio Moderado	frecuencia absoluta varón	frecuencia porcentual varón	frecuencia absoluta mujer	frecuencia porcentual mujer
0	15	25%	11	18%
1	12	20%	8	14%
2	8	13%	15	25%
3	3	5%	10	17%
4	10	17%	8	13%
5	9	15%	2	3%
6	1	2%	4	7%
7	2	3%	2	3%
	60	100%	60	100%
moda	0		2	
media	2,36		2,46	

Podemos observar que la frecuencia semanal con que realiza actividad física moderada durante más de 15 minutos en el tiempo libre es el 25 % de los varones no realiza actividad mientras que las mujeres obtuvieron el 18% .Una vez por semana el 20% de los varones y las mujeres el 14%. Dos veces por semana el 13% de los varones realiza actividad en cambio las mujeres un 25%.Tres veces por semana los varones solo el 5% y las mujeres el 17%, el 17% de los varones realizan actividad cuatro veces por semana y las mujeres un 13%.Cinco veces por semana los varones realizan el 15% y las mujeres el 3%.A medida que vamos aumentando las frecuencias por semana se va disminuyendo el porcentaje de estudiantes que realizan actividad moderada ,los varones un 2% y las mujeres un 7% seis veces por semana y por último siete veces por semana los varones y las mujeres obtuvieron un 3%.A continuación presentamos el gráfico comparativo que detalla esta información:



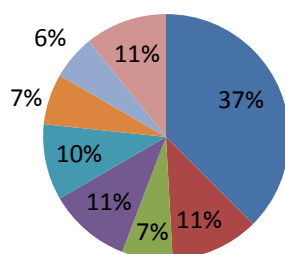
### 3.1.1.5 Frecuencia semanal con que realiza actividad física suave durante más de 15 minutos en el tiempo libre

ejercicio suave	frecuencia absoluta	frecuencia porcentual
0	45	37%
1	14	11%
2	8	7%
3	13	11%
4	12	10%
5	8	7%
6	7	6%
7	13	11%
	120	100%
moda	0	
media	2,41666667	

El 37 % de l@s estudiantes que participaron en la muestra no realiza actividad física suave durante más de 15 minutos semanalmente, el 11% lo hace 1 vez por semana, 7% la realiza 2 veces por semana, 11% la realiza 3 veces por semana, el 10% la realiza 4 veces por semana, el 7% la realiza 5 veces por semana, el 6% la realiza 6 veces por semana y el restante 11% lo hace 7 veces por semana. Este detalle lo podemos observar en el siguiente gráfico:

**Frecuencia porcentual ejercicio suave**

■ 0 ■ 1 ■ 2 ■ 3 ■ 4 ■ 5 ■ 6 ■ 7

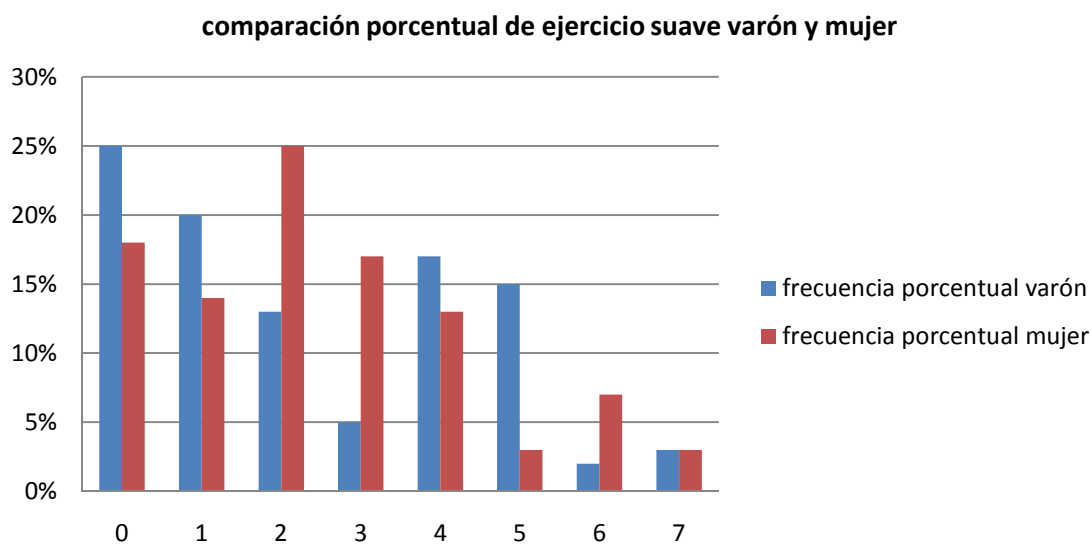


ejercicio suave	frecuencia absoluta varón	frecuencia porcentual varón	frecuencia absoluta mujer	frecuencia porcentual mujer
0	23	38%	22	37%
1	9	15%	5	8%
2	1	2%	7	12%
3	8	13%	5	8%
4	7	12%	5	8%
5	4	7%	4	7%
6	2	3%	5	8%
7	6	10%	7	12%
	60	100%	60	100%
moda	0		0	
media	2,28		2,55	

A continuación podemos observar cómo se comporta la frecuencia porcentual de actividad física suave en ambos sexos:

El mayor porcentaje para ambos sexos no realiza actividad física suave, el 38% para varones y el 37% para mujeres. En cuanto a una vez por semana el 15% lo obtuvieron los varones y el 8% las mujeres. Dos veces por semana los varones el 2% y las mujeres el 12%, el 13% lo obtuvieron los varones tres veces por semana mientras que las mujeres el 8%, cuatro veces los varones el 12% y el 8% las mujeres. El 7% obtuvieron tanto varones como mujeres cinco veces por semana y el 3% los varones seis veces y las mujeres el 8%. Para finalizar el 10% los varones y el 12% las mujeres obtuvieron todos los días de la semana. A continuación mostraremos un cuadro comparativo de la frecuencia porcentual

entre varones y mujeres que realizan ejercicios suaves durante más de quince minutos en el tiempo libre.



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

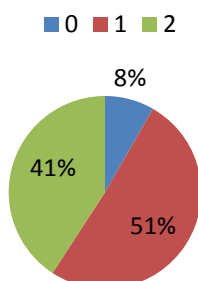
Para esta variable se elaboró una escala para convertir los números en valores que detallamos a continuación:

- 0: nunca/raramente
- 1: a veces
- 2: a menudo

frecuencia actividad que sude	frecuencia absoluta	frecuencia porcentual
0	10	8%
1	61	51%
2	49	41%
	120	100%
moda	1	
media	1,325	

Un 8% del total de la muestra ha manifestado que nunca/ raramente participa en una actividad física en la que se llegue a sudar; un 51% que lo hace a veces y el restante 41% que lo hace a menudo. En el gráfico se puede observar esta información.

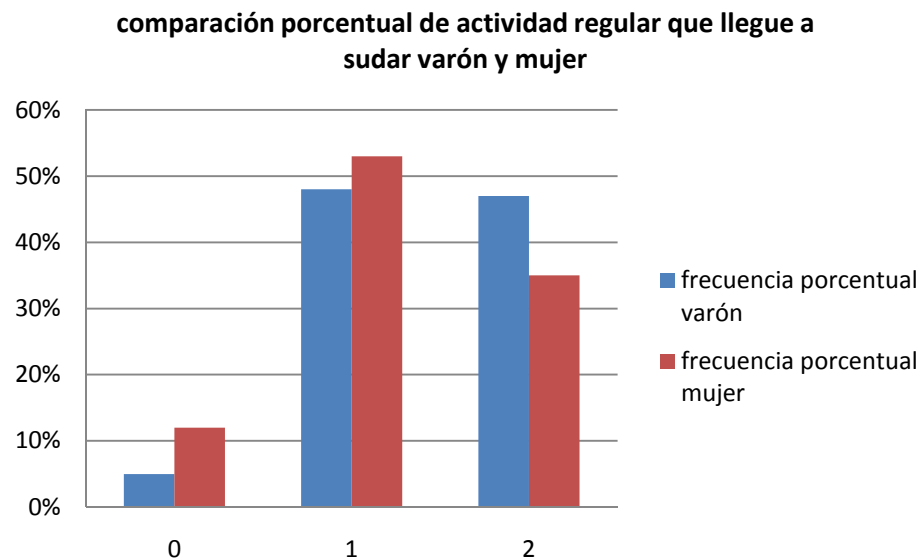
**frecuencia porcentual de actividad regular que llegue a sudar**



frecuencia actividad regular que llegue a sudar	frecuencia absoluta varón	frecuencia porcentual varón	frecuencia absoluta mujer	frecuencia porcentual mujer
0	3	5%	7	12%
1	29	48%	32	53%
2	28	47%	21	35%
	60	100%	60	100%
moda	1		1	
media	1,41		1,23	

La frecuencia porcentual de los varones manifestó que el 5% participa en una actividad física en la que se llegue a sudar en su tiempo libre y las mujeres un 12%. El 48% de los varones manifestó que a veces participa de una actividad que llegue a sudar y el 53% las mujeres. Por último el 47% de los varones manifestaron que a menudo sudan y las mujeres el 35%. La moda es que a veces llega a sudar en actividades regulares y el promedio es 1,35 para los varones y el 1,30 para las mujeres. Como conclusión tanto varones como mujeres a veces

participan de actividades regulares que lleguen a sudar en su tiempo libre. Estos gráficos representan dicha información.



### 3.1.2 Variables centrales

A continuación describiremos como se han comportado las variables centrales de nuestra investigación.

Como mencionamos en el sub apartado construcción de índices sumatorios de variables complejas transformamos las respuestas de cada dimensión: 1, 2, 3, 4 y 5 (1=totalmente en desacuerdo, 2=en acuerdo, 3=Indiferencia, 4=de acuerdo, 5=totalmente en acuerdo) en una escala de niveles para cada variable conformada por los valores Nulo, Bajo, Medio, Alto y Muy alto.

### 3.1.2.1 Nivel de orientación motivacional al ego

El 2% de l@s estudiantes de la escuela secundaria posee un nivel nulo de orientación motivacional al ego, un 23% presenta un nivel bajo, un 43% de l@s estudiantes poseen un nivel medio, un 23% un nivel alto y el 9% un nivel muy alto de Nivel de orientación motivacional al ego. El valor que más se repite o sea la moda, es 3.

A continuación presentamos la tabla y el gráfico que representan dicha información:

valores	frecuencia absoluta	frecuencia porcentual
Nulo	3	2%
Bajo	27	23%
medio	52	43%
Alto	27	23%
muy alto	11	9%
Total	120	100%
Moda	3	
media	3,13	

A continuación detallaremos la orientación motivacional al ego curso por curso:

En primer año tanto varones como mujeres no se han obtenido resultados en el nivel nulo, en cambio en el nivel bajo y alto presentan en general un 25%, de los cuales los varones obtuvieron un 30% y las mujeres un 20%.En el nivel medio obtuvieron en general un 35%, los varones un 20% y las mujeres un 50%.En el nivel muy alto se obtuvieron el 15%, los varones un 20 % y las mujeres un 10%.En

este año la orientación motivacional al ego le resulto más indiferente a las mujeres que a los varones. Información que se ve representada en los siguientes gráficos y tablas:

Valores 1º año	frecuencia absoluta	Frecuencia Porcentual	Moda	
Nulo	0	0%	media	3,3
bajo	5	25%		
medio	7	35%		
alto	5	25%		
muy alto	3	15%		
total	20	100%		

Valores 1º año	frecuencia absoluta varón	FP varón %	frecuencia absoluta mujer	FP mujer %
Nulo	0	0%	0	0%
bajo	3	30%	2	20%
medio	2	20%	5	50%
alto	3	30%	2	20%
muy alto	2	20%	1	10%
total	10	100%	10	100%
	Moda	2..4	Moda	3
	media	3,4	media	3,2

En segundo año se ha obtenido el 5% en el nivel nulo a nivel general, en varones no se han logrado resultados y en mujeres el 10%. En cambio en el nivel bajo, en general se obtuvo el 40% y se repite este porcentaje en varones como en mujeres. En el nivel medio se logró un 30% y en ambos sexos se repite este porcentaje. En el nivel alto presentan en general un 15%, de los cuales los varones obtuvieron un 10% y las mujeres un 20. En el nivel muy alto se obtuvo el 10%, las mujeres no obtuvieron resultados y los varones el 20%. En este año la orientación motivacional al ego obtuvo el mayor porcentaje en desacuerdo (nivel bajo) tanto en varones como de mujeres. Información que se ve representada en los siguientes gráficos y tablas:

Valores 2º año	frecuencia absoluta	Frecuencia Porcentual	Moda			
Nulo	1	5%	media	2	2,85	
bajo	8	40%				
medio	6	30%				
alto	3	15%				
muy alto	2	10%				
total	20	100%				
Valores	frecuencia absoluta varón	FP varón %	frecuencia absoluta mujer	FP mujer %		
Nulo	0	0%	1	10%		
bajo	4	40%	4	40%		
medio	3	30%	3	30%		
alto	1	10%	2	20%		
muy alto	2	20%	0	0%		
total	10	100%	10	100%		
	Moda	2	Moda	2		
	media	3,1	media	2,6		

En tercer año tanto varones como mujeres no se han obtenido resultados en el nivel nulo, se ha obtenido el 15% en el nivel bajo en general, en varones 10% y en mujeres el 20%, en cambio en el nivel medio, en general se obtuvo el 40% y hay una gran diferencia los varones 20% y las mujeres 60%. En el nivel alto se logró un 30%, los varones 50% y las mujeres el 10% y en el nivel muy alto se obtuvieron el 15%, las mujeres el 20% y los varones el 100%. En este año la orientación motivacional al ego obtuvo una marcada diferencia, los varones el 50% estaban de acuerdo (nivel alto) y las mujeres que le era indiferente (nivel medio) obteniendo su mayor porcentaje en este nivel. Información que se ve simbolizada en los siguientes gráficos y tablas:

Valores 3° año	frecuencia absoluta	Frecuencia Porcentual	Moda	3				
Nulo	0	0%	media	3,45				
bajo	3	15%						
medio	8	40%						
alto	6	30%						
muy alto	3	15%						
total	20	100%						
Valores	frecuencia absoluta varón	FP varón %	frecuencia absoluta mujer	FP mujer %				
Nulo	0	0%	0	0%				
bajo	1	10%	2	20%				
medio	2	20%	6	60%				
alto	5	50%	1	10%				
muy alto	2	20%	1	10%				
total	10	100%	10	100%				
	Moda	4	Moda	3				
	media	3,8	media	3,1				


En cuarto año tanto varones como mujeres no se han obtenido resultados en el nivel nulo, se ha obtenido el 25% en el nivel bajo en general, en varones 30% y en mujeres el 20%, en cambio en el nivel medio, en general se obtuvo el 50% y hay una pequeña diferencia entre los varones con el 50% y las mujeres 60%. En el nivel alto el 15% en general, el 10% en varones y el 20% en mujeres. En el nivel muy alto se obtuvo el 5%, los varones el 10% y las mujeres no obtuvieron resultados. Tanto varones como mujeres obtuvieron el mayor porcentaje en el nivel medio en donde encontraron indiferente la orientación motivacional al ego. A continuación detallamos en un cuadro y tabla lo expresado anteriormente.

Valores 4º año	frecuencia absoluta	Frecuencia Porcentual	Moda			
Nulo	0	0%	media	3		
bajo	5	25%				
medio	11	55%				
alto	3	15%				
muy alto	1	5%				
total	20	100%				
Valores	frecuencia absoluta varón	FP varón %	frecuencia absoluta mujer	FP mujer %		
Nulo	0	0%	0	0%		
bajo	3	30%	2	20%		
medio	5	50%	6	60%		
alto	1	10%	2	20%		

muy alto	1	10%	0	0%		
total	10	100%	10	100%		
	Moda	3	Moda	3		
	media	3	media	3		

En quinto año se ha obtenido el 5% en el nivel nulo a nivel general, en mujeres no se han logrado resultados y en varones el 10%. En cambio en el nivel bajo, en general se obtuvo el 10% y se repite este porcentaje en varones como en mujeres. En el nivel medio se logró un 55% y en ambos sexos hay un pequeño porcentaje de diferencia ya que en varones el 50% y en mujeres el 60%. En el nivel alto presentan en general un 25%, de los cuales los varones obtuvieron un 20% y las mujeres un 30%. En el nivel muy alto se obtuvo el 5%, los varones el 10% y las mujeres no obtuvieron resultados. Tanto varones como mujeres obtuvieron el mayor porcentaje en el nivel medio en donde encontraron indiferente la orientación motivacional al ego. A continuación detallamos en un cuadro y tabla lo expresado anteriormente.

En sexto año se ha obtenido el 5% en el nivel nulo a nivel general, en varones el 10% y en mujeres no se han logrado resultados. En el nivel bajo en general se obtuvo el 20% y se repite este porcentaje en varones como en mujeres. En el nivel medio se logró un 45%, en varones el 30% y en mujeres el 60%. En el nivel alto presentan en general un 25%, de los cuales los varones obtuvieron un 40% y las mujeres un 10%. En el nivel muy alto se obtuvo el 5%, los varones el 10% y las mujeres no obtuvieron resultados. Las mujeres obtuvieron el mayor porcentaje en el nivel medio en donde encontraron indiferente la orientación motivacional al ego y los varones fue en el nivel alto. A continuación detallamos en un cuadro y tabla lo expresado anteriormente.

Valores 6º año	frecuencia absoluta	Frecuencia Porcentual	Moda	3		
Nulo	1	5%	media	3,05		
bajo	4	20%				
medio	9	45%				
alto	5	25%				
muy alto	1	5%				
total	20	100%				



tabla porcentual comparativa de orientación motivacional al ego por año						
valores	Frecuencia Porcentual 1° año	Frecuencia Porcentual 2° año	Frecuencia Porcentual 3° año	Frecuencia Porcentual 4° año	Frecuencia Porcentual 5° año	Frecuencia Porcentual 6° año
Nulo	0%	5%	0%	0%	5%	5%
bajo	25%	40%	15%	25%	10%	20%
medio	35%	30%	40%	55%	55%	45%
alto	25%	15%	30%	15%	25%	25%
muy alto	15%	10%	15%	5%	5%	5%
total	100%	100%	100%	100%	100%	100%

Basándonos en el cuadro comparativo podemos observar que el nivel medio o sea el que corresponde a indiferente es el mayor porcentaje de cinco de los seis cursos de la secundaria y solo en segundo año el porcentaje mayor es el nivel bajo o sea en desacuerdo.

A continuación observaremos un cuadro y un gráfico de línea sobre la media y moda de esta variable.

La moda de esta variable en los varones de tercer y sexto año es de nivel alto, cuarto y quinto año de nivel medio, primer año en igualdad de moda es para nivel bajo y alto y por último segundo año es de nivel bajo. En las mujeres todos los

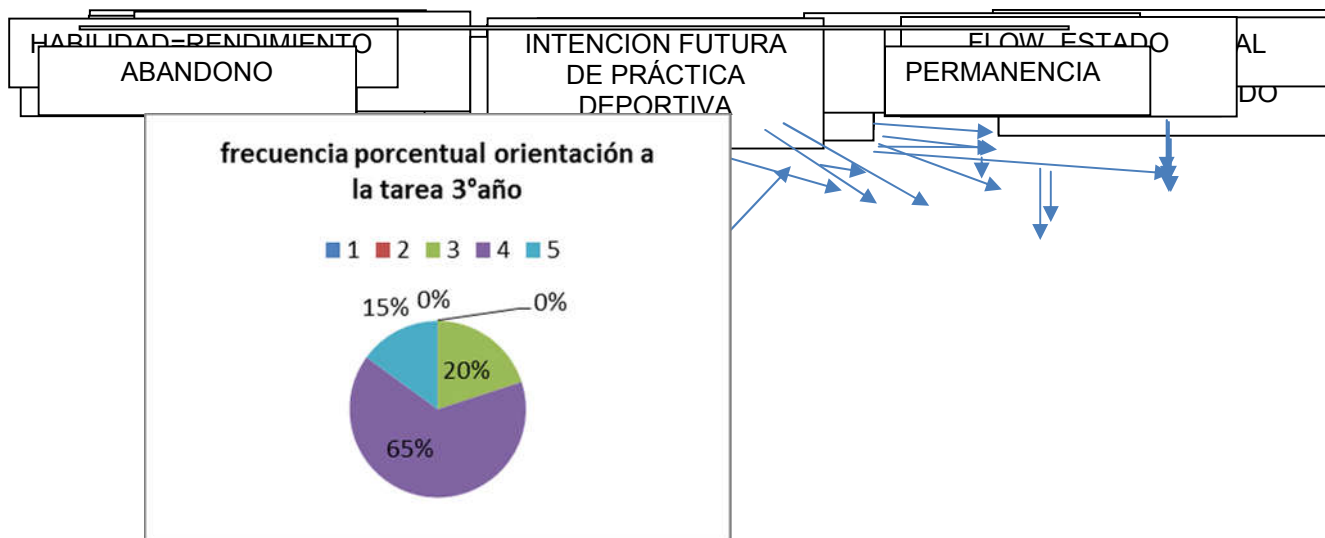
años se destaca el nivel medio a excepción segundo año que es de nivel bajo. Con este resultado se puede ver que en su mayoría l@s estudiantes de nivel secundario les resulta indiferente esta variable.

En la media de nivel de orientación motivacional al ego es 3,4 para los varones de primer año, de segundo y quinto año es de 3,1, de 3 es cuarto año y 3,8 tercer año. Las mujeres tienen una media de 3,2 para primero y quinto año, 2,6 para segundo, 3,1 para tercer año 3,1 y por último 2,7 para sexto año.

Media del Nivel de Orientación motivacional al Ego				
	Varones	Nivel	Mujeres	Nivel
1º	3,4	medio	3,2	medio
2º	3,1	medio	2,6	bajo
3º	3,8	medio	3,1	medio
4º	3	medio	3	medio
5º	3,1	medio	3,2	medio
6º	3,4	medio	2,7	Bajo
Moda del Nivel de Orientación motivacional al Ego				
	Varones		Mujeres	
1º	2..4	Bajo, alto	3	medio
2º	2	bajo	2	bajo
3º	4	alto	3	medio
4º	3	medio	3	medio
5º	3	medio	3	medio
6º	4	alto	3	medio

Para finalizar con esta variable diseñamos un gráfico de líneas para comparar la moda por un lado y la media por otro entre varones y mujeres.

Podemos observar que se mantiene un nivel medio en general.



### 3.1.2.2 Nivel de orientación motivacional a la tarea

Del total de la muestra, el 17% de l@s estudiantes de la escuela secundaria manifestó que su Nivel de Orientación motivacional a la tarea es muy alto, un 68% que su nivel es alto, un 13% presenta un nivel medio de orientación motivacional a la tarea, un 2% refiere que su nivel motivacional orientado a la tarea es bajo y el porcentaje alcanzado por el nivel de Orientación motivacional a tarea Nulo es 0%.

De acuerdo con estos resultados el porcentaje mayor de esta variable es alto o sea que están de acuerdo. A continuación presentamos la tabla y el gráfico que representan esta información:

Valores	frecuencia absoluta	Frecuencia Porcentual	Moda	4				
Nulo	0	0%	media	3,98				
bajo	3	2%						
medio	16	13%						
alto	81	68%						
muy alto	20	17%						
total	120	100%						

A continuación detallaremos la orientación motivacional a la tarea de primero a sexto año:

En primer año tanto varones como mujeres no se han obtenido resultados en el nivel nulo y bajo, en el nivel medio presentan en general un 10%, de los cuales los varones y mujeres obtuvieron el mismo porcentaje que en general. En el nivel alto se ha logrado el mayor porcentaje con el 60% en donde los varones tuvieron el 50% y las mujeres el 70%, siendo este nivel el de mayor porcentaje para ambos. En el nivel muy alto se obtuvieron el 30%, los varones un 40 % y las mujeres un 20%. Información que se ve representada en los siguientes gráficos y tablas:

Valores 1° año	frecuencia absoluta	Frecuencia Porcentual	Moda	4				
Nulo	0	0%	media	4,2				
bajo	0	0%						
medio	2	10%						
alto	12	60%						
muy alto	6	30%						
total	20	100%						

Valores	varones	FP %	mujeres	FP %				
Nulo	0	0%	0	0%				
bajo	0	0%	0	0%				
medio	1	10%	1	10%				
alto	5	50%	7	70%				
muy alto	4	40%	2	20%				
total	10	100%	10	100%				
<b>Moda</b>	<b>4</b>	<b>Moda</b>	<b>4</b>					
<b>media</b>	<b>4,3</b>	<b>media</b>	<b>4,1</b>					

En segundo año tanto varones como mujeres no se han obtenido resultados en el nivel nulo, en el nivel bajo solo un 5% en el nivel general, en varones no se han logrado resultados y en mujeres el 10%. En el nivel medio se logró un 20% , los varones con un 10% y las mujeres el 30% .En el nivel alto presentan en general un 65%, de los cuales los varones obtuvieron una marcada tendencia ya que obtuvieron el 80% y las mujeres el 50%, ambos sexos fue el porcentaje mayor. En el nivel muy alto se obtuvo el 10%, y tanto las mujeres como los varones obtuvieron el mismo porcentaje que el general. Información que se ve representada en los siguientes gráficos y tablas:



anterior. En el nivel muy alto el 15%, las mujeres el 20% y los varones el 10%. En este año en la orientación motivacional a la tarea estuvieron de acuerdo con las afirmaciones o preguntas de la encuesta principalmente los varones, ya que su porcentaje fue elevado. Información que se ve simbolizada en los siguientes gráficos y tablas:

LINK Excel.Sheet.12 "D:\\Documentos\\Documents\\uflo 2015\\Chiacchio Alta Gracia Cordoba.xlsx" TAREA!F41C14:F57C22 \\a \\f4 \\h \\* MERGEFORMATXValores 3° año					frecuencia absoluta	Frecuencia Porcentual	<b>Moda</b>	<b>4</b>					
Nulo	0	0%	<b>media</b>	<b>3,95</b>									
bajo	0	0%											
medio	4	20%											
alto	13	65%											
muy alto	3	15%											
total	20	100%											
Valores	varones	FP %	mujeres	FP %									
Nulo	0	0%	0	0%									
bajo	0	0%	0	0%									
medio	1	10%	3	30%									
alto	8	80%	5	50%									
muy alto	1	10%	2	20%									
total	10	100%	10	100%									
<b>Moda</b>	<b>4</b>	<b>Moda</b>	<b>4</b>										
<b>media</b>	<b>4</b>	<b>media</b>	<b>3,9</b>										

En cuarto año tanto varones como mujeres no se han obtenido resultados en el nivel nulo ni bajo, en cambio en el nivel medio, en general se obtuvo el 5%, los varones no obtuvieron resultado y las mujeres solo un 10%. En el nivel alto se logró un 70%, los varones igual que en segundo y tercer año marcaron una tendencia obteniendo el 80% y las mujeres el 50% también, ambos sexos fue el porcentaje mayor igual que en los dos cursos anteriores. En el nivel muy alto el 25%, las mujeres el 30% y los varones el 20%. Este detalle lo podemos observar en el siguiente gráfico:



varones con el 80%. En el nivel muy alto el 5%, las mujeres el 10% y los varones no arrojaron resultados a la inversa que en el nivel bajo. Este detalle lo podemos observar en el siguiente gráfico:

Valores 5° año	frecuencia absoluta	Frecuencia Porcentual	Moda	4				
Nulo	0	0%	media	3,85				
bajo	1	5%						
medio	2	10%						
alto	16	80%						
muy alto	1	5%						
total	20	100%						
Valores	varones	FP %	mujeres	FP %				
Nulo	0	0%	0	0%				
bajo	1	10%	0	0%				
medio	1	10%	1	10%				
alto	8	80%	8	80%				
muy alto	0	0%	1	10%				
total	10	100%	10	100%				
Moda	4	Moda	4					
media	3,7	media	4					

Por último en sexto año varones y mujeres no han obtenido resultados en el nivel nulo, en el nivel bajo en general hubo 5% en donde los varones obtuvieron un 10% y las mujeres no arrojaron resultados igual estos dos niveles que en quinto año. En el nivel medio, en general se obtuvo el 15%, los varones el 10% y las mujeres con el 20%.

En el nivel alto en general se obtuvo el 65%, los varones el 70% y las mujeres el 60%, obteniendo de esta forma su máximo porcentaje en este nivel. En el nivel muy alto el 15% de los cuales los varones obtuvieron el 10% y las mujeres el 20%.

A continuación expresamos en gráficos y tablas lo expuesto:

Valores 6° año	frecuencia absoluta	Frecuencia Porcentual	Moda	4					
Nulo	0	0%	media	3,9					
bajo	1	5%							
medio	3	15%							
alto	13	65%							
muy alto	3	15%							
total	20	100%							
Valores	varones	FP %	mujeres	FP %					
Nulo	0	0%	0	0%					
bajo	1	10%	0	0%					
medio	1	10%	2	20%					
alto	7	70%	6	60%					
muy alto	1	10%	2	20%					
total	10	100%	10	100%					
<b>Moda</b>	<b>4</b>	<b>Moda</b>	<b>4</b>						
<b>media</b>	<b>3,8</b>	<b>media</b>	<b>4</b>						

Para finalizar con este análisis mostraremos un gráfico y su correspondiente tabla comparando todos los años y sus respectivos porcentajes:

tabla porcentual comparativa de orientación motivacional a la tarea por año						
valores	Frecuencia Porcentual 1º año	Frecuencia Porcentual 2º año	Frecuencia Porcentual 3º año	Frecuencia Porcentual 4º año	Frecuencia Porcentual 5º año	Frecuencia Porcentual 6º año
Nulo	0%	0%	0%	0%	0%	0%
bajo	0%	5%	0%	0%	5%	5%
medio	10%	20%	20%	5%	10%	15%
alto	60%	65%	65%	70%	80%	65%
muy alto	30%	10%	15%	25%	5%	15%
total	100%	100%	100%	100%	100%	100%

Podemos observar que en todos los años se han obtenido una gran diferencia del nivel alto con relación a los otros niveles.

En cuanto a la moda y la media confirman esta conclusión. La moda es 4 para todos los cursos y ambos sexos y la media en primer año es para varones 4,3 y mujeres 4,1; en segundo año 4 para varones y 3,6 para mujeres. Para tercer año la media es 4 para varones y 3,9 para mujeres, en cuarto año la media es igual

para ambos sexos 4,2. Continuando con quinto año la media es de 3,7 para varones y 4 para mujeres al igual que en sexto, en cuanto a los varones de sexto la media es de 3,8. Mostraremos a continuación las tablas y gráficos que ratifican lo expuesto.

Media de Nivel de Orientación motivacional a la tarea				
	Varones	Nivel	Mujeres	Nivel
1º	4,3	alto	4,1	alto
2º	4	alto	3,6	medio
3º	4	alto	3,9	medio
4º	4,2	alto	4,2	alto
5º	3,7	medio	4	alto
6º	3,8	medio	4	alto
Moda de Nivel de Orientación motivacional a la tarea				
	Varones		mujeres	
1º	4	alto	4	alto
2º	4	alto	4	alto
3º	4	alto	4	alto
4º	4	alto	4	alto
5º	4	alto	4	alto
6º	4	alto	4	alto

### 3.1.2.3 Nivel de experimentación del flow

L@s estudiantes de la muestra manifestaron un nivel de estado de flow alto en su mayoría , primer y tercer año con un 75% , segundo y cuarto con un 70% y quinto año con un 60%. L@s estudiantes de sexto año obtuvieron su mayor porcentaje en un nivel medio con el 55% y el 40% en el nivel alto. Para el nivel nulo y bajo ,no se obtuvieron resultados excepto quinto y sexto con un 5% en el nivel bajo. En primer año un 20% obtiene un nivel medio y un 5% un nivel alto. En segundo año y cuarto obtienen un 30% en el nivel medio y en el nivel muy alto a excepción de primer año no se registraron resultados. En cuanto a tercer año 25% obtienen un nivel medio y quinto año el 35%. En los siguientes gráfico y tabla se pueden visualizar los porcentajes, seguido a los gráficos detallaremos la frecuencia porcentual por año y sexo.

Valores	1° año	2° año	3° año	4° año	5° año	6° año
Nulo	0%	0%	0%	0%	0%	0%
bajo	0%	0%	0%	0%	5%	5%
medio	20%	30%	25%	30%	35%	55%
alto	75%	70%	75%	70%	60%	40%
muy alto	5%	0%	0%	0%	0%	0%
	100%	100%	100%	100%	100%	100%

Valores 1º año	Frecuencia absoluta varones	Frecuencia porcentual	Frecuencia absoluta mujeres	Frecuencia porcentual
Nulo	0	0%	0	0%
bajo	0	0%	0	0%
medio	1	10%	3	30%
alto	8	80%	7	70%
muy alto	1	10%	0	0%
total	10	100%	10	100%
	Moda	4	Moda	4
	media	4	media	3,7

En primer año la frecuencia porcentual tanto varones como mujeres no obtuvieron porcentaje en los niveles nulo y bajo, en el nivel medio varones el 10% y mujeres el 30%. En cuanto al nivel alto, es en donde se obtuvo el mayor porcentaje con el 80% en varones y el 70% en mujeres y por último en el nivel muy alto el 10% para los varones y no se registraron porcentajes para las mujeres. La moda es de 4 y la media, 4 para los varones y 3,7 para las mujeres. En la tabla anterior se encuentra registrado todo lo expuesto.

Valores 2º año	Frecuencia absoluta varones	Frecuencia porcentual	Frecuencia absoluta mujeres	Frecuencia porcentual
Nulo	0	0%	0	0%
bajo	0	0%	0	0%
medio	2	20%	4	40%
alto	8	80%	6	60%
muy alto	0	0%	0	0%
total	10	100%	10	100%
	Moda	4	Moda	4
	media	3,8	media	3,6

En segundo año la frecuencia porcentual tanto varones como mujeres no obtuvieron porcentaje en los niveles nulo y bajo, en el nivel medio varones el 20% y mujeres el 40%. En cuanto al nivel alto, es en donde se obtuvo el mayor porcentaje con el 80% en varones y el 60% en mujeres y por último en el nivel muy alto no se registraron porcentajes para ambos sexos. La moda es 4 y el

promedio de varones ,3,8 y mujeres 3,6.En la tabla anterior se encuentra asentado todo lo expresado.

Valores 3ºaño	Frecuencia absoluta varones	Frecuencia porcentual	Frecuencia absoluta mujeres	Frecuencia porcentual	
Nulo	0	0%	0	0%	
bajo	0	0%	0	0%	
medio	2	20%	3	30%	
alto	8	80%	7	70%	
muy alto	0	0%	0	0%	
total	10	100%	10	100%	
	Moda	4	Moda	4	
	media	3,8	media	3,7	

En tercer año la frecuencia porcentual tanto varones como mujeres no obtuvieron porcentaje en los niveles nulo y bajo, en el nivel medio varones el 20% y mujeres el 30%.En cuanto al nivel alto ,es en donde se obtuvo el mayor porcentaje con el 80% en varones y el 70% en mujeres y por último en el nivel muy alto no se registraron porcentajes para ambos sexos. La moda es 4 y el promedio de varones ,3,8 y mujeres 3,7.En la tabla anterior se encuentra lo descrito.

Valores 4ºaño	Frecuencia absoluta varones	Frecuencia porcentual	Frecuencia absoluta mujeres	Frecuencia porcentual	
Nulo	0	0%	0	0%	
bajo	0	0%	0	0%	
medio	2	20%	4	40%	
alto	8	80%	6	60%	
muy alto	0	0%	0	0%	
total	10	100%	10	100%	
	Moda	4	Moda	4	
	media	3,8	media	3,6	

En cuarto año la frecuencia porcentual tanto varones como mujeres no obtuvieron porcentaje en los niveles nulo y bajo, en el nivel medio varones el 20% y mujeres

el 40%.En cuanto al nivel alto ,es en donde se obtuvo el mayor porcentaje con el 80% en varones y el 60% en mujeres y por último en el nivel muy alto no se registraron porcentajes para ambos sexos. La moda es 4 y el promedio de varones ,3,8 y mujeres 3,6.En la tabla anterior se encuentra lo expuesto.

Valores 5ºaño	Frecuencia absoluta varones	Frecuencia porcentual	Frecuencia absoluta mujeres	Frecuencia porcentual	
Nulo	0	0%	0	0%	
bajo	1	10%	0	0%	
medio	3	30%	4	40%	
alto	6	60%	6	60%	
muy alto	0	0%	0	0%	
total	10	100%	10	100%	
	Moda	4	Moda	4	
	media	3,5	media	3,6	

En quinto año la frecuencia porcentual tanto varones como mujeres no obtuvieron porcentaje en los niveles nulo y bajo en mujeres, en varones se obtuvo un 10% en el nivel medio varones el 30% y mujeres el 40%.En cuanto al nivel alto ,es en donde se obtuvo el mayor porcentaje ambos sexos con el 60% y por último en el nivel muy alto no se registraron porcentajes para ambos sexos. La moda es 4 y el promedio de varones ,3,5 y mujeres 3,6.En la tabla anterior se encuentra lo expuesto.

Valores 6ºaño	Frecuencia absoluta varones	Frecuencia porcentual	Frecuencia absoluta mujeres	Frecuencia porcentual	
Nulo	0	0%	0	0%	
bajo	0	0%	1	10%	
medio	5	50%	6	60%	
alto	5	50%	3	30%	
muy alto	0	0%	0	0%	
total	10	100%	10	100%	
	Moda	4	Moda	3	
	media	3,5	media	3,2	

En sexto año la frecuencia porcentual tanto varones como mujeres no obtuvieron porcentaje en los niveles nulo y bajo en varones, en mujeres se obtuvo un 10%

.Los varones en el nivel medio y alto obtuvieron el 50% varones y las mujeres el 60% en el nivel medio y 30% en el nivel alto. En el nivel muy alto no se registraron porcentajes para ambos sexos. La moda es 4 para los varones y 3 las mujeres, la media de varones ,3,5 y mujeres 3,2.En la tabla anterior se encuentra lo mencionado.

En cuanto a los nueve niveles de flow los voy a describir de la siguiente manera: Flow 1 , nivel de equilibrio entre habilidad y reto. Los resultados que se obtuvieron en la media fueron para primer año el 3,75, segundo año el 3,6, tercer año 3,55 mientras que cuarto año obtuvo el 3,8 de media ,quinto 3,5 y sexto 3,4. Todos obtuvieron un nivel medio. En cuanto a la moda todos los años consiguieron un nivel alto ,4 excepto tercer año con un nivel medio o sea 3.A través de la tabla confirmo lo expuesto.

media	flow 1	nivel		moda	flow 1	nivel
1º	3,75	medio		1º	4	alto
2º	3,6	medio		2º	4	alto
3º	3,55	medio		3º	3	medio
4º	3,8	medio		4º	4	alto
5º	3,5	medio		5º	4	alto
6º	3,4	medio		6º	4	alto

En el gráfico anterior realizo una comparación de media entre varones y mujeres , obteniendo los varones un nivel alto en primero, segundo y cuarto año con 4 y un nivel medio con el 3,6 para tercer año , 3,4 para quinto Y 3,7 para sexto. En cuanto a las mujeres obtuvieron un nivel medio en todos los cursos, primer y tercer año con 3,5, segundo con el 3,2, para cuarto y quinto el 3,6 y sexto con el 3,1.

Media de equilibrio reto-habilidad flow 1				
	Varones	Nivel	Mujeres	Nivel
1º	4	alto	3,5	medio
2º	4	alto	3,2	medio
3º	3,6	medio	3,5	medio
4º	4	alto	3,6	medio
5º	3,4	medio	3,6	medio
6º	3,7	medio	3,1	medio

En el nivel de combinación entre la unión de la acción y el pensamiento ( flow 2) la frecuencia porcentual fue un 2% en el nivel nulo, un 5% en el nivel bajo, se obtuvo la mayor frecuencia porcentual en el nivel medio con un 51% mientras que en el nivel alto un 35% y por último en el nivel muy alto solo un 7%.

Valores	frecuencia absoluta	frecuencia porcentual
Nulo	3	2%
bajo	6	5%
medio	61	51%
alto	42	35%
muy alto	8	7%
total	120	100%

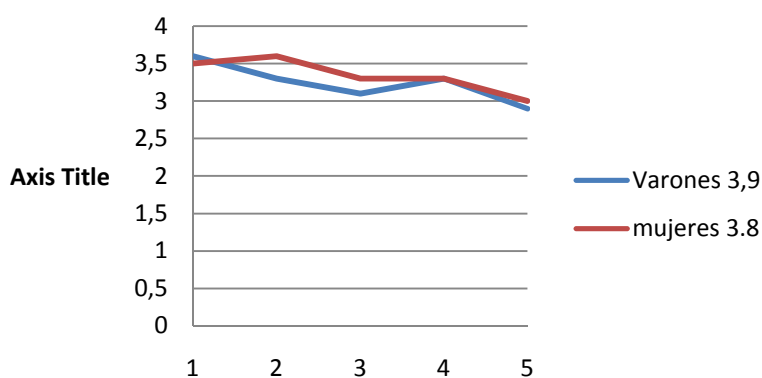
En cuanto a la media en este nivel se obtuvieron los siguientes resultados: para los varones y mujeres un nivel medio todos los cursos, primer año 3,9 varones y 3,8 mujeres, en cuanto a segundo año los varones obtuvieron un 3,6 y las mujeres el 3,5. En tercer año los varones 3,3 y las mujeres 3,6, en cuarto año los resultados fueron , para los varones 3,1 y las mujeres 3,3.

Tanto para ambos sexos en quinto año obtuvieron el 3,3 ,por ultimo para sexto el 2,9 varones con una pequeña diferencia con las mujeres con el 3.

Realizamos un cuadro comparativo entre varones y mujeres.

Media de automatismo flow 2				
	Varones	Nivel	mujeres	Nivel
1º	3,9	medio	3,8	medio
2º	3,6	medio	3,5	medio
3º	3,3	medio	3,6	medio
4º	3,1	medio	3,3	medio
5º	3,3	medio	3,3	medio
6º	2,9	medio	3	medio

**gráfico comparativo de la media entre varones y mujeres de automatismo flow 2**



En el nivel de claridad en los objetivos(flow 3) la frecuencia porcentual fue el 1% en el nivel nulo, un 2% en el nivel bajo, el 18% en el nivel medio, se obtuvo la mayor frecuencia porcentual en el nivel alto con un 54% mientras que en el nivel al muy alto un 25%.

A continuación detallamos el gráfico con su correspondiente tabla.

Valores	frecuencia absoluta	frecuencia porcentual
Nulo	1	1%
bajo	3	2%
medio	21	18%
alto	65	54%
muy alto	30	25%
total	120	100%

En cuanto a la media en este nivel se obtuvieron los siguientes resultados: para los varones y mujeres en primer año la media fue 4,2 siendo este un nivel alto, los varones de segundo, tercero y sexto año un nivel medio con la media de 3,7y las mujeres de segundo y tercer año obtuvieron un nivel alto con el 4,3, cuarto año también un nivel alto con el4,1 de promedio, en cuanto a quinto año baja a un nivel medio con 3,9 y sexto con 3,6 de promedio.

La moda es pareja para todos los varones y mujeres con un nivel alto (4) menos primer año con un nivel muy alto(5).

En el gráfico comparativo de la media de varones y mujeres se observa una gran paridad en los resultados con un nivel alto de promedio.

Media de claridad de objetivos flow 3				
	Varones	Nivel	mujeres	Nivel
1º	4,2	alto	4,2	alto
2º	3,7	medio	4,3	alto
3º	3,7	medio	4,3	alto
4º	4,3	alto	4,1	alto
5º	4	alto	3,9	medio
6º	3,7	medio	3,6	medio
Moda de claridad de objetivos flow 3				
	Varones	Nivel	mujeres	Nivel
1º	4	alto	5	muy alto
2º	4	alto	4	alto
3º	4	alto	4	alto
4º	4	alto	4	alto
5º	4	alto	4	alto
6º	4	alto	4	alto

El nivel de claridad en el feedback (flow 4) la frecuencia porcentual fue el 1% en el nivel nulo, un 2% en el nivel bajo, el 42% en el nivel medio, se obtuvo la mayor frecuencia porcentual en el nivel alto con un 47% mientras que en el nivel al muy alto un 8%.

A continuación detallamos el gráfico con su correspondiente tabla.

Valores	frecuencia absoluta	frecuencia porcentual		
Nulo	1	1%		
bajo	3	2%		
medio	51	42%		
alto	56	47%		
muy alto	9	8%		
total	120	100%		

En cuanto a la media en este nivel se obtuvieron los siguientes resultados: para los varones de primero, tercero, mujeres de tercero y cuarto año la media fue 3,7 siendo este un nivel medio, los varones de segundo, quinto y sexto año un nivel medio con la media de 3,4 y varones de cuarto año un promedio de 3,8. En cuanto a las mujeres de primer año obtuvieron un nivel alto con el 4, un nivel medio de 3,6 en segundo, 3,3 en quinto y 3,2 en sexto.

La moda es pareja para todos los varones y mujeres con un nivel alto (4) menos primer año con un nivel muy alto (5).

En el gráfico comparativo de la media de varones y mujeres se observa una gran paridad en los resultados con un nivel alto y medio de promedio.

Media de claridad en el feedback flow 4				
	Varones	Nivel	mujeres	Nivel
1º	3,7	medio	4	alto
2º	3,4	medio	3,6	medio
3º	3,7	medio	3,7	medio
4º	3,8	medio	3,7	medio
5º	3,4	medio	3,3	medio
6º	3,4	medio	3,2	medio

Moda de claridad en el feedback flow 4				
	Varones	Nivel	mujeres	Nivel
1º	4	alto	4	alto
2º	3	medio	3	medio
3º	4	alto	4	alto
4º	4	alto	4	alto
5º	4	alto	3	medio
6º	3	medio	3	medio

En el flow 5 nivel de concentración sobre la tarea que se está realizando se obtuvieron la siguiente frecuencia porcentual:

En el valor nulo no hubo resultados en el nivel bajo, un 8%, en cuanto al nivel medio fue el de mayor porcentaje con el 46%, el 36% en el nivel alto y por último el 10% en el nivel muy alto.

Detallamos a continuación tabla y gráfico .

Valores	frecuencia absoluta	frecuencia porcentual
Nulo	0	0%
bajo	10	8%
medio	55	46%
alto	43	36%
muy alto	12	10%
total	120	100%

La media en este nivel es de nivel medio en varones y mujeres de toda la secundaria excepto en primer año con el 4,2 ( nivel alto),el 3,6 para segundo, el 3,5 para tercero, quinto y sexto varones y cuarto el 3,9. Las mujeres obtuvieron el 3,6 para primer año, el 3,3 para segundo, el 3,4 para tercero, el 3 para cuarto. Quinto año obtuvo 3,2 y por último el 3 de promedio para sexto año. La moda como podemos observar en el gráfico oscila entre el 3 y 4 o sea alto y medio es su nivel.

Media de concentración flow 5				
	Varones	Nivel	mujeres	medio
1º	4,2	alto	3,6	medio
2º	3,6	medio	3,3	medio
3º	3,5	medio	3,4	medio
4º	3,9	medio	3	medio
5º	3,5	medio	3,2	medio
6º	3,5	medio	3	medio
Moda de concentración flow 5				
	Varones	Nivel	mujeres	Nivel
1º	4	alto	4	alto
2º	3	medio	3	medio
3º	4	alto	4	alto
4º	3	medio	3	medio
5º	4	alto	3	medio
6º	3	medio	3	medio

--	--	--	--	--	--

La frecuencia porcentual obtenida en el nivel de sentimiento de control (flow6) fue distribuida de la siguiente manera:

En el nivel nulo se obtuvo el 1% , el bajo el 2% ,el nivel medio aumento hasta el 37% ,y en el nivel alto se obtuvo el mayor porcentaje con el 46%, disminuyendo en el nivel muy alto a un 14%.

Valores	frecuencia absoluta	frecuencia porcentual	
Nulo	1	1%	
Bajo	3	2%	
medio	44	37%	
Alto	55	46%	
muy alto	17	14%	
Total	120	100%	

Moda de sentimiento de control flow 6				
	Varones	Nivel	mujeres	Nivel
1º	4	alto	5	muy alto
2º	4	alto	3	medio
3º	4	alto	3	medio
4º	3	medio	4	alto
5º	4	alto	4	alto
6º	4	alto	2	medio

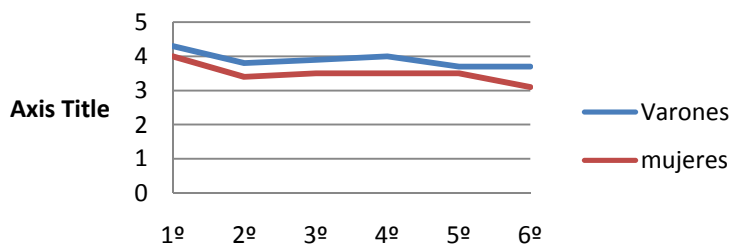
La moda en varones obtuvo un nivel alto (4) en todos los cursos menos en cuarto año que logro un nivel medio(3).En mujeres hubo más diversidad de niveles ya que en primer año fue muy alto(5), en cuarto y quinto alto(4) y en segundo , tercero y sexto fue medio(3).

En cuanto a la media realizamos un gráfico de líneas comparativo y una tabla obteniendo los siguientes resultados:

En primer año se obtuvo un nivel alto tanto para varones con el promedio de 4,3 y mujeres con 4. En el resto de los cursos se obtuvo un nivel medio que su promedio pasamos a detallar: varones 3,8 en segundo año, 3,9 en tercero, en cuarto 4 y en quinto y sexto se obtuvo el mismo promedio de 3,7. En las mujeres en segundo 3,4 y en tercero, cuarto y quinto el mismo promedio 3,5. Por último en sexto 3,1 de promedio.

Media de sentimiento de control flow 6				
	Varones	Nivel	mujeres	Nivel
1º	4,3	alto	4	alto
2º	3,8	medio	3,4	medio
3º	3,9	medio	3,5	medio
4º	4	medio	3,5	medio
5º	3,7	medio	3,5	medio
6º				

### gráfico comparativo de media entre varones y mujeres de sentimiento de control flow 6



En el nivel de pérdida de cohibición o de autoconciencia (flow 7) la frecuencia porcentual fue el 2% en el nivel nulo, un 3% en el nivel bajo, el 34% en el nivel

medio, se obtuvo la mayor frecuencia porcentual en el nivel alto con un 43% mientras que en el nivel al muy alto un 18%.

A continuación detallamos el gráfico con su correspondiente tabla:

Valores	frecuencia absoluta	frecuencia porcentual		
Nulo	2	2%		
bajo	4	3%		
medio	41	34%		
alto	52	43%		
muy alto	21	18%		
total	120	100%		

En cuanto a la media en este nivel se obtuvieron los siguientes resultados: para los varones y mujeres de primer año fue un nivel alto con el 4,1 y varones de quinto con 4 de promedio, en los demás cursos tanto varones como mujeres se obtuvo un nivel medio, varones de segundo, tercero ,cuarto y mujeres de tercero y quinto obtuvieron el mismo promedio 3,6.Los varones de sexto con el 3,5, mujeres de segundo el 3,4 y de cuarto con 3,8, 3,7 las mujeres de sexto.

En la tabla de la moda de varones y mujeres se observa una gran paridad en los resultados con un nivel alto en varones de primero, tercero, cuarto y quinto y mujeres de tercero cuarto quinto y sexto. En cuanto a segundo y sexto varones fue de nivel medio compartiendo este nivel con las mujeres de segundo. Por último las mujeres de primer año obtuvieron el nivel muy alto

Media de perdida de la autoconciencia flow 7				
	Varones	Nivel	mujeres	Nivel
1º	4,1	alto	4,1	alto
2º	3,6	medio	3,4	medio
3º	3,6	medio	3,6	medio
4º	3,6	medio	3,8	medio
5º	4	alto	3,6	medio
6º	3,5	medio	3,7	medio

Moda de la perdida de la autoconciencia flow 7				
	Varones	Nivel	mujeres	Nivel
1º	4	alto	5	muy alto
2º	3	medio	3	medio
3º	4	alto	4	alto
4º	4	alto	4	alto
5º	4	alto	4	alto
6º	3	medio	4	alto

En el nivel de transformación en la percepción del tiempo (flow 8) no se hubo resultados en el nivel nulo, un 6% en el nivel bajo, el 37% en el nivel medio, se obtuvo la mayor frecuencia porcentual en el nivel alto con un 41% mientras que en el nivel al muy alto un 16%.

A continuación detallamos el gráfico con su correspondiente tabla:

Valores	frecuencia absoluta	frecuencia porcentual	
Nulo	0	0%	
bajo	7	6%	
medio	45	37%	
alto	49	41%	
muy alto	19	16%	
total	120	100%	

La media en este nivel es de nivel alto 4,3 varones de primer año junto con mujeres de quinto con el 4 de promedio. En el nivel medio se encuentra varones con el 3,7, mujeres 3,3 y bajando su promedio esta tercer año con 3,2 varones y 3,3 mujeres, aumentando en cuarto con el 3,9 ambos sexos. En cuanto a quinto varones y sexto mujeres obtuvieron el mismo promedio 3,6 y por ultimo varones de sexto el 3,7.

La moda fue de un nivel alto en su mayoría obteniendo para varones ,primero ,segundo y tercero, mujeres de todos los curso menos sexto con un nivel medio al igual que varones de cuarto, quinto y sexto.

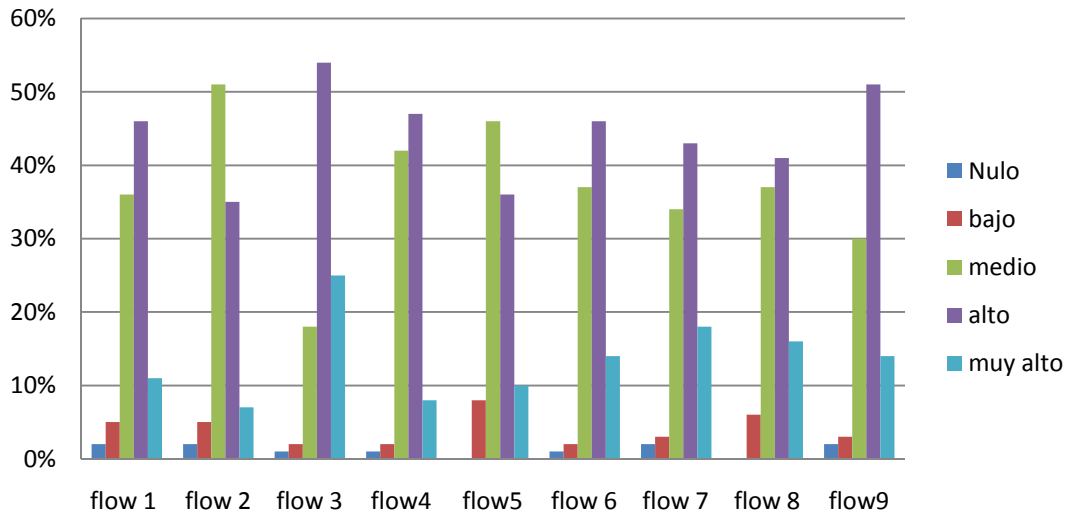
Media de distorción de tiempo flow 8				
	Varones	Nivel	mujeres	Nivel
1º	4,3	alto	3,5	medio
2º	3,7	medio	3,3	medio
3º	3,2	medio	3,3	medio
4º	3,9	medio	3,9	medio
5º	3,6	medio	4	alto
6º	3,7	medio	3,6	medio
Moda de distorción de tiempo flow 8				
	Varones	Nivel	mujeres	Nivel
1º	4	alto	4	alto
2º	4	alto	4	alto
3º	4	alto	4	alto
4º	3	medio	4	alto
5º	3	medio	4	alto
6º	3	medio	3	medio

En el último nivel de flow(9), nivel de la experiencia autotélica se obtuvo el 2% en el nivel nulo el 3% en el bajo subiendo en el nivel medio a un 30% y logrando en el nivel alto un 51%,porcentaje mayor de este nivel. Luego se obtuvo el 14% en el





**gráfico comparativo de frecuencia porcentual de los nueve niveles de flow**



### 3.1.2.4 Nivel de experimentación de la motivación intrínseca

El 2% del total de la muestra presenta un nivel nulo de motivación intrínseca, un 7% de l@s estudiantes manifiesta un nivel bajo, un 20% de ell@s tiene un nivel medio, un 40% presenta un nivel alto en motivación intrínseca siendo este nivel el de mayor porcentaje y el restante 31% manifiesta un nivel muy alto. A continuación presentamos una tabla y gráfico que representan dicha información:

Valores	frecuencia absoluta	frecuencia porcentual
Nulo	3	2%
bajo	8	7%
medio	24	20%
alto	48	40%
muy alto	37	31%
total	120	100%

A continuación detallaremos la experimentación de la motivación intrínseca de primero a sexto año:

En primer año tanto varones como mujeres no se han obtenido resultados en el nivel nulo y bajo, en el nivel medio presentan en general un 40%, de los cuales los varones han obtenido el 30% y las mujeres un 50% ya que este nivel es donde obtuvieron el mayor porcentaje.. En el nivel alto los varones no obtuvieron resultados en cambio las mujeres el 20%. En el nivel muy alto obtuvieron los varones un 70 % , siendo este el de mayor porcentaje y las mujeres un 30%. Información que se ve representada en los siguientes gráficos y tablas:

1° año	Frecuencia Porcentual	Moda	5	
0	0%	media	4,1	
0	0%			
8	40%			
2	10%			
10	50%			
20	100%			
varones	FP %	mujeres	FP %	
0	0%	0	0%	
0	0%	0	0%	
3	30%	5	50%	
0	0%	2	20%	
7	70%	3	30%	
10	100%	10	100%	
Moda	5	Moda	3	
media	4,4	media	3,8	

En segundo año los varones no han obtenido resultados en el nivel nulo y bajo, en cambio las mujeres el 5% en el nivel nulo y el 20% en el bajo. A nivel general el 5% en el nulo y el 10% en el nivel bajo. En mujeres no se han logrados resultados en el nivel medio y los varones presentaron un 10% En el nivel alto y muy alto presentan en general un 40%, de los cuales los varones obtuvieron el

50% y las mujeres el 30%, siendo para los varones el porcentaje mayor. En el nivel muy alto se obtuvo el 10%, y tanto las mujeres como los varones obtuvieron el mismo porcentaje que el general. Información que se ve representada en los siguientes gráficos y tablas:

Valores	2° año	Frecuencia Porcentual	Moda	4...5				
Nulo	1	5%	media	4				
bajo	2	10%						
medio	1	5%						
alto	8	40%						
muy alto	8	40%						
total	20	100%						
Valores	varones	FP %	mujeres	FP %				
Nulo	0	0%	1	10%				
bajo	0	0%	2	20%				
medio	1	10%	0	0%				
alto	5	50%	3	30%				
muy alto	4	40%	4	40%				
total	10	100%	10	100%				
	Moda	4	Moda	5				
	media	4,3	media	3,7				

En tercer año tanto varones como mujeres no se han obtenido resultados en el nivel nulo , en cambio en el nivel bajo, en general se obtuvo el 5%, los varones no han obtenido porcentaje y las mujeres 10%. En el nivel medio se logró un 30%, los varones el 20% y las mujeres el 40%, igual que en el nivel alto ,en cambio los varones obtuvieron el 20% y el porcentaje general fue de 40%.En el nivel muy alto el general fue de 25% , las mujeres el 10% y los varones el 40%. Información que se ve simbolizada en los siguientes gráficos y tablas:

Valores	3° año	Frecuencia Porcentual	Moda	media				
Nulo	0	0%	4	3,85				
bajo	1	5%						
medio	6	30%						
alto	8	40%						
muy alto	5	25%						
total	20	100%						
Valores	varones	FP %	mujeres	FP %				
Nulo	0	0%	0	0%				
bajo	0	0%	1	10%				
medio	2	20%	4	40%				
alto	4	40%	4	40%				
muy alto	4	40%	1	10%				
total	10	100%	10	100%				
	Moda	4..5	Moda	3..4				
	media	4,2	media	3,5				

En cuarto año tanto varones como mujeres no se han obtenido resultados en el nivel nulo , en el nivel bajo solo el 5% en general, ya que los varones obtuvieron el 10%, en cambio en el nivel medio, en general se obtuvo el 30%, los varones el 20% y las mujeres un 40%. En el nivel alto se logró un 45%,de los cuales el 40% es para varones y el 50% para mujeres, obteniendo en este nivel el mayor porcentaje. En el nivel muy alto el 20%al igual que los varones y mujeres. Este detalle lo podemos observar en el siguiente gráfico:

Valores	4° año	Frecuencia Porcentual	Moda	4				
Nulo	0	0%	Media	3,8				
bajo	1	5%						
medio	6	30%						
alto	9	45%						
muy alto	4	20%						
total	20	100%						

Valores	varones	FP %	mujeres	FP %				
Nulo	0	0%	0	0%				
bajo	1	10%	0	0%				
medio	2	20%	4	40%				
alto	5	50%	4	40%				
muy alto	2	20%	2	20%				
total	10	100%	10	100%				
	Moda	4	Moda	3.4				
	Media	3,8	Media	3,8				

En quinto año se han obtenido en el nivel nulo y bajo un porcentaje pequeño 10% en cada uno, en el nivel bajo tanto varones como mujeres también el 10%. En el nivel medio en general hubo 5% en donde los varones obtuvieron un 10% y las mujeres no arrojaron resultados. En el nivel alto, en general se obtuvo el 55%, los varones con el 50% y las mujeres con el 60%, siendo este el nivel de mayor porcentaje. . En el nivel muy alto se logró un 20%, los varones el 10%, las mujeres el 30%. Este detalle lo podemos observar en el siguiente gráfico:

Valores	5° año	Frecuencia Porcentual	Moda	4				
Nulo	2	10%	Media	3,65				
bajo	2	10%						
medio	1	5%						
alto	11	55%						
muy alto	4	20%						
total	20	100%						
Valores	varones	FP %	mujeres	FP %				
Nulo	2	20%	0	0%				
bajo	1	10%	1	10%				
medio	1	10%	0	0%				
alto	5	50%	6	60%				
muy alto	1	10%	3	30%				
total	10	100%	10	100%				
	Moda	4	Moda	4				
	Promedio	3,2	Promedio	4,1				

En sexto año tanto varones como mujeres no se han obtenido resultados en el nivel nulo , en cambio en el nivel bajo y medio, en general se obtuvo el 10%, los varones no han obtenido porcentaje y las mujeres 20% en cada uno. En el nivel alto se logró un 50%, los varones el 70% y las mujeres el 30%, en este nivel es en el cual obtuvieron el mayor porcentaje. En el nivel muy alto el general fue de 30% , igual que las mujeres y los varones. Información que se ve simbolizada en los siguientes gráficos y tablas:

Valores	<b>6° año</b>	Frecuencia Porcentual	Moda	4				
Nulo		0%	Media	4				
bajo	2	10%						
medio	2	10%						
alto	10	50%						
muy alto	6	30%						
	20	100%						
valores	varones	FP %	mujeres	FP %				
Nulo		0%	0	0%				
bajo		0%	2	20%				
medio		0%	2	20%				
alto	7	70%	3	30%				
muy alto	3	30%	3	30%				
total	10	100%	10	100%				
	Moda	4	Moda	4.5				
	Media	4.3	Media	3,7				

Para finalizar realizamos un gráfico de barras comparando los porcentajes de todos los años y llegamos a la conclusión que el mayor porcentaje obtenido en todos los cursos fue en el nivel alto con excepción de primer año que lo obtuvo en el nivel muy alto.



L@s estudiantes de la muestra manifestaron que tienen un promedio de nivel medio en 3º año con un 3,9, en quinto con 3,85 y en sexto con el 3,95. También observamos que tienen un nivel alto en primer año con el 4, en segundo con el 4,25 y en cuarto con el 4,3. Se observa a través del gráfico de barras que el mayor promedio se vio reflejado en cuarto año. En cuanto a la moda la intención futura se mantuvo en un nivel alto y muy alto. Esta información se puede observar en la siguiente tabla y gráfico:

media	intención futura	Nivel		Moda	intención futura	Nivel
1º	4	alto		1º	4	alto
2º	4,25	alto		2º	5	muy alto
3º	3,9	medio		3º	4	alto
4º	4,3	alto		4º	5	muy alto
5º	3,85	medio		5º	4	alto
6º	3,95	medio		6º	4	alto

A continuación detallaremos la frecuencia porcentual de la intención futura de práctica de actividad física de primero a sexto año:

En primer año la frecuencia porcentual tanto varones como mujeres no obtuvieron porcentaje en los niveles nulo y bajo, en el nivel medio varones el 10% y el 30% en las mujeres en los nivel medio, alto y muy alto. En cuanto al nivel alto ,es en donde obtuvieron los varones el mayor porcentaje con el 60% y el 30% en el nivel muy alto. La moda es de 4 para los varones y 2,3 y 4 para las mujeres. La media,

4,2 para los varones y 3,8 para las mujeres. A continuación detallamos lo mencionado anteriormente

Valores 1º año	Frecuencia absoluta varones	Frecuencia porcentual	Frecuencia absoluta mujeres	Frecuencia porcentual
Nulo	0	0%	0	0%
bajo	0	0%	1	10%
medio	1	10%	3	30%
alto	6	60%	3	30%
muy alto	3	30%	3	30%
total	10	100%	10	100%
Moda	4	Moda	2.3.4	
media	4,2	media	3,8	

En segundo año los varones no obtuvieron porcentaje en los niveles nulo, bajo y medio, las mujeres el 10% en estos niveles. En cuanto al nivel alto los varones obtuvieron un 40% y las mujeres el 20%. En donde se obtuvo el mayor porcentaje con el 60% los varones y el 50% las mujeres fue en el nivel muy alto. La moda es 5 y el promedio de varones ,4,6 y mujeres 3,9. A continuación en una tabla se detalla lo enunciado.

Valores 2º año	Frecuencia absoluta varones	Frecuencia porcentual	Frecuencia absoluta mujeres	Frecuencia porcentual
Nulo	0	0%	1	10%
bajo	0	0%	1	10%
medio	0	0%	1	10%
alto	4	40%	2	20%
muy alto	6	60%	5	50%
total	10	100%	10	100%
Moda	5	Moda	5	
media	4,6	media	3,9	

En tercer año los varones no obtuvieron porcentaje en los niveles nulo y bajo junto con las mujeres en el nivel nulo En cuanto al nivel bajo las mujeres obtuvieron el

10%. En el nivel medio los varones lograron un 10% y las mujeres el 20%. En el nivel alto es donde se obtuvo el mayor porcentaje con el 70% los varones y el 60% las mujeres. Por último en el nivel muy alto los varones el 20% y las mujeres el 10%. La moda es 4 y el promedio de varones ,4,1 y mujeres 3,7. A continuación en una tabla se detalla lo enunciado.

Valores 3º año	Frecuencia absoluta varones	Frecuencia porcentual	Frecuencia absoluta mujeres	Frecuencia porcentual
Nulo	0	0%	0	0%
bajo	0	0%	1	10%
medio	1	10%	2	20%
alto	7	70%	6	60%
muy alto	2	20%	1	10%
total	10	100%	10	100%
Moda	4	Moda	4	
media	4,1	media	3,7	

En cuarto año la frecuencia porcentual tanto varones como mujeres no se obtuvieron resultados en los niveles nulo y bajo , en varones se obtuvo un 10% en el nivel medio y el 20% en mujeres. En cuanto al nivel alto obtuvieron el 40% ambos sexos y en el nivel muy alto, los varones llegaron a su máximo porcentaje con el 50 %, en cambio las mujeres obtuvieron el 40% en los niveles alto y muy alto. La moda es 5 para los varones y las mujeres también 4. El promedio de varones ,4,4 y mujeres 4,2. En la tabla siguiente se encuentra lo expuesto.

Valores 4º año	Frecuencia absoluta varones	Frecuencia porcentual	Frecuencia absoluta mujeres	Frecuencia porcentual
Nulo	0	0%	0	0%
bajo	0	0%	0	0%
medio	1	10%	2	20%
alto	4	40%	4	40%
muy alto	5	50%	4	40%
total	10	100%	10	100%
Moda	5	Moda	4.5	
media	4,4	media	4,2	

En quinto año las mujeres no obtuvieron porcentaje en los niveles nulo y bajo junto con las varones en el nivel nulo En cuanto al nivel bajo las varones obtuvieron el 10%.En el nivel medio los varones y mujeres lograron un 30% y en el nivel alto un 40%,es en donde ambos sexos obtuvieron el mayor porcentaje. Por último en el nivel muy alto los varones el 20% y las mujeres el 30%. La moda es 4 y el promedio de varones es 3,7 y mujeres 4.A continuación en una tabla se detalla lo enunciado.

Valores 5° año	Frecuencia absoluta varones	Frecuencia porcentual	Frecuencia absoluta mujeres	Frecuencia porcentual
Nulo	0	0%	0	0%
bajo	1	10%	0	0%
medio	3	30%	3	30%
alto	4	40%	4	40%
muy alto	2	20%	3	30%
total	10	100%	10	100%
Moda	4	Moda	4	
media	3,7	media	4	

En sexto año ambos sexos no obtuvieron porcentaje en los niveles nulo y bajo. En el nivel medio los varones el 30%y las mujeres lograron un 10% y en el nivel alto un 50%,y las mujeres el 80%,es en donde ambos sexos obtuvieron el mayor porcentaje. Por último en el nivel muy alto los varones el 20% y las mujeres el 10%. La moda es 4 y el promedio de varones es 3,9 y mujeres 4.A continuación en una tabla se detalla lo enunciado.

Valores 6° año	Frecuencia absoluta varones	Frecuencia porcentual	Frecuencia absoluta mujeres	Frecuencia porcentual
Nulo	0	0%	0	0%
bajo	0	0%	0	0%
medio	3	30%	1	10%
alto	5	50%	8	80%
muy alto	2	20%	1	10%
total	10	100%	10	100%
Moda	4	Moda	4	
media	3,9	media	4	





decrece luego a 80% y la motivación al ego aumenta entre el 60% y 50% en los últimos años. Creemos que esta disminución se debe a que en quinto y sexto año se practican más deportes y se interviene en los intercolegiales, por lo tanto aumenta su motivación al ego y disminuye la motivación a la tarea. Encontramos una explicación coherente en los análisis Nicholls (1989) en que los individuos son percibidos como un organismo intencional, en contextos de ejecución como el deporte, (practicado en la escuela secundaria) están motivados por la obtención de éxito, en demostrar competencia y habilidad es un proceso de comparación social, se juzga su capacidad con relación a otros, la renombra como orientados al ego, y cuando las acciones de los individuos se dirigen hacia el aprendizaje, las percepciones de habilidad dependen del progreso personal, por lo tanto estarían orientados a la tarea.

En cuanto al nivel de experimentación del flow sumando los porcentajes de los niveles alto y muy alto encontramos que en primer año es del 80% en segundo de 70%, en tercero de 75%, en cuarto de 70%, en quinto año de 60% y en sexto del 40%. Haciendo un análisis únicamente de los varones los porcentajes son, primero, el 90%, segundo, tercero y cuarto el 80% y decrece en quinto a 60%, finalizando en sexto en 50%.

Nuevamente llegamos a la conclusión que en quinto y sexto año también baja el porcentaje a causa de que no lograron en el transcurso de los años incorporar las herramientas adecuadas para afrontar una tarea motriz. Camacho (2011) sostiene que una persona entra en estado de flujo cuando posee las herramientas suficientes y las adecuadas para enfrentar el reto, por lo tanto la educación física se las puede proporcionar.

El nivel de motivación intrínseca en los estudiantes en los valores alto y muy alto en general lograron en primer año el 60%, en segundo el 80% en tercero y cuarto el 65% en quinto el 75% y en sexto el 80%. Cuando analizamos los porcentajes de los varones llegamos a los siguientes porcentajes, primero el 70%, segundo el 90%, tercero el 80%, cuarto el 70%, quinto el 60% y sexto el 100%. En esta variable fueron decayendo los porcentajes a excepción de sexto que aumentó significativamente, creemos que es a causa de los deportes que practican y la

competencia que en los últimos años participan. La teoría de la motivación intrínseca argumenta que los seres humanos participan en el deporte u otros contextos de logro, movidos por tres necesidades principales: necesidad de competencia, de autonomía y de relacionarse Deci y Ryan (citados en García Calvo 2004), según estos autores estas tres necesidades son los pilares básicos para la motivación intrínseca.

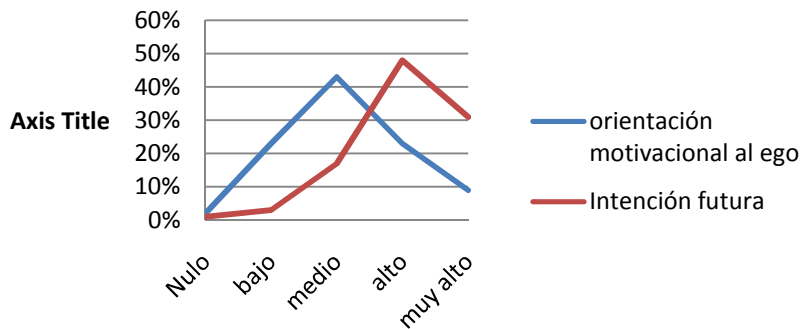
Pelletier (citado en García Calvo 2004) considera que está formada por tres dimensiones: la motivación por aprender habilidades nuevas, la motivación por practicar habilidades ya aprendidas y la motivación por experimentar sensaciones placenteras. Por lo tanto creemos que los varones de sexto año aumentaron su porcentaje debido a su competencia.

Los niveles alto y muy alto en la variable de intención futura de práctica de actividad física dieron como resultado en primer año el 75%, segundo año el 85%, tercer año el 80%, cuarto el 85%, quinto el 65% y en sexto el 80%. Los varones en este nivel obtuvieron en primer año el 90%, en segundo el 85%, en tercero y cuarto el 90%, en quinto el 60% y por último en sexto el 70%. En esta variable también disminuye el porcentaje en los últimos dos años. Creemos que es debido a que los profesores no crean el ambiente adecuado para fomentar su continuación después de la secundaria. Encontramos una explicación coherente en los análisis de Faison-Hodge y Porreta (citado en Moreno, 2007) ya que afirman que se debe valorar el papel del profesor en la intención de seguir activo en la vida adulta, pues en sus manos está la tarea de introducir al alumno en esa práctica por medio de las clases de educación física, creando el ambiente y la motivación adecuada que fomente su continuación en edades posteriores.

Realizamos cuadros y tablas comparando las siguientes relaciones : orientación motivacional al ego, a la tarea, estado de flow y motivación intrínseca con la intención futura de práctica de actividad física .Las detallamos a continuación:

Valores	orientación motivacional al ego	Intención futura
Nulo	2%	1%
bajo	23%	3%
medio	43%	17%
alto	23%	48%
muy alto	9%	31%
total	100%	100%

**gráfico de relación entre frecuencia porcentual de orientación motivacional al ego y la intención futura de práctica de actividad física**



En nuestra investigación cuando comparamos los resultados obtenidos en la orientación motivacional al ego en la sumatoria de los niveles alto y muy alto (32%) y lo relacionamos con la intención de ser físicamente activo ( el 79%),se puede observar en el gráfico, llegamos a la conclusión que mientras baje la orientación al ego sube el porcentaje de ser físicamente activo, lo que concuerda con Moreno (2011) en donde afirma que los sentimientos de competencia, autonomía y relación con los demás va a permitir que la persona practique deporte, no porque le genere placer inmediato sino por considerar que forma parte de su estilo de vida Saludable.

Valores	orientación motivacional a la tarea	Intención futura
Nulo	0%	1%
bajo	2%	3%
medio	13%	17%
alto	68%	48%
muy alto	17%	31%
total	100%	100%

Cuando analizamos la relación que existe entre la orientación motivacional a la tarea y el ser físicamente activo notamos que en niveles nulo, medio y bajo es similar el porcentaje. En la sumatoria de los niveles alto y muy alto observamos que el porcentaje es 85% de orientación a la tarea y 79% de intención futura es muy parecido con una mínima diferencia de 6% por lo que concluimos que mientras más alta sea la motivación a la tarea mayor será la intención futura de realizar actividad física en el futuro. Escarti y Cervello (1994) Buceta (2002) definen a la motivación como el motor que pone en marcha y guía un comportamiento, esto reafirma nuestra conclusión.

Valores	flow	Intención futura
Nulo	0%	1%
bajo	2%	3%
medio	32%	17%
alto	65%	48%
muy alto	1%	31%
total	100%	100%

El nivel de experimentación del flow cuando lo relacionamos con la intención de ser físicamente activo en la sumatoria de los niveles alto y muy alto, notamos que el flow con un 66% es menor a la intención de ser físicamente activo contra un 79%, no obstante indagamos sobre las nueve dimensiones del flow y llegamos a la conclusión que en la que más porcentaje había es en el flow 3, claridad en los objetivos con un 79% en la sumatoria de estos dos niveles. A su vez los varones en esta dimensión tienen en primer año el 90%, en segundo y tercero el 60% , en cuarto y quinto el 90% y que en sexto disminuía notablemente al 60%. En la intención de ser físicamente activo el porcentaje de los varones también decrece en 6° año al 70%, contando con primer año 90 %, en segundo el 100% en tercero y cuarto el 90% y en quinto el 60%. Observamos con este análisis que mientras más claridad en los objetivos hay más intención futuro de práctica de actividad física. Hay que tener claras las metas que perseguimos para obtener un buen rendimiento. Si un atleta tiene claro cuáles son los objetivos que persigue y como conseguirlos, su estado psicológico será más favorable que en el caso

contrario Csikszendmihalyi (citado en García Calvo, 2004). Dentro de la dimensión del flow, claridad en los objetivos se encuentran las subdimensiones que tratan sobre el nivel de acuerdo en cuanto al conocimiento de lo que se quiere hacer, el nivel de acuerdo con lo que se quiere conseguir y el nivel de acuerdo en que las metas están claramente definidas.

Valores	1° año	2° año	3° año	4° año	5° año	6° año
Nulo	0%	0%	0%	0%	0%	0%
bajo	0%	10%	0%	0%	0%	0%
medio	10%	30%	40%	10%	10%	40%
alto	60%	40%	50%	50%	80%	50%
muy alto	30%	20%	10%	40%	10%	10%
total	100%	100%	100%	100%	100%	100%

La relación que existe entre la motivación intrínseca y la intención de ser físicamente activo es que mientras más motivación intrínseca haya, más el estudiante quiera realizar actividad física terminada la secundaria, lo que concuerda con Moreno, Huéscan y Cervelló (citado en Moreno, 2011), que para conseguir maximizar la adherencia futura de las personas a la actividad físico-deportiva en su tiempo libre o de ocio, es requisito imprescindible conocer las variables que podrían estar interviniendo a la hora de que las personas decidan adoptar dicho compromiso y asumirlo e interiorizarlo como hábito de vida saludable,

En nuestra investigación observamos los siguientes resultados: en los niveles alto y muy alto notamos una paridad en la frecuencia porcentual general 71% para la motivación intrínseca y el 79 % para la intención de ser físicamente activo. En cuanto a los varones en estos mismos niveles observamos que en primer año la frecuencia porcentual es de 70%, en segundo 90%, en tercero 80%, en cuarto 70%, en quinto disminuye al 60%, pero en sexto año, el 100%, nos desconcierta ya que en toda la investigación los porcentajes disminuían en este año.

Valores	motivación intrínseca	Intención futura
Nulo	2%	1%
bajo	7%	3%
medio	20%	17%
alto	40%	48%
muy alto	31%	31%
total	100%	100%

Tabla comparativa de frecuencia porcentual de la suma del nivel alto y muy alto varones					
cursos	orientación motivacional al ego	orientación motivacional a la tarea	experimentación del flow	motivación intrínseca	intención de ser físicamente activo
1° año	50%	90%	90%	70%	90%
2° año	30%	90%	80%	90%	100%
3° año	70%	90%	80%	80%	90%
4° año	20%	80%	80%	70%	90%
5° año	30%	80%	60%	60%	60%
6° año	50%	80%	50%	100%	70%

En la tabla anterior resumí todo lo expuesto anteriormente en cuanto a la suma de los niveles alto y muy alto de los varones de primer a sexto año en todas las variables de nuestra investigación.

### 3.3. Conclusiones y sugerencias

Como conclusión comenzaremos afirmando que nuestro análisis, al ser cuantitativo y utilizar un cuestionario cerrado deja fuera del objeto de estudio aquellos valores subjetivos y singulares que podrían aparecer en un instrumento cualitativo como lo sería una entrevista u observaciones de clases.

En la motivación intrínseca de l@s estudiantes de la escuela secundaria en las clases de educación física se observó que en los niveles medio, alto y muy alto obtuvieron el 91% de la muestra, mientras que solo el 9% restante lo obtuvieron en los niveles bajo y nulo. Creemos con estos resultados que la motivación intrínseca ha sido positiva ya que la práctica de los deportes en la secundaria, principalmente en los últimos años proporcionan a l@s estudiantes los tres pilares básicos para la motivación intrínseca que son la necesidad de competencia, de autonomía y de relacionarse Deci y Ryan (citados en García Calvo 2004).

En la orientación motivacional prevalece un mayor porcentaje hacia la tarea que al ego, ya que en la muestra el 32% es la sumatoria en los niveles alto y muy alto de orientación motivacional al ego y un 85% de orientación motivacional a la tarea.

También observamos que en los primeros años hasta cuarto va aumentando la orientación motivacional a la tarea y disminuyendo al ego, y en los dos últimos años disminuye el porcentaje a la tarea y aumenta al ego. Es por eso que generar un ambiente de clase orientado hacia la tarea, en búsqueda del progreso personal de l@s estudiantes podría mejorar la motivación disposicional.

Sugerimos por ejemplo que la evaluación sea de acuerdo al progreso del estudiante y no a la comparación deportiva y en función al éxito.

El estado de flow de l@s estudiantes de educación física en la escuela secundaria investigada decrece a medida que van pasando de año desde el 80% en primer año hasta el 40% en sexto, sumando los porcentajes de los niveles alto y muy alto. En cuanto al nivel de intención futura de la práctica de actividad física por parte de los estudiantes se mantiene el porcentaje en todos los cursos desde primer año con el 75% ,hasta sexto con el 80%. Hay que destacar que se ha observado en los

varones que el porcentaje decrece en quinto y sexto año, desde un 90% en primer año a un 60% en quinto y un 70% en sexto.

En la sumatoria de los niveles alto y muy alto observamos que el porcentaje es 85% de orientación a la tarea y 79% de intención futura es muy parecido con una mínima diferencia de 6% por lo que concluimos que mientras más alta sea la motivación a la tarea mayor relación positiva tendrá con la intención futura de realizar actividad física.

Haciendo un análisis sobre las nueve dimensiones del flow, llegamos a la conclusión que en la que más porcentaje había es en claridad en los objetivos con un 79% en la suma del nivel alto y muy alto y el 79% en intención futura. Observamos con este análisis que mientras más claridad en los objetivos hay más intención futura de práctica de actividad física.

En nuestra investigación observamos que la frecuencia porcentual de motivación intrínseca va aumentando desde primer año hasta cuarto y decrece en los últimos dos niveles, al igual que la intención futura de la práctica de actividad física, por lo expuesto creemos que mientras más motivación intrínseca tengan l@s estudiantes, más se predispondrán para practicar una actividad física en el futuro.

Huéscan y Cervelló (citado en Moreno, 2011) sostienen que para conseguir maximizar la adherencia futura de las personas a la actividad físico-deportiva en su tiempo libre o de ocio, es requisito imprescindible conocer las variables que podrían estar interviniendo a la hora de que las personas decidan adoptar dicho compromiso y asumirlo e interiorizarlo como hábito de vida saludable. Con los resultados de nuestra investigación observamos que existe una relación positiva entre los niveles alto y muy alto de la intención futura de la práctica de actividad física en l@s estudiantes de educación física que cursan en nivel medio con los niveles alto y muy alto de motivación intrínseca, de experimentación de flow y de la orientación motivacional a la tarea. Estas tres variables son las que determinaron que l@s estudiantes tengan intención de practicar alguna actividad física a futuro.

Como educadores/as tendríamos que repensar nuestras clases de educación física y tener en cuenta los deseos y necesidades, especialmente necesidades

que l@s estudiantes manifiestan. Y generar un acercamiento e interés por parte de ellos/as y juntos/as (docentes y alumn@s) organizar, plantear, escoger actividades, contenidos, etc., que sirvan de clima motivacional para que l@s estudiantes tengan el deseo no sólo de concurrir a clases, sino que al finalizar la etapa escolar puedan y sepan desarrollar su vida físico-deportiva de la mejor manera posible.

### **3.4. Discusión**

A continuación se presentan las dificultades encontradas durante el proceso de investigación para que en futuras investigaciones puedan tenerse en cuenta.

En cuanto al cumplimiento de los objetivos y al diseño de las matrices de datos no encontramos dificultades, si propondríamos una variable más que sería el rol del profesor en las clases de educación física.

En cuanto a los instrumentos de recolección de datos creemos que es muy extenso ya que las ultimas hojas l@s estudiantes no las responden con la misma objetividad que las primeras, lo hemos notado cuando realizamos la muestra y vimos que al final se dispersaban mucho y contestaban al azar para terminar el cuestionario rápido. También en la elaboración del cuestionario creemos que tendría que adaptarse a la población Argentina ya que fue elaborado para otra población con diferentes realidades.

## 4. Anexos

### 4.1. Anexo 1. Modelo de cuestionario

MOTIVACIÓN EN EDUCACIÓN FÍSICA (Argentina-2015)		Marcar con una X en el recuadro											
				BIEN		MAL							
				<input checked="" type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>							
				<input checked="" type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>							
<b>Género</b>	Hombre <input type="checkbox"/>	Mujer <input type="checkbox"/>	<b>Edad</b>	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19
<b>Colegio</b>	Público <input type="checkbox"/>	Privado <input type="checkbox"/>	<b>Año</b>	1º	2º	3º	4º	5º	6º				
¿Cursas el bachillerato con orientación en educación física?				<input type="checkbox"/> Sí		<input type="checkbox"/> No							
<b>Calificación Educación Física curso anterior</b>				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. Respondé a las siguientes cuestiones:</p>													
<p><b>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)</b></p>													
Ejercicio extenuante (el corazón late rápidamente). Por ejemplo jugando al fútbol, al squash, al básquet, haciendo judo, natación fuerte, ciclismo fuerte de larga distancia.				0	1	2	3	4	5	6	7		
Ejercicio moderado (no agotador). Por ejemplo caminar rápido, ciclismo lento, voleibol, natación fácil, baile popular y folclórico.				0	1	2	3	4	5	6	7		
Ejercicio suave (esfuerzo mínimo). Por ejemplo yoga, tiro con arco, pesca, bolos, golf, caminar fácil.				0	1	2	3	4	5	6	7		
<p><b>En una semana, durante tu tiempo libre, ¿con qué frecuencia participás en una actividad regular en la que llegues a sudar (que tu corazón lata rápidamente)? (Señalá una de las tres opciones)</b></p>													
Nunca/raramente <input type="checkbox"/>				A veces <input type="checkbox"/>				A menudo <input type="checkbox"/>					
<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 dejás ninguna afirmación sin contestar.                  GRACIAS POR TU COLABORACIÓN</p>													

**En clases de Educación Física...**

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

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

<b>Participo en esta clase de Educación Física...</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
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"/>

<b>Respecto a tu intención de practicar alguna actividad físico-deportiva...</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
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 activa	<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"/>

Yo siento que tengo más éxito en las clases de Educación

Física...	1	2	3	4	5
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
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 mi mismo/a	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## 4.2 Anexo 2. Información sobre pilotaje

# UFLO

UNIVERSIDAD DE FLORES

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

---

## FACULTAD DE ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE

### Información sobre el pilotaje

Actividad:

Luego de realizar el pilotaje deberán completar los siguientes ítems del modo más claro y preciso posible.

Una vez terminado este documento lo envían por plataforma a la profesora Valeria Gómez. El archivo de Word deberá denominarse: Apellido Info Pilotaje (Ej: Pérez Info Pilotaje)

1. Tiempo usado para completar el cuestionario por el primer estudiante que entregó el cuestionario finalizado:

El primer varón: 9 minutos y la primera mujer: 16 minutos.

2. Tiempo usado para completar el cuestionario por el último estudiante que entregó el cuestionario finalizado:

El último varón : 12 minutos y la última mujer :21 minutos.

3. Dudas, preguntas, comentarios manifestados por l@s estudiantes luego de hacer la presentación y saludo inicial:

Recibieron el cuestionario sin manifestar ningún comentario.

4. Dudas, preguntas, comentarios manifestados por l@s estudiantes mientras se iba completando la primer parte del cuestionario con la guía del administrador (leyendo en vos alta):

El comentario que manifestaron fue que no entendieron el termino bachillerato ya que hace mucho tiempo que no se usa. También l@s alumnos de primer año no sabían que nota poner en la calificación de educación física del año anterior ya que en la primaria las notas no son numéricas. Otra duda fue que no recordaban con exactitud la nota del año anterior y pusieron la nota más alta que obtuvieron en todo el año.

5. Dudas, preguntas, comentarios manifestados por l@s estudiantes mientras se completaba el cuestionario de modo autoadministrado por l@s estudiantes:

L@s alumnos manifestaron que no entendían las siguientes preguntas:

-en la clase de educación física ¿el tiempo parece alterarse (pasa más lento o mas rápido)?

-¿las dificultades y mis habilidades para superarlas están a un mismo nivel?

En líneas generales comentaron que no entendían el significado de algunas palabras y que varias querían decir lo mismo.

6. Dudas, preguntas, comentarios manifestados por l@s estudiantes al momento de hacer la entrega del cuestionario completo:

Lo que manifestaron en su mayoría que era un cuestionario muy largo .Otros alumn@s estaban apurados por irse y no expresaron nada.

7. Explicitar problemas, contratiempos o dificultades al realizar la prueba piloto:

El mayor problema fue que no pude juntar a los doce alumn@s al mismo tiempo porque al momento de realizar el pilotaje los chicos de primer y segundo año ,la profesora no los dejo salir del aula porque estaban con evaluación, entonces tuve que ir otro día y realizarle la encuesta.

8. Explicitar cómo se sintió usted al realizar la prueba piloto:

Me sentí apoyada por los directivos de la escuela ya que cuando tuve la reunión con la directora, vice y el coordinador de educación física, se manifestaron interesados en la encuesta .También los preceptores al momento de la prueba piloto me trataron amablemente y se ocuparon de buscar a los chicos del aula y conseguir un espacio para realizar la prueba. Descubrí con esta encuesta que hay un gran número de estudiantes, especialmente los varones que les gusta mucho la educación física.

### 4.3 Anexo 3. Glosario de palabras

#### Glosario

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

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

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

#### **- Tiempo libre:**

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

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

Ejemplo: Cuando vas al club a participar de alguna actividad deportiva o realizar actividad física, a correr en la plaza, a la escuela de danzas, etc. Es el tiempo que queda después de ir a la escuela, hacer la tarea, comer, dormir, etc. Es el tiempo que no tienes que hacer nada en forma obligatoria

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

#### **- Extenuante:**

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

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

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

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

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

#### **- Moderado:**

Definición: Que guarda un medio entre dos extremos

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

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

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

#### **- A menudo:**

Definición: Muchas veces, frecuentemente y con continuación.

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

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

-NUNCA / RARAMENTE (1 DÍA SOBRE 7),

-A VECES (2 DÍAS SOBRE 7)

-A MENUDO (3 O MÁS DÍAS SOBRE 7)

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

Ítem: “En una semana, durante tu tiempo libre, ¿con qué frecuencia participás en una actividad regular en la que llegues a sudar (que tu corazón lata rápidamente? (Señala una de las tres opciones) Nunca/raramente – A veces – A menudo – página 1

#### **- Indiferente:**

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

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

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

#### **- “Salir a correr”**

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

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

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

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

Si cumple con cierta sistematicidad/ periodicidad y /o planificación también es una actividad física. La respuesta es sí, cuando cumple con cierta periodicidad (2 veces a la semana por ejemplo)

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

**- Valioso:** Definición: Que vale mucho o tiene mucha estimación o poder

Definición coloquial: Que se siente importante, que vale.

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

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

#### **- Autoestima:**

Definición: Valoración positiva que se tiene de uno mismo

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

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

#### **- Fracaso:**

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

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

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

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

### **- Cualidades:**

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

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

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

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

### **- Gestos correctos:**

**Definición:** Movimiento con una intención determinada a través del cuerpo. En referencia a un deporte, se refiere al gesto técnico propio del mismo con economía de movimiento y que se ajusta en tiempo y espacio a la situación de juego. En otras actividades como la danza, gimnasia o acrobacia, refieren a patrones específicos para cumplimentar con los reglamentos pertinentes de cada actividad.

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

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

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

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

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

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

Cuando realizas un lateral en futbol lo haces con las manos por encima de la cabeza y no con los pies (gesto motriz de tiro lateral). Cuando en salto en largo saltas con un pie y no con dos (gesto de salto en largo).

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

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

### **- Control:**

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

**Definición coloquial:** Sensación de seguridad en relación a lo que estoy haciendo, de manejar la situación, mi cuerpo, mis acciones, etc. Que la actividad que estoy realizando se está llevando a cabo según como esperaba que fuera. Siento que nada sale de lo planeado y soy eficaz al hacerlo.

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

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

### **- El tiempo parece alterarse:**

**Definición:** (alterarse) Alteración: cambiar, cambiarse

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

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

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

***Página 3 del cuestionario: Ejecutar, automáticamente, metas, espontánea, reconfortante, “el paso del tiempo parece ser diferente al normal”***

#### **- Demandas de la situación**

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

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

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

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

#### **- Ejecutar:**

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

Definición coloquial: Realizar una acción, habilidad o técnica determinada

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

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

#### **- Automáticamente:**

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

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

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

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

#### **- Metas:**

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

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

Ejemplo: Voy a practicar tal o cual habilidad o técnica porque quiere participar en el equipo; o quiero aprender algo porque me gusta o me servirá en el futuro para otra cosa. Este año quiero aprender el golpe de manos bajas. / El mes que viene quiero bajar el tiempo, corriendo los 100 metros más rápido.

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

#### **- Espontánea:**

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

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

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

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

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

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

#### **- Reconfortante:**

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

#### **- Control:**

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

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

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

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

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

**- Eficazmente:**

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

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

Conseguir un resultado determinado.

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

Cuando pateas la pelota, logras pegarle bien y se dirige al lugar donde vos querías

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

**- Estimulante:**

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

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

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

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

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

**“Mi forma física”:**

Definición: Propio estado corporal/físico

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

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

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

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

**- Formar parte de un club deportivo de entrenamiento:**

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

Definición coloquial: Los clubes deportivos son los que ofrecen actividades relacionadas a algún deporte en especial (básquet, fútbol, handball, voley, etc.) con horarios de entrenamientos específicos, generalmente por categorías divididas en edades, con una actividad sistemática muchas veces orientada hacia la participación de un torneo / competencia.

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

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

**- Progresión:**

Definición: Concepto que se emplea para nombrar al avance o el desarrollo de algo. Una progresión puede asociarse al progreso o a una secuencia.

Definición coloquial: Mejorar, perfeccionar, avanzar como por ejemplo en la condición física alcanzando resultados positivos.

Avance paso a paso, paulatino. De un estado inicial ver una mejora o perfeccionamiento.

Ejemplo: Sentir que se avanzó o evolucionó de manera que se consiguió los objetivos propuestos.

Siento que mejore mi saque en vóley y logro pasar todas las pelotas por encima de la red.

Ítem: Siento que he tenido una gran progresión con respecto al objetivo final que me he propuesto (página 4).

#### 4.4 Anexo 4. Carta de presentación a la institución educativa.



Buenos Aires, 10 de agosto de 2015

A quien corresponda,

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

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

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

Mi mail de contacto, por si desease realizar cualquier consulta es: [vgomez@uflo.edu.ar](mailto:vgomez@uflo.edu.ar)  
Esperando poder contar con su participación, reciba un cordial saludo,

Mag. Valeria Gómez  
Coordinadora del área de Investigación  
Facultad de Actividad Física y Deporte

Firmo en conformidad:

## 4.5 Anexo 5. Procedimiento para completar la planilla Excel.

# UFLO

UNIVERSIDAD DE FLORES

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

---

### FACULTAD DE ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE

#### Procedimiento para completar la planilla Excel

##### ANTES DE COMENZAR LA CARGA DE DATOS

- Numerar los cuestionarios en lápiz en el margen superior derecho de la primera hoja.
- Ese número será el que le corresponderá a ese sujeto en la planilla Excel cuando se carguen los datos.

##### CARGA DE DATOS A LA PLANILLA EXCEL

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

2° Las variables de edad, curso, calificación, gusto por la educación física, ejercicio extenuante, ejercicio moderado, ejercicio suave y actividad con la que llegue a sudar se pasarán a Excel introduciendo en la casilla correspondiente el mismo número que el sujeto indicó en el cuestionario.

3° Todas las variables a partir de Ego1 también serán introducidas en el archivo de Excel indicando en cada casilla el número (1, 2 ,3 ,4 ó 5) que el sujeto señaló en el cuestionario.

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

Género:

0 = Hombre

1 = Mujer

Centro:

0 = Público

1 = Privado

2 = Concertado

Actividad con la que llegue a sudar:

0= Nunca /raramente

1= A veces

2 = A menudo

#### **4.6 Anexo 6. Planilla Excel. Primera hoja**

Sexo	Edad	TipoCentro	Año	Bachillerato orientación	Calificación	Gusto	Ejercicio extenuante	Ejercicio moderado	Ejercicio suave
0	13	0	1	0	10	5	3	0	0
0	13	0	1	0	10	4	7	1	3
0	13	0	1	0	10	5	7	5	0
0	13	0	1	0	10	5	3	5	0
0	13	0	1	0	8	4	2	1	0
0	12	0	1	0	10	3	4	3	1
0	13	0	1	0	10	3	2	1	1
0	13	0	1	0	10	4	5	7	3
0	13	0	1	0	9	5	2	2	3
0	12	0	1	0	9	5	3	4	0
1	13	0	1	0	10	3	0	3	0
1	12	0	1	0	10	4	3	4	4
1	12	0	1	0	9	4	4	3	2
1	12	0	1	0	10	5	3	1	0
1	12	0	1	0	10	5	6	6	0
1	12	0	1	0	9	2	4	3	6
1	13	0	1	0	8	5	2	2	7
1	13	0	1	0	10	3	3	2	0
1	13	0	1	0	6	2	4	4	0
1	12	0	1	0	6	2	0	0	5
0	14	0	2	0	8	4	6	5	4
0	14	0	2	0	8	5	6	1	0
0	15	0	2	0	8	5	4	5	4
0	13	0	2	0	8	4	6	1	1
0	13	0	2	0	8	5	4	5	6
0	14	0	2	0	7	4	2	0	1
0	14	0	2	0	9	5	3	4	1
0	14	0	2	0	9	4	0	1	0
0	14	0	2	0	9	4	3	4	5
0	13	0	2	0	10	4	5	4	4
1	15	0	2	0	8	4	0	0	0
1	15	0	2	0	7	3	0	6	0
1	13	0	2	0	8	5	3	2	3
1	14	0	2	0	8	5	4	5	0
1	16	0	2	0	9	5	0	3	2
1	13	0	2	0	8	3	0	1	7
1	14	0	2	0	8	1	2	2	4
1	13	0	2	0	8	4	0	7	7
1	14	0	2	0	8	4	0	7	7
1	15	0	2	0	5	2	0	1	5
0	15	0	3	0	8	4	2	3	0
0	15	0	3	0	10	3	2	1	1
0	16	0	3	0	8	4	1	2	0
0	14	0	3	0	8	4	2	1	5
0	15	0	3	0	9	5	4	5	5
0	15	0	3	0	8	5	3	0	0
0	16	0	3	0	9	5	5	0	0
0	17	0	3	0	8	5	3	4	1
0	14	0	3	0	8	5	0	0	0
0	14	0	3	0	9	5	2	0	1
1	14	0	3	0	8	3	0	3	0
1	15	0	3	0	9	2	0	0	0
1	16	0	3	0	8	4	3	4	6
1	14	0	3	0	9	3	0	0	1
1	17	0	3	0	6	2	0	2	0
1	16	0	3	0	7	3	0	0	0
1	14	0	3	0	7	2	0	2	4
1	15	0	3	0	7	5	4	2	2
1	15	0	3	0	9	3	3	4	5
1	15	0	3	0	5	4	4	2	2
0	18	0	4	0	8	4	0	2	3
0	15	0	4	0	8	3	0	2	3
0	16	0	4	0	9	5	3	5	0
0	16	0	4	0	7	5	3	0	0
0	17	0	4	0	9	5	2	4	3
0	15	0	4	0	8	3	2	6	7
0	16	0	4	0	9	4	5	1	0
0	16	0	4	0	9	4	3	4	0
0	15	0	4	0	9	5	4	4	4
0	15	0	4	0	9	5	6	0	4
1	16	0	4	0	9	4	2	3	2
1	15	0	4	0	7	3	0	0	7
1	17	0	4	0	6	4	0	2	3



motivación al ego y a la tarea																		
Sexo	Edad	Año	Ego 1	Tarea 1	Ego 2	Tarea 2	Ego 3	Tarea 3	Ego 4	Tarea 4	Ego 5	Tarea 5	Ego 6	Tarea 6	Ego 7	Tarea 7	Ego 8	Tarea 8
0	13	1	4	4	3	5	3	3	3	5	3	3	3	2	3	4	3	4
0	13	1	4	5	5	5	4	5	4	5	4	4	4	4	5	4	5	5
0	13	1	4	5	5	4	4	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5
0	13	1	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
0	13	1	2	4	2	4	3	5	1	3	1	4	1	4	1	4	1	4
0	12	1	4	3	2	4	2	4	1	4	3	3	2	4	1	3	1	5
0	13	1	4	4	2	4	2	5	2	5	1	4	3	3	1	5	1	5
0	13	1	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5
0	13	1	2	5	1	5	2	5	1	5	3	5	5	5	3	5	2	5
0	12	1	4	4	5	3	4	3	5	4	3	4	5	3	5	4	1	2
1	13	1	5	4	5	3	5	5	5	4	5	5	5	4	4	5	5	4
1	12	1	1	1	1	4	3	3	3	4	2	3	3	3	2	3	2	2
1	12	1	4	3	4	4	3	4	4	4	5	4	5	4	5	5	5	5
1	12	1	3	5	4	5	3	5	3	5	3	5	4	5	3	5	3	5
1	12	1	4	5	1	3	1	4	5	5	3	5	3	4	3	5	4	5
1	12	1	2	4	2	4	2	5	2	5	2	1	4	4	2	4	2	3
1	13	1	5	4	5	4	5	3	4	5	3	5	4	5	5	4	5	5
1	13	1	5	5	5	5	1	5	1	5	1	5	5	5	2	5	2	5
1	13	1	5	4	5	2	1	5	3	3	2	4	2	3	5	3	4	5
1	12	1	3	3	3	3	3	5	3	5	3	5	4	5	3	5	1	5
0	14	2	4	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	5	5	5	5	5
0	14	2	3	5	2	4	2	5	1	4	2	5	3	5	1	5	2	5
0	15	2	3	4	3	4	4	5	3	5	3	4	4	5	3	4	4	4
0	13	2	3	5	3	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	5
0	13	2	5	4	3	5	4	3	4	5	4	5	4	3	4	4	4	5
0	14	2	2	4	2	4	1	4	1	4	1	4	1	4	1	4	4	4
0	14	2	1	4	4	4	1	4	1	2	1	4	2	4	2	1	2	2
0	14	2	1	5	5	5	1	1	5	5	1	5	5	5	1	5	5	5
0	14	2	2	4	2	4	2	5	1	4	2	4	2	5	2	4	2	2
0	13	2	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
1	15	2	4	2	5	2	5	2	4	2	4	2	4	2	5	2	4	2
1	15	2	2	4	2	2	2	4	2	4	2	4	2	4	2	4	2	4
1	13	2	5	5	4	5	4	5	3	5	4	4	4	4	4	5	4	5
1	14	2	1	5	1	5	1	5	1	5	1	5	1	5	1	5	2	5
1	16	2	3	5	3	3	4	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4	5
1	13	2	3	3	3	3	3	5	3	5	3	3	1	1	1	1	1	2
1	14	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	5	1	1	1	5	5	5
1	13	2	4	4	2	5	5	5	2	5	2	4	4	3	2	4	2	5
1	14	2	3	4	4	5	2	4	2	4	2	3	3	2	2	4	2	4
1	15	2	1	5	1	1	1	1	1	5	1	5	5	1	1	1	1	5
0	15	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	5
0	15	3	5	5	5	5	4	4	3	5	5	5	5	3	3	5	3	5
0	16	3	5	5	4	4	4	3	5	3	4	4	5	2	4	2	4	4
0	14	3	5	4	5	4	5	4	3	3	4	5	5	4	3	4	5	4
0	15	3	3	4	5	4	1	2	1	4	1	5	2	5	1	3	1	4
0	15	3	3	4	4	5	3	5	4	5	4	5	4	4	4	4	4	5
0	16	3	4	4	4	4	4	5	4	5	4	4	5	5	4	5	4	5
0	17	3	4	5	3	4	3	5	1	2	5	3	3	4	4	4	4	5
0	14	3	5	5	3	5	3	5	3	5	3	1	5	5	1	2	1	5
0	14	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
1	14	3	3	5	4	5	2	5	2	5	1	5	3	5	3	5	3	5
1	15	3	3	4	5	3	5	4	5	5	3	4	4	5	4	4	4	4
1	16	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
1	14	3	4	4	4	4	3	5	2	5	3	3	4	4	2	4	2	4
1	17	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3
1	16	3	1	4	3	5	2	5	2	2	2	5	5	5	1	5	1	5
1	14	3	1	3	5	3	1	3	2	4	3	4	3	3	2	4	5	4

1	15	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
1	15	3	3	4	3	4	3	5	2	5	2	5	4	5	2	5	3	5
1	15	3	3	4	3	5	2	2	2	4	1	5	4	4	1	4	3	5
0	18	4	5	4	4	5	5	5	2	5	2	4	4	4	2	5	4	5
0	15	4	4	5	4	5	5	5	5	4	1	5	1	5	1	5	1	5
0	16	4	2	4	2	5	2	5	1	5	1	5	2	5	1	5	1	5
0	16	4	5	5	5	3	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	5
0	17	4	1	5	1	5	1	5	1	5	5	5	5	5	5	5	5	5
0	15	4	1	3	2	4	2	5	1	5	1	1	5	4	1	3	1	5
0	16	4	5	3	5	3	5	4	5	4	5	3	5	5	3	5	5	5
0	16	4	5	4	4	4	3	4	3	5	3	5	2	4	3	5	5	5
0	15	4	5	4	4	5	4	5	2	5	3	5	3	5	3	3	3	5
0	15	4	4	5	1	5	1	5	1	5	3	5	3	5	5	5	1	5
1	16	4	1	5	1	5	1	5	1	5	1	5	4	5	1	5	1	5
1	15	4	3	5	3	5	1	5	1	5	1	5	3	5	1	5	1	5
1	17	4	4	4	3	5	3	5	3	5	4	5	5	5	3	4	3	5
1	16	4	4	4	4	4	4	2	3	2	4	4	4	4	1	4	1	5
1	15	4	4	5	4	5	3	5	3	5	1	5	4	5	2	5	4	5
1	15	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	4	1	3	3	3
1	16	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
1	18	4	4	4	3	5	4	5	4	5	3	4	5	5	4	5	4	5
1	15	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	4	4	3	3	3	5
1	16	4	3	4	4	4	3	4	4	5	3	3	3	4	3	4	4	5
0	16	5	2	4	3	5	1	4	1	5	1	4	3	4	1	4	2	4
0	16	5	3	4	3	5	2	5	1	5	1	4	4	4	3	4	3	5
0	16	5	4	4	5	4	5	5	4	4	5	5	5	5	5	4	4	5
0	16	5	5	4	5	2	5	4	5	4	5	4	4	4	5	4	5	4
0	18	5	3	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	5	3	4	4
0	17	5	3	2	4	3	3	3	4	2	3	3	2	3	4	4	3	1
0	16	5	4	5	3	4	3	4	3	4	3	5	3	5	3	5	3	5
0	16	5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1
0	16	5	5	4	5	4	4	5	2	5	2	5	4	5	3	5	3	5
0	19	5	4	4	1	4	4	4	4	5	4	5	5	4	3	5	4	5
1	16	5	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	5	3	5	3	5
1	17	5	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	2	4	2	5
1	18	5	4	4	5	3	5	3	5	4	4	5	5	3	4	2	4	4
1	17	5	2	5	4	5	2	4	2	4	4	4	4	4	4	5	2	5
1	18	5	2	4	4	5	2	2	2	4	4	4	4	4	4	4	2	5
1	16	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	5	5	4	5	4	5
1	16	5	2	5	3	5	2	4	3	5	2	4	2	4	3	4	3	5
1	16	5	4	3	4	4	2	5	4	4	1	3	3	4	2	4	4	4
1	16	5	2	4	3	3	2	3	2	4	2	3	2	4	2	4	2	4
1	16	5	4	5	4	5	4	5	4	5	3	5	4	2	4	4	4	5
0	19	6	2	4	2	2	4	4	2	4	2	4	4	4	4	4	2	5
0	17	6	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4
0	18	6	3	4	3	4	3	5	4	5	4	4	4	5	4	4	4	4
0	18	6	2	4	3	4	5	4	5	4	5	4	4	4	5	4	5	4
0	18	6	1	5	2	3	4	1	3	3	2	4	2	3	3	4	4	2
0	17	6	3	4	2	5	2	4	1	5	2	3	3	4	3	4	2	5
0	19	6	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	5	5	4
0	17	6	1	1	1	2	2	3	2	2	2	4	2	2	3	2	3	3
0	17	6	1	5	5	5	3	5	5	5	4	5	4	5	4	5	4	5
0	18	6	5	3	5	4	5	5	1	4	2	5	5	5	5	5	4	5
1	18	6	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	5
1	18	6	3	5	5	3	3	5	3	5	2	5	2	5	2	5	2	5
1	17	6	1	5	1	5	1	5	1	5	2	5	1	5	1	5	1	5
1	18	6	2	1	2	1	2	1	2	1	2	5	4	5	3	3	1	3
1	18	6	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
1	17	6	3	5	4	5	1	5	1	5	1	5	5	5	1	5	1	5
1	18	6	1	4	5	4	2	5	1	5	3	5	5	5	5	5	4	5
1	17	6	4	3	1	3	5	5	2	3	2	5	5	5	2	3	3	3
1	17	6	4	4	3	3	4	4	3	4	3	3	3	5	3	3	3	4

1	17	6	4	4	5	5	3	5	3	5	3	3	5	5	3	5	4	5
---	----	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---

Sexo	Edad	Año	Flow_Equ1	Flow_Aut1	Flow_CIObj1	Flow_CIFeedb1	Flow_Concen1	Flow_SentCont1	FlowAutoc1	FlowD
0	13	1	4	3	4	5	4	4	3	
0	13	1	5	5	4	4	3	5	5	
0	13	1	5	2	3	4	5	5	5	
0	13	1	4	5	4	5	4	4	5	
0	13	1	4	3	4	4	4	4	3	
0	12	1	4	3	5	3	4	5	5	
0	13	1	4	3	4	2	3	4	3	
0	13	1	5	4	5	4	5	5	5	
0	13	1	5	4	5	5	5	4	5	
0	12	1	4	3	4	4	4	5	2	
1	13	1	4	3	5	3	2	3	5	
1	12	1	2	3	3	3	3	3	4	
1	12	1	2	4	4	4	3	5	3	
1	12	1	5	5	5	5	5	5	5	
1	12	1	5	4	5	5	4	5	5	
1	12	1	2	5	2	4	1	4	3	
1	13	1	5	5	3	5	5	5	5	
1	13	1	4	4	5	5	4	5	5	
1	13	1	5	1	1	5	4	1	5	
1	12	1	5	5	5	4	3	5	5	
0	14	2	5	4	1	4	4	3	3	
0	14	2	4	3	5	3	2	4	5	
0	15	2	4	4	5	4	4	5	4	
0	13	2	5	3	4	3	3	4	3	
0	13	2	5	4	4	3	4	5	5	
0	14	2	5	4	3	4	3	2	5	
0	14	2	3	4	4	3	3	3	4	
0	14	2	5	5	5	5	5	4	5	
0	14	2	4	3	5	4	4	3	3	
0	13	2	5	5	5	5	5	5	5	
1	15	2	2	4	3	4	3	3	4	
1	15	2	4	5	4	5	5	4	4	
1	13	2	5	5	4	4	5	4	2	
1	14	2	5	4	5	4	5	4	3	
1	16	2	5	3	4	5	4	4	4	
1	13	2	3	5	4	4	3	5	2	
1	14	2	1	1	4	4	4	1	4	
1	13	2	4	4	4	4	4	3	5	
1	14	2	4	4	4	4	3	2	5	
1	15	2	5	1	5	3	5	5	5	
0	15	3	4	3	5	5	5	5	5	
0	15	3	5	5	5	5	4	4	4	
0	16	3	4	5	5	5	5	4	5	
0	14	3	5	4	4	4	4	5	5	
0	15	3	5	4	4	2	5	4	5	
0	15	3	3	1	2	3	2	2	3	
0	16	3	4	1	4	4	4	5	5	
0	17	3	3	2	3	3	4	4	4	
0	14	3	5	5	5	5	1	3	5	
0	14	3	5	4	5	5	4	4	2	
1	14	3	4	2	5	4	5	5	5	
1	15	3	4	3	4	3	4	3	3	
1	16	3	4	5	4	5	4	4	5	
1	14	3	4	4	5	4	4	4	5	
1	17	3	3	5	4	4	4	5	5	
1	16	3	4	4	5	5	3	3	5	
1	14	3	4	4	2	3	2	2	1	
1	15	3	5	4	5	4	3	3	4	
1	15	3	4	5	5	4	4	3	5	
1	15	3	3	3	5	4	5	3	3	
0	18	4	5	3	5	5	5	4	5	
0	15	4	4	3	5	5	4	5	5	
0	16	4	4	4	4	3	3	3	4	
0	16	4	5	4	5	3	3	5	5	
0	17	4	5	5	5	5	5	5	5	
0	15	4	5	5	5	5	5	5	4	
0	16	4	5	3	4	4	3	4	1	
0	16	4	4	4	4	4	3	4	5	
0	15	4	5	5	5	4	5	5	3	
0	15	4	5	5	5	5	5	5	3	
1	16	4	5	3	5	5	2	2	4	
1	15	4	5	5	4	4	4	4	4	
1	17	4	3	3	3	4	3	3	4	
1	16	4	3	3	4	3	4	4	5	
1	15	4	5	3	5	4	4	4	5	



Flow_E qu3	Flow_A ut3	Flow_ CObj et3	Flow_ CFee db3	Flow_ Conce n3	Flow_ SentC ont3	Flow_ Auto c3	Flow wDi st3	FlowE xpAut o3	Flow_E qu4	Flow_A ut4	Flow_ CObj et4	Flow_ CFee db4	Flow_ Conce n4	Flow_ SentC ont4	Flow_ Auto c4	Flow wDi st4	FlowE xpAut o4
3	4	2	4	3	3	3	4	5	5	4	4	3	5	4	3	4	3
5	5	5	4	5	5	4	4	3	5	5	5	4	5	5	5	4	5
3	4	5	5	5	5	5	5	3	5	3	4	3	5	5	5	5	4
4	4	5	5	4	4	5	5	5	4	3	4	3	4	5	5	5	5
4	5	5	4	4	4	5	5	4	3	4	4	4	4	4	5	5	4
4	3	5	4	4	4	5	2	3	3	3	4	2	4	3	4	2	3
2	3	2	3	2	2	4	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3
5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5
3	5	5	5	5	4	5	5	5	5	4	3	4	5	5	5	4	5
4	5	5	3	4	4	5	5	4	4	3	4	3	5	5	4	5	4
3	3	5	4	4	4	5	1	4	4	5	5	4	4	3	5	5	3
1	3	3	2	3	2	1	2	1	3	2	4	2	3	2	1	2	3
4	4	5	4	3	4	2	4	4	2	4	4	4	4	4	4	5	5
5	3	5	5	5	5	1	5	5	4	3	5	5	5	5	5	5	5
5	4	5	4	3	5	5	5	4	4	5	5	4	3	5	5	4	4
3	4	4	2	3	3	3	1	3	3	4	4	2	2	3	3	5	2
4	5	5	5	4	4	5	4	3	5	5	5	5	4	4	2	4	5
5	4	5	5	4	4	5	3	3	4	5	5	4	4	5	5	3	4
1	1	5	5	3	5	5	3	4	5	5	5	2	5	5	5	1	5
4	4	5	4	4	5	5	5	5	5	5	5	4	3	5	5	1	5
5	4	4	2	3	4	5	5	4	5	4	5	3	3	4	4	3	5
4	3	4	5	3	3	5	4	5	3	4	3	2	4	3	5	4	3
4	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	3	3	4
5	3	5	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	4	4	3	3	4
5	3	4	5	3	4	2	1	5	3	3	1	3	4	5	5	2	5
4	2	3	4	2	2	1	4	4	2	3	2	2	2	4	2	2	3
2	4	4	2	4	3	5	5	4	4	1	1	3	4	3	4	3	4
5	1	5	5	5	4	1	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	3	3	3	2	3	3	4	4
5	5	5	5	5	5	3	3	5	5	5	5	2	5	4	2	3	5
5	3	4	3	2	4	2	2	3	3	4	5	3	2	3	2	2	3
4	4	4	4	2	3	5	2	4	4	4	4	4	4	2	5	2	4
5	4	5	5	5	5	3	2	3	2	5	5	5	5	5	1	3	5
4	4	5	4	4	4	3	5	5	4	5	5	4	5	5	3	5	5
4	3	4	4	3	3	1	4	5	5	5	4	2	5	3	4	4	5
4	1	4	1	1	3	2	5	4	3	1	3	3	3	3	2	5	4
1	1	5	5	1	1	5	1	5	1	1	3	1	1	5	5	5	5
4	3	4	3	2	2	5	3	2	2	5	4	4	4	5	5	4	3
4	3	5	3	5	4	5	1	4	5	4	3	4	2	5	5	2	3
1	5	5	5	1	1	1	1	4	1	1	5	1	1	1	1	5	5
5	5	5	5	3	4	5	5	5	3	4	5	5	3	5	5	1	5
5	2	3	5	4	3	2	2	3	5	3	4	3	3	5	1	5	4
2	4	3	4	2	4	2	3	4	3	3	2	4	4	4	1	4	3
3	3	4	3	5	3	3	5	3	4	4	5	5	5	4	4	5	4
2	2	5	5	5	4	5	5	4	4	3	4	3	5	5	5	2	3
3	3	5	4	5	5	3	1	5	3	3	3	2	2	5	3	2	3
4	4	4	5	4	4	3	4	4	4	4	5	3	4	4	5	5	5
3	3	4	4	4	3	2	1	4	3	3	4	4	4	5	5	4	3
5	5	3	5	1	2	4	5	5	3	5	3	1	1	2	5	3	5
5	4	4	4	4	4	4	5	4	5	4	4	5	4	5	2	2	2
4	3	5	4	2	4	5	2	4	4	4	5	4	3	3	5	4	5
3	4	4	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3	4	2
3	3	4	3	3	3	5	3	3	3	3	4	4	4	4	5	3	1
4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
4	4	5	3	5	4	5	2	3	3	4	4	3	5	4	5	2	3
4	3	5	3	4	4	1	3	3	4	4	4	4	5	5	2	3	5
2	5	4	5	3	3	1	1	1	2	2	3	3	2	4	2	2	3
4	4	4	5	4	4	5	4	4	5	4	4	5	3	3	5	5	5
3	5	5	3	2	3	5	3	3	3	5	5	3	3	3	5	4	4

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

flow segunda parte

motivación intrínseca e intención futura

Sexo	Edad	Año	MI1	MI2	MI3	MI4	IP1	IP2	IP3	IP4	IP5
0	13	1	5	5	5	5	5	5	5	5	5
0	13	1	5	5	5	5	4	5	3	5	5
0	13	1	5	5	5	4	5	5	5	5	5
0	13	1	5	5	5	4	5	4	5	5	5
0	13	1	3	3	5	3	4	3	2	4	5
0	12	1	3	3	4	4	4	4	2	4	2
0	13	1	3	3	4	3	4	4	3	5	4
0	13	1	4	5	5	5	5	5	4	4	5
0	13	1	5	5	5	5	4	5	4	4	3
0	12	1	5	5	5	5	4	5	4	4	3
1	13	1	2	3	3	2	4	4	1	3	5
1	12	1	3	2	3	3	2	2	2	3	5
1	12	1	5	5	4	5	4	4	3	3	5
1	12	1	4	5	5	5	5	5	5	5	5
1	12	1	5	5	4	5	5	4	3	5	5
1	12	1	2	1	3	4	2	3	3	4	4
1	13	1	3	5	3	3	5	3	5	5	1
1	13	1	4	4	4	5	5	5	5	5	5
1	13	1	3	5	2	5	5	4	5	5	5
1	12	1	3	3	3	3	5	3	1	1	1
0	14	2	4	4	4	4	5	5	5	5	4
0	14	2	5	4	3	5	1	4	5	5	4
0	15	2	4	5	4	4	5	5	5	5	4
0	13	2	5	5	5	5	5	5	3	5	5
0	13	2	5	5	4	5	4	5	5	3	4
0	14	2	5	3	2	4	5	5	5	5	5
0	14	2	5	4	5	4	4	5	5	4	5
0	14	2	5	5	5	5	5	5	5	5	5
0	14	2	5	4	4	5	4	5	5	5	5
0	13	2	5	5	5	5	5	5	5	5	5
1	15	2	2	2	3	2	1	2	2	1	4
1	15	2	4	4	4	4	4	4	2	4	2
1	13	2	5	5	5	5	5	5	5	5	5
1	14	2	5	5	5	5	5	5	5	5	5
1	16	2	5	5	4	5	5	5	5	5	5
1	13	2	3	5	4	4	5	5	5	5	3
1	14	2	1	5	1	1	5	5	5	5	5
1	13	2	4	4	4	4	3	5	5	5	4
1	14	2	5	4	5	5	5	5	4	5	5
1	15	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1
0	15	3	3	3	4	3	5	3	3	3	5
0	15	3	4	4	4	3	4	4	2	4	2
0	16	3	1	3	2	5	1	3	4	5	5
0	14	3	5	5	5	5	5	5	4	5	4
0	15	3	5	5	5	4	5	4	5	4	5
0	15	3	5	5	4	4	5	5	5	5	4
0	16	3	4	4	4	3	4	4	5	4	5
0	17	3	5	4	3	3	4	4	3	3	4
0	14	3	5	5	5	5	5	5	2	5	1
0	14	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5
1	14	3	4	5	3	4	5	4	3	5	4
1	15	3	4	3	3	3	4	4	5	5	2
1	16	3	3	4	3	3	5	4	5	3	5
1	14	3	4	4	4	4	3	3	4	4	2
1	17	3	2	2	3	3	3	2	1	3	2
1	16	3	4	4	4	5	3	3	1	3	3
1	14	3	1	2	3	2	3	2	5	3	5
1	15	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5
1	15	3	4	3	3	4	5	4	4	5	5
1	15	3	3	5	4	4	5	5	3	5	5
0	18	4	4	5	4	5	5	5	2	5	3
0	15	4	5	5	5	5	4	5	4	5	1
0	16	4	4	4	5	5	5	5	4	4	4
0	16	4	2	2	2	2	5	5	5	5	5
0	17	4	5	5	2	5	5	5	5	5	5
0	15	4	1	4	4	3	3	2	1	4	5
0	16	4	4	3	3	3	5	5	5	5	5
0	16	4	4	4	4	5	4	4	3	5	4
0	15	4	3	4	5	5	5	5	5	5	5
0	15	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5
1	16	4	4	5	4	4	5	5	5	5	5
1	15	4	1	5	5	4	5	5	3	5	2
1	17	4	2	2	4	3	5	3	2	4	1

## 5. Bibliografía

- Bracht, V. (1996). *Educación Física y Aprendizaje Social*. Córdoba: Velez Sarfield.
- Camacho, C., Arias, D M., Castiblanco, Á. & Riveros, M. (2011). Revisión teórica conceptual de flow: medición y áreas de aplicación. *Cuadernos Hispanoamericanos de psicología*, 11(1), 48-63.
- Cervelló, E., Escartí, A. & Balagué, G. (1999). Relaciones entre la orientación de meta disposicional y la satisfacción con los resultados deportivos, las creencias sobre las causas de éxito en deporte y la diversión con la práctica deportiva. *Revista de Psicología del Deporte*, 8(1), 7-19.
- Cuevas, R., García-Calvo, T. & Contreras, O. (2013). Perfiles motivacionales en Educación Física: una aproximación desde la teoría de las Metas de Logro 2x2. *Anales de Psicología*, 29(3), 685-692.
- Duda, J L. (1995). Motivación en los escenarios deportivos: Un planteamiento de perspectiva de meta. *Motivación en el deporte y el ejercicio*. (p. 85-122).
- Faría, B., Machado, T. & Bracht, V. (2012). A inovação e o desinvestimento pedagógico na Educação Física escolar: uma leitura a partir da teoria do reconhecimento social. *Motriz, Rio Claro*, 18(1), 120-129.
- Faría, B., Bracht, V., Silva Machado, T., Aguiar Moraes, C., Almeida, U. & De Almeida, F. (2010). Inovacao pedagógica na educacao física. O que aprender com práticas bem sucedidas?. *Ágora para la EF y el Deporte*, 12(1), 11-28.
- Flores, J., Salguero, A. & Márquez, S. (2008). Relación de género, curso y tipo de colegio con el clima motivacional percibido en la Educación Física escolar en estudiantes colombianos. *Revista de Educación*, 347, 203 – 227.
- García Calvo, T. (2004). La motivación y su importancia en el entrenamiento con jóvenes deportistas. Programa Motricidad Humana. Doctorado
- Gonzalez-Cutre Coll, D., Moreno Murcia, J A., Conte Marín, L., Martínez Galindo, C., Alonso Villodre, N. & Marín de Oliveria, L M.. *Predicción de las creencias implícitas de habilidad en deportistas adolescentes a través del clima motivacional percibido en los iguales*. II congreso virtual-presencial de investigación en la actividad física y el deporte. Universidad del País Vasco – Euskalherriko Unibertsitatea.
- Guzmán, J F., Carratalá, E., García-Ferriol, A. & Carratalá, V. (2006). Propiedades psicométricas de una escala de motivación deportiva. *European Journal of Human Movement*, 16, 16-98.
- Hernández Díaz, N. (2008). *El efecto de la Educación Física en la Motivación del Estudiante Hacia la Actividad Física*. (Requisito final para la obtención del grado de Maestría en Enseñanza de Educación Física – Nivel Secundario). Universidad Metropolitana, Cupey, Puerto Rico.
- Kirk, D. (2007). Con la escuela en el cuerpo, cuerpos escolarizados: la construcción de identidades inter/nacionales en la sociedad post disciplinaria. *Ágora para la EF y el Deporte*, 4(5), 39-56.
- Kirk, D. (2010). Los futuros de la Educación Física: la importancia de la cultura física y de “la idea de la idea” de educación física. *In & EF inovació en educació física*, 1-13.
- Mendez-Gimenez, A., Fernández-Río, J., Cecchini Estrada, J A. & González González de Mesa, C. (2013). *Revista de Psicología del Deporte*, 22(1), 29-38.
- Mora, J. (2010). *Estudio sobre la motivación hacia la actividad física en adolescentes españoles: una aproximación cualitativa*. (Trabajo final de Máster). Universidad de Valencia, España.

- Moreno, J A., Moreno, R. & Cervelló, E. (2007). El autoconcepto físico como predictor de la intención de ser físicamente activo. *Psicología y Salud* 17(2), 261-267.
- Moreno Murcia, J A., Llamas, L S. & Ruiz, L M. (2006). Perfiles motivacionales y su relación con la importancia concedida a la Educación Física. *Psicología Educativa*, 12(1), 49-63.
- Moreno Murcia, J A., Cervelló Gimeno, E. & Gonzalez – Cutre Coll. (2006). Motivación autodeterminada y flujo disposicional en el deporte. *Anales de psicología*, 22(2), 310-317.
- Moreno Murcia, J A. & Martínez, A. (2006). Importancia de la Teoría de la Autodeterminación en la práctica físico-deportiva: fundamentos e implicaciones prácticas. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 6(2), 39-54.
- Padua, J. (1994). Técnicas de Investigación aplicadas a las Ciencias Sociales, Ed. Fondo de Cultura Económica (1ª reimpr. en Chile), cap. 3.
- Pedráz, M. (2007). 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* Nº 4-5, 57-90.
- Samaja, J. (1994). *Epistemología y metodología. Elementos para una teoría de la investigación científica*. Buenos Aires: EUDEBA