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 intención futura de práctica de actividad física/deportiva y su relación con el estado de flow, la orientación motivacional y la motivación intrínseca de los/as estudiantes de Educación Física del Nivel Medio de un colegio privado de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires.

Estudiante: Naval, María Belén

Legajo: 18475

Correo electrónico: navalmbelen@gmail.com

Tutora: Mag. Valeria Gómez

Índice

Resumen…… 1

1. Primera Parte: Delimitación teórica del objeto de estudio……. 3

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…… 6

1.6.1. Capítulo 1: La Educación Física en el colegio secundario…….. 6

1.6.1.1. Una mirada tradicional de la Educación Física…… 7

1.6.1.2. Una mirada crítica y superadora de la Educación Física……. 9

1.6.2. Capítulo 2: Motivación de los/as estudiantes en las clases de Educación Física del nivel medio…… 11

1.6.2.1. Orientación motivacional.…… 13

1.6.2.2. Motivación intrínseca…….. 15

1.6.2.3. Flow…….. 17

1.6.2.4. Intención futura de práctica de actividad físico- deportiva…….. 19

1.7. Hipótesis…….....……. 21

1.8. Objetivos.…… 21

2. Segunda Parte: Material y Método……..... 23

2.1. Tipo de diseño …….. 23

2.2. Diseño del objeto ……. 24

2.3. Fuentes de datos.……. 38

2.4. Instrumentos de recolección de datos…….. 42

2.5. Plan de actividades en contexto.……. 45

2.6. Universo y muestra …… 46

2.7. Plan de tratamiento y análisis de los datos……..... 47

2.7.1.1. Procesamiento de la información.…… 47

2.7.1.2. Construcción de índices sumatorios para variables complejas … 48

2.7.1.3. Análisis estadístico de cada variable.……. 55

2.7.1.4. Ilustración de resultados con gráficos descriptivos.……. 56

2.7.1.5. Análisis de relación de variables.……..... 56

3. Tercera Parte: Análisis y Conclusiones…….. 59
3.1. Exposición de resultados …….. 59
3.2. Análisis e interpretación de los datos…… 104
3.3. Conclusiones y sugerencias…… 109
3.4. Discusión…… 112
4. Anexos……. 115
4.1. Anexo 1: Carta de presentación a la institución…….. 115
4.2. Anexo 2: Modelo cuestionario de pilotaje…….. 116
4.3. Anexo 3: Glosario construido por el equipo de investigación…….. 120
4.4. Anexo 4: Manual de procedimiento…… 139
4.5. Anexo 5: Instructivo para la carga de datos en la planilla Excel…….. 144
4.6. Anexo 6: Información del pilotaje…… 146
4.7. Anexo 7: Datos Excel prueba piloto …… 148
4.8. Anexo 8: Datos Excel en general……. 154
5. Bibliografía…….. 190

Resumen

La presente investigación pretendió acercarse a las relacionesque se establecen entre el flow disposicional, la orientación motivacional hacia la tarea, la orientación motivacional hacia el ego, y la motivación intrínseca con la intención futura de ser físicamente activos/as de los/as estudiantes de Educación Física de una escuela secundaria de gestión privada de la Ciudad de Buenos Aires. Posee como uno de sus propósitos promover la reflexión crítica de los/as profesores/as de Educación Física y licenciados/as en Actividad Física y Deporte (como docentes formados/as y en formación) sobre las variables motivacionales que se hacen presentes en las clases de Educación Física para identificarlos y así colaborar en la decisión de realizar prácticas físicas en la vida adulta de los/as estudiantes.

La muestra total contó con 110 estudiantes del nivel medio con edades comprendidas entre los 12 y los 18 años, de ambos sexos. El tipo de diseño fue descriptivo-correlacional. El instrumento que utilicé para la recolección de datos fue el Cuestionario Q 1 - A – Motivación en EducaciónFísica.

Los resultados revelaron relaciones positivas entre las variables de orientación motivacional hacia la tarea, flow y motivación intrínseca con la intención de ser físicamente activos/as en un futuro:

- A mayor nivel de experimentación de la motivación intrínseca (88%), mayor nivel de intención de ser físicamente activos/as (92%) de los/as estudiantes de Educación Física de una escuela secundaria de gestión privada de la Ciudad de Buenos Aires
- A mayor nivel de experimentación del flow (95%), mayor nivel de intención de ser físicamente activos/as (92%) de los/as estudiantes de Educación Física de una escuela secundaria de gestión privada de la Ciudad de Buenos Aires.

- A mayor nivel de orientación motivacional a la tarea (99%), mayor nivel de intención de ser físicamente activos/as (92%) de los/as estudiantes de Educación Física de una escuela secundaria de gestión privada de la Ciudad de Buenos Aires.

Por último, la relación entre la orientación hacia el ego y la intención de ser físicamente activo/a arrojó el siguiente resultado:

- A menor nivel de orientación motivacional ego (67%), mayor nivel de intención de ser físicamente activos/as (92%) de los/as estudiantes de Educación Física de una escuela secundaria de gestión privada de la Ciudad de Buenos Aires.

Palabras clave:

Educación Física - Motivación - Flow - Orientación motivacional hacia la tarea- Orientación motivacional hacia el ego- Intención futura de realizar actividad físico-deportiva- Adolescentes.

1. Primera Parte: Delimitación conceptual del objeto de estudio

1.1.Área temática, rama y especialidad

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

1.2.Tema y Subtema

Tema: La motivación en las clases de educación física

1.3.Introducción

Esta investigación se realizaconjuntamente con la Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte de la Universidad Politécnica de Madrid a través de los convenios pautados con UFLO. En este punto desde la Licenciatura de Actividad Física y Deporte me introduzco en esta investigación como propuesta y orientación de la docente de la cátedra Trabajo de Investigación.

En las clases de Educación Física se le otorga mucha importancia a la práctica físico-deportivas para que los/as estudiantes conquisten herramientas saludables.Con éstas podrán decidirquéexperiencias físicas adoptaránen un futuro, que se prolonguen en el tiempo. Por esto es importante resaltar que en especial la adolescencia es una etapa crítica, que se caracteriza por un paulatino sedentarismo causado por el abandono de las prácticas físico- deportivas(Moreno, 2007). En este punto la clase de Educación Física, siguiendo a Moreno (2007) sería el entorno por excelencia para promover conductas orientadas a las actividades de movimiento.
A raíz de esto, se hace necesario investigar cómo funcionan las posibles variables motivacionalesqué aparecen en la clase de Educación Física para pronosticar la práctica de actividad física prolongada en el tiempo y promover acciones específicas para lograr disminuir el abandono de estasexperiencias y alentar su práctica fuera del ámbito escolar.

La Educación Física como disciplina “no teniendo autonomía o identidad pedagógica, no da un referencial, un conjunto fundamentado e institucionalizado de expectativas de comportamiento” (Bracht, 1996:20) para colaborar en la formación de un marco referencial esta investigación se hace necesaria para dar herramientas de reflexión crítica.

Esta investigación pretende promover la reflexión crítica de los/as profesores/as de Educación Física y licenciados/as en Actividad Física y Deporte (como docentes formados y en formación) sobre las variables motivacionales que se hacen presentes en las clases de Educación Física para identificarlos y así colaborar en la decisión de realizar prácticas físicas en la vida adulta de los/as estudiantes. A partir de esto, se pretenderá originar cambios en las instituciones escolares en sintonía con la reflexión crítica que a partir de esta investigación puedan obtener los/as docentes de Educación Física que trabajan en ella. También pretende echar luz, sobre esta temática para que las instituciones terciarias y universitarias que se dedican a la formación de docentes de Educación Física y licenciados en Actividad Física y Deporte, logren incorporar y problematizar estos tópicos en sus cátedras y así incorporarlos en sus planes de estudio.

Y por último, esta investigación está dedicada a los reales beneficiarios/as, que serán los/as estudiantes de Educación Física en formación (y formadores/as) quienes verán y sentirán ese cambio cuando en su vida adulta tendrán incorporada la actividad física como parte de ellos/as mismos/as, entendiendo que les garantiza la salud y la prevención de enfermedades.

Como explica Bracht (1996), en la Educación Física se necesita investigación pedagógica para descubrir el compromiso político para con los oprimidos de nuestra sociedad.

1.4.Problema

¿Qué relación se estableceentre el flow disposicional, la orientación motivacional (a la tarea y al ego) y la motivación intrínseca con la intención de los/as estudiantes de Educación Física de una escuela secundaria de gestión privada de la Ciudad de Buenos Aires durante 2015/ 2016de ser físicamente activos/as?

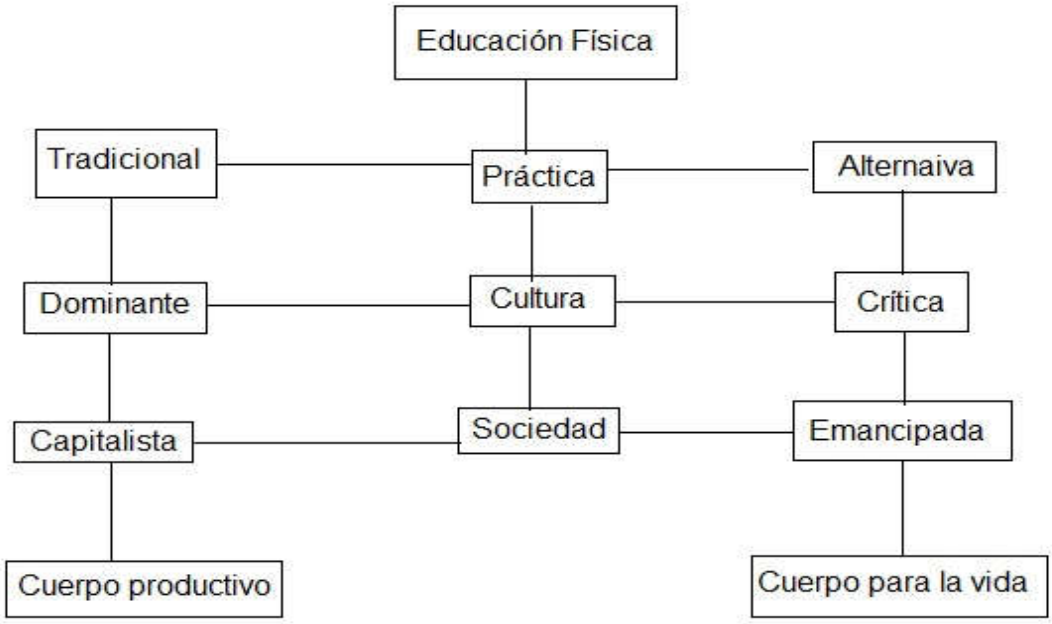
1.5.Relevancia cognitiva

Propósitos cognitivos.

- Promover la reflexión crítica de los/as profesores/as de Educación Física y licenciados/as en Actividad Física y Deporte (como docentes formados/as y en formación) sobre las variables motivacionales que se hacen presentes en las clases de Educación Física para identificarlos y así colaborar en la decisión de realizar prácticas físicas en la vida adulta de los/as estudiantes.
- Originar cambios en las instituciones escolares en sintonía con la reflexión crítica que a partir de esta investigación puedan obtener los/as docentes de Educación Física que trabajan en ella.
- Echar luz, sobre esta temática para que las instituciones terciarias y universitarias que se dedican a la formación de docentes de Educación Física y licenciados en Actividad Física y Deporte, logren incorporar y problematizar estos tópicos en sus cátedras y así incorporarlos en sus planes de estudio.
- Lograr que los reales beneficiarios/as de esta investigación, que serán los/as estudiantes de Educación Física en formación (y formadores/as), obtengan incorporada la actividad física como parte de ellos/as mismos/as, entendiendo que les garantiza la salud y la prevención de enfermedades, colaborando en su desarrollo integral.

1.6.Marco teórico

Mapa conceptual



1.6.1. Capítulo 1: La Educación Física en el colegio secundario.

Para enmarcar la investigación en el tema de la motivación en las clases de educación física en el nivel secundario analizaré diferentes autores que reflexionaron sobre la educación física en la escuela, las distintas prácticas que allí se encuentran y las particulares formas de ver la vida de los/as docentes insertos/as en las instituciones educativas.

Entendiendo a la educación como “aquellos procesos más o menos intencionales y sistemáticos a través de los cuales se transmite y reproduce o recrea la cultura” (Pedraz, 1997:7) se avanza al término de Educación Física la cual “abarca las actividades pedagógicas, que tienen como tema el movimiento corporal y que tiene lugar la institución educacional” (Bracht, 1996:15). En dicha entidad política se institucionalizaron prácticas que se concentran en la regularización social y en

la normalización del cuerpo, controlando los espacios y tiempos. Para cumplir ese objetivo se instaura la formación física.

Las prácticas que se encuentran en las instituciones escolares son bien diferentes. Esto dependerá de los/as protagonistas de losprocesos de enseñanza aprendizaje, del espacio determinado y el momento histórico donde se inserta estos procesos.

A continuación abordaré dos modelos que se observan en las escuelas secundarias, por un lado la más habitual que es la Educación Física Tradicional y por otro lado una concepción crítica a esa Educación Física instalada en la escuela.

Muchos autores han avanzado sobre teorías educativas explicando cómo actúa la educación en la sociedad, cuál es el propósito de la escuela y sus intereses que en ella se plasman con la intención de disimular cuestiones de dominación que incluyen a los/as individuos en formación. Específicamente en esta investigación abordaré a grandes rasgos, ya que no pretende ser una investigación acabada sino un acercamiento hacia una porción de las particularidades existentes en la clase de Educación Física.

1.6.1.1. Una mirada tradicional de la Educación Física

Una de las prácticas que se encuentran en la institución escolar es la llamada Educación Física Tradicional que se centra en la enseñanza de deportes, con la visión de la práctica de elite. Observa a la realidad de un modo estático, anulando la diferencia, “limitando el conocimiento a una mera replicación de lo ya dado con vistas de su dominio técnico” (Pedraz, 2013:316)

Este modelo se ve influenciado por la institución militar y le traspasa sus objetivos a la escuela quien legitima la Educación Física por su contribución para la salud y formación del carácter. “Las funciones atribuidas al instructor eran las de presentar

los ejercicios, dirigir, y mantener el orden y la disciplina. Al alumno le competía repetir y cumplir la tarea atribuida al instructor" (Bracht, 1996:18). También incorpora al deporte como elemento hegemónico de la cultura de movimiento. Ese elemento de la cultura dominante sale de una sociedad de consumo que exige un cuerpo productivo pensado en la opresión de las necesidades de cada cuerpo en particular. Esta violenta anulación de lo diferente reduce a las personas en cosas, vincula a ese cuerpo al mundo del trabajo, como elemento de producción. Hace de un proceso pedagógico no atento a las individualidades.

Este modelo sólo se preocupa por la adquisición de conocimientos, habilidades y competencias que determinan prácticas de rendimiento, competencia y formación de cuerpos dóciles mediante métodos analíticos. Estos contenidos de características arbitrarias no poseen una significación pedagógica, ni se acercan a las necesidades reales de los/as destinatarios/as del proceso de enseñanza aprendizaje. Y se inserta en la escuela la cual tiene conducciones propias y marcadas. "Exige como condición de aprendizaje gradual, sistemático, metódico y evaluable la disolución de todos y cada uno de los rasgos somáticos de inserción historia" (Pedraz, 2007:64)

La Educación Física Tradicional está ligada a una visión mecanicista del cuerpo donde los/asdocentes están centrados en alcanzar una automatización del modelo eficaz de ejecución, sólo se ocupan del aprendizaje de aspectos motrices y el/laestudiante solo obtiene un rol pasivo. La relación que se establece es exclusivamente unidireccional, recayendo todas las decisiones en el/la docente, incluyendo la ubicación de los/as estudiantes en la clase y cómo ellos se organizan. Tendiendo a la homogeneización grupal y a la dependencia hacia el/la docente. Éste/a se transforma en un mero reproductor/a de contenidos, teniendo el control de todo lo que sucede en la clase.

Acercándose más al tema de esta investigación se observa que en este modelo no se encuentra una mirada crítica sobre los patrones motivacionales, "en la literatura específica tenemos una diseminación de libros que se concentran en el desarrollo

de estrategias del aprendizaje del deporte, centrados casi exclusivamente en los elementos técnico- tácticas del aprendizaje y en las precondiciones fisiológicas y neuromotoras para la práctica de determinado deporte" (Bracht, 1996:20).

Para finalizar, se debe comprender todos los conceptos descriptos anteriormente en un contexto político y social determinado, en el cual los primeros abordajes sobre la Educación Física tenían que ver con una preparación de cuerpos para el trabajo y un abordaje higienista de dicha práctica. En tiempos posteriores se necesitó una contemplación superadora de la educación quedando obsoleto el modelo tradicional.

1.6.1.2.Una mirada crítica y superadora de la Educación Física

Como necesidad de cambio, de transformación se reflexiona sobre la construcción de una práctica innovadora que rompa significativamente con la perspectiva tradicional de enseñanza en la Educación Física. Esto es una mirada crítica de la Educación tratando de hallar coherencia entre las representaciones de entender al mundo, a la sociedad y al sujeto formador/a y en formación que sirva de referencia para latareaformativa habitual tanto en las formas y en los métodos de transmisión del conocimiento como en las formas en las que actúa el/la profesor/a.

En contraposición a la práctica tradicional nace la práctica revolucionaria, crítica de la sociedad capitalista e innovadora de la Educación Física. Se embandera detrás de aprendizajes significativos que traspase los límites de la escuela y en "transformaciones estructurales en la sociedad" (Bracht, 1996:23) promoviendo las actividades físicas en edades adultas o fuera de la escuela como un punto para lograr una sociedad emancipada que proporcione recursos atendiendo a la diversidad.

La Educación Física crítica sienta sus bases en la transformación social. Sus anhelos de emancipación, de resistencia y de cambio son los conceptos claves en

el momento de pensar en una educación liberadora y contra hegemónica. Se hace necesario un análisis crítico y reflexivo de los/as docentes y de los/as estudiantes que intervienen en los procesos de enseñanza y aprendizaje. Esta nueva miradapretende colaborar con a los/as docentes de Educación Física a tomar conciencia sobre sus propias prácticas docentes cuestionando el modelo hegemónico dominante

Si se piensa en la definición de Educación Física dada anteriormente omite la educación en el tiempo, para la futura práctica de actividad física. Como un proceso que ocurre sólo en el ámbito de la escuela. Esta educación innovadora trata de pensar a la escuela "como institución de trasformación social y cultural y no simplemente de transmisión y reproducción" (Kirk, 1998:11). Y siguiendo en esta línea "sería necesario superar la consideración de la Educación Física como particular momento escolar en el que la experiencia es un mero proceso de construcción de la motricidad para alcanzar la consideración de la Educación Física como un espacio político en el que la experiencia es un nudo de tensiones culturales sobre el que inciden y confluyen distintas operaciones de dominación" (Pedraz, 2007:69-70). Y esta nueva óptica pone en relieve las experiencias corporales, como la actividad física para la vida proporcionando recursos significativos, útiles y emancipadores en conexión con necesidades reales.

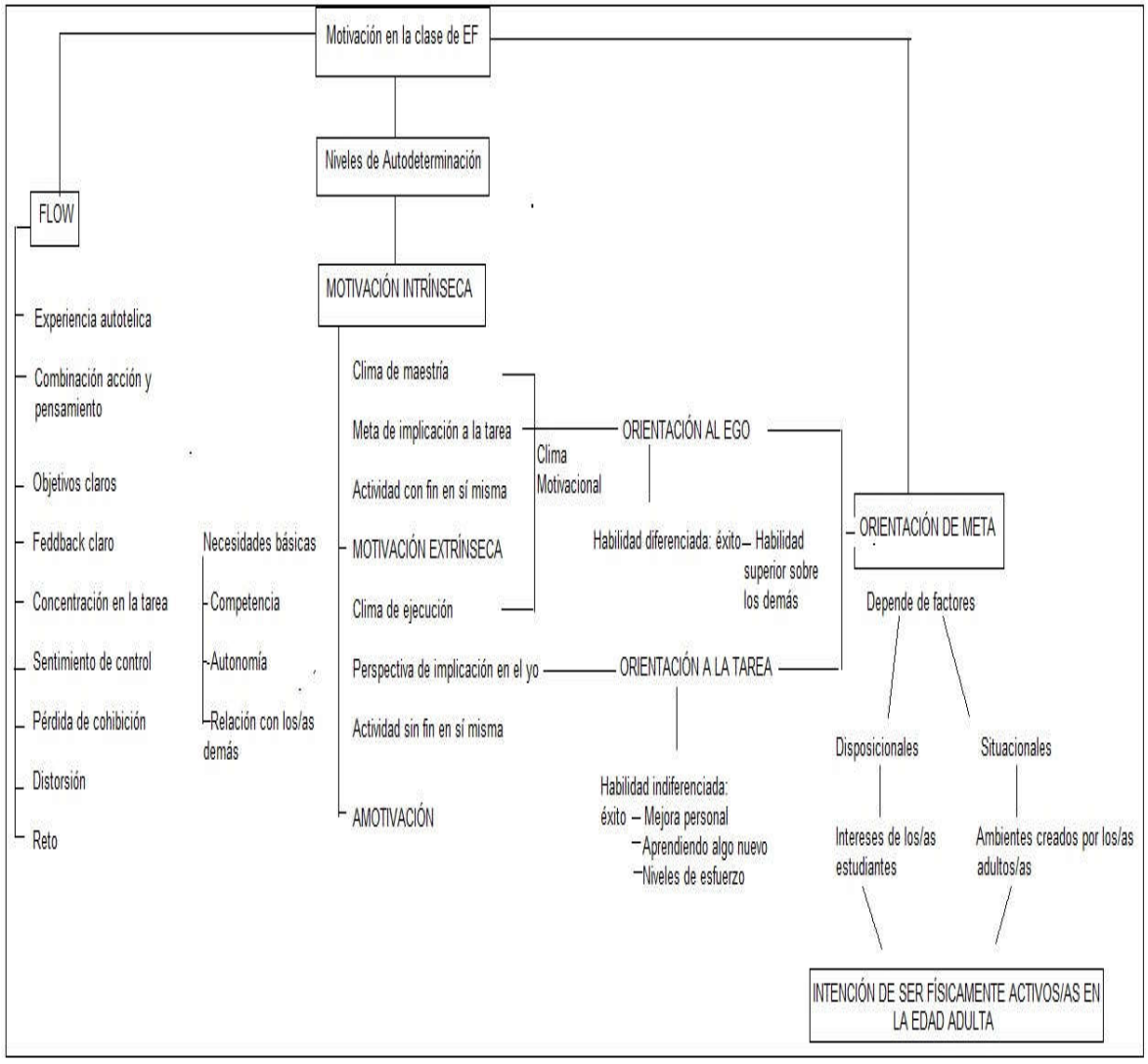
En esta nueva vertiente la relación docente-estudiante se modifica. El/la docente deja de ser un mero instructor y el/la estudiante ya no es un simple hacedor/a sino que se transforman en co-autores/as del proceso educacional, como sujetos de derechos. Y tiene como desafío "la trasferencia del aprendizaje escolar a la vida durante y después de la escuela y la percepción de los alumnos sobre la autenticidad del conocimiento escolar en relación a la vida" (Kirk, 1998:11).

La Educación Física crítica aprecia al currículum de manera integral tomando en cuenta las experiencias previas de los/asestudiantes, teniendo que en cuenta que son ellos/as los/asprotagonistas en la construcción del saber. Se problematiza

sobre cuestionesinherentes a la práctica cotidiana como puede ser: el sedentarismo, la exclusión social, la discriminación, los rasgos competitivos e individualistas de la práctica deportiva. Pretende alejarse de las prácticas dominantes que durante años han utilizado métodos de enseñanza directivos para grupos uniformes constituidos en torno a programas educativos ideados por otros/as, no por los/as propios/as docentes, sino por técnicos curriculares que han tenido la tarea de pensar los contenidos.

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

Mapa conceptual



La motivación es abordada desde el modelo social cognitivo que está elaborado por las expectativas, los valores, los intereses y las experiencias que las personas otorgan a las diferentes metas y actividades de ejecución.

Existe un gran interés por parte de la ciencia en conocer las formas como la persona experimenta momentos gratificantes, buscando comprender cómo desarrollar momentos que mejoren y aumenten la calidad de vida.

Dentro de ese interés se enmarca este modelo en el cual existen varias teorías utilizadas en el deporte y en el ejercicio. Entre ellas se encuentran la teoría de Metas de Logro quien es su mayor exponente Nicholls, el estado de Flow que es presentado por Csikszentmihalyi y por último la teoría Autodeterminación sufriendo variaciones a través del tiempo luego que Deci (1975) formulara los primeros rasgos de la misma.

Estas teorías nos acercan a entender la valoración que los/as estudiantes hacen sobre si la tarea que realiza para él o ella es importante, siendo variable que influye con fuerza sobre la percepción de logro en el ámbito educativo.
Para los/as profesores/as el conocimiento de las variables motivacionales puede estimularlos/as a desarrollar estrategias de aprendizaje diferenciada con el propósito de lograr la motivación deseada en los/as estudiantes.

En el área educativa, a partir de los estudios realizados por Mesurado (2010) que demuestran la necesidad de conocer a mayor profundidad las variables que intervienen en la atención y adquisición del conocimiento en el aula de clases.

Para mejorar la enseñanza y hacerla más significativa en la vida de cada persona.
La siguiente revisión teórica nos acercará a las diferentes teorías como insumo para reflexionar sobre nuestras prácticas en las clases de Educación Física.

1.6.2.1. Orientación motivacional

Muchos autores, como Cervelló (1996), Duda y Nicholls (1992), entre otros han demostrado que la teoría de metas de logro es una de las más utilizadas para la comprensión de las variables cognitivas, emocionales y conductuales en el deporte. En el ámbito escolar esta teoría fue desarrollada por Ames (1984) y Nicholls (1984; 1989).

El punto central de esta teoría como cita García Calvo (2004) a Nicholls (1984) e que el individuo es percibido como un organismo intencional, dirigido hacia una meta que opera de forma racional. Los individuos en contexto de ejecución están motivados por la obtención de éxito, residiendo este éxito en demostrar competencia y habilidad.

Las dos concepciones de habilidad que Méndez Giménez (2013) nos describe que las orientaciones en la motivación, en los contextos de logro, según Ames (1984; 1992) y Nicholls (1984; 1989) pueden ser al ego en donde la habilidad se juzga en función de la comparación social con los demás y el éxito se atribuye a demostrar una mayor destreza que los/as otros/as. El fin sería conseguir un mayor status social respecto al resto de los/as compañeros/as. Esta disposición puede llevar a incumplir las normas y a comportarse de modo antideportivo (Cecchini, 2005).

La otra orientación es a la tarea donde el juicio de habilidad se basa en el dominio de la tarea que se está desempeñando, sin considerar la comparación social como fuente de competencia. El éxito deportivo a través del esfuerzo, tiene como fin la formación y desarrollo personal (Cervelló, 1999).

En función de estos dos conceptos de habilidad será el resultado de las experiencias de socialización de la infancia de factores disposicionales, sociales y contextuales (García Calvo, 2004:7).

Los climas motivacionales son los diferentes ambientes creados por los/as adultos/as en un entorno de éxito y se relaciona con la habilidad y competencia. Comprender el significado por la cual los/as niños/as y adolescentes se implican en las clases de educación física supone analizar la perspectiva de meta que adoptan en este contexto concreto. Según Cecchini (2005), este clima se desarrolla en función de la forma en que los/as jóvenes se agrupan para aprender, las técnicas de enseñanza y las creencias del profesor/a acerca del éxito y del fracaso. El clima de maestría será cuando los/as individuos distinguen que el esfuerzo, el aprendizaje, el dominio de la tarea y la participación son valorados y enfatizados por el/la profesor/a. Esto se relaciona con la perspectiva de meta de implicación en la tarea (Ames, 1992). En contraposición el clima encaminado a la ejecución se orienta a la competición interpersonal y comparación social se orienta a la meta implicada al ego.

El clima de maestría se relaciona con la orientación a la tarea, el esfuerzo, la diversión, la percepción de competencia y las actitudes y comportamientos pro-fair play, mientras que el clima de ejecución se relaciona con la orientación de meta al ego, la ansiedad y los comportamientos y actitudes anti- fair play (Cecchini 2005: 472).

Será la consistencia entre el clima motivacional creado por los otros significados y las perspectivas de meta del sujeto, así como las características de la situación lo que determinará la implicación al ego o a la tarea de sujeto en cada momento particular (García Calvo, 2004:10).

Los/as adultos/as son quienes motivan a la participación de actividades físicas dentro y fuera de la escuela. Siguiendo a Cecchini (2005) se pone en evidencia que los/as docentes tienen un papel importante como agentes socializantes en el desarrollo de la orientación de meta personal.

El estudio de Cecchini (2005) demostró que el clima de maestría se asocia con el disfrute, el compromiso y la entrega en el trabajo, la competencia motriz percibida y la ansiedad baja experimentada durante las sesiones de entrenamiento. Luego el clima de ejecución se relaciona a una alta ansiedad, comparación social y se sintieron más presionados durante la actividad.

La orientación motivacional que estructuran la clase de Educación Física devienen de los objetivos e intereses de los/as estudiantes en el proceso de aprendizaje que vienen determinados por la manera que juzgan su nivel de competencia y definen su éxito en las situaciones de logro.

Las orientaciones de meta se desarrollan como resultado de experiencias socializantes (Ames, 1992; Nicholls, 1989). A través de la interacción con padres y madres, profesores/as y entrenadores/as (clima motivacional), los/as jóvenes aprenden lo que es valorado en contextos de logro y adoptan diferentes criterios para el éxitos, adoptando por ello diferentes perspectivas de logro (Ames, 1992).
Se puede concluir, siguiendo a Duda (1995), que esta teoría busca ofrecernos más indicaciones sobre los patrones de conducta dentro del dominio del ejercicio.

1.6.2.2. Motivación intrínseca

Dentro del paradigma social cognitivo se encuentra la teoría de la Motivación intrínseca que explicita el comportamiento humano a través de los motivos que nos llevan a participar de una actividad (García Calvo, 2004:13).

Las tres necesidades principales por las cuales los/as individuos participan en contextos de logro son de competencia, autonomía y de relación (Deci y Ryan, 1985). Cuando se actúa por estas necesidades se hace motivado intrínsecamente. La motivación puede estar graduada en diferentes niveles de autodeterminación. Uno de ellos es la motivación intrínseca que siguiendo a Guzmán (2006) sería participar en una actividad por la satisfacción experimentada en su práctica. Se

obtiene más autonomía personal. Moreno(2006) aporta la existencia del placer y el disfrute que le produce una actividad con fin en sí misma.

Esta motivación está compuesta por tres dimensiones que son la estimulación por aprender habilidades nuevas, por practicar habilidades ya aprendidas y por experimentar sensaciones estimulantes y placenteras (García Calvo, 2004).

El segundo nivel de autodeterminación es la motivación extrínseca que es la práctica en una actividad para obtener una recompensa diferenciada. Según Ryan y Deci (2000) citados por García Calvo (2004) este nivel está compuesto por cuatro dimensiones:

- La regulación integrada es representada por las actividades que son realizadas por diferentes motivos a la vez, que son extrínsecos a la actividad pero intrínsecos al participante.
- La regulación identificada donde la importancia de la actividad reside en sí misma pero se toma a la práctica como instrumental.
- La regulación interpuesta tiene que ver con una actuación para evitar sentimientos de culpa.
- Por último la regulación extrínseca en donde se relaciona con la utilización de recompensas o castigos externos.

El tercer nivel de esta teoría es la amotivación y es la nula motivación sea extrínseca o intrínseca.

Esta teoría colabora dando a conocer las variables que podrían estar interviniendo a la hora de que las personas decidan adoptar dicho compromiso y asumirlo como modo de vida (Moreno, 2011).

1.6.2.3. Flow

El término Flow ha sido instalado por Csikszentmihalyi (1990: 99) como “un estado en el que la persona se encuentra completamente absorta en una actividad para su propio placer y disfrute, durante la cual el tiempo vuela y las acciones, pensamientos y movimientos se suceden unas a otras sin pausa”.

Esta experiencia óptima que se refiere a un autocontrol personal y saberse dueños/as de su propio destino hace que las personas decidan qué acciones llevar a cabo determinando el sentido de la vida.

Para Csikszentmihaly (2000) la conciencia es la encargada en el cerebro de interpretar los fenómenos y eventos que pasan alrededor y que se pueden controlar. La intensión es la energía que se traduce en fuerza que mantiene de forma ordenada la información adquirida por la conciencia. La atención, selecciona las señales de información para ser procesadas por la conciencia. La participación es cuando la experiencia óptima adquiere un grado de maestría. La personalidad como resultado del flujo, porque al superar un desafío la persona se siente, inevitablemente más capaz y más experta.

A partir de esto es observable que el Flow, según Camacho (2011), se da si la atención elige la información de tal manera que la intensión pueda usarla para ser encausada por la conciencia que a su vez le dará un sentido a las acciones que realiza el ser humano. En donde la conciencia es conforme con las metas que cada persona se traza.

García Calvo (2004) nos aporta según Csikszentmihaly (1990) las características del estado Flow:

- Equilibrio entre habilidad y reto: se refiere a la importancia que tiene para la obtención de una adecuada ejecución el que exista un equilibrio entre la dificultad de la tarea a la que nos desafiamos.
- Combinación/unión de la acción y el pensamiento: se trata de que es más fácil ejecutar una acción automáticamente, sin necesidad de pensar cuales son los movimientos que tenemos que realizar. Se piensa en la fusión de cuerpo y mente (acción y conciencia) que nos lleva a realizar una actividad más fluida.
- Objetivos claros: para llegar a un estado óptimo para competir, el atleta debe tener claro sus objetivos y las fórmulas para llevarlos a cabo.
- Feedback claro, sin ambigüedades: el feedback kinestésico necesario proveniente de nuestros propios sentidos, debe ser claro, conciso y sin imprecisiones, que otorgará autoconfianza y visualización de los errores para su modificación.
- Concentración en la tarea que se está realizando.
- Sentimiento de control: sentir que se controla y domina la tarea a realizar.
- Pérdida de cohibición o de autoconciencia: se trata de mantenerse alejado de preocupaciones y temores sobre la propia habilidad.
- Distorsión en el sentido del tiempo: la gran concentración y la pérdida de cohibición hacen que la percepción del tiempo se ve alterado en función de los intereses propiciando una mejor actitud psicológica y por ende un mejor rendimiento.
- Experiencia autotélica: se relaciona con la satisfacción intrínseca de la tarea. La actividad posee un objetivo en sí misma, una tarea es más fácil de realizar cuando se siente satisfacción simplemente con realizarla, sin necesidad se ninguna recompensa.

Hay tres modelos teóricos que puntualizan sobre el estado de Flow, descriptos por Camacho (2011).

El primero es el de Csikszentmihaly (1990), que expresa que para experimentar el estado de Flow debe existir un equilibrio entre el desafío y la habilidad. Y que si se llega a ese estado la persona repetirá las conductas que le generaron placer.

El siguiente modelo es de Hill (2001), que relaciona la diversión durante la experiencia, con el disfrute producido por la actividad y el carácter autotélico de la misma. Muestra una relación directa con la pérdida del sentido del tiempo y del ego, con una orientación más marcada hacia la meta y la motivación intrínseca.

El último modelo de Jackson y Csikszentmihaly, muestran las características del estado de Flow, antes descriptas, de forma aisladas que operan de forma independiente.

Para concluir se ha utilizado el término flow, para investigar como los estudiantes aprenden, que los hace fluir en clase, como aprenden mejor; todo esto con el propósito de conocer y luego diseñar estructuras académicas que favorezcan el ámbito educativo (Camacho 2011:56).

1.6.2.4. Intención futura de práctica de actividad física- deportiva.

A partir de las teorías anteriormente citadas se podrá pronosticar la intención futura de la práctica de actividad física. Entrando a un terreno personal donde el interés estará puesto en los objetivos de los/as estudiantes adolescentes en el proceso de aprendizaje que vienen determinados por la manera que juzgan su nivel de competencia y definen su éxito en las situaciones de logro (Flores, 2008).
La evolución negativa de los hábitos de ocio y tiempo libre de los/as adolescentes en la sociedad actual está adquiriendo un carácter cada vez más preocupante, al quedar relegadas las actividades físico- deportivas a segundo plano por el fuerte

atractivo que emerge de muchas otras prácticas que no requieren esfuerzo físico (Flores, 2008).

Una de las funciones de la educación física escolar es enseñar a los/as estudiantes el valor que tiene la práctica continuada de la actividad física en relación con la salud (Flores, 2008).

Interesantísimos aportes por parte de Moreno (2007) en su artículo El autoconcepto físico como predictor de la intención de ser físicamente activo, nos ayudan a entender la importancia de la práctica físico- deportiva en los niños, niñas y adolescentes para que tomen su decisión sobre los modos saludables que adquirirán para la vida que se prolonguen en el tiempo, colaborando en la prevención de enfermedades que afectan las vertientes físicas, como la obesidad y la psicológica, como la ansiedad y depresión.

El mismo autor también explica que los/as docentes son el motor de la motivación físico- deportiva, con la intensión de contagiar a sus estudiantes el ser activo/a en edad adulta colabora en la incitación al estudiante en esa práctica por medio de las clases de Educación Física, creando el ambiente y la motivación adecuados que fomenten su continuación en edades posteriores.

Ser físicamente activo/a en edad adulta, dice Moreno (2007), es colaborar en el autoconcepto elevado, viéndose influido por la percepción del autoconcepto físico ya que éste modifica positivamente con la actividad física. Se observan mejores resultados en sus niveles de salud física y psicológica que las personas sedentarias.

En síntesis, los/as adultos/as tienen la misión de motivar la participación de actividades físicas dentro y fuera de la escuela para influir en la decisión de sus estudiantes de ser físicamente activos/as en edad adulta.

1.7.Hipótesis

A mayor nivel de experimentación de la motivación intrínseca, mayor nivel de intención de ser físicamente activos/as de los/as estudiantes de Educación Física de una escuela secundaria de gestión privada de la Ciudad de Buenos Aires.

A mayor nivel de experimentación del flow, mayor nivel de intención de ser físicamente activos/as de los/as estudiantes de Educación Física de una escuela secundaria de gestión privada de la Ciudad de Buenos Aires.

A mayor nivel de orientación motivacional a la tarea, mayor nivel de intención de ser físicamente activos/as de los/as estudiantes de Educación Física de una escuela secundaria de gestión privada de la Ciudad de Buenos Aires.

A menor nivel de orientación motivacional ego mayor nivel de intención de ser físicamente activos/as de los/as estudiantes de Educación Física de una escuela secundaria de gestión privada de la Ciudad de Buenos Aires.

1.8.Objetivos

Objetivo general

- Establecer la relación del flow disposicional, la orientación motivacional (a la tarea/ al ego) y la motivación intrínseca en las clases de educación física con la intención de los/as estudiantes de la escuela secundaria de ser físicamente activos/as.

Objetivos específicos:

- Identificar el nivel de experimentación del flow disposicional de los/as estudiantes de la escuela secundaria en las clases de educación física.

- Identificar el nivel de orientación motivacional de los/as estudiantes de la escuela secundaria en las clases de educación física.
- Identificar el nivel de experimentación de la motivación intrínseca de los/as estudiantes de la escuela secundaria en las clases de educación física.
- Identificar el nivel de intención de ser físicamente activo de los/as estudiantes de la escuela secundaria en las clases de educación física.
- Determinar la relación de la experimentación del flow disposicional de los/as estudiantes de educación física de la escuela secundaria con la intención de ser físicamente activos/as.
- Determinar la relación del nivel de orientación motivacional (a la tarea/ al ego) de los/as estudiantes de educación física de la escuela secundaria con la intención de ser físicamente activos/as.
- Determinar la relación del nivel de motivación intrínseca de los/as estudiantes de educación física de la escuela secundaria con la intención de ser físicamente activos/as.

2. Segunda Parte: Materiales y Método

2.1.Tipo de diseño

De acuerdo con la clasificación de Hernández Sampieri, Batista Lucio y Fernández Collado (1991), a continuación se define el tipo de diseño del objeto según el estado de arte y los objetivos que se utiliza en esta investigación.

El presente estudio describe situaciones y eventos, como ser las orientaciones motivacionales, el flow, la motivación intrínseca y la intención de ser físicamente activo/a de los/as estudiantes de educación física de la escuela secundaria de la Ciudad de Buenos Aires, por lo cual es un estudio descriptivo. Siguiendo a Dankhe (1986) citado por Hernández Sampieri, Batista Lucio y Fernández Collado (1991), los estudios descriptivos buscan especificar las propiedades importantes de personas, grupos, comunidades o cualquier otro fenómeno que sea sometido a análisis. Estos mismos autores toman el concepto de medición, que se hace presente en estos tipos de estudios, midiendo diversos aspectos del fenómeno a investigar.

Con este tipo de estudio se pretende llegar a un panorama más preciso de la situación planteada como problema, para progresar en el conocimiento del objeto.
Se trata de medir de manera independiente los conceptos, en este caso como se manifiesta el flow, las orientaciones motivacionales, la motivación intrínseca y la intención de ser físicamente activo/a en los/as estudiantes.

Otro tipo de estudio que se suma en esta investigación es el correlacional, dónde se establece la relación entre dos o más variables, pretendiendo primero saber si existe relación entre el flow, las orientaciones motivacionales, la motivación intrínseca de los/as estudiantes de educación física de la Ciudad de Buenos Aires con la intención de ser físicamente activos/as. Para luego analizar el grado de correlación entre dichas variables.

Cabe aclarar bien la diferencia entre un tipo y otro de estudio, Hernández Sampieri, Batista Lucio y Fernández Collado (1991) nos aportan la siguiente distinción: mientras que los estudios descriptivos se centran en medir con precisión las variables individuales, los estudios correlacionales evalúan el grado de relación entre dos variables.

El pilotaje de este estudio se realizó en el mes de septiembre del 2015y el trabajo de campo completo en abril del 2016 en un instituto de educación media de CABA por ende, siguiendo a Gómez (2014), según el tiempo éste es un estudio sincrónico ya que se estudia en el estado actual que se encuentra el fenómeno determinado.

2.2.Diseño del objeto: Sistema de matrices de datos

U.A + 1: Institución educativa del nivel medio del sistema formal argentino					
VARIABLE	VALORES	DIMENSIONES	SUB-DIMENSIONES	VALOR	PROCEDI-MIENTO
V1. GESTIÓN	R1. PÚBLICO R2. PRIVADO				Preguntar
V2. CON ORIENTACIÓN A EDUCACIÓN FÍSICA	R1. SÍ R2. NO				Preguntar

U.A: Estudiante de educación física de instituciones educativas de nivel medio del sistema educativo formal argentino.					
VARIABLE	VALORES	DIMENSIONES	SUB-DIMENSIONES	VALOR	PROCEDI-MIENTO
V1. SEXO	R1. FEMENINO R2. MASCULINO				Preguntar
V2. EDAD	R1. 10 AÑOS R2. 11 AÑOS R3. 12 AÑOS R4. 13 AÑOS R5. 14 AÑOS R6. 15 AÑOS R7. 16 AÑOS				Preguntar

	R8. 17 AÑOS R9. 18 AÑOS R10. 19 AÑOS				
V3. AÑO QUE CURSA	R1. 1° AÑO R2. 2°AÑO R3. 3° AÑO R4. 4° AÑO R5. 5° AÑO R6. 6° AÑO				Preguntar
V4. CALIFICACIÓN DE EDUCACIÓN FÍSICA DEL CURSO ANTERIOR	R1. 1 R2. 2 R3. 3 R4. 4 R5. 5 R6. 6 R7. 7 R8. 8 R9. 9 R10. 10				Preguntar
V5. GUSTO POR LA EDUCACIÓN FÍSICA	R1. NADA R2. POCO R3. NORMAL R4. BASTANTE R5. MUCHO				Preguntar
V6. FRECUENCIA SEMANAL DE REALIZACIÓN DE EJERCICIO FÍSICO EN EL TIEMPO LIBRE		D1. FRECUENCIA SEMANAL DE REALIZACIÓN DE EJERCICIO EXTENUANTE		R1. 1 R2. 2 R3. 3 R4. 4 R5. 5 R6. 6 R7. 7	Preguntar
		D2. FRECUENCIA SEMANAL DE REALIZACIÓN DE EJERCICIO FÍSICO MODERADO		R1. 1 R2. 2 R3. 3 R4. 4 R5. 5 R6. 6 R7. 7	
		D3. FRECUENCIA SEMANAL DE REALIZACIÓN DE		R1. 1 R2. 2	

		EJERCICIO FÍSICO SUAVE		R3. 3	
				R4. 4	
				R5. 5	
				R6. 6	
				R7. 7	
V7. NIVEL DE EXPERIMENTACIÓN DE LA MOTIVACIÓN INTRÍNSECA	R1. MUY ALTO R2. ALTO R3. MEDIO R4. BAJO R5. NULO	D1. NIVEL DE ACUERDO EN PARTICIPAR EN LA CLASE DE EDUCACIÓN FÍSICA PORQUE ES DIVERTIDA		R1. TOTALMENTE DE ACUERDO	Preguntar
				R2. DE ACUERDO	
				R3. INDIFERENTE	
				R4. EN DESACUERDO	
				R5. TOTALMENTE EN DESACUERDO	
		D2. NIVEL DE ACUERDO EN PARTICIPAR EN LA CLASE DE EDUCACIÓN FÍSICA PORQUE LA DISFRUTA APRENDIENDO NUEVAS HABILIDADES		R1. TOTALMENTE DE ACUERDO	
				R2. DE ACUERDO	
				R3. INDIFERENTE	
				R4. EN DESACUERDO	
				R5. TOTALMENTE EN DESACUERDO	
		D3. NIVEL DE AUERDO EN PARTICIPAR DE LAS CLASES DE EDUCACIÓN FÍSICA PORQUE ÉSTA 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 LAS CLASES 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	
V8. NIVEL DE INTENSIÓN DE SER	R1. MUY ALTO R2.	D1. NIVEL DE ACUERDO EN EL		R1. TOTALMENTE	Preguntar

FÍSICAMENTE ACTIVO/A	ALTO R3. MEDIO R4. BAJO R5. NULO	INTERÉS POR EL DESARROLLO DE LA FORMA FÍSICA		DE ACUERDO	
				R2. DE ACUERDO	
				R3. INDIFERENTE	
				R4. EN DESACUERDO	
				R5. TOTALMENTE EN DESACUERDO	
		D2. NIVEL DE ACUERDO EN EL GUSTO POR LA PRÁCTICA DEPORTIVA POR FUERA DEL ÁMBITO 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 FÍSICAMENTE ACTIVO/A 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	

V9. NIVEL DE EXPERIMENTACIÓN DEL FLOW	R1. MUY ALTO R2. ALTO R3. MEDIO R4. BAJO R5. NULO	D1. NIVEL DE EQUILIBRIO ENTRE HABILIDAD Y RETO	SD1. NIVEL DE ACUERDO EN QUE LA HABILIDAD PERMITE HACER FRENTE AL DESAFÍO PLANTEADO	R1. TOTALMENTE DE ACUERDO	Preguntar
				R2. DE ACUERDO	
				R3. INDIFERENTE	
				R4. EN DESACUERDO	
				R5. TOTALMENTE EN DESACUERDO	
			SD2. NIVEL DE ACUERDO EN QUE SI LAS HABILIDADES SE EQUIPARÁN 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 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 COMBINACIÓN ENTRE L UNIÓN DE LA ACCIÓN Y EL PENSAMIENTO	SD1. NIVEL DE ACUERDO EN LA REALIZACIÓN CORRECTA DE LOS GESTOS EN FORMA AUTOMÁTICA	R1. TOTALMENTE DE ACUERDO	
				R2. DE ACUERDO	
				R3. INDIFERENTE	
				R4. EN DESACUERDO	
				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	SD1. NIVEL DE ACUERDO EN CUANTO AL CONOCIMIENTO DE LO QUÉ 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	

			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	SD1. NIVEL DE CLARIDAD DE CÓMO SE LO ESTÁ HACIENDO	R1. TOTALMENTE DE ACUERDO	
				R2. DE ACUERDO	
				R3. INDIFERENTE	
				R4. EN DESACUERDO	
				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 QUÉ SE ESTÁ REALIZANDO MIENTRAS SE REALIZA	R1. TOTALMENTE DE ACUERDO	
				R2. DE ACUERDO	
				R3. INDIFERENTE	
				R4. EN DESACUERDO	
				R5. TOTALMENTE EN DESACUERDO	

			SD4. NIVEL DE ACUERDO DE LA CONFIRMACIÓN DE QUE EN CLASES SE ESTÁ REALIZANDO 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	SD1. NIVEL DE ACUERDO EN QUE LA INTENCIÓN ESTA COMPLETAMENTE LO QUE ESTÁ HACIENDO	R1. TOTALMENTE DE ACUERDO	
				R2. DE ACUERDO	
				R3. INDIFERENTE	
				R4. EN DESACUERDO	
				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	SD1. NIVEL DE ACUERDO CON LA SENSACIÓN DE CONTROL DE LO QUÉ SE ESTÁ HACIENDO	R1. TOTALMENTE DE ACUERDO	
				R2. DE ACUERDO	
				R3. INDIFERENTE	
				R4. EN DESACUERDO	
				R5. TOTALMENTE EN DESACUERDO	
			SD2. NIVEL DE ACUERDO CON LA SENSACIÓN DE PODER DE CONTROLAR LO QUÉ SE ESTÁ HACIENDO	R1. TOTALMENTE DE ACUERDO	
				R2. DE ACUERDO	
				R3. INDIFERENTE	
				R4. EN DESACUERDO	
				R5. TOTALMENTE EN DESACUERDO	
			SD3. NIVEL DE ACUERDO CON EL SENTIMIENTO DE CONTROL TOTAL	R1. TOTALMENTE DE ACUERDO	
				R2. DE ACUERDO	
				R3. INDIFERENTE	
				R4. EN DESACUERDO	
				R5. TOTALMENTE EN DESACUERDO	
			SD4. NIVEL DE ACUERDO CON EL CONTROL TOTAL DEL CUERPO	R1. TOTALMENTE DE ACUERDO	
				R2. DE ACUERDO	
				R3. INDIFERENTE	
				R4. EN DESACUERDO	
				R5. TOTALMENTE EN DESACUERDO	
		D7. NIVEL DE PÉRDIDA DE COHIBICIÓN DE AUTOCONCIENCIA	SD1. NIVEL DE ACUERDO EN QUE LA PERCEPCIÓN DE LO QUE EL/LA OTRO/A PIENSA DA IGUAL	R1. TOTALMENTE DE ACUERDO	
				R2. DE ACUERDO	
				R3. INDIFERENTE	
				R4. EN DESACUERDO	
				R5. TOTALMENTE EN DESACUERDO	

			SD2. NIVEL DE ACUERDO EN QUE LA EVALUACIÓN DEL/LA OTRO/A DA IGUAL	R1. TOTALMENTE DE ACUERDO	
				R2. DE ACUERDO	
				R3. INDIFERENTE	
				R4. EN DESACUERDO	
				R5. TOTALMENTE EN DESACUERDO	
			SD3. NIVEL DE ACUERDO DE QUE DA IGUAL LA IMAGEN QUE SE MUESTRA A LOS/AS DEMÁS	R1. TOTALMENTE DE ACUERDO	
				R2. DE ACUERDO	
				R3. INDIFERENTE	
				R4. EN DESACUERDO	
				R5. TOTALMENTE EN DESACUERDO	
			SD4. NIVEL DE ACUERDO DE LO QUE OTROS/AS PUEDAN PENSAR DA IGUAL	R1. TOTALMENTE DE ACUERDO	
				R2. DE ACUERDO	
				R3. INDIFERENTE	
				R4. EN DESACUERDO	
				R5. TOTALMENTE EN DESACUERDO	
		D8. NIVEL DE TRASFORMACIÓN EN LA PERCEPCIÓN DEL TIEMPO	SD1. NIVEL DE ACUERDO EN QUE EL TIEMPO PARECE ALTERARSE	R1. TOTALMENTE DE ACUERDO	
				R2. DE ACUERDO	
				R3. INDIFERENTE	
				R4. EN DESACUERDO	
				R5. TOTALMENTE EN DESACUERDO	
			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 RAPIDAMENTE	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 DEL TIEMPO	R1. TOTALMENTE DE ACUERDO	
				R2. DE ACUERDO	
				R3. INDIFERENTE	
				R4. EN DESACUERDO	
				R5. TOTALMENTE EN DESACUERDO	
		D9. NIVEL DE EXPERIENCIA AUTOTÉLICA	SD1. NIVEL DE ACUERDO CON LA DIVERSIÓN DE LA EXPERIENCIA	R1. TOTALMENTE DE ACUERDO	
				R2. DE ACUERDO	
				R3. INDIFERENTE	
				R4. EN DESACUERDO	
				R5. TOTALMENTE EN DESACUERDO	
			SD2. NIVEL DE ACUERDO CON EL GUSTO DE LA EXPERIENCIA DE LA EJECUSIÓN 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 RECONFORMANTE DE LA EXPERIENCIA	R1. TOTALMENTE DE ACUERDO	
				R2. DE ACUERDO	
				R3. INDIFERENTE	
				R4. EN DESACUERDO	
				R5. TOTALMENTE EN DESACUERDO	
V10. NIVEL DE ORIENTACIÓN MOTIVACIONAL AL EGO.	R1. MUY ALTO R2. ALTO R3. MEDIO R4. BAJO R5. NULO	D1. NIVEL DE ACUERDO CUANDO SE ES CAPAZ DE SER EL ÚNICO DE REALIZAR EL EJERCICIO		R1. TOTALMENTE DE ACUERDO	Preguntar
				R2. DE ACUERDO	
				R3. INDIFERENTE	
				R4. EN DESACUERDO	
				R5. TOTALMENTE EN DESACUERDO	
		D2. NIVEL DE ACUERDO EN QUE EL ÉXITO RADICA EN PODER HACERLO MEJOR QUE LOS/LAS COMPAÑEROS/AS.		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 LOS/LAS COMPAÑEROS/AS 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 MAS 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	
V11. NIVEL DE ORIENTACIÓN MOTIVACIONAL A LA TAREA.	R1. MUY ALTO R2. ALTO R3. MEDIO R4. BAJO R5. NULO	D1. NIVEL DE ACUERDO CUANDO SE ES CAPAZ DE ESFORZARSE ANTE LA PRÁCTICA DE UNA ACTIVIDAD		R1. TOTALMENTE DE ACUERDO	Preguntar
				R2. DE ACUERDO	
				R3. INDIFERENTE	
				R4. EN DESACUERDO	
				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 MAS		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 AL DESARROLLAR EL MÁXIMO POTENCIAL		R1. TOTALMENTE DE ACUERDO	
				R2. DE ACUERDO	
				R3. INDIFERENTE	
				R4. EN DESACUERDO	
				R5. TOTALMENTE EN DESACUERDO	

2.3.Fuentes de datos

Las fuentes de datos se construyen a partir de prácticas que cada sujeto efectúa con los fines de obtener la información deseada. Es el contexto práctico- social y al procedimiento material y/o institucional por en el cual se produce la información.

Según Samaja (1994), la fuente de datos es entendida como todo el proceso productor, almacenador, recuperador y distribuidor de los datos. Para esta investigación, se optópor fuentes primarias de datos, éstos fueron construidos durante el proceso de investigación y recolectados por la propia investigadora, a través de cuestionarios completados por los/as estudiantes del Nivel Medio de la escuela secundaria.

Las condiciones para la elección de las fuentes de datos son: a. la factibilidad de los datos, b. viabilidad de los datos, c. la accesibilidad de los datos(Samaja 1994: 260).

La factibilidad de los datos, existió ya que tuve la posibilidad de acceder a los/as estudiantes en dónde realizan sus prácticas cotidianas, sus clases de Educación Física. Pude recabar información directa en el establecimiento educativo. Como lo menciona Samaja (1994) obtuve las condiciones ocasionales que me facilitaron la acción.

Por un lado se presentó la viabilidad, que tiene que ver con la coherencia entre los objetivos que esta investigación persigue y los datos obtenidos. Se informó los objetivos a los/as directivos/as y a los/as estudiantes, éstos/as últimos/as mostraron una gran predisposición en realizar los cuestionarios. Luego de administrar los cuestionarios, puedo decir que se pudo pronosticar la relación del flow disposicional, la orientación motivacional y la motivación intrínseca en las clases de Educación Física con la intención de los/as estudiantes de la escuela secundaria de ser físicamente activos/as.

Con respecto a la accesibilidad conté con una excelente predisposición de los/as directivos/as y/o docentes del establecimiento, tanto para el pilotaje como así también para el trabajo de campo completo, para poder acceder casi sin dificultad a la administración de los cuestionarios a los/as estudiantes. Se notó mucho interés sobre los resultados de la investigación, solicitando que al terminarla se le acerque a la institución la conclusión de la misma.

El inconveniente fue a la hora de realizar el pilotaje, el establecimiento no contaba con un lugar disponible para la realización del cuestionario en simultáneo de los/as 10 estudiantes. Se resolvió realizarlo en el escritorio de la preceptora de a dos. Luego que esos/as dos terminaban, la preceptora los/as acompañaba al aula y retiraba a otros/as dos de otra división. Siempre dentro de los/as estudiantes que ellos/as mismos/as se habían ofrecido a realizar el cuestionario. Se tuvo en cuenta este inconveniente a la hora de realizar el trabajo de campo completo, ya que la cantidad de estudiantes a quienes se les administraronlos cuestionariosfue mayor

que en el pilotaje. Para esto conté con un aula exclusiva para la toma de la muestra completa, dónde la iban realizando los/as 11 estudiantes por curso en distintos momentos.

Acordando con Samaja (1994) los criterios que tuve en cuenta para la elección de las fuentes de datos fueron:

a. Calidad: si la fuente refleja realmente lo que se desea estudiar.
b. Riqueza de los datos que proporciona.
c. Cantidad o cobertura de los datos.
d. Oportunidad de la información que proporciona
e. Economía de los datos

Se eligió por estas fuentes porque la calidad de los datos obtenidos reflejan el nivel de orientación motivacional, el estado del flow, la motivación intrínseca y la intención de ser físicamente activos/as de los/as estudiantes de Educación Física del nivel medio argentino.Aunque en el pilotaje se registraron algunos inconvenientes como ser: la no comprensión de algunos términos, no recordar algunos datos (cómo ser la calificación del curso anterior en Educación física), y no contar con un espacio tranquilo y acogedor para la realización del cuestionario todos/as juntos/as, etc. Que, luego, se tuvieron en cuenta en el trabajo de campo completo.Para realizar este último, se contó con un aula exclusiva como ya lo mencioné, también se construyó un glosario en el equipo de investigación que sirvió para que pueda darles las mismas respuesta que los/as demás investigadores/as a sus estudiantes encuestados/as, cuándo los/as estudiantes consultados/as por mi tenían dudas sobre los términos.

También se identifica la riqueza de estos datos ya que esta fuente me ha proporcionado información de todos los aspectos que me he propuesto investigar.

Con respecto a la cantidad, para el pilotaje decidí que sean 10 estudiantes el total de la muestra, una mujer y un varón por curso de 1° a 5° año, esto permitió dentro de un grupo reducido poder probar esta fuente de datos primaria. Pude comprobar al administrar el cuestionario si iba a tener validez a partir de los objetivos que me propuse. Para la muestra total fueron 10 varones y 10 mujeres de cada curso, siendo en total 100 estudiantes. Esta cantidad fue acordada dentro del equipo de investigación.

Luego de acceder a la entrevista con la directora del establecimiento educativo, tuve que ponerme de acuerdo con ella sobre en qué momento iba a realizar el pilotaje de esta investigación ya que era un momento de exámenes y muchas actividades dentro de la institución. Luego de acordar la fecha, tuve la oportunidad de poder realizar el pilotaje. Una estrategia para que no suceda este inconveniente, al momento de realizar el trabajo de campo completo, fue acordar con los/as directivos/as una época del año escolar donde no haya exámenes para no interferir en el normal funcionamiento de las actividades del establecimiento educativo. Esto es lo que realicé en el momento de la toma de la muestra total, concerté una fecha en donde no había ni exámenes ni actividades especiales y un momento de la jornada escolar dónde el timbre no molestara a los/as estudiantes.

Al asistir al establecimiento en la fecha acordada con la directora, me dirigí aula por aula acompañada de la preceptora presentando la investigación y les pregunté si alguien estaba interesado en participar completando el cuestionario. En el momento que administré el pilotaje, les dije que necesitaba una mujer y un varón por curso (1° a 5° año) para responder el cuestionario de forma individual y anónima, teniendo entre 15 a 30 minutos para dicha actividad. Explicitando que cuando, más adelante, realice el trabajo de campo completo iba a administrar el cuestionario a más cantidad siendo optativa su participación. También remarqué que sus respuestas me interesan a fines estadísticos respecto de sus experiencias en las clases de educación física para potenciar dicha disciplina.

Les entregué los cuestionarios y les provee de lapiceras para cada uno/a, explicando el objetivo del cuestionario.

Me aseguré de que los/as estudiantes a quienes se les administró el cuestionario conozcan y comprendan las categorías de respuestas ya que la primera hoja fue rellenada en conjunto conmigo leyendo cada apartado. Hice la explicación de cada una de las afirmaciones para todos/as e individualmente cuando surgió alguna duda. Exactamente repetí esta secuencia de acciones al momento de la toma de la muestra total.

Las dudas que surgieron fueron en algunos términos empleados en el cuestionario como ser: “Moderado”, “Cualidades” y “Progresión”. A partir de ello, como comenté anteriormente, entre los/as integrantes del equipo de investigación trabajamos en la elaboración de un glosario, dado que en casi todos los pilotajes surgieron dudas sobre esas palabras y también sobre otras.El cuál fue de gran ayuda al momento de realizar el trabajo de campo completo. Ver glosario en4.3.: Anexo 3: Glosario construido por el equipo de investigación.

Por último, el cuestionario me otorgó un costo bajo y accesible para poder facilitarles a los/as estudiantes encuestados/as.

2.4.Instrumentos para la producción de datos

El instrumento elegido para la producción de datos es el cuestionario. Esta herramienta se define como un conjunto de preguntas que podrán medir una o más variables (Hernández Sampieri, Fernández Collado & Baptista Lucio, 2003).
Para la realización del cuestionario se optó por preguntas cerradas donde se presentan las posibilidades de respuesta. Estas respuestas fueron definidas con antelación y el/la encuestado/a debió elegir la opción que más represente su respuesta.

A partir de la cita de Vinuesa (2005) que realizan Hernández Sampieri, Fernández Collado & Baptista Lucio (2003), se pueden destacar las ventajas que posee un cuestionario con preguntas cerradas tales como la facilidad para codificar, demandan menos esfuerzo a los/as encuestados/as ya que solo deben seleccionar la alternativa que sintetice su respuesta, lleva menos tiempo, se reduce la ambigüedad de las respuesta y se favorece las comparaciones entre las respuestas.

Como aportan Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C. & Baptista Lucio, P. (2003), para que el cuestionario cumpla con el objetivo de la investigación las preguntas elegidas debieron ser claras, breves, poseer vocabulario simple, no hacer sentir incómodo/a al encuestado/a, no inducir la respuesta.
Se decidió un escalamiento tipo Likert el cual es un conjunto de ítems presentados en forma de afirmaciones o juicios, ante los cuales se pide la reacción de los/as encuestados/as.

Se presenta la afirmación y se solicita al/la participante que exteriorice su reacción eligiendo uno de los cinco puntos o categorías de la escala. A cada punto se le determina un valor numérico. Así, el/la encuestado/a obtiene una puntuación respecto de la afirmación y al final su valoración total, sumando las puntuaciones obtenidas en relación con todas las afirmaciones.

La manera optada de aplicarla fue la autoadministrada. Donde cada estudiante rellenó individualmente el cuestionario luego de haber recibido las indicaciones sobre las preguntas y cómo y dónde debían colocar sus respuestas. Luego cada uno/a marcaron respecto de cada afirmación la categoría que mejor describió su reacción, si tenían alguna duda me acercaba individualmente para acompañarlos/as,

Como aporta Treasure y Roberts (1995) y Duda (1996) citados por Peiró Velert y Sanchis Gimeno (2004) se hace necesario para vislumbrar el significado y el por

qué los/as estudiantes se implican y están motivados/as en las clases de Educación Física, investigar qué esperan dichos/as estudiantes conseguir de la realización de una actividad, cuál es el valor de la actividad y cómo define el éxito y el fracaso en una situación de clase. Para esto, se utilizó el cuestionario Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire (TEOSQ, Duda, 1989), adaptada al español por Peiró Velert y Sanchis Gimeno (2004) ya quese trata de un instrumento que mide las orientaciones de meta adaptado a la educación física. Dicho cuestionario consta de 16 ítems, de los cuales 8 miden la orientación motivacional hacia la tarea y los otros 8 hacia el ego. Las respuestas a las preguntas de dicho cuestionario son cerradas, que corresponden a una escala tipo Likert cuya puntuación fluctúa entre 1= totalmente en desacuerdo y 5= totalmente de acuerdo (Gómez y Coterón López, 2014)

Para medir el flow disposicional se utilizó la Dispositional Flow Scale (DFS- 2, Jackson, Kimiecik, Ford, Marsh, 1998). Fue traducido al español por García Calvo, Jiménez, Santos Rosa, Reira y Cervelló (2008). Con el DFS- 2 se midió la facilidad de los sujetos a experimentar el Flow. Este cuestionario contiene las9 dimensiones del Flow: automatismo, equilibrio reto- habilidad, claridad de objetivos, claridad en el feedback, concentración, sentimiento de control, pérdida de la auto- conciencia, distorsión del tiempo y experiencia autotélica. Para cada dimensión le corresponden 4 ítems, el total es de 36 ítems. Esto permitió conocer más minuciosamente la experiencia de flujo. Las respuestas a cada pregunta de dicho cuestionario son cerradas que van desde 1= totalmente en desacuerdo a 5= totalmente de acuerdo, lo cual corresponden a una escala de tipo Likert (Gómez y Coterón López, 2014).

Para indagar la motivación intrínseca se utilizó4 ítems de la Escala de Motivación Deportiva de la versión española (Balaguer, Castillo y Duda, 2007). Se trata de 4 ítems para medir la motivación intrínseca con respuestas cerradas que se expresan con una escala tipo Likert cuya puntuación oscila entre 1=totalmente en desacuerdo y 5=totalmente de acuerdo.

La intención de ser físicamente activo/a de los/as estudiantes se midió conla Medida de la Intencionalidad para ser Físicamente Activo (MIFA Hein, Müür, y Koka, 2004) en la versión española de Moreno, Moreno y Cervelló (2007). Se compone de 5 ítems para medir la intención de ser físicamente activo/a del sujeto 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. (Moreno, Moreno, Cervelló, 2007)

Ver modelo de cuestionario de pilotaje en 4.2.: Anexo 2.

2.5.Plan de actividades en contexto

Esta investigación se consumó en el contexto de terreno para estudiar el fenómeno a indagar en el contexto natural, por eso se asistió al Establecimiento educativo del Nivel Medio argentino elegido.

La posición tomada por mi como investigadorafue interactiva a la hora de explicar a los/as estudiantes los objetivos de la investigación, de entregarles los cuestionarios, de despejar las dudas que surgieron y de la recepción de los cuestionarios completos.

El siguiente cuadro es el cronograma de las actividades realizadas en el contexto:

Actividad	Fecha
Comunicación telefónica con la directora del establecimiento educativo para concertar una entrevista.	24 de agosto de 2015
Entrevista con la directora y la jefa de departamento de Educación Física para solicitar autorización de realización de las encuestas a los/as estudiantes de la institución.	28 de agosto de 2015
Pilotaje: administración de los 10 cuestionarios	14 de septiembre de

	2015
Trabajo de campo: administración de los cuestionarios a la muestra total (100)	23 de mayo de 2016

Ver carta de presentación a la institucióne n 4.1.: Anexo 1

2.6. Universo y muestra

El universo del estudiorespecto a la unidad de análisis de nivel de anclaje,compuesto por estudiantes de educación física de instituciones educativas del nivel medio del sistema educativo formal argentino.

La muestra que se tomó es probabilística ya que como aporta Padua (1994), todos los elementos que componen el conjunto total tienen una probabilidad de ser incluidos en la muestra.

Los/as estudiantes están divididos/as por cursos entonces se puede decir que el muestreo es estratificado proporcional ya que la cantidad de casos fue igual por cada curso.

Se tomó 10 estudiantes de 1° a 5° año de la institución educativa del nivel medio, 5 mujeres y 5 varones. Para llegar a esta muestra se realizó un sorteo en base al listado de cada curso. Donde todos/as tuvieron la misma posibilidad de ser elegidos/as.

Se le informó a cada curso quién salió sorteado/a dando la posibilidad que los/as que no quieran participar no lo hagan, sumándose los/as que no salieron sorteados/as que mostraron voluntad de participar.

Se eligió este método por la economía de recursos materiales y temporales siempre atendiendo a la voluntad de cada estudiante en participar.

El muestreo para la institución educativa del Nivel Medio del sistema formal argentino, es no probabilístico, intencional. La elección del establecimiento fue elegido en base a las características de accesibilidad que ofrecía el mismo. Esta selección fue informal y arbitraria (Hernández Sampieri, Fernández Collado& Baptista Lucio, 1991).

2.7.Plan de tratamiento y análisis de los datos

En este apartado presentaré, cómo se comportaron las unidades de análisis respecto a cada valor de las variables y cómo se relacionan entre si los valores de unas variables en correspondencia con las demás variables como aporta Samaja (1994)

Este tratamientoradicó en, definirdichos procesos aplicando las medidas descriptivas posibles; construyendo los gráficos más adecuados para dilucidar las tendencias que se observan. El tratamiento realizado es cuantitativo, desde una estadística descriptiva.

2.7.1.1 Procesamiento de información

A partir de la recolección de datos en terreno, la carga de los datos del procesamiento de la información empírica la realicé en una planilla de cálculos del programa Excel. Este procedimiento lo efectué siguiendo el instructivo propuesto por Coterón y Gómez (Ver Instructivo para la carga de datos en la planilla Excel en 4.5.: Anexo 5)

En dicha planilla agrupé en las filas las unidades de análisis y en las columnas los diferentes ítems del cuestionario administrado, que corresponden a cada variante, dimensión o sub- dimensión diseñada en la matriz de datos.

Luego los datos adquiridos los dividí en tres documentos Excel. En el primero se encuentran los datos generales (Ver 4.8.: Anexo 8: Datos Excel general), en el

segundo están los datos divididos por sexos y el último están divididos los datos por cursos y por sexo.

2.7.1.2 Construcción de índices sumatorios para variables complejas

De acuerdo a la complejidad teórica de las variables presentadas se requirió diseñar indicadores para deducir el valor de la variable a fin de lograr su contrastación empírica. Para ello se realizó un procedimiento de resumen de indicadores, el cual se denomina: índice. “Un índice es una síntesis de varias expresiones numéricas, permitiendo inferir el valor de una variable” (Gómez, 2010:52)

Se les dio un valor a cada una de las dimensiones de la variable realizado en la matriz de datos, y a ese valor se le asignó un puntaje elaborado colectivamente por el grupo de investigación en base a un consenso en el que se tuvieron en cuenta tanto aspectos teóricos como matemáticos.Esto se realizó para poder darle un valor numérico a cada respuesta dada por los/as estudiantes y así poder realizar estadísticas.

En conjunto con el grupo de investigación se concluyó que para el análisis de las cinco variables, sus dimensiones y sub-dimensiones construir índices sumatorios, los cuales son expresiones numéricas que permiten concluir en el valor de cada variable. Le otorgamos un puntaje para cada valor de cada variable, dimensiones y sub-dimensiones. La suma de cada variable nos dio como resultado otro puntaje, que a su vez pertenece a un nivel (muy alto, alto, medio, bajo y nulo). Con la moda conseguida en cada variable obtuvimos el nivel de cada variable. A partir de esto presento el índice sumatorio de las cinco variables principales.

Variable	Valores	Puntaje	Dimensión	Valores	Puntaje
Nivel de orientación motivacional hacia la tarea	Nulo Bajo Medio Alto Muy Alto	8-9 10 -19 20-28 29-38 39-40	Nivel de acuerdo en la capacidad de esforzarse ante la práctica de una actividad.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferente De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
			Nivel de acuerdo en que el éxito radica en aprender una nueva actividad.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferente De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
			Nivel de acuerdo en que el éxito consiste en adquirir nuevas habilidades.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferente De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
			Nivel de acuerdo en que el éxito se encuentra en aprender una habilidad a través del propio esfuerzo.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferente De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
			Nivel de acuerdo en que el éxito radica en trabajar mucho.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferente De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
			Nivel de acuerdo en que el éxito se logre al querer practicar más.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferente De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
			Nivel de acuerdo en sentir el éxito al aprender una nueva habilidad.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferente De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
			Nivel de acuerdo en encontrar el éxito al desarrollar el máximo potencial.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferente De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5

Variable	Valores	Puntaje	Dimensión	Valores	Puntaje
Nivel de orientación motivacional hacia el ego	Nulo Bajo Medio Alto Muy Alto	8-9 10 -19 20-28 29-38 39-40	Nivel de acuerdo en que es capaz de ser el única en realizar el ejercicio.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferente De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5

			Nivel de acuerdo en que el éxito radica en poder hacerlo todo mejor que los/as demás.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferente De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
			Nivel de acuerdo en que el éxito consiste en que los/as compañeros/as no alcancen el mismo nivel de habilidad.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferente De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
			Nivel de acuerdo en que el éxito se encuentra ligado al fracaso de los demás.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferente De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
			Nivel de acuerdo en que el éxito reside en ganarle a los/as demás.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferente De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
			Nivel de acuerdo en que el éxito se logra cuando se obtiene la puntuación más alta.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferente De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
			Nivel de acuerdo en que el éxito es ser el/la mejor.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferente De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
			Nivel de acuerdoen que el éxito se encuentra en comparación de la habilidad propia con la de los/as demás compañeros/as.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferente De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5

Variable	Valores	Puntaje	Dimensión	Valores	Puntaje	Sub-dimensión	Valores	Puntaje
Nivel de flow	Nulo Bajo Medio Alto Muy Alto	36-45 46-87 88-128 129-170 171-180	Equilibrio entre habilidad y reto.	Nulo Bajo Medio Alto Muy Alto	4-5 6-9 10-14 15-18 19-20	Nivel de acuerdo en que la habilidad permite hacer frente al desafío planteado.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferente De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
						Nivel de acuerdo en que si las habilidades se equiparan a las exigencias de la situación.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferente De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
						Nivel de acuerdo en que si es capaz de hacer frente a	Totalmente en desacuerdo	1

						las demandas de la situación.	En desacuerdo Indiferente De acuerdo Totalmente de acuerdo	2 3 4 5
						Nivel de acuerdo en que si las demandas están a la altura de la situación.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferente De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
			Combinación/unión de la acción y el pensamiento.	Nulo Bajo Medio Alto Muy Alto	4-5 6-9 10-14 15-18 19-20	Nivel de acuerdo en la realización correcta de los gestos de forma automática.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferente De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
						Nivel de acuerdo en que las cosas están sucediendo automática	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferente De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
						Nivel de acuerdo en que las cosas están sucediendo automáticamente.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferente De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
						Nivel de acuerdo en que la ejecución es automática.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferente De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
			Claridad de objetivos.	Nulo Bajo Medio Alto Muy Alto	4-5 6-9 10-14 15-18 19-20	Nivel de acuerdo en cuanto al conocimiento de lo que se quiere hacer.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferente De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
						Nivel de acuerdo en la seguridad de lo que se quiere hacer.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferente De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
						Nivel de acuerdo con lo que se quiere conseguir.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferente De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
						Nivel de acuerdo en que las metas están claramente definidas.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferente	1 2 3

							De acuerdo Totalmente de acuerdo	4 5
			Feedback claro y sin ambigüedades.	Nulo Bajo Medio Alto Muy Alto	4-5 6-9 10-14 15-18 19-20	Nivel de claridad de cómo se lo está haciendo.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferente De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
						Nivel de acuerdo de lo bien que se lo está haciendo.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferente De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
						Nivel de acuerdo de los buenos pensamientos de lo que está realizando mientras se realiza.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferente De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
						Nivel de acuerdo de que las clases se están realizando muy bien.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferente De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
			Concentración sobre la tarea que se está realizando.	Nulo Bajo Medio Alto Muy Alto	4-5 6-9 10-14 15-18 19-20	Nivel de acuerdo en que la intención está completamente en lo que se está haciendo	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferente De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
						Nivel de acuerdo en que sí se puede mantener la mente sin esfuerzo en lo que se está haciendo	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferente De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
						Nivel de acuerdo en que sí hay concentración total.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferente De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
						Nivel de acuerdo en la concentración total de lo que se está haciendo.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferente De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
			Sentimiento de control.	Nulo Bajo Medio	4-5 6-9 10-14	Nivel de acuerdo con la sensación de control de lo que se está haciendo.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferente De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5

				Alto Muy Alto	15-18 19-20			
						Nivel de acuerdo con la sensación de poder controlar lo que se está haciendo.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferente De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
						Nivel de acuerdo con el sentimiento de control total.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferente De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
						Nivel de acuerdo con el control total del cuerpo.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferente De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
			Pérdida de cohibición o autoconcien cia.	Nulo Bajo Medio Alto Muy Alto	4-5 6-9 10-14 15-18 19-20	Nivel de acuerdo en que lo que el/la otro/a piensa de igual	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferente De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
						Nivel de acuerdo en que la evaluación del/laotro/a da igual.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferente De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
						Nivel de acuerdo en que da igual la imagen que se muestra a los demás.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferente De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
						Nivel de acuerdo en que lo que otros/as puedan pensar da igual	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferente De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
			Transformac ión en la percepción del tiempo.	Nulo Bajo Medio Alto Muy Alto	4-5 6-9 10-14 15-18 19-20	Nivel de acuerdo en que el tiempo parece Alterarse.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferente De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
						Nivel de acuerdo en que el paso del tiempo parece ser diferente al normal.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferente De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
						Nivel de acuerdo en que parece que el tiempo pasa rápidamente.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferente De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5

						Nivel de acuerdo en la pérdida de la noción normal del tiempo.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferente De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
			Experiencia autotélica.	Nulo Bajo Medio Alto Muy Alto	4-5 6-9 10-14 15-18 19-20	Nivel de acuerdo con la diversión de la experiencia.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferente De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
						Nivel de acuerdo con el gusto de la experiencia de la ejecución y de sentirlo nuevamente.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferente De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
						Nivel de acuerdo de la buena impresión que deja la experiencia	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferente De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
						Nivel de acuerdo con lo valioso y reconfortante de la experiencia.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferente De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5

Variable	**Valores**	**Puntaje**	**Dimensión**	**Valores**	**Puntaje**
Nivel de Motivación intrínseca	Nulo Bajo Medio Alto Muy Alto	4--5 6--9 10--14 15--18 19--20	Nivel de acuerdo de participar en la clase porque es divertida.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferente De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
			Nivel de acuerdo en participar de las clases porque se disfruta aprendiendo nuevas habilidades.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferente De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
			Nivel de acuerdo en participar porque la educación física es estimulante.	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferente De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
			Nivel de acuerdo, en particular, por la satisfacción que se siente mientras se aprenden nuevas habilidades/técnicas	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferente De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5

Variable	Valores	Puntaje	Dimensión	Valores	Puntaje
Nivel de Intención futura de práctica de actividad física-deportiva	Nulo Bajo Medio Alto Muy Alto	5--6 7--12 13--17 18--23 24--25	Nivel de acuerdo en el interés por el desarrollo de la forma física	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferente De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
			Nivel de acuerdo en el gusto por la práctica deportiva fuera del horario escolar	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferente De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
			Nivel de acuerdo en formar parte de un club deportivo o de entrenamiento al terminar la escuela secundaria	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferente De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
			Nivel de acuerdo en el gusto por mantenerse físicamente activo al término de la escuela	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferente De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5
			Nivel de acuerdo por la práctica habitual de un deporte en el tiempo libre	Totalmente en desacuerdo En desacuerdo Indiferente De acuerdo Totalmente de acuerdo	1 2 3 4 5

2.7.1.3 Análisis estadístico de cada variable

El análisis realizado fue estadístico descriptivo, por lo tanto el tipo de tratamiento de datos es cuantitativo. Este análisis lo apliqué para cada dimensión y sub-dimensión (en el caso de la variable del nivel de flow) y a cada variable. Se han obtenido las frecuencias porcentuales y la moda.

Trabajé sobre dos medidas: frecuencias porcentuales y la medida de posición moda, las cuales se sacaron para toda la muestra y para la muestra en sus cuotas por sexo y por año realizando tablas de frecuencia porcentual.

A partir de esto realicé las sumatorias de cada variable y el resultado lo situé dentro de los niveles/valores de la misma,para obtener sólo uno de 5 niveles. Así se consiguió las dos medidas requeridas.

Este análisis de cada variable de la matriz de datos determina una distribución de frecuencias mediante el promedio y la moda para inferir un conocimiento sobre la población como conjunto (Samaja; 1994)

2.7.1.4 Ilustración de resultado con gráficos descriptivos

Utilicé los gráficos de torta para mostrar la frecuencia porcentual de las variables principales. Por otro lado los gráficos de barra los utilicé para describir el nivel de relación entre dos o más variables.

Para poder realizar esta acción, en conjunto con el equipo de investigación, convertimos los valores “Nulo, bajo, medio, alto y muy alto” de las variables complejas. Este procedimiento nos ayuda a realizar los cálculos, sacar los promedios o modas. Para esto le adjudicamos valores a esas palabras quedando de la siguiente manera:
Nulo= 1
Bajo= 2
Medio= 3
Alto= 4
Muy alto= 5

2.7.1.5. Análisis de relación de variables

Realicé las siguientes relaciones generales de toda la muestra entre las principales variables complejas en coherencia con lo descripto en los objetivos:

- ✓ Nivel de orientación motivacional al ego con la intención de práctica futura de actividad física y deportiva en los/as estudiantes de Educación Física de la escuela secundaria del sistema educativo argentino.
- ✓ Nivel de orientación a la tarea con la intención de práctica futura de actividad física y deportiva en los/as estudiantes de Educación Física de la escuela secundaria del sistema educativo argentino.
- ✓ Nivel de motivación intrínseca con la intención de práctica futura de actividad física y deportiva en los/as estudiantes de Educación Física de la escuela secundaria del sistema educativo argentino.
- ✓ Nivel de estado de Flow con la intención de práctica futura de actividad física y deportiva en los/as estudiantes de Educación Física de la escuela secundaria del sistema educativo argentino.
- ✓ Gusto de la Educación Física con la intención de práctica futura de actividad física y deportiva en los/as estudiantes de Educación Física de la escuela secundaria del sistema educativo argentino.

Las relaciones entre variables de base y variables principales que presenté son:

- ✓ Nivel de motivación intrínseca con la variable sexo y la variable curso.
- ✓ Nivel de orientación motivacional hacia la tarea con la variable sexo y la variable curso.
- ✓ Nivel de orientación motivacional hacia el ego con la variable sexo y la variable curso.
- ✓ Nivel de estado de Flow con la variable sexo y la variable curso.
- ✓ Nivel de intención futura para realizar actividad físico-deportiva con la variable sexo y la variable curso.
- ✓ Gusto por la educación física y el nivel de motivación intrínseca.
- ✓ Gusto por la educación física con el nivel de intención futura para realizar actividad físico-deportiva.

- ✓ Calificación del año anterior en la materia y el nivel de orientación motivacional hacia el ego.
- ✓ Calificación del año anterior en la materia y el nivel de orientación motivacional hacia la tarea.

3. Tercera Parte: Análisis y conclusiones

3.1.Exposición de los datos

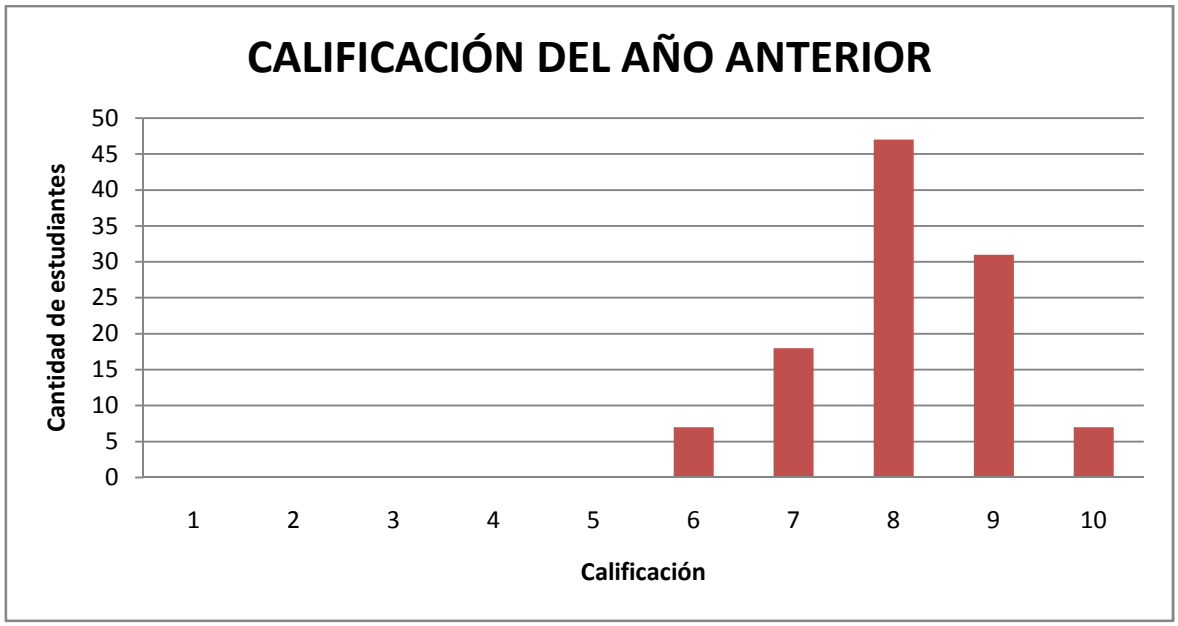
A continuación, expondré los datos de las variables de base y luego de las variables complejas.

Comenzando con las variables de base, el colegio que elegí para esta investigación, fue de tipo de gestión privada, el cual no pertenece a los bachilleratos con orientación en educación física. Los datos que analicé en la variable sexo dieron como resultado que el 50% era femenino y el 50% masculino. La variable edad obtuvo una media de 13 años. Con respecto a la variable año de estudiotrabajé con una muestra de 22 estudiantes de cada curso, 11mujeres y 11varones correspondiente al primero, segundo, tercero, cuarto y quinto año del nivel secundario. Una muestra total de 110 estudiantes

El comportamiento de la variable Calificación obtenida el año anterior se comportó en el total de la muestra de la siguiente manera:

Para las calificaciones entre 1 y 5 nadie manifestó haberlas obtenido. El 6% obtuvo 6 como calificación, el 16% obtuvo 7, el 43% obtuvo 8, el 28% recibió un 9 y el 6% recibió la máxima calificación que sería el 10. Esta información se refleja en el siguiente cuadro y su respectivo gráfico:

CALIFICACIÓN		
	CANTIDAD DE ESTUDIANTES	PORCENTAJES
1	0	0%
2	0	0%
3	0	0%
4	0	0%
5	0	0%
6	7	6%
7	18	16%
8	47	43%
9	31	28%
10	7	6%
TOTAL	110	100%

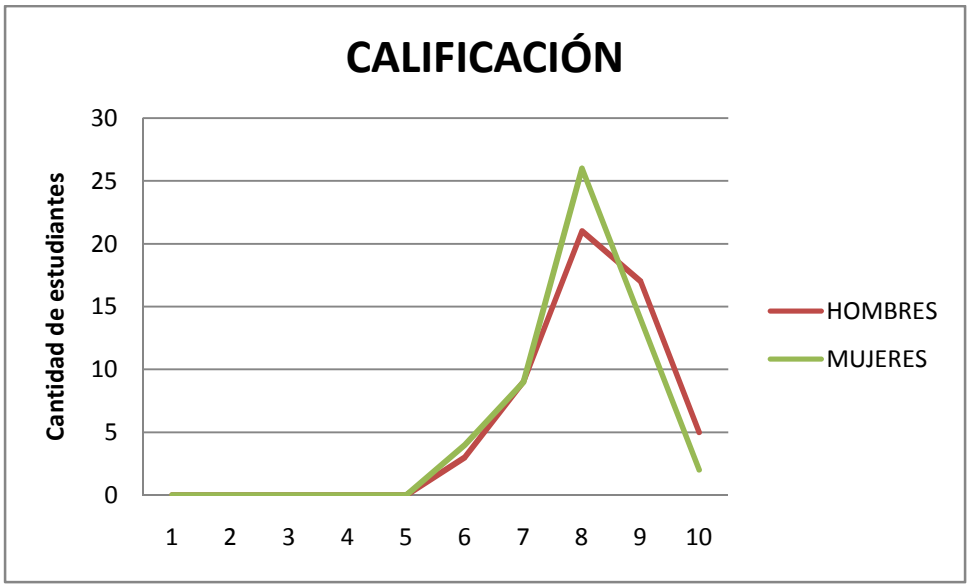


La moda en ambos géneros ha sido de 8.

El promedio de calificación entre los varones ha sido de8,22; en el de las mujeres ha sido 8,02.

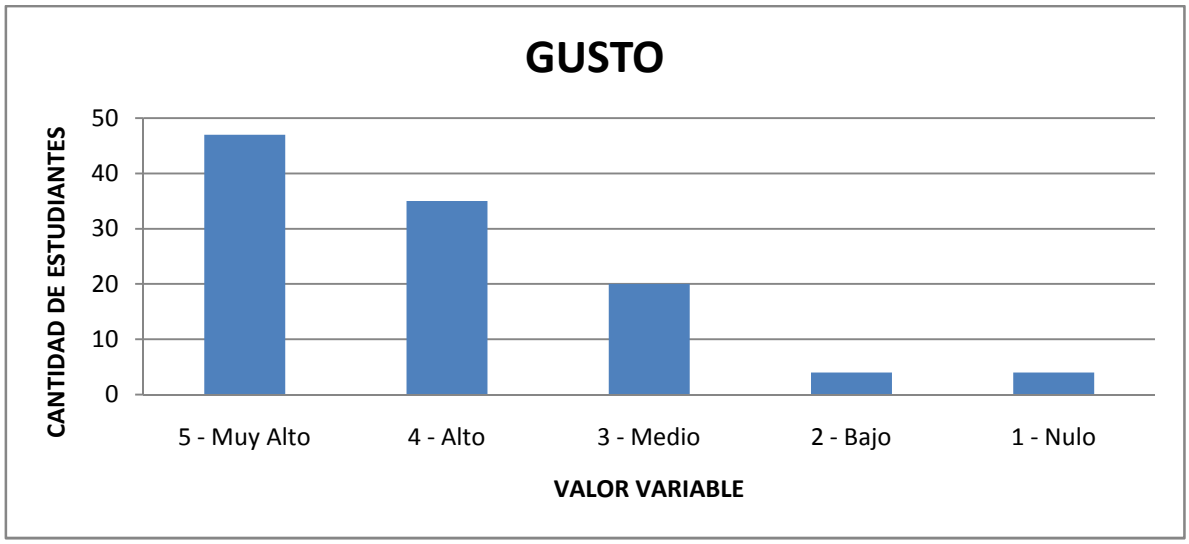
En el siguiente cuadro comparéla variable calificación obtenida el año anterior y descubrí cómo se comporta dicha variable en las cuotas varones y mujeres.

POR SEXO				
	"VARONES" (0)		"MUJERES" (1)	
VALOR VARIABLE	CANT. DE ESTUDIANTES	PORCENTAJES	CANT. DE ESTUDIANTES	PORCENTAJES
1	0	0%	0	0%
2	0	0%	0	0%
3	0	0%	0	0%
4	0	0%	0	0%
5	0	0%	0	0%
6	3	5%	4	7%
7	9	16%	9	16%
8	21	38%	26	47%
9	17	31%	14	25%
10	5	9%	2	4%



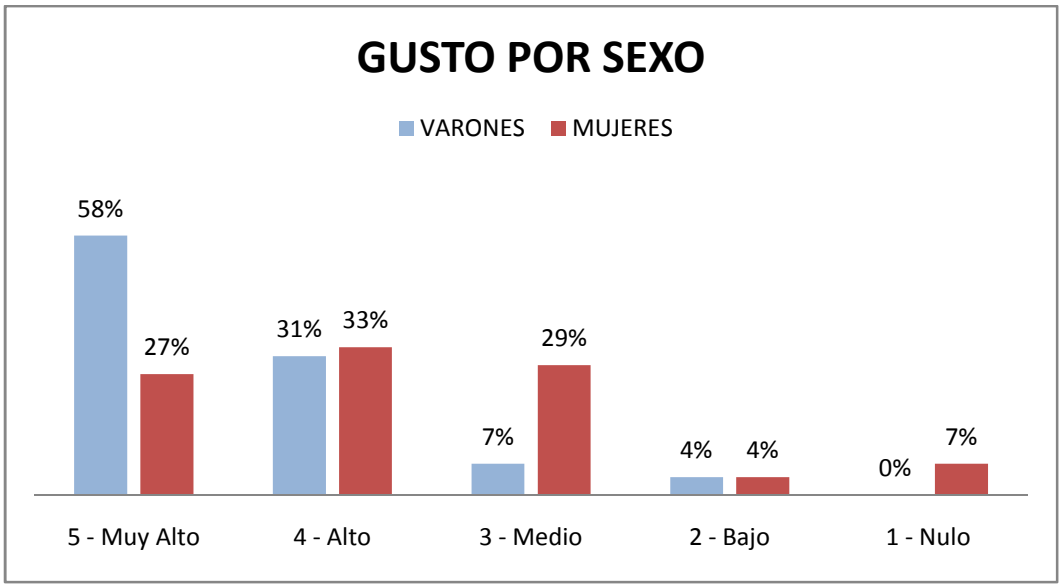
Con respecto al gusto por la Educación Física los/as estudiantes encuestados/asde la escuela secundaria han manifestado su gusto por la educación física de la siguiente manera: un 4% afirma que no le gusta nada, un 3% que le gusta poco, un 18% que su gusto es normal, un 32% que le gusta bastante y el restante 43% de la muestra que les gusta mucho. A continuación presenté el gráfico y la tabla que representan dicha información:

GUSTO		
VALOR VARIABLE	**CANT. DE ESTUDIANTES**	**PORCENTAJES**
5 - Muy Alto	47	**43%**
4 - Alto	35	**32%**
3 - Medio	20	**18%**
2 - Bajo	4	**3%**
1 - Nulo	4	**4%**
TOTAL	**110**	**100%**



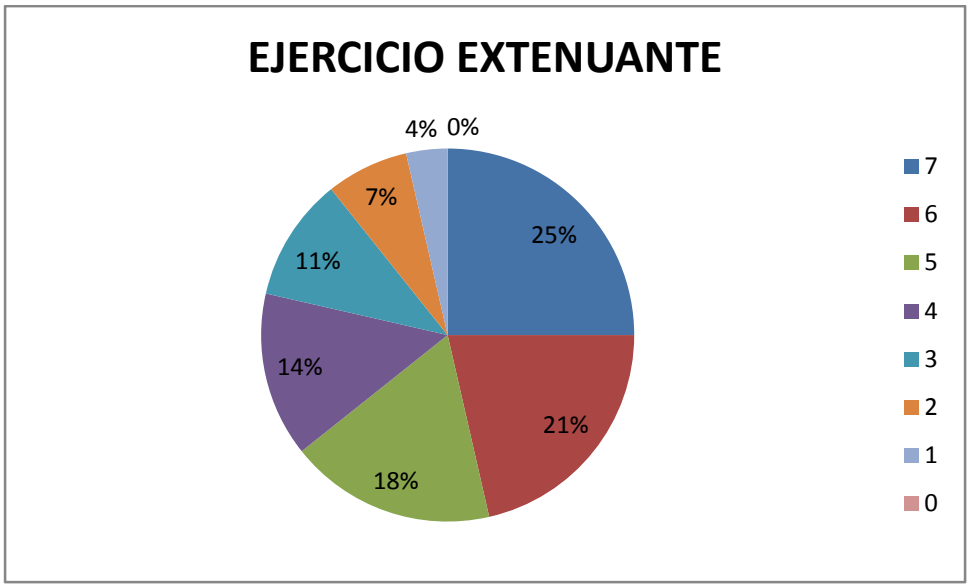
En las cuotas de sexo, observé que las estudiantes de nivel medio manifestaron su gusto por la educación física, al 7% de ellas no le gusta nada, al 4% les gusta poco, mientras que el 29% manifestó que su gusto es normal, el 33% expresó que les gusta bastante y el 27% que les gusta mucho. Entre los varones encontré que a ninguno de los varones encuestados no les gusta nada, un 4% que les gusta poco, un 7% manifiesta que su gusto es normal, el 31 % que les gusta bastante la Educación Física y que el 58% restante manifiesta que les gusta mucho.

GUSTO POR SEXO				
	"VARONES" (0)		"MUJERES" (1)	
VALOR VARIABLE	CANT. DE ESTUDIANTES	PORCENTAJES	CANT. DE ESTUDIANTES	PORCENTAJES
5 - Muy Alto	32	**58%**	15	**27%**
4 - Alto	17	**31%**	18	**33%**
3 - Medio	4	**7%**	16	**29%**
2 - Bajo	2	**4%**	2	**4%**
1 - Nulo	0	**0%**	4	**7%**
TOTAL	**55**	**100%**	**55**	**100%**



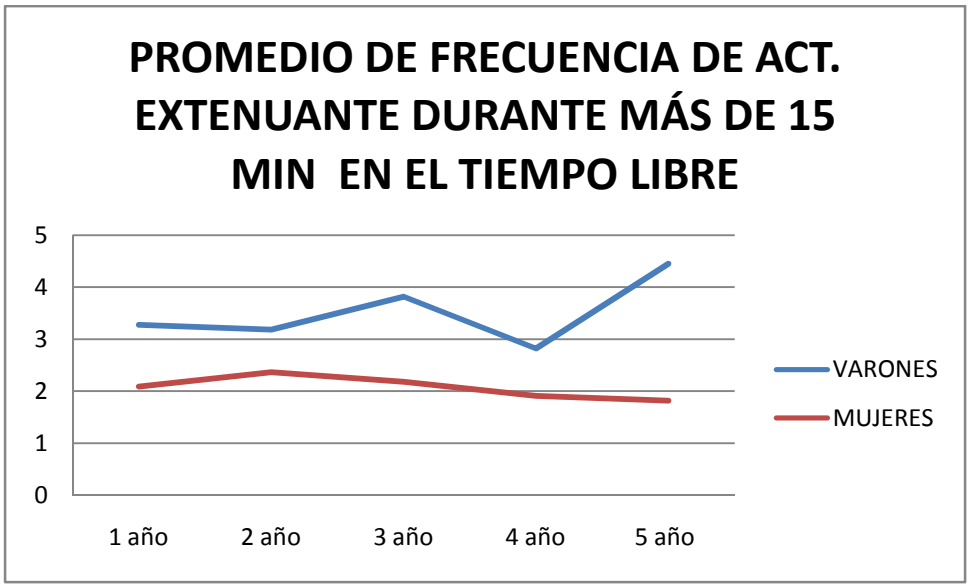
Al observar el comportamiento de la variable frecuencia semanal con que realiza actividad física extenuante durante más de 15 minutos en el tiempo libre, destaco que 19% de los/as estudiantes no realiza actividad física extenuante durante más de 15 minutos, el 4% lo hace 1 vez por semana, 25% la realiza 2 veces por semana, otro 18% la realiza 3 veces por semana, el 15% la realiza 4 veces por semana, el 9% la realiza 5 veces por semana, el 5% la realiza 6 veces por semana y el otro 5% lo hace 7 veces por semana. Como se observa en el siguiente cuadro y su respectivo gráfico:

VALORES	EJERCICIO EXTENUANTE	
7	5	5%
6	6	5%
5	10	9%
4	17	15%
3	20	18%
2	27	25%
1	4	4%
0	21	19%
TOTALES	**110**	**100%**



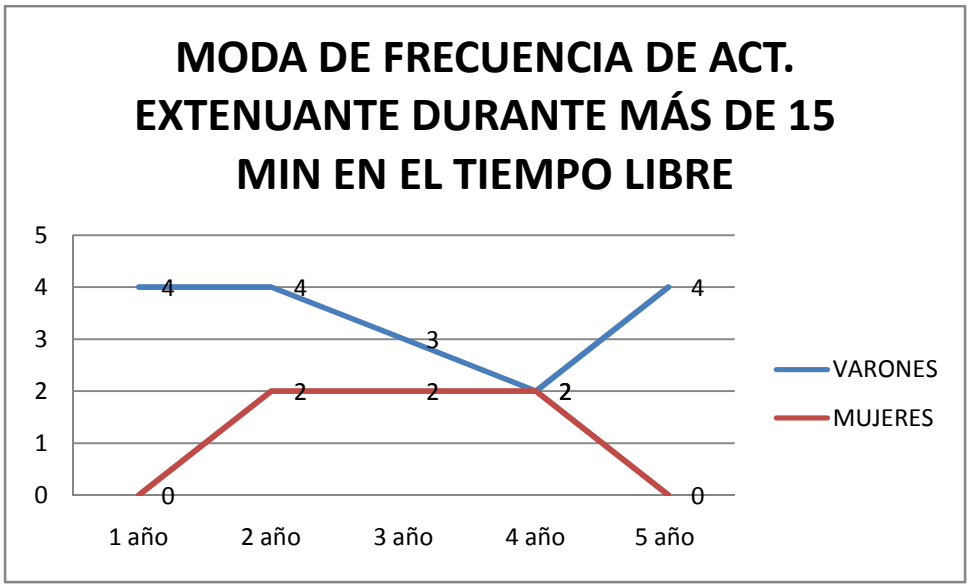
Tal como se observa en el siguiente cuadro, el promedio de varones de primer año que realizan actividad física extenuante en su tiempo libre es de 3,27 veces por semana mientras que el promedio de mujeres del mismo año es de 2,09 veces por semana; en segundo año el promedio de varones es de 3,18 veces por semana mientras que en las mujeres se observa 2,36 veces por semana de promedio; en 3° año el promedio de varones es de 3,81 veces por semana, mientras que las mujeres del mismo año manifestaron como promedio que realizaban este tipo de práctica 2,18 veces por semana como promedio; en 4° año los varones manifestaron que la realizaban 2,81 veces por semana de promedio y las mujeres 1,90 veces por semana; el promedio de los varones de 5° año manifestaron que realizan actividad física extenuante en su tiempo libre 4,45 veces por semana, mientras que las mujeres lo hacen 1,81 veces por semana.

Promedio		
	Varones	Mujeres
1 año	3,27	2,09
2 año	3,18	2,36
3 año	3,81	2,18
4 año	2,81	1,90
5 año	4,45	1,81



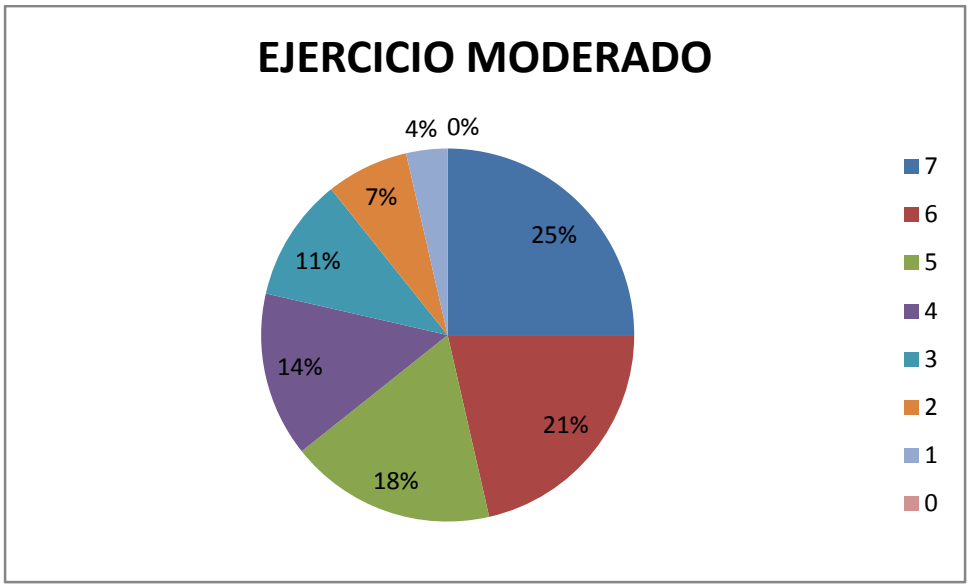
La moda, como se presenta el el cuadro y grafico siguiente, observé que en 1° año la moda masculina ha sido de 4 días a la semana y en las mujeres 0 días a la semana, en 2° año de 4 veces por semana en los varones y en el espectro femenino 2 días a la semana, en 3° año de 3 veces por semana, mientras que en las mujeres 2 veces por semana, en 4° año los varones y las mujeres lo realizan 2 veces por semana, en 5° año la moda fue de 4 veces por semana en los varones y 0 veces en las mujeres.

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



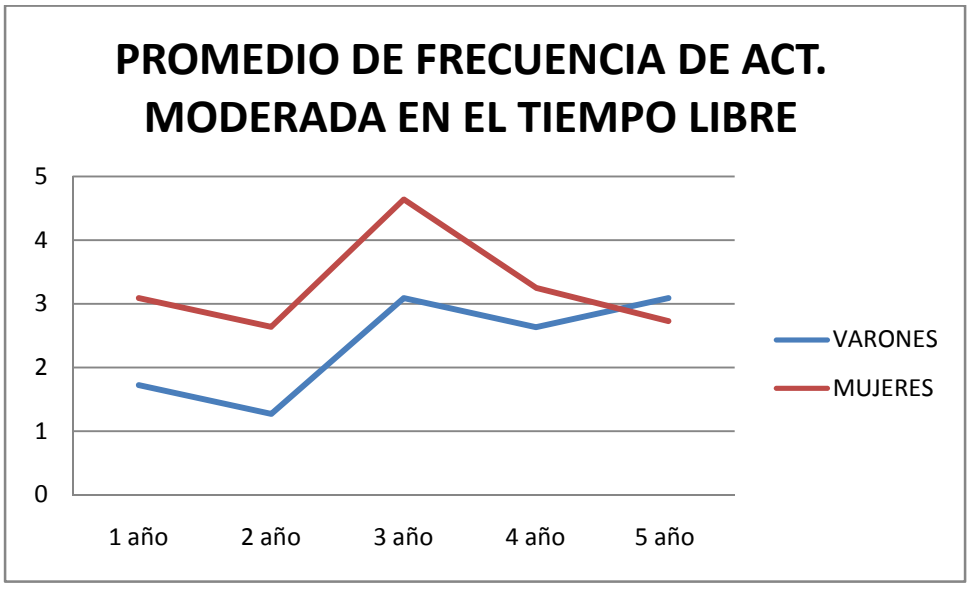
En la variable de base frecuencia semanal con que realiza actividad física moderada durante más de 15 minutos en el tiempo libre, el 18% de los/as estudiantes de la muestra no realiza actividad física moderada durante más de 15 minutos semanalmente, el 6% lo hace 1 vez por semana, 25% la realiza 2 veces por semana, 15% la realiza 3 veces por semana, otro 14% la realiza 4 veces por semana, el 12% la realiza 5 veces por semana, el 5% la realiza 6 veces por semana y el otro 4% lo hace 7 veces por semana. Como lo detalléen la siguiente tabla y su correspondiente gráfico:

VALORES	EJERCICIO MODERADO	PORCENTAJE
7	6	5%
6	5	5%
5	13	12%
4	15	14%
3	17	15%
2	27	25%
1	7	6%
0	20	18%
TOTALES	110	100%



En el siguiente cuadro y gráfico se observa cómo se comporta el promedio de frecuencia semanal de actividad física moderada en los diferentes años de estudios y en ambos sexos:

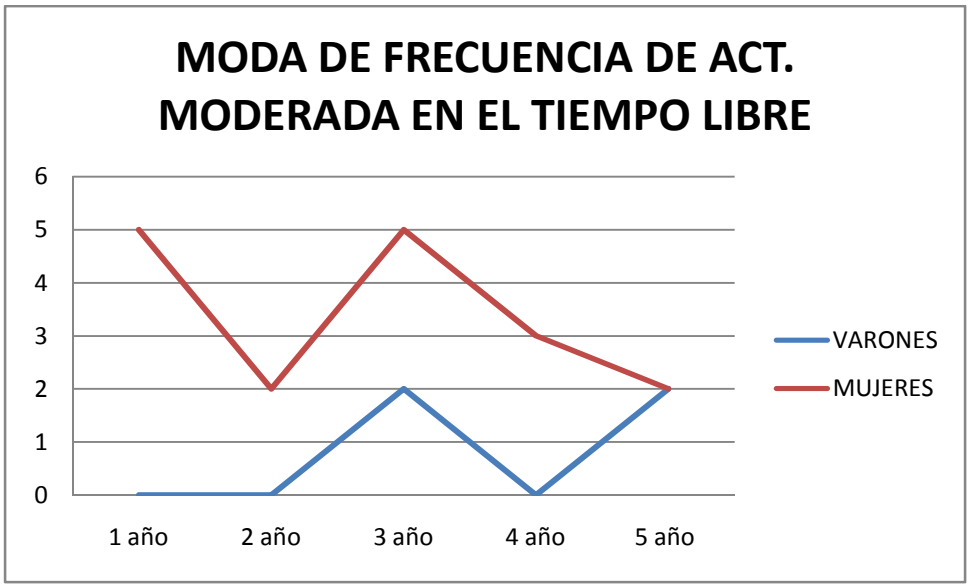
Promedio		
	Varones	Mujeres
1 año	1,72	3,09
2 año	1,27	2,63
3 año	3,09	4,63
4 año	2,63	3,25
5 año	3,09	2,72



En 1° año el promedio de varones manifestó que realiza actividad física moderada durante más de 15 minutos en su tiempo libre 1,72 días a la semana, mientras que las mujeres del mismo año dijeron que la realizan 3,09 días a la semana; en 2° año los varones manifestaron que su promedio es de 1,27 días a la semana mientras que las mujeres 2,63 días por semana; en 3° año para los varones el promedio de la frecuencia moderada manifestada fue de 3,09 días y para las mujeres de 4,63 días; en 4° el promedio de los varones realizan actividad física moderada 2,63 días a la semana, mientras que las mujeres 3,25 días de promedio; en 5° año los varones manifestaron que su frecuencia semanal de actividad física moderada en el tiempo libre es de 3,09 días mientras que las mujeres del mismo año 2,72 días.

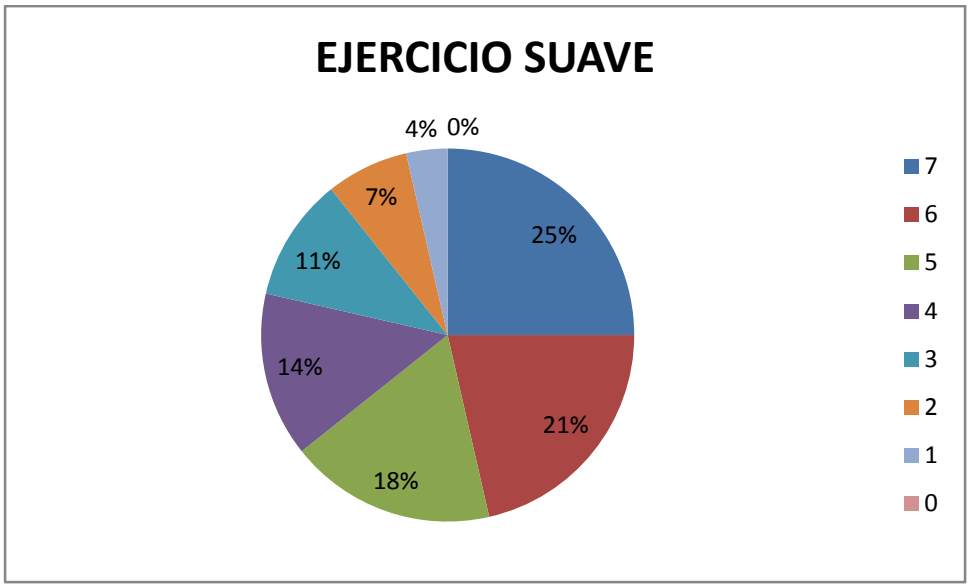
La moda mostró que en 1° año los varones realizan actividad física moderada durante más de 15 minutos en su tiempo libre 0 día a la semana, mientras que las mujeres del mismo año obtuvieron como moda de 5 días a la semana; en 2° año los varones obtuvieron una moda de 0 días a la semana mientras que las mujeres del mismo año de 2 día por semana; en 3° año los varones revelaron una moda de 2 día y las mujeres de 5 días; en 4° año los varones obtuvieron una moda de 0 días a la semana, mientras que las mujeres de 3 días; en 5° año los varones exteriorizaron una moda de frecuencia semanal de actividad física moderada en el tiempo libre de 2 días al igual que las mujeres.La siguiente tabla y gráfico representan dicha información:

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



Al observar el comportamiento de la siguiente variable, frecuencia semanal con que realiza actividad física suave durante más de 15 minutos en el tiempo libre, los datos que obtuve manifestaron que el 31 % de los/as estudiantes de la muestra no realiza actividad física suave durante más de 15 minutos semanalmente, el 15% lo hace 1 vez por semana, 9% la realiza 2 veces por semana, como también 3 veces por semana, el 4% la realiza 4 veces por semana, el 11% la realiza 5 veces por semana, el 8% la realiza 6 veces por semana y el restante 15% lo hace 7 veces por semana. Como detallé a continuación la siguiente tabla representada en su gráfico:

EJERCICIO		
VALORES	EJERCICIO SUAVE	
7	16	15%
6	8	7%
5	11	10%
4	4	4%
3	10	9%
2	10	9%
1	17	15%
0	34	31%
TOTALES	110	100%

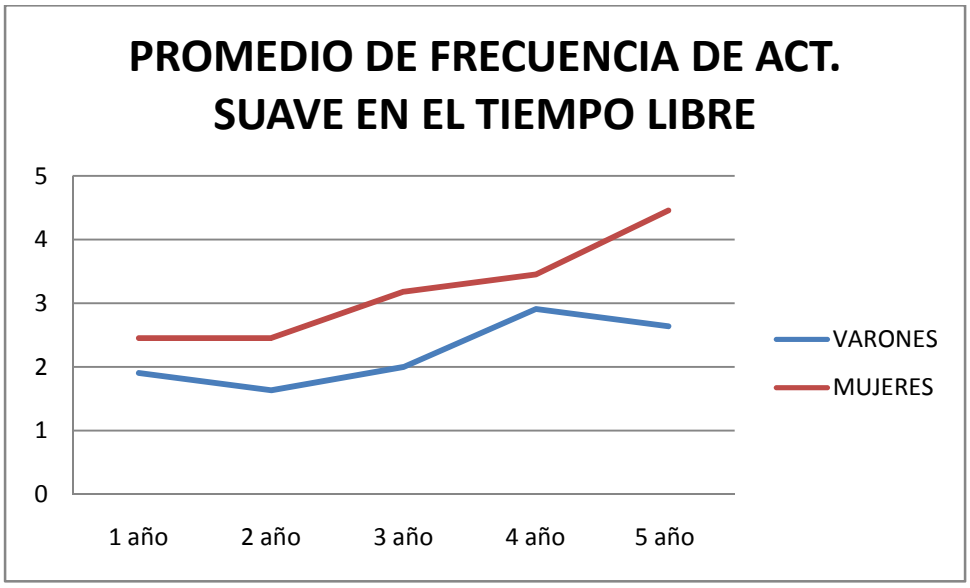


A continuación se observa cómo se comporta el promedio de frecuencia semanal de actividad física suave en los diferentes años de cursada y en ambos sexos:

Promedio		
	Varones	Mujeres
1 año	1,90	2,45
2 año	1,63	2,45
3 año	2	3,18
4 año	2,90	3,45
5 año	2,63	4,45

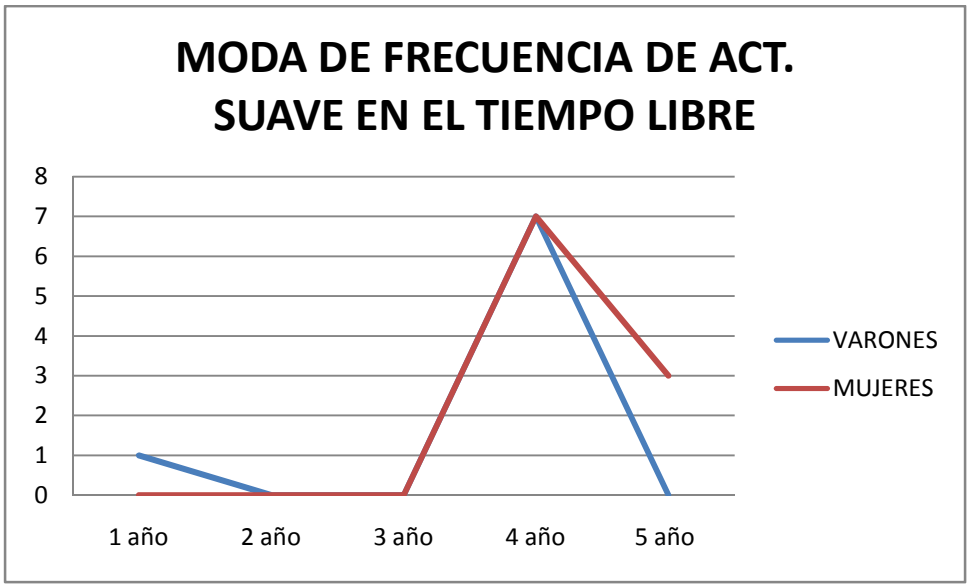
En 1° año el promedio de varones manifestó que realiza actividad física suave durante más de 15 minutos en su tiempo libre 1,90 días a la semana, mientras que las mujeres del mismo año dijeron que la realizan 2,45 días a la semana; en 2° año los varones declararon que 1,63 días a la semana mientras que las mujeres 2,45 días por semana; en 3° año para los varones el promedio de la frecuencia moderada fue de 2 días y para las mujeres de 3,18 días; en 4° año el promedio de los varones realizan actividad física moderada 2,90 días a la semana, mientras que las mujeres 3,45 días de promedio; y por último en 5° año los varones presentaron que su frecuencia semanal de actividad física moderada en el tiempo

libre es de 2,63 días mientras que las mujeres del mismo año 4,45 días. El siguiente gráfico representa dichos datos:



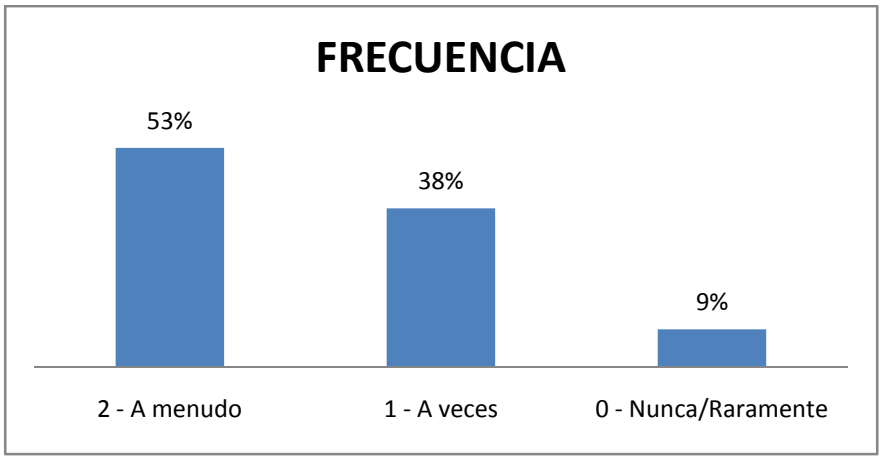
En 1° año la moda de varones manifestó que realiza actividad física suave durante más de 15 minutos en su tiempo libre 1 día a la semana, mientras que las mujeres del mismo año obtuvieron como moda 0 días a la semana; en 2° año los varones obtuvieron una moda de 0 días como así también las mujeres; en 3° año los varones manifestaron una moda de 0 día, igual que las mujeres del mismo año; en 4° año los varones y las mujeres obtuvieron una moda de 7 días a la semana; en 5° año los varones mostraron una moda de frecuencia semanal de actividad física suave en el tiempo libre de 0 días y las mujeres una moda de 3 días a la semana. La siguiente tabla y gráfico representan lo detallado anteriormente:

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



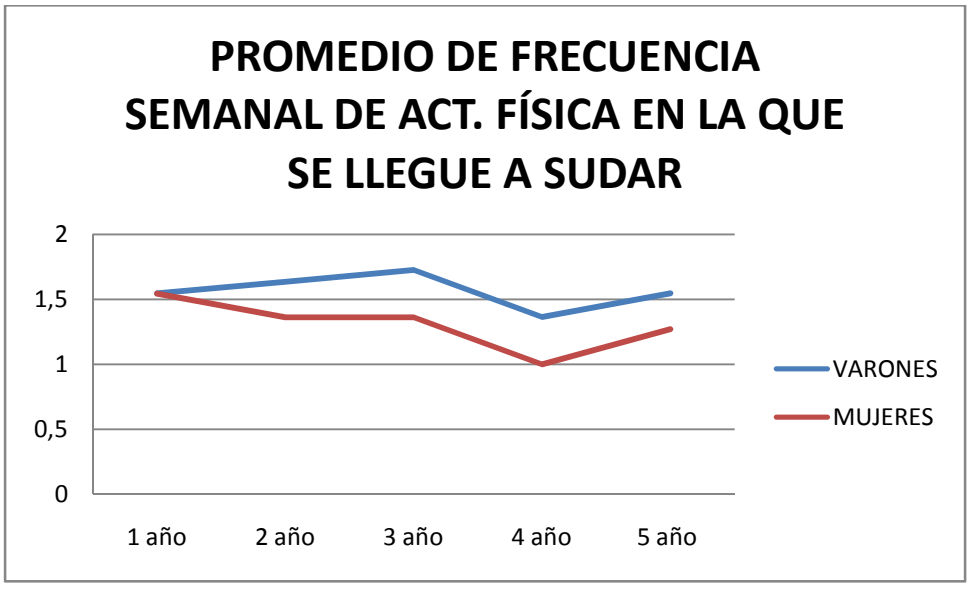
Con respecto a la frecuencia semanal con que se participa en una actividad física en la que se llegue a sudar en el tiempo libre, la siguiente tabla y gráfico se observa que un 9% reveló que nunca/ raramente participa en una actividad física en la que se llegue a sudar en el tiempo libre semanalmente; un 38% que lo hace a veces y el restante 53% que lo hace a menudo.

FRECUENCIA		
VALOR VARIABLE	**CANT. DE ESTUDIANTE**	**PORCENTAJES**
2 - A menudo	58	**53%**
1 - A veces	42	**38%**
0 - Nunca/Raramente	10	**9%**
TOTAL	**110**	**100%**



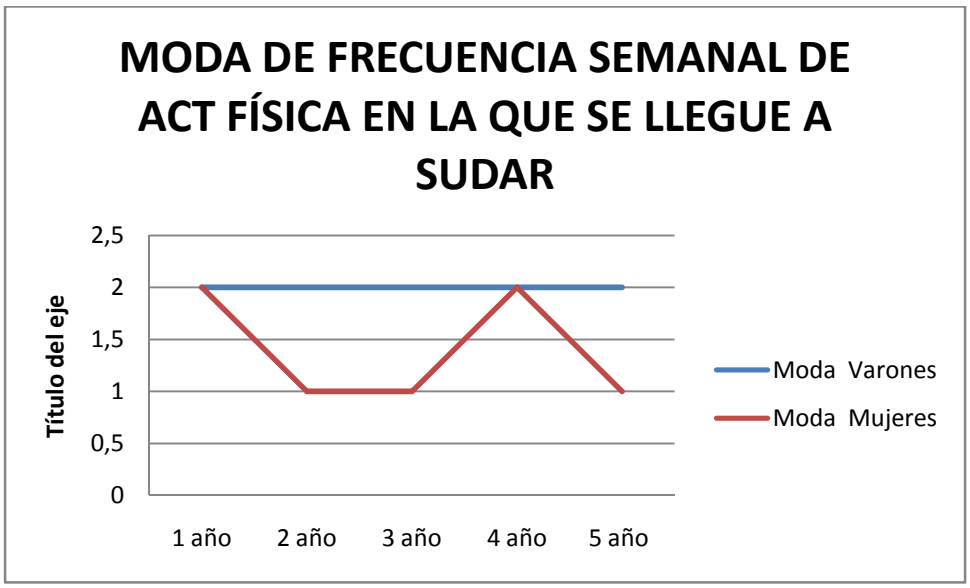
En 1° año el promedio de varones y mujeres manifestó que participa en una actividad física en la que se llegue a sudar en su tiempo libre semanalmente 1,54 días a la semana, en 2° año el promedio de los varones manifestaron que 1,63 días a la semana mientras que las mujeres 1,36 días por semana; en 3° año para los varones el promedio de la frecuencia semanal con que participa en una actividad física en la que se llegue a sudar en el tiempo libre manifestada fue de 1,72 y para las mujeres 1,36; en 4° de 1 día en las mujeres y para los varones 1,36; en 5° año el promedio de los varones manifestaron que su frecuencia semanal de participación en una actividad en la que se llegue a sudar es de 1,54 días mientras que en las mujeres del mismo año el cálculo fue de 1,27 días. La información anteriormente descripta se encuentra en la siguiente tabla y gráfico:

Promedio		
	Varones	Mujeres
1 año	1,54	1,54
2 año	1,63	1,36
3 año	1,72	1,36
4 año	1,36	1
5 año	1,54	1,27



De 1° a 5° año la moda de varonesque participa en una actividad física en la que llegue a sudar semanalmente es de A menudo. En las mujeres la moda que participa en una actividad en la que llegue a sudar semanalmente en 1° y en 4° año es de A menudo mientras que en 2°, 3° y 5° es de A veces.
La siguiente tabla y gráfico lo demuestran:

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

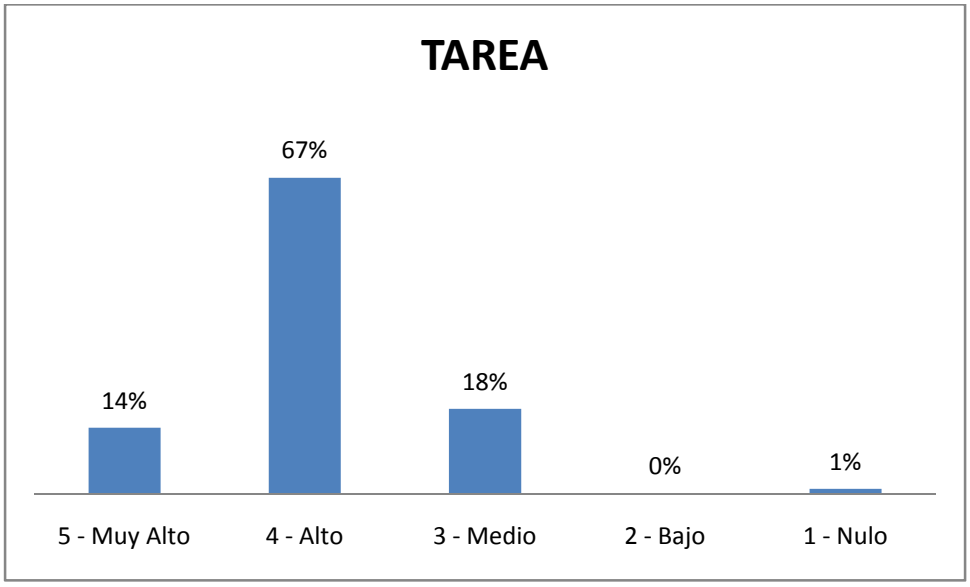


Para las variables complejas calculé los índices sumatorios y la moda de las dimensiones y sub-dimensiones (en el caso del flow), los resultados fueron los siguientes:

Nivel de orientación motivacional a la tarea

Del total de la muestra, el 14% de los/as estudiantes de la escuela secundaria manifestó que su Nivel de Orientación motivacional a la tarea es muy alto, un 67% que su nivel es alto, un 18% presentó un nivel medio de orientación motivacional a la tarea, un 0% mostró que su nivel motivacional orientado a la tarea es bajo y el porcentaje alcanzado por el nivel de Orientación motivacional a tarea Nulo es 1%. Como muestra la siguiente tabla:

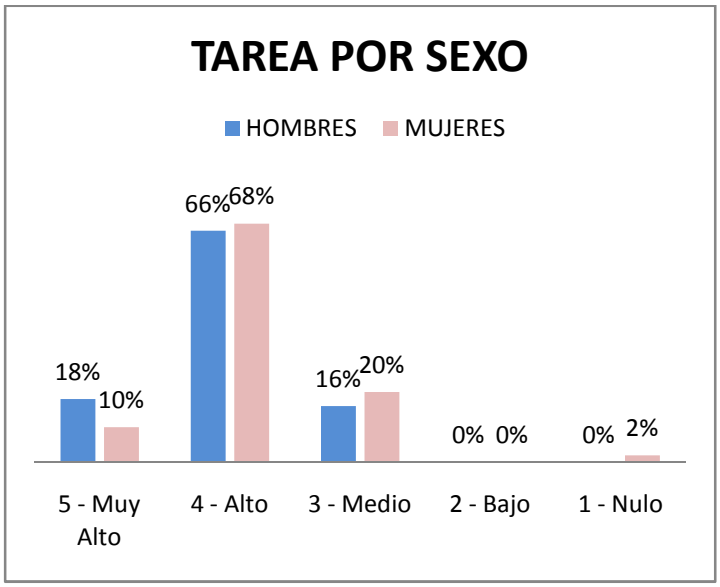
TAREA		
VALOR VARIABLE	**CANT. DE ESTUDIANTES**	**PORCENTAJES**
5 - Muy Alto	14	**14%**
4 - Alto	67	**67%**
3 - Medio	18	**18%**
2 - Bajo	0	**0%**
1 - Nulo	1	**1%**
TOTAL	**100**	**100%**
Moda	**4**	
Promedio	**3,93**	



Del total de los varones, el 0% adquirió un nivel nulo y bajo de orientación motivacional a la tarea, el 16% manifestó un nivel medio de orientación motivacional a la tarea, un 66% alcanzó un nivel alto y el restante 18% un nivel muy alto.

Del total de las mujeres, el 2% consiguió un nivel nulo de orientación motivacional a la tarea, el 0% de ellas un nivel bajo, el 20% mostró un nivel medio de orientación motivacional a la tarea, un 68% reveló que tenía un nivel alto y el restante 10% un nivel muy alto. Como muestra a continuación la tabla y el gráfico:

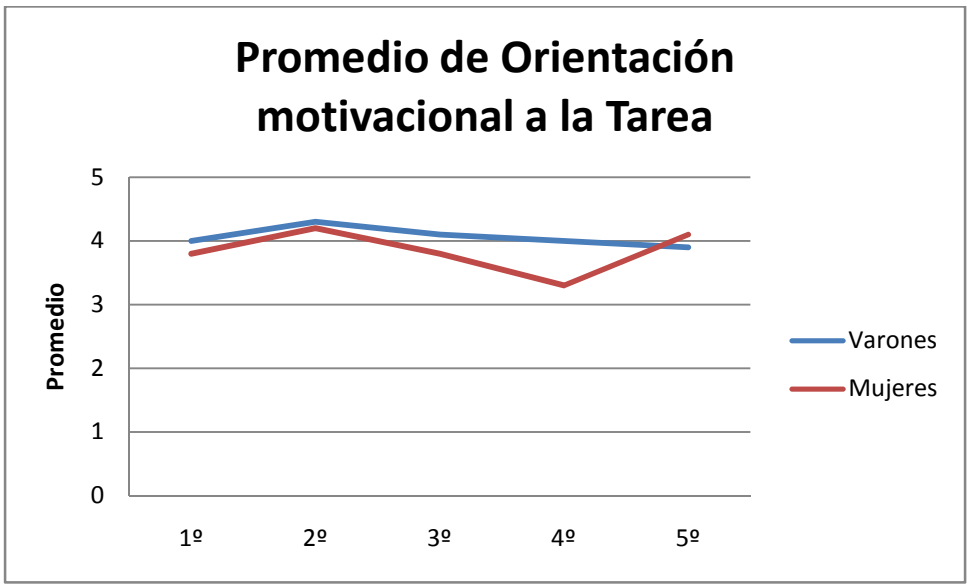
POR SEXO				
	"HOMBRES" (0)		"MUJERES" (1)	
VALOR VARIABLE	CANT. DE ESTUDIANTES	PORCENTAJES	CANT. DE ESTUDIANTES	PORCENTAJES
5 - Muy Alto	9	18%	5	**10%**
4 - Alto	33	66%	34	**68%**
3 - Medio	8	16%	10	**20%**
2 - Bajo	0	0%	0	**0%**
1 - Nulo	0	0%	1	**2%**
TOTAL	50	100%	**50**	**100%**



El promedio de niveles en orientación motivacional a la tarea en los varones apareció como alto en todos los cursos menos en 5° año que fue medio. En las mujeres el nivel de orientación motivacional a la tarea fue medio en 1°, 3° y en 4°

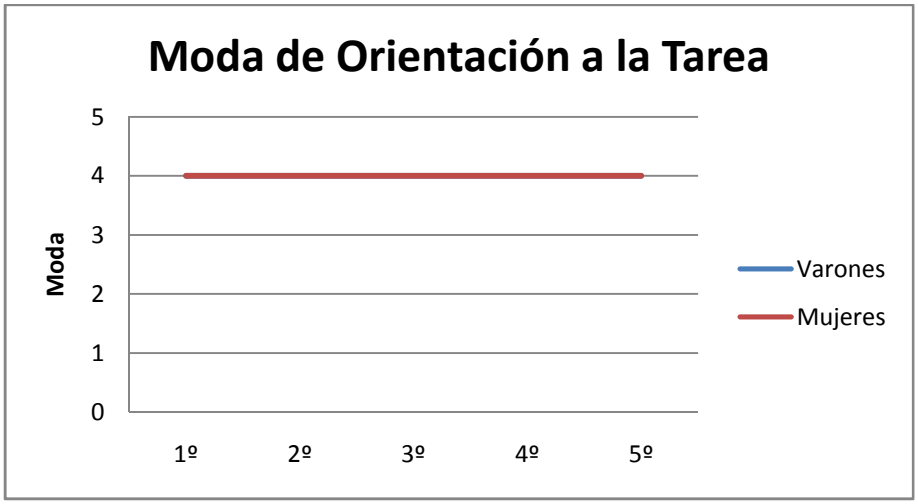
año, siendo alto en 2° y 5° año. La tabla y el gráfico que a continuación se presenta comprueba dicha información.

Promedio Tarea				
	Varones	Nivel	**Mujeres**	Nivel
1º	4	Alto	3,8	Medio
2º	4,3	Alto	4,2	Alto
3º	4,1	Alto	3,8	Medio
4º	4	Alto	3,3	Medio
5º	3,9	Medio	4,1	Alto



La moda presente en ambos sexos en todos los cursos de la muestra fuede nivel alto en la orientación motivacional a la tarea, como se puede observar a continuación:

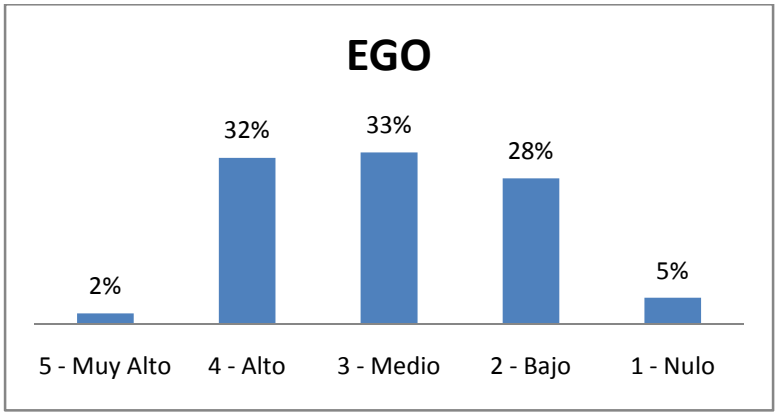
Moda Tarea				
	Varones	Nivel	**Mujeres**	Nivel
1º	4	Alto	4	Alto
2º	4	Alto	4	Alto
3º	4	Alto	4	Alto
4º	4	Alto	4	Alto
5º	4	Alto	4	Alto



Nivel de orientación motivacional al ego

Como marca la siguiente tabla y gráfico, el 5% de los/as estudiantes de la escuela secundaria posee un nivel nulo de orientación motivacional al ego, un 28% presenta un nivel bajo, un 33% de los/as estudiantes poseen un nivel medio, un 32% un nivel alto y sólo el 2% un nivel muy alto de Nivel de orientación motivacional al ego.

EGO		
VALOR VARIABLE	**CANT. DE ESTUDIANTES**	**PORCENTAJES**
5 - Muy Alto	2	**2%**
4 - Alto	32	**32%**
3 - Medio	33	**33%**
2 - Bajo	28	**28%**
1 - Nulo	5	**5%**
TOTAL	**100**	**100%**

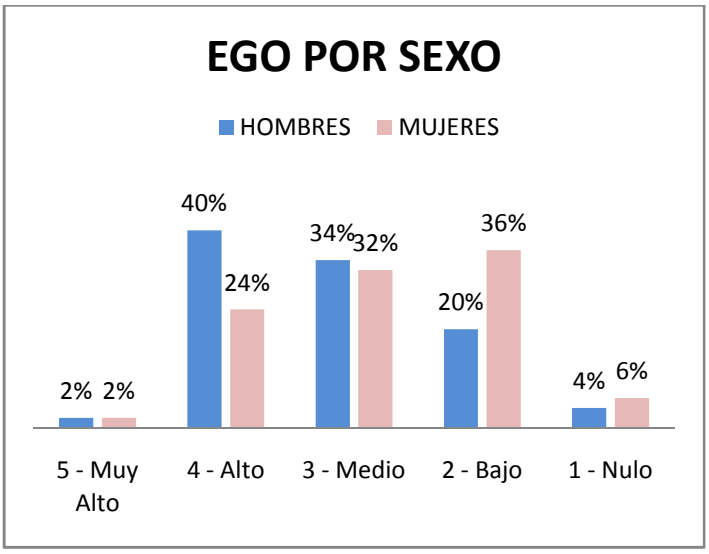


Del total de los varones, el 4% obtuvo un nivel nulo de orientación motivacional al ego, el 20% de ellos un nivel bajo, el 34% manifestó un nivel medio de orientación motivacional al ego, un 40% reveló que tenía un nivel alto y el restante 2% un nivel muy alto.

De todas las mujeres de la muestra, el 6% obtuvo un nivel nulo de orientación motivacional al ego, el 36% de ellas un nivel bajo, el 32% manifestó un nivel medio de orientación motivacional al ego, un 32% reveló que tenía un nivel alto y el restante 2% un nivel muy alto, al igual que los varones.

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

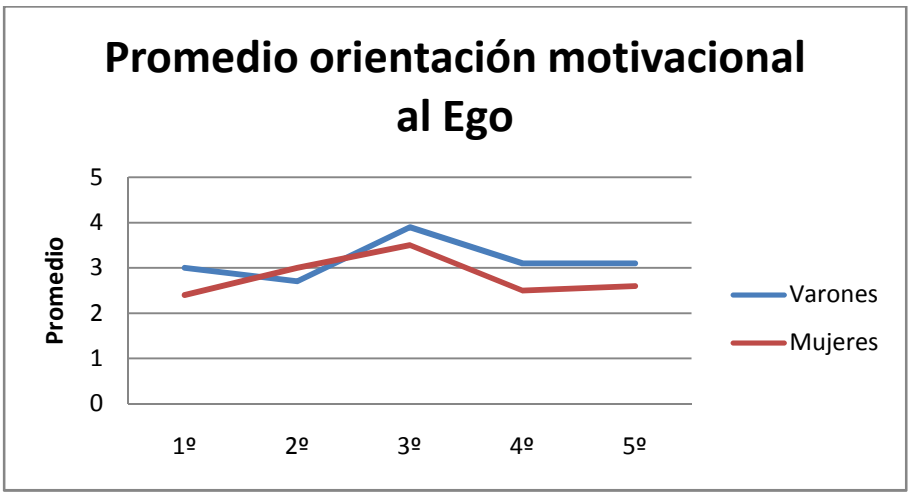
POR SEXO				
	"HOMBRES" (0)		"MUJERES" (1)	
VALOR VARIABLE	CANT. DE ESTUDIANTES	PORCENTAJES	CANT. DE ESTUDIANTES	PORCENTAJES
5 - Muy Alto	1	**2%**	1	**2%**
4 - Alto	20	**40%**	12	**24%**
3 - Medio	17	**34%**	16	**32%**
2 - Bajo	10	**20%**	18	**36%**
1 - Nulo	2	**4%**	3	**6%**
TOTAL	**50**	**100%**	**50**	**100%**



En los varones el promedio del nivel de orientación motivacional al ego fue medio en 1°, 3°, 4° y 5° año, siendo bajo en 2° año. En las mujeres se mostró bajo en 1°,

4° y 5° año, mientras que en 2° y 3° año fue medio el nivel de orientación motivacional al ego. La siguiente tabla y gráfico representan dichos datos:

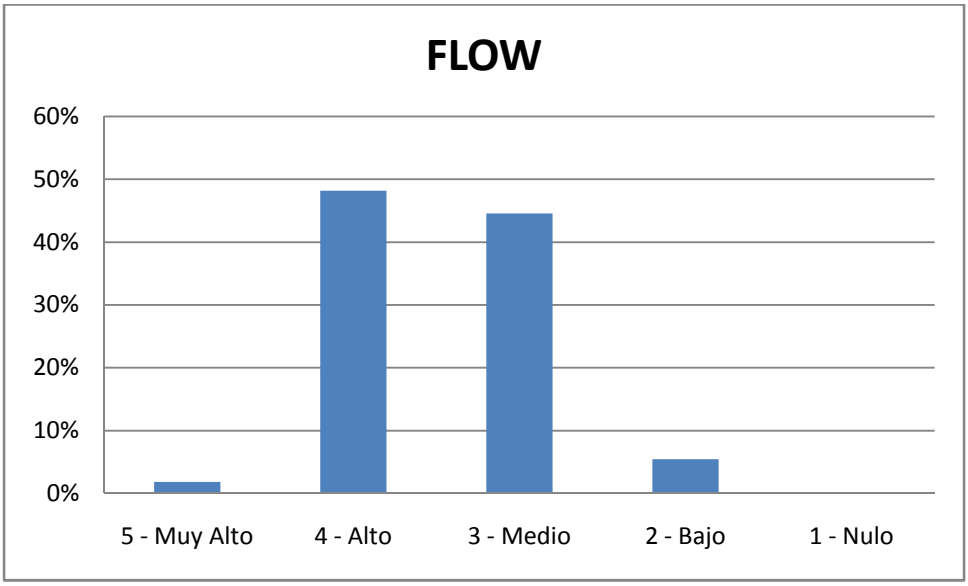
Promedio Ego				
	Varones	Nivel	**Mujeres**	Nivel
1º	3	Medio	2,4	Bajo
2º	2,7	Bajo	3	Medio
3º	3,9	Medio	3,5	Medio
4º	3,1	Medio	2,5	Bajo
5º	3,1	Medio	2,6	Bajo



Nivel de Flow

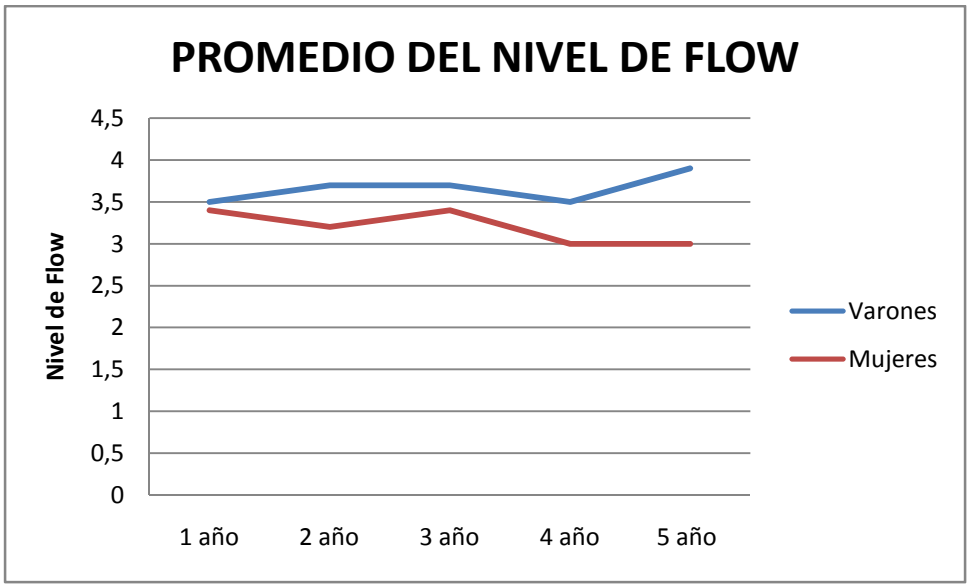
A continuación la tabla y el gráfico muestra que el 0% de los/as estudiantes de la muestra manifiesta un nivel de estado de Flow nulo, un 5% obtiene un nivel bajo de estado de Flow, un 45% un nivel medio de estado de Flow, un 48% un nivel alto y para el nivel muy alto de estado de Flow un 2%.

FLOW		
VALOR VARIABLE	**CANT. DE ESTUDIANTES**	**PORCENTAJES**
5 - Muy Alto	2	**2%**
4 - Alto	53	**48%**
3 - Medio	49	**45%**
2 - Bajo	6	**5%**
1 - Nulo	0	**0%**
TOTAL	**110**	**100%**

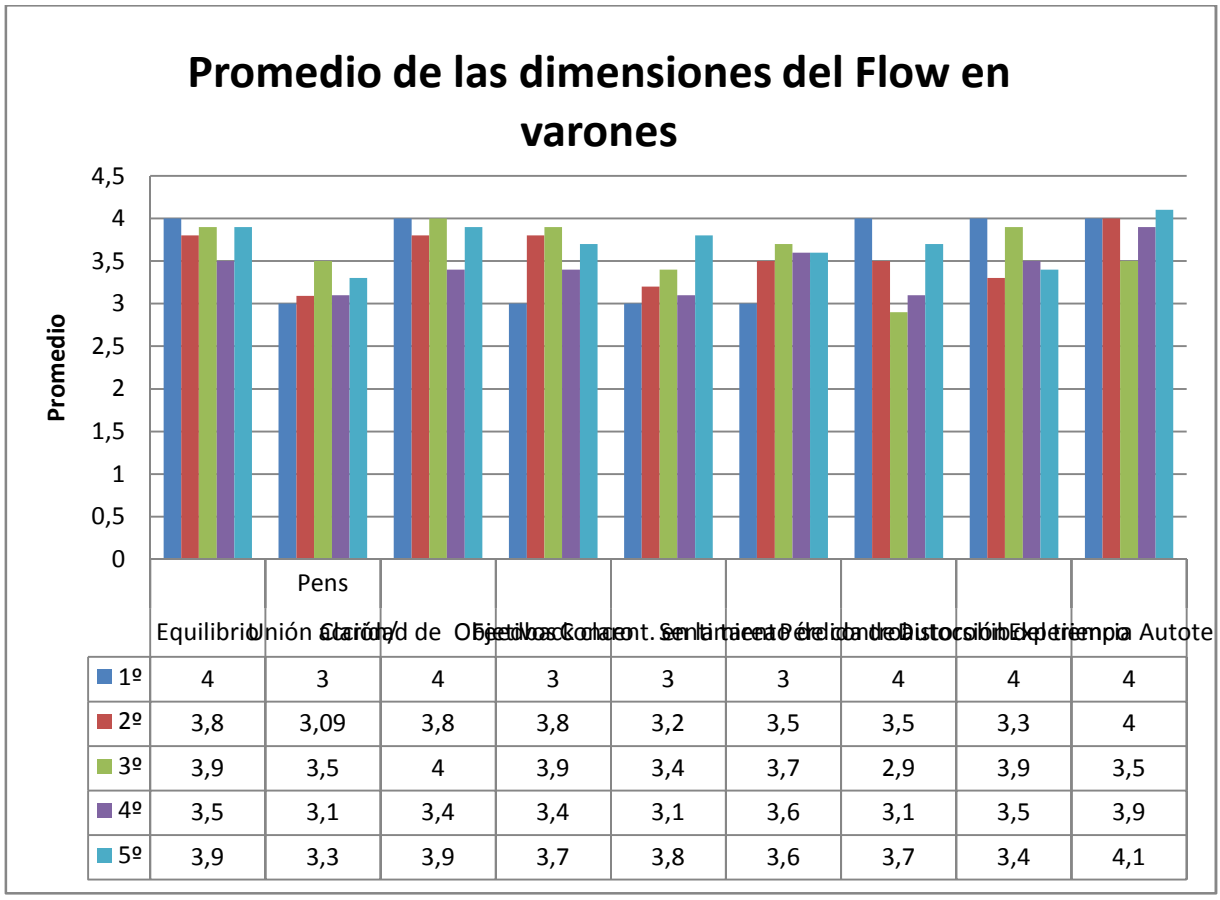


El promedio obtenido en la muestra ha sido de nivel medio para todas las cuotas por año de estudio y en ambos sexos.

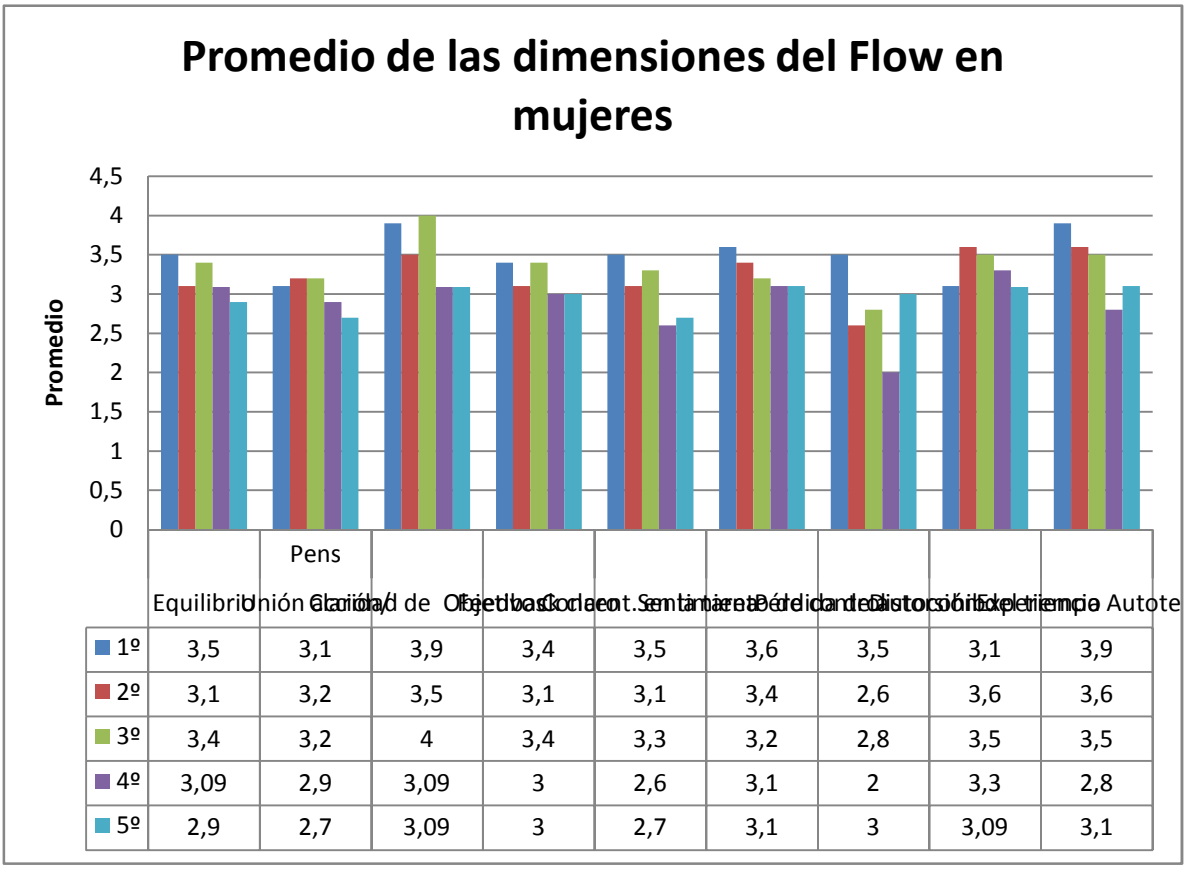
Promedio				
	Varones	Nivel	Mujeres	Nivel
1 año	3,5	Medio	3,4	Medio
2 año	3,7	Medio	3,2	Medio
3 año	3,7	Medio	3,4	Medio
4 año	3,5	Medio	3	Medio
5 año	3,9	Medio	3	Medio



A continuación se pueden observar las representaciones en lo gráficos y tablas correspondientes de los promedios de cada dimensión del Flow en varones y en mujeres por año de estudio:



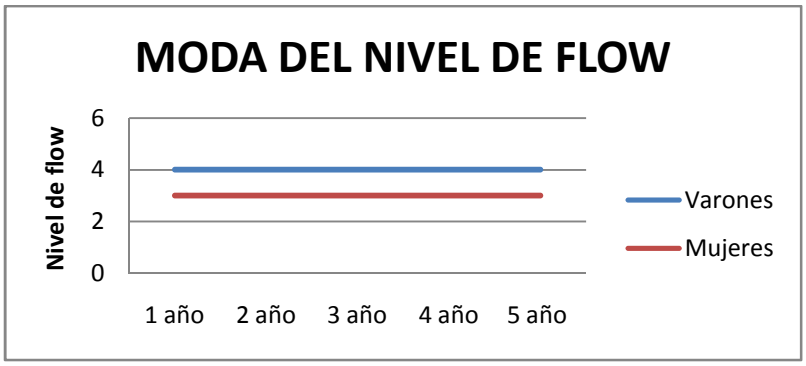
	Equilibrio	Unión acción/ Pens atención	Claridad de Objetivos	Feedback	Concent.	Sentimiento	Pérdida de	Distorsión	Experiencia	Autote
1º	4	3	4	3	3	3	4	4	4	
2º	3,8	3,09	3,8	3,8	3,2	3,5	3,5	3,3	4	
3º	3,9	3,5	4	3,9	3,4	3,7	2,9	3,9	3,5	
4º	3,5	3,1	3,4	3,4	3,1	3,6	3,1	3,5	3,9	
5º	3,9	3,3	3,9	3,7	3,8	3,6	3,7	3,4	4,1	



	Equilibrio	Unión	Pens	Claridad de	Objetivos	Concent.	Sentirse	Pérdida de	Distorsión	Disfrute	Autote
1º	3,5	3,1	3,9	3,4	3,5	3,6	3,5	3,1	3,9		
2º	3,1	3,2	3,5	3,1	3,1	3,4	2,6	3,6	3,6		
3º	3,4	3,2	4	3,4	3,3	3,2	2,8	3,5	3,5		
4º	3,09	2,9	3,09	3	2,6	3,1	2	3,3	2,8		
5º	2,9	2,7	3,09	3	2,7	3,1	3	3,09	3,1		

La moda obtenida en las mujeres de la muestra fue de un nivel medio de estado de Flow de 1° a 5° año; mientras que en los varones el nivel de estado de Flow fue alto para todos los años de estudio.

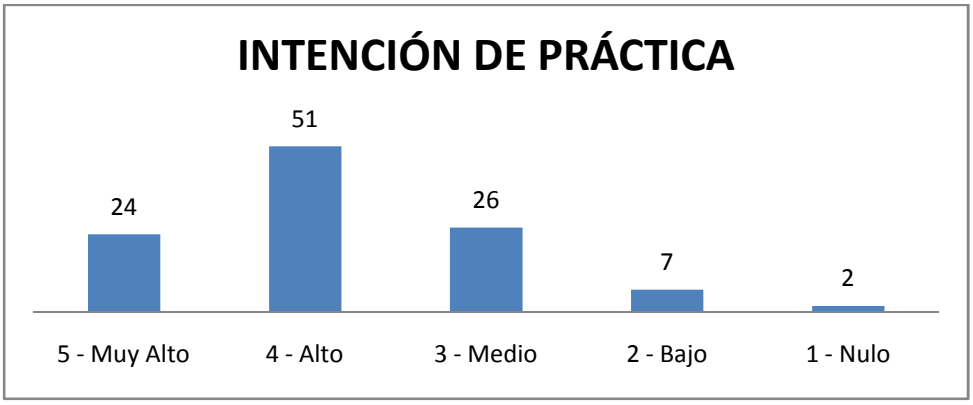
Moda				
	Varones	Nivel	Mujeres	
1 año	4	Alto	3	Medio
2 año	4	Alto	3	Medio
3 año	4	Alto	3	Medio
4 año	4	Alto	3	Medio
5 año	4	Alto	3	Medio



Nivel de intención de futura práctica de actividad física-deportiva

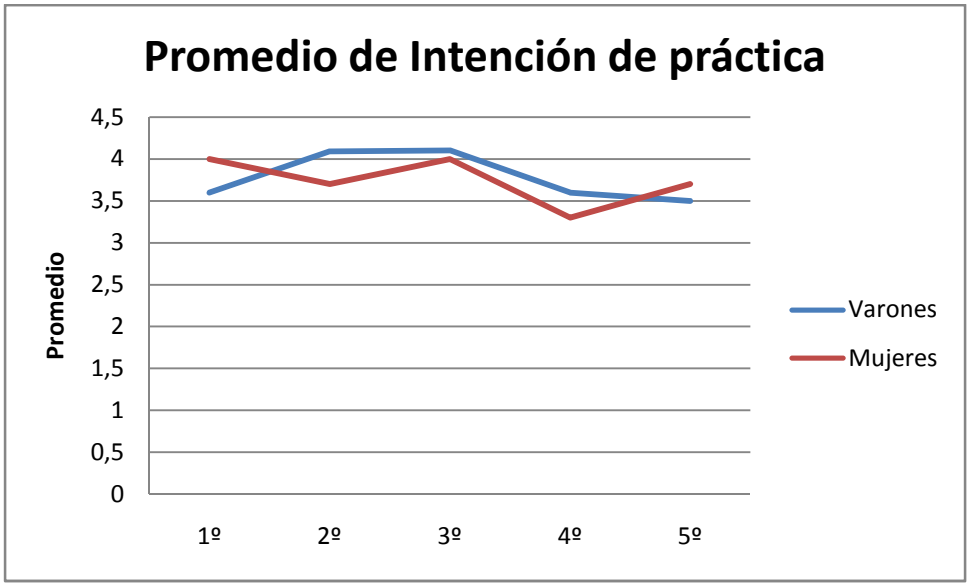
Como muestra la tabla y el gráfico del total de la muestra que se encuentra a continuación, el 2% manifiesta tener una intención nula de futura de realizar actividad física-deportiva, el 7% un nivel bajo de intención, el 24% un nivel medio, un 46% un nivel alto y el 22% restante manifiesta su intención futura de práctica física-deportiva de un nivel muy alto.

INTENCIÓN DE PRÁCTICA		
VALOR VARIABLE	**CANT. DE ESTUDIANTES**	**PORCENTAJES**
5 - Muy Alto	24	**22%**
4 - Alto	51	**46%**
3 - Medio	26	**24%**
2 - Bajo	7	**6%**
1 - Nulo	2	**2%**
TOTAL	**110**	**100%**



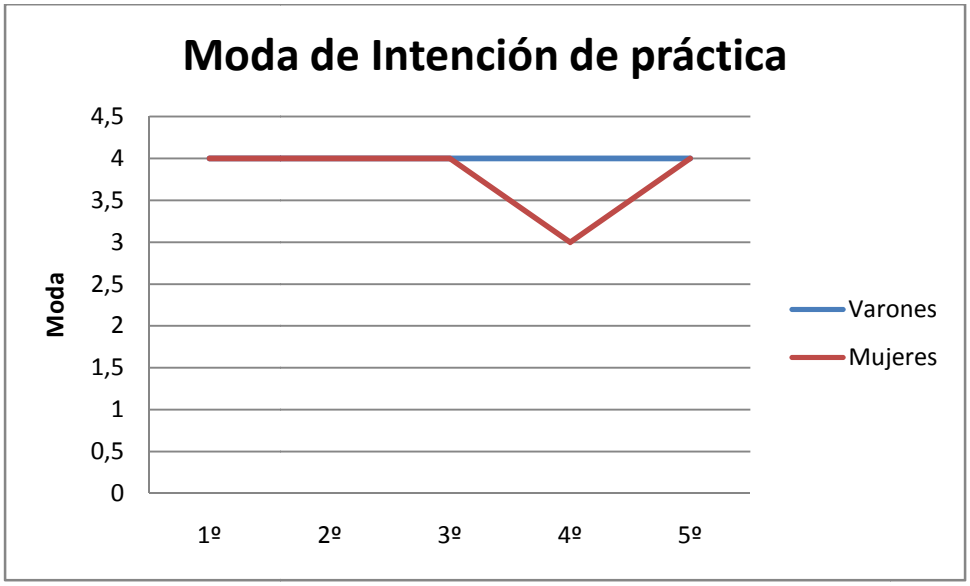
Como revelan la tabla y el gráfico siguiente, los varones de la muestra manifestaron que tienen un promedio de nivel medio en 1º, 4° y 5° año y un promedio de nivel alto en 2° y en 3° año. Las mujeres de la muestra obtuvieron un promedio de nivel medio en los años 2º, 4º y 5º y un promedio de nivel alto en 1º y 3° año.

Promedio intención de práctica				
	Varones	Nivel	**Mujeres**	Nivel
1º	3,6	Medio	4	Alto
2º	4,09	Alto	3,7	Medio
3º	4,1	Alto	4	Alto
4º	3,6	Medio	3,3	Medio
5º	3,5	Medio	3,7	Medio



La moda obtenida en la muestra ha sido de un nivel alto en la intención futura de actividad física-deportiva en todos los años en los varones; en las mujeres pasó lo mismo en 1°, 2°, 3° y 5° año, mientras que en 4° año el nivel en la intención futura de actividad física- deportiva es medio. En la siguiente tabla y gráfico se comprueba dicha información:

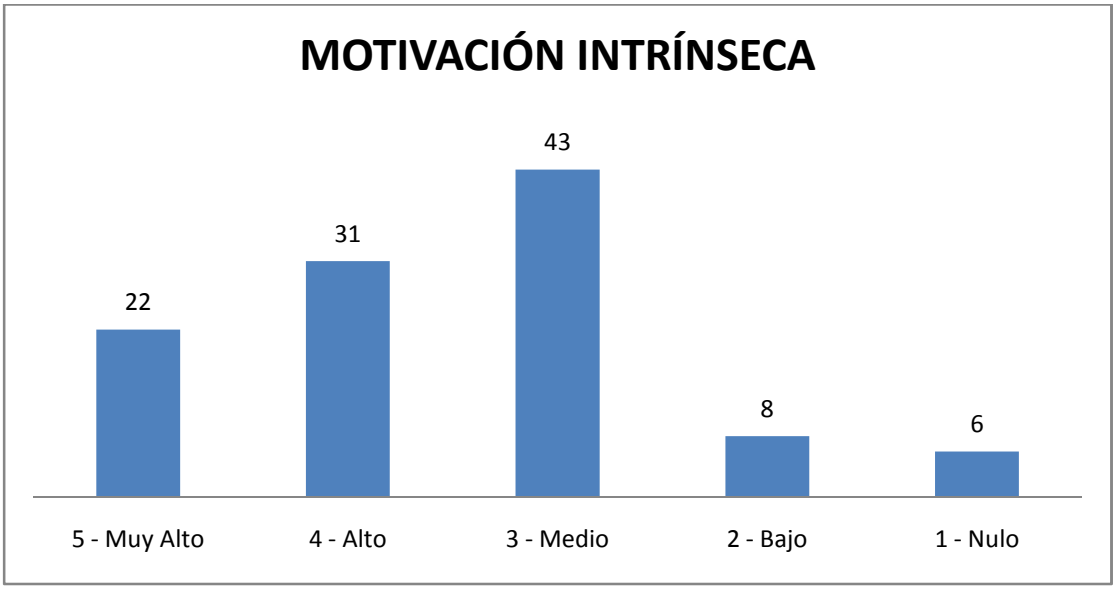
Moda de Intención de práctica				
	Varones	Nivel	**Mujeres**	Nivel
1º	4	Alto	4	Alto
2º	4	Alto	4	Alto
3º	4	Alto	4	Alto
4º	4	Alto	3	Medio
5º	4	Alto	4	Alto



Nivel de motivación intrínseca

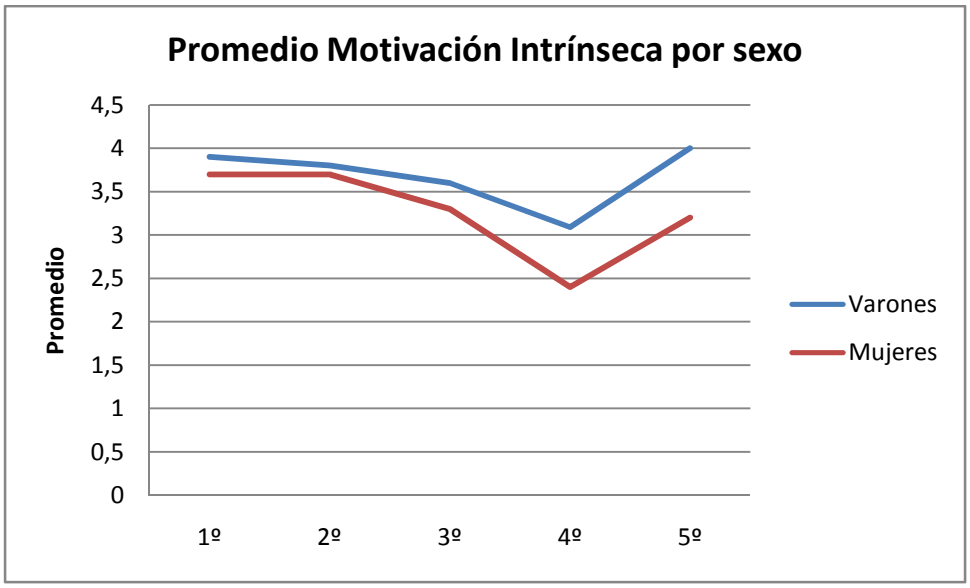
El nivel de motivación intrínseca mostró que el 5% del total de la muestra presenta un nivel nulo de motivación intrínseca, un 7% de los/as estudiantes manifiesto un nivel bajo, un 39% tiene un nivel medio, un 29% presentóun nivel alto en motivación intrínseca y el 20% manifiesta un nivel muy alto de dicha variable. A continuación,la tabla y el gráfico muestran estos datos:

MOTIVACIÓN INTRÍNSECA		
VALOR VARIABLE	**CANT. DE ESTUDIANTES**	**PORCENTAJES**
5 - Muy Alto	22	**20%**
4 - Alto	31	**29%**
3 - Medio	43	**39%**
2 - Bajo	8	**7%**
1 - Nulo	6	**5%**
TOTAL	**110**	**100%**



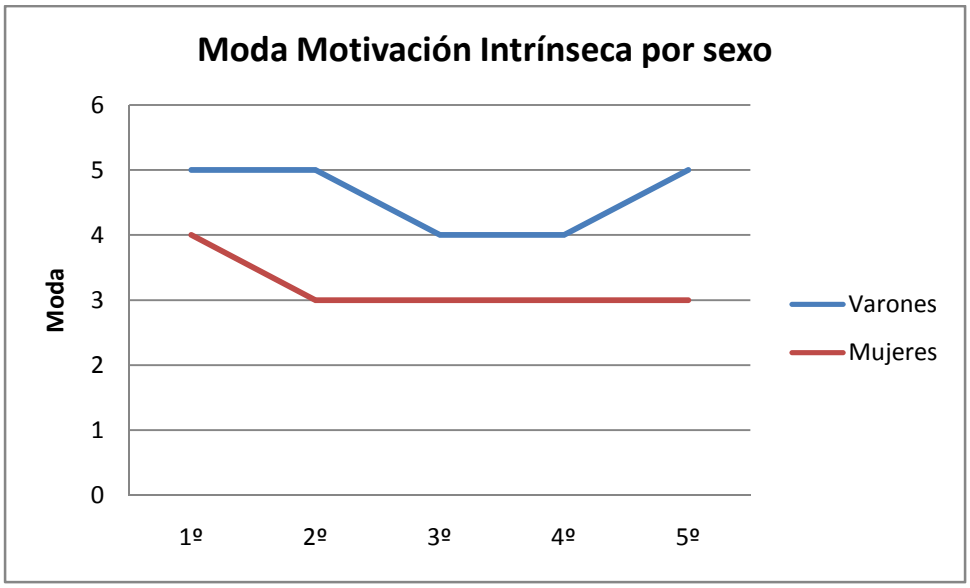
En este momento,detallaré los resultados de las relaciones que establecí entre las distintas variables. Las relaciones que llevé a cabo las realicé según los resultados de los índices sumatorios de las cinco variables complejas entre sí y/o con los resultados de las variables de base.

Promedio MI				
	Varones	Nivel	**Mujeres**	Nivel
1º	3,9	Medio	3,7	Medio
2º	3,8	Medio	3,7	Medio
3º	3,6	Medio	3,3	Medio
4º	3,09	Medio	2,4	Bajo
5º	4	Alto	3,2	Medio



El anterior gráfico reveló que el promedio de la variable motivación intrínseca en los varones en todos los años de estudio obtuvieron el valor medio, menos en 5° año que el valor fue 4 considerado alto. En las mujeres el promedio dio nivel medio en todos los años y bajo en 4° año.

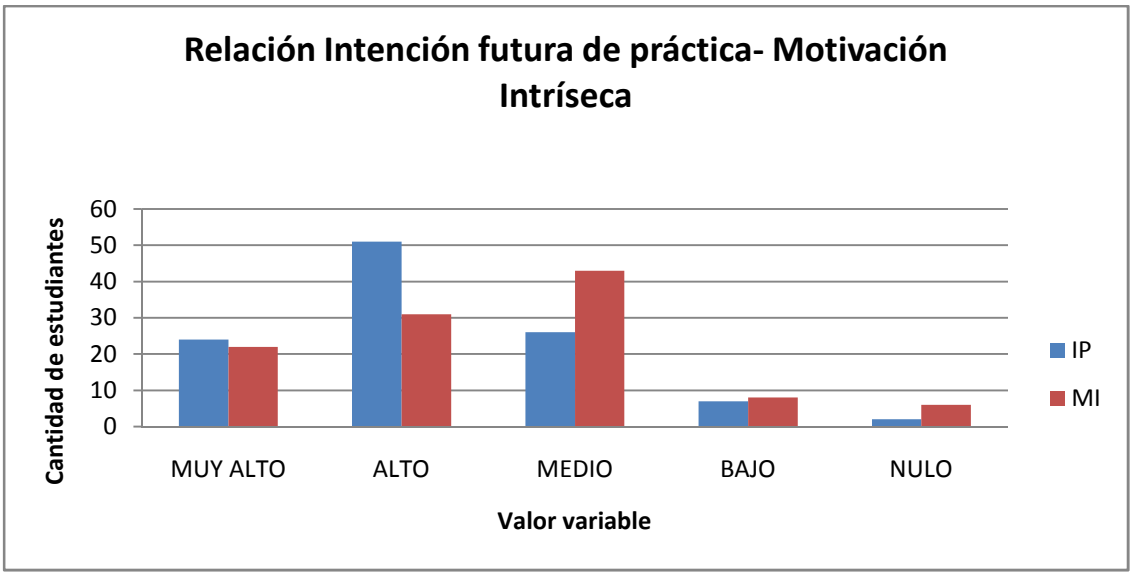
Moda MI				
	Varones	Nivel	**Mujeres**	Nivel
1º	5	Muy alto	4	Alto
2º	5	Muy alto	3	Medio
3º	4	Alto	3	Medio
4º	4	Alto	3	Medio
5º	5	Muy alto	3	Medio



La moda de la motivación intrínseca en los varones fue alta en 3° y 4° año, mientras que en los restantes años fue muy alta. En las mujeres se mantuvo constante en el nivel medio en todos los años, salvo en 1° que fue alto el valor de la variable.

Relación entre la variable nivel de intención futura para realizar actividad físico-deportiva y la variable nivel de motivación intrínseca

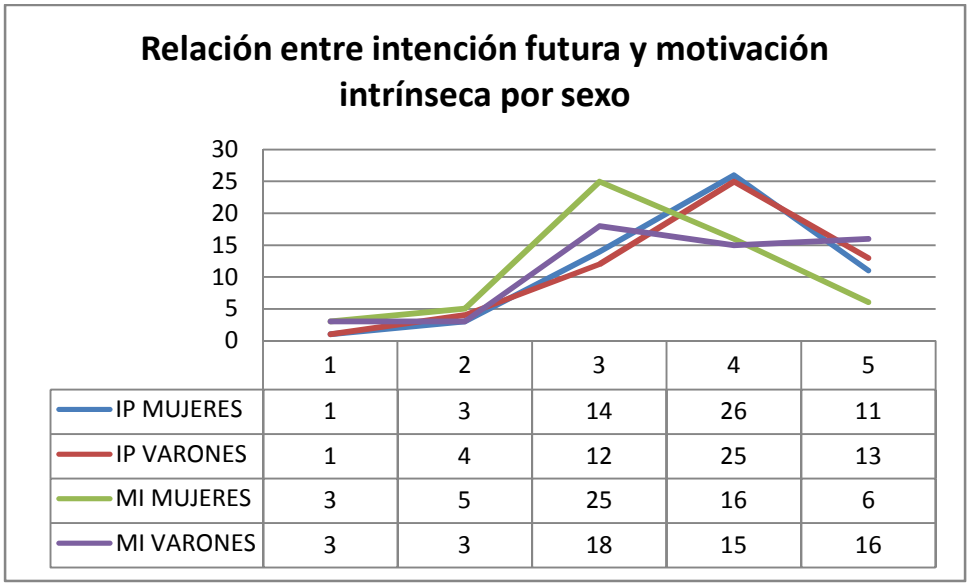
ESTUDIANTES	IP	MI
MUY ALTO	24	22
ALTO	51	31
MEDIO	26	43
BAJO	7	8
NULO	2	6



El gráfico demuestra que los/as estudiantes de la muestra revelaron un nivel alto en la variable nivel de intención futura para realizar alguna actividad físico-deportiva (51) y un nivel medio en la variable nivel de motivación intrínseca (43). Sólo seisestudiantes obtuvieron un nivel nulo en la motivación intrínseca y dosestudiantes en el caso de la variable intención futura.En la variable motivación intrínseca ocho manifestaron un nivel bajo y en el mismo nivel pero en la intención futura de práctica fueron 7 estudiantes. Por último 24estudiantes en la variable intención futura y 22 en la variable motivación intrínseca obtuvieron un nivel muy alto.

El siguiente gráfico revela que ochoestudiantes presentaron un nivel bajo en la variable nivel de motivación intrínseca, es decir que cinco mujeres y tres varones expresaron dicho valor, tres mujeres y 4 varonesconcibieron lo mismo para la variable nivel de intención futura. También observé que 25chicasmostraron un nivel medio en la variable motivación intrínseca y 14 en la variable intención futura. En los varones el nivel medio lo obtuvieron 12estudiantes en la variable intención futura y 18 de ellos en la variable motivación intrínseca. Afirmo que los/as estudiantes expresaron mayor valor en la variable motivación intrínseca que en la variable intención futura en el nivel medio. Distinto ocurrió en el nivel alto, mayor cantidad de chicos (25) y chicas (26) manifestaron mayor valor a la variable

intención futura, y menor cantidad de mujeres (16) y varones (15) en la variable motivación intrínseca. Para terminar,13 chicos y 11 chicas presentaron un nivel muy alto en la variable intención futura y 16 varones y 6 mujeres en la variable motivación intrínseca.



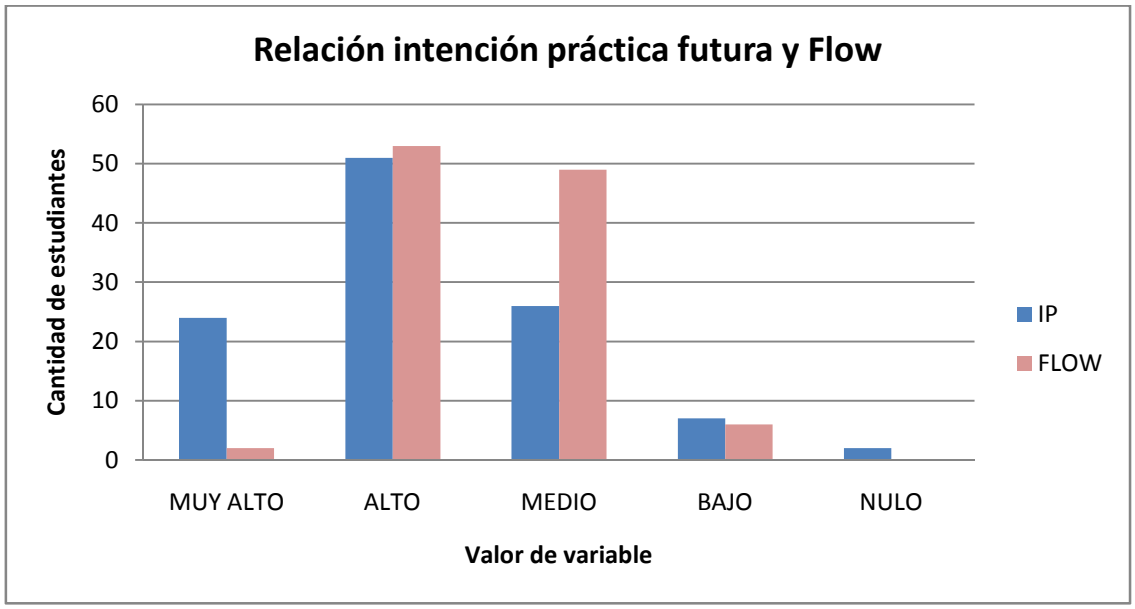
	1	2	3	4	5
IP MUJERES	1	3	14	26	11
IP VARONES	1	4	12	25	13
MI MUJERES	3	5	25	16	6
MI VARONES	3	3	18	15	16

Relación entre la variable nivel de intención futura para realizar actividad físico-deportiva y la variable nivel de estado de flow

Al observar el siguiente gráfico, dos estudiantes mostraron un valor nulo de intención futura para realizar actividad físico-deportiva y ningunoen la variable nivel de estado de flow. La cantidad de estudiantes que obtuvieron un nivel bajo en la variable nivel de estado de flow fue de seis y siete en la variable nivel de intención futura de práctica. Se puede ver que el nivel medio fue más alto en la variable nivel de estado de flow (49 estudiantes) que en la variable nivel de intención futura (26 estudiantes). Como así también en el nivel alto de ambas variables el nivel de estado de flow obtuvo la mayor cantidad (53) que la intención futura (51), aunque aquí fue por una mínima diferencia. En cambio en el nivel muy alto de ambas variables hubo mucha difrencia, 24estudiantesexteriorizaron un

valor muy alto en la variable nivel de intención futura de práctica y sólo dos un nivel muy alto de estado de flow.

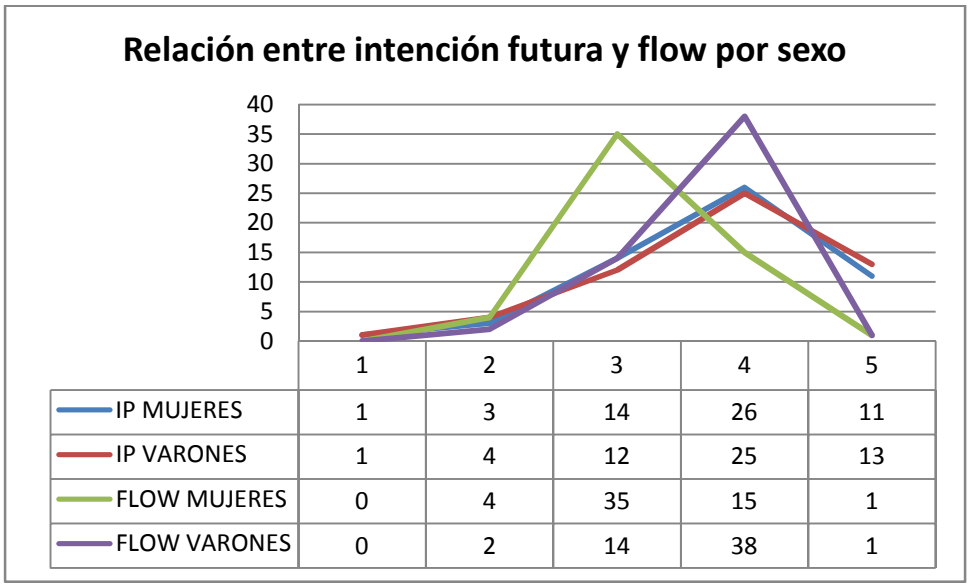
ESTUDIANTES	IP	FLOW
MUY ALTO	24	2
ALTO	51	53
MEDIO	26	49
BAJO	7	6
NULO	2	0



En el siguiente gráfico reveló que nadie de ningún sexo obtunoel nivel nulo para la variable nivel de flow y para la variable intención futura solo una y un estudiante lo manifestaron. Los mayores valores fueron obtenidos por las mujeres en el nivel de flow medio (35) con mucha diferencia con los varones para dicho nivel (14). En el mismo valor (medio) en el nivel de flow hay una mínima diferencia entre varones (12) y mujeres (14). Otro de los mayores valores obtenidos fue en el nivel alto de flow de los varones que fue de 38 estudiantes, mientras que las mujeres revelaron que solo 15 chicas demostraron ese nivel. En el mismo nivel (alto) en la intención de práctica futura hay una mínima diferencia entre ambos sexos (mujeres 26/

varones 25). Con respecto al nivel bajo se mostró que el nivel de flow de mujeres y la intención de futurta práctica de varones comparten 4 estudiantes respectivamente, el nivel bajo de la intención de las mujeres solo tres chicas están en ese nivel y lasólo dos chicos obtuvieron nivel bajo en el flow.

En el nivel muy alto en la intención futura de práctica hay una mínima diferencia entre ambos sexos (mujeres 11/ varones 13) y en el mismo nivel en la variable flow solo dos (uno/a de cada sexo) lo obtuvieron.



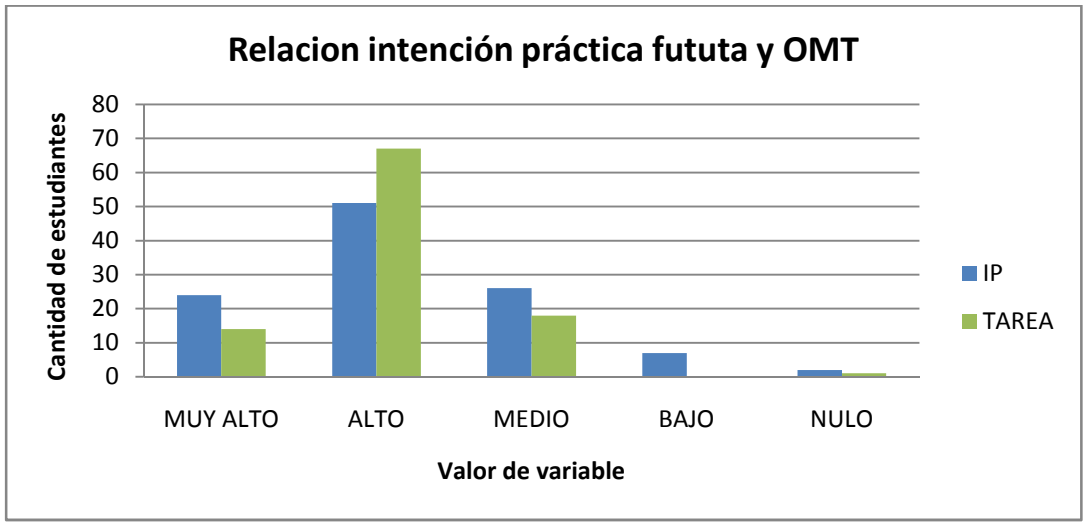
	1	2	3	4	5
IP MUJERES	1	3	14	26	11
IP VARONES	1	4	12	25	13
FLOW MUJERES	0	4	35	15	1
FLOW VARONES	0	2	14	38	1

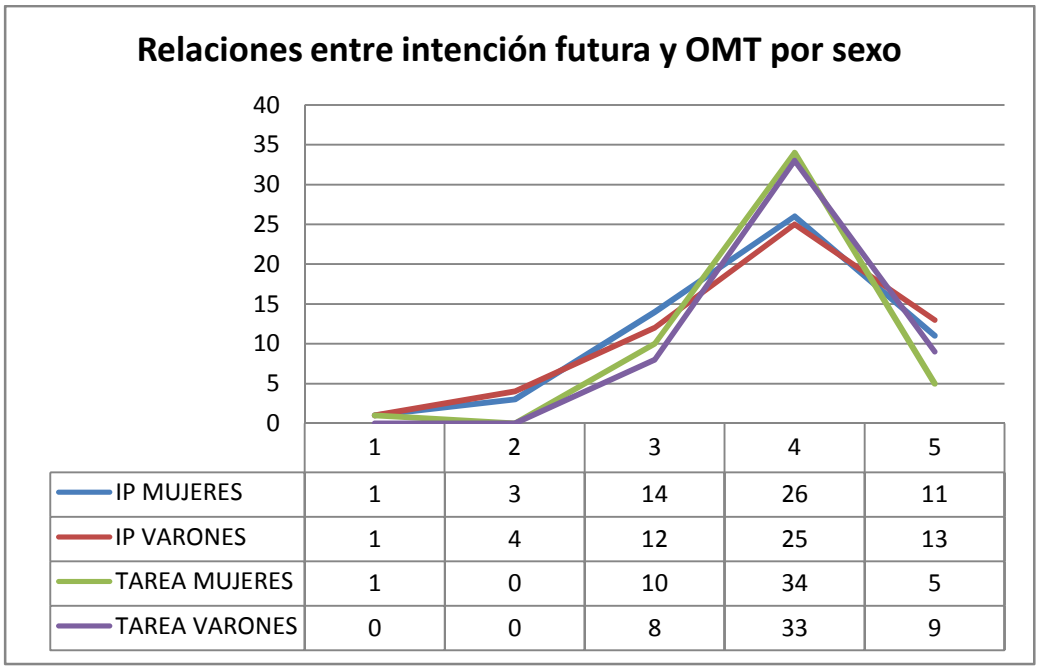
Relación entre la variable nivel de intención futura para realizar actividad físico-deportiva y la variable nivel de orientación motivacional hacia la tarea

En la siguiente tabla con su respectivo gráfico se muestra que en ambas variables,hubo una inclinación por el nivel alto, siendo 51 estudiantes en la intención de práctica futura y 67 en la orientación motivacional a la tarea. El nivel muy alto muestra que 24 estudiantes lo obtuvieron en la intención futura de práctica y 14 en la orientación motivacional a la tarea. En la misma variable pero en el nivel medio se observa 18 estudiantes mientras que en la variable intención futura del mismo nivel lo manifestaron 26 estudiantes. En el nivel bajo de la orientación motivacional a la tarea nadie lo reveló y en la intención futura lo

revelaron solo 7 estudiantes. Por último en el nivel nulo, lo presentaron 2 estudiantes en la intención futura de práctica fisico- deportiva y sólo uno/a en la orientanción motivacional a la tarea.

ESTUDIANTES	IP	TAREA
MUY ALTO	24	14
ALTO	51	67
MEDIO	26	18
BAJO	7	0
NULO	2	1



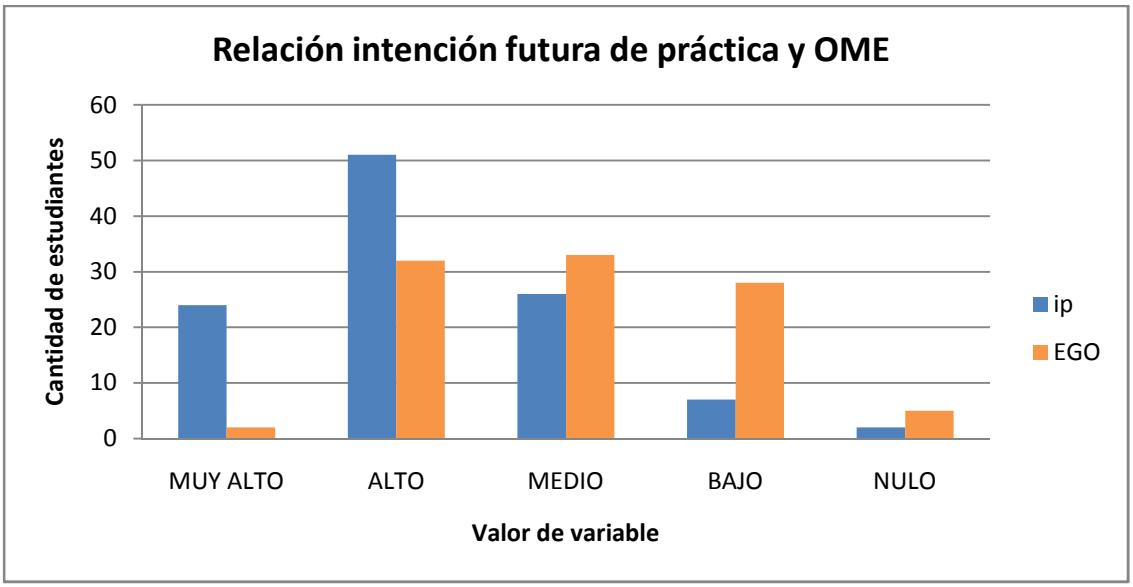


	1	2	3	4	5
IP MUJERES	1	3	14	26	11
IP VARONES	1	4	12	25	13
TAREA MUJERES	1	0	10	34	5
TAREA VARONES	0	0	8	33	9

Aquí corroboré que el valor número 4, es decir el nivel alto, fue el más manifestado por todos/as los/as alumnos/as para ambas variables, que son la intención futura para realizar alguna actividad físico-deportiva y la orientacion motivacional hacia la tarea. En la primera 26 mujeres y 25 varones y en la segunda 34 chicas y 33 chicos. El nivel muy alto11 chicas y 13 chicos llegaron a ese valor en la intención futura de práctica; y 5 mujeres y 9 varones lo revelaron en la orientación motivacional a la tarea.También en el nivel medio, en la orientación motivacional a la tarea 10 chicas y 8 chicos lo presentaron; y 14 mujeres y 12 varones en la intención de práctica; siendo la misma diferencia para ambas variables, en ambos sexo y en el mismo valor. Para el valor bajo se monstró que nadie lo obtuvo en ambos sexos para la variable orientación motivacional a la tarea y para el mismo valor en la variable intención futura fueron 3 chicas y 4 chicos quienes lo manifestaron. Por último, se adjudicó nulo en el nivel de orientación motivacional a la tarea en ninguno de los varones, y el nulo en intención futura de práctica en ambos sexos y en la orientación motivacional a la tarea en las mujeres sólo uno/a en cada categoría dijo terner.

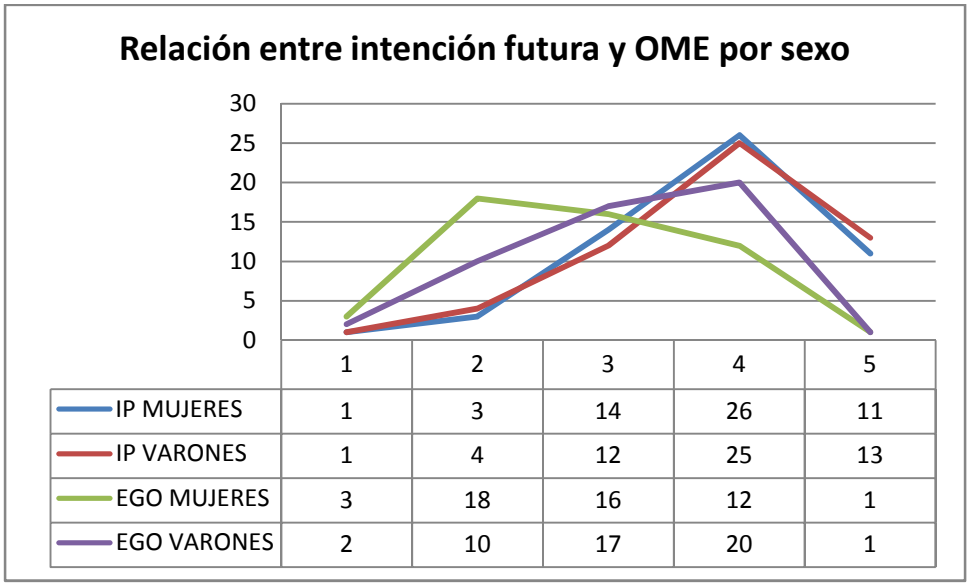
Relación entre la variable nivel de intención futura para realizar actividad físico-deportiva y la variable nivel de orientación motivacional hacia el ego

ESTUDIANTES	IP	EGO
MUY ALTO	24	2
ALTO	51	32
MEDIO	26	33
BAJO	7	28
NULO	2	5



La anterior tabla y su respectivo gráfico anunció que el nivel alto de la inteción futura de práctica fue de 51 estudiantes, mientras que en el mismo nivel pero de la orientación motivacional al ego fue de 32 estudiantes. El valor 5, que es el nivel muy alto, en la variable de orientación motivacional hacia el ego sólo 2 estudiantes lo revelaron, y en la otra variable 24 estudiantes lo manifestaron, mostrando aquí una gran diferencia. En el nivel medio, más estudiantes (33) lo obtuvieron en la variable orientación motivacional hacia el ego que en la variable inteción de práctica futura de actividad fisico- deportiva (26). Se presenta una marcada diferencia en el nivel bajo de ambas variables, 33 estudiantes lo mostraron en la

orientación motivacional hacia el ego y tan sólo 7 en la intención de práctica futura. Y en el último valor (1) que es el nulo 2 estudiantes lo presentaron en la intención de práctica futura y 5 estudiantes en la orientación motivacional hacia el ego.

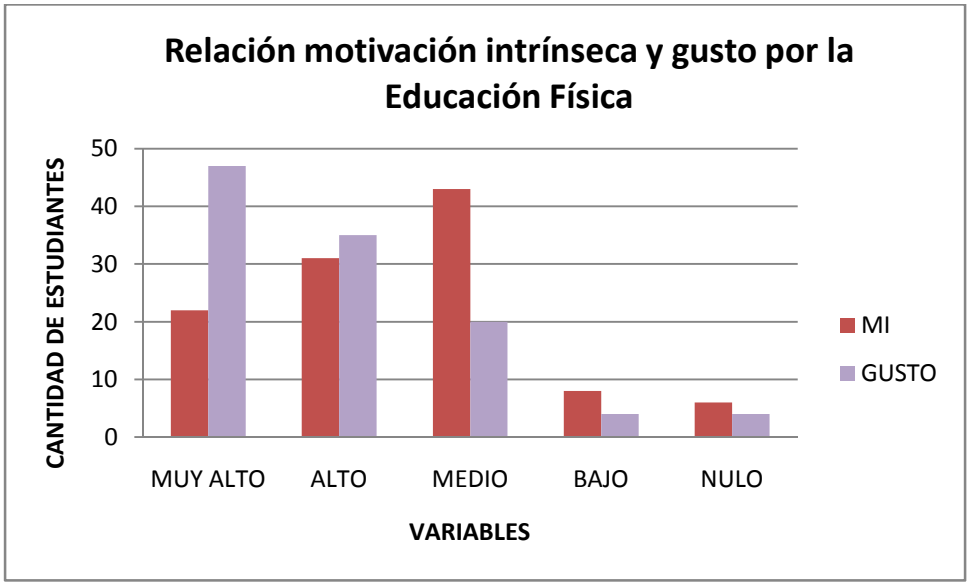


	1	2	3	4	5
IP MUJERES	1	3	14	26	11
IP VARONES	1	4	12	25	13
EGO MUJERES	3	18	16	12	1
EGO VARONES	2	10	17	20	1

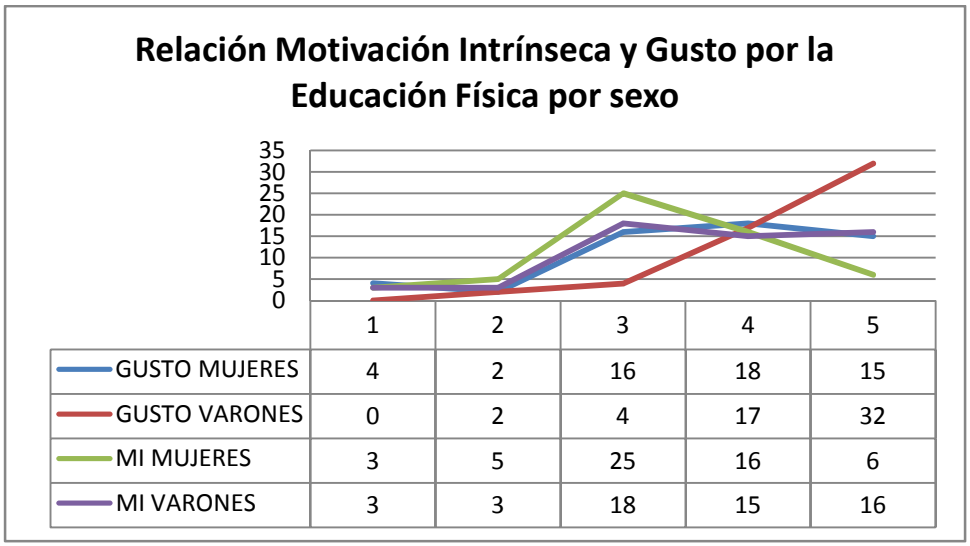
En este gráfico podemos afirmar que con respecto a la variable nivel de intención futura para realizar actividad físico-deportiva luego de culminar el colegio, el mayor nivel obtenido por las chicas (26) y por los chicos (25) fue el número 4, que corresponde a un nivel alto. En cambio en la variable nivel de orientación motivacional hacia el ego , 12 mujeres y 20 varones manifestaron dicho valor. En el nivel medio la variable nivel de orientación hacia el ego en ambos sexos hubo una mínima de diferencia (chicas 16/ chicos 17) como tambien para el mismo valor en la variable intención futura de práctica (mujeres 14/ varones 12). En el valor nulo en la intención de práctica futura en ambos sexos sólo se registró un/a solo/a estudiante y en el mismo valor para la orientación motivacional hacia el ego sólo 3 mujeres y 2 varones lo mostraron. El nivel bajo hubo una gran cantidad en la orientación motivacional hacia el ego en ambos sexos (mujeres 18/ varones 10) y muchos menos en la cantidad de la intención de práctica (3 mujeres/4 varones). Para concluir el nivel muy alto en la orientación motivacional hacia el ego en ambos sexo fue solo de un/a estudiante en cada sexo y en la intención de práctica futura fue de 11 mujeres y 13 varones.

Relación entre la variable gusto por la educación física y la variable nivel de motivación intrínseca

ESTUDIANTES	MI	GUSTO
MUY ALTO	22	47
ALTO	31	35
MEDIO	43	20
BAJO	8	4
NULO	6	4



Al observar este gráfico podemos decir que 43estudiantes manifestaron un valor medio en la variable nivel de motivación intrínseca y 20 en la variable gusto por la educación física. En el nivel alto 31 estudiantes en la variable motivación intrínseca y 35 en la variable gusto por la educación física. En el nivel muy alto 22estudiantes para la primer variable y 47 para la segunda. También 8 manifestaron un valor bajo en la variable motivación intrínseca y 4 para la variable gusto por la educación física, por último 6estudantes manifestaron un valor nulo en la variable motivación intrínseca y 4 en la variable gusto por la educación física.

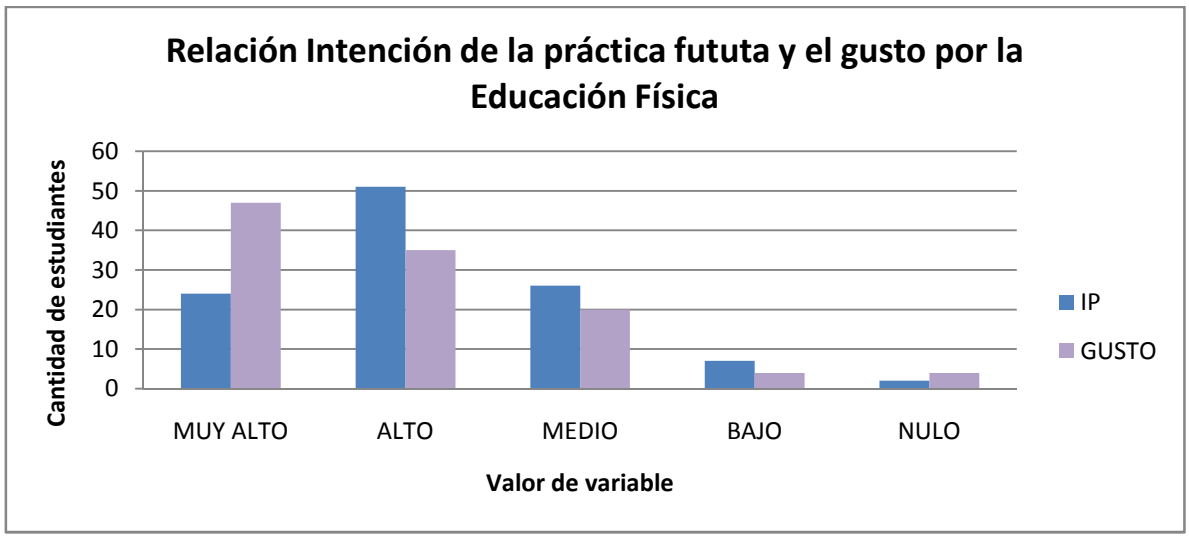


	1	2	3	4	5
GUSTO MUJERES	4	2	16	18	15
GUSTO VARONES	0	2	4	17	32
MI MUJERES	3	5	25	16	6
MI VARONES	3	3	18	15	16

En el anteriorgráfico se presenta que la variable motivación intrínseca obtuvo un nivel medio, por 25 mujeres y 18 varones, en cambio la variable gusto por la educación física, dicho nivel fue manifestado por 16 mujeres y 4 varones. El nivel alto fue manifestado por 18 chicas y 17 chicos en la variable gusto por la educación física, la variable motivación intrínseca fue manifestada por 16mujeres y 15varones. En el nivel muy alto 15 mujeres y 32 varones en la variable gusto por la educación física y 6 chicas y 16 chicos en la variable motivación intrínseca. En el nivel bajo, la variable motivación intrínseca fue manifestada por 5 chicas y 3chicos, en la variable gusto por la educación física para ambos sexos fue de 2 estudiantes. En el nivel nulo en en la motivación intrínseca en ambos sexos reveló solo 3 estudiantes respectivamente, y en el gusto por la Educación Física 4 fueron las mujeres y ningún varón.

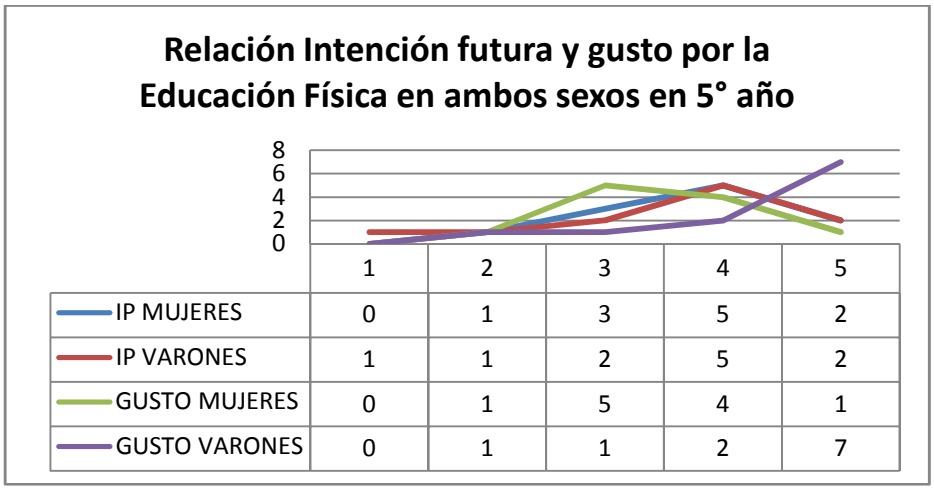
Relación entre la variable gusto por la educación física y la variable nivel de intención futura para realizar actividad físico-deportiva

ESTUDIANTES	IP	GUSTO
MUY ALTO	24	47
ALTO	51	35
MEDIO	26	20
BAJO	7	4
NULO	2	4



Como se observa en el gráfico, para el valor alto en la intención futura de práctica se presentaron 51 estudiantes y para la variable gusto por la Educación Física 35 estudiantes. En el valor muy alto hay una notada diferencia como en el anterior valor, 24 estudiantes para la intención de práctica y 47 para el gusto por la Educación Física. En el medio, reveló 20 estudiantes en la variable gusto y 26 en la intención de práctica futura. En el bajo 4 y 7 estudiantes respectivamente y en el bajo 4 y 2 estudiantes.

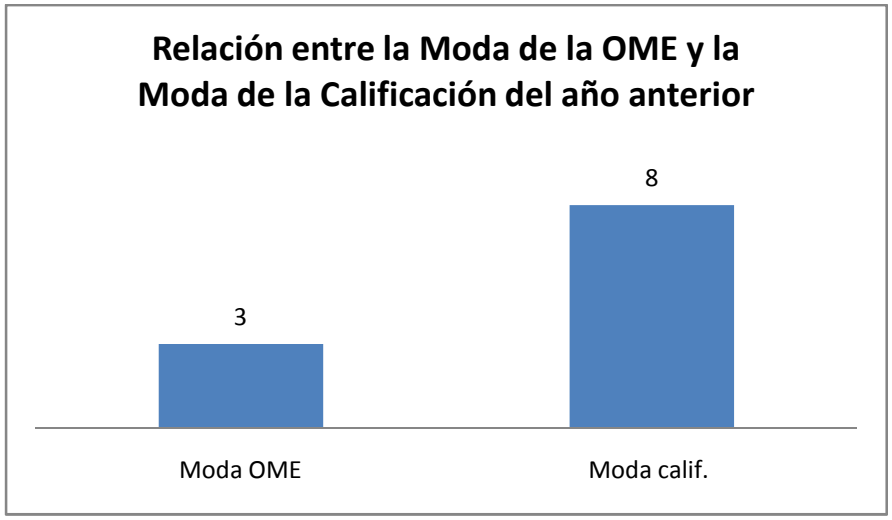
Relación entre la variable gusto por la educación física y la variable nivel de intención futura para realizar actividad físico-deportiva en los estudiantes de 5° año



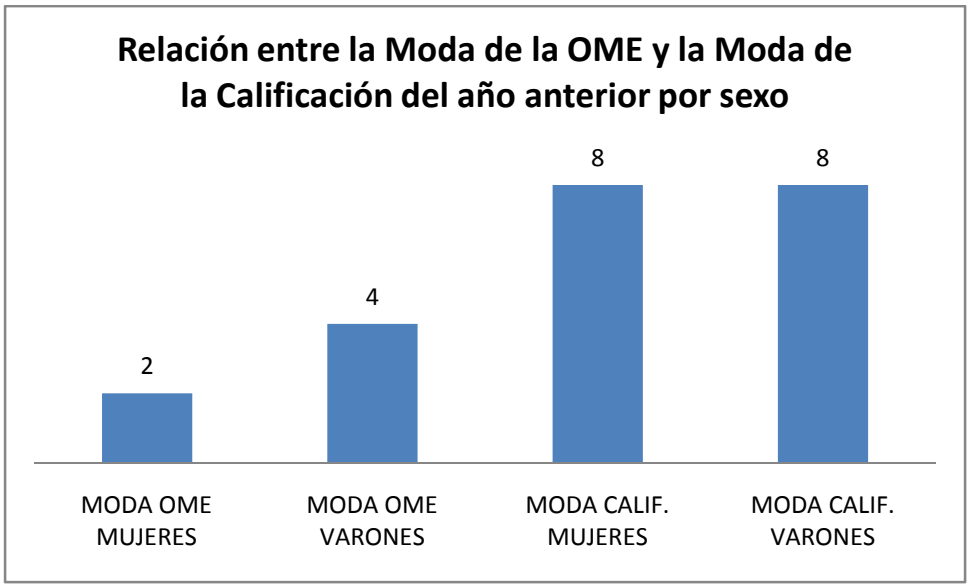
	1	2	3	4	5
IP MUJERES	0	1	3	5	2
IP VARONES	1	1	2	5	2
GUSTO MUJERES	0	1	5	4	1
GUSTO VARONES	0	1	1	2	7

Este gráfico marca que en la variable gusto por la educación física 5 chicas y sólo un chico de 5° año obtuvieron el nivel medio, en el mismo nivel pero en la variable intención de práctica futura de actividades físico- deportivas lo mostraron 3 mujeres y 2 varones. En el valor nulo no se encontró ningún estudiante en ninguna de las dos variables, sólo un varón en la variable intención futura. En el valor bajo de ambas variables y ambos sexos solo un/a estudiante lo reveló. El valor dónde presentaron más estudiantes en ambas variables fue el alto, donde la intención futura de práctica lo mostraron 5 estudiantes de ambos sexos, en el gusto por la educación física se encontraron 4 chicas y sólo 2 chicos. Dónde aparecen más varones es en el gusto muy alto por la educación física con 7 chicos y pero en el sector femenino sólo una chica lo demostró. En la intención muy alta de futura práctica en ambos sexos se encontraron 2 estudiantes.

Relación entre la variable calificación en educación física en el curso anterior y la variable orientación motivacional hacia el ego



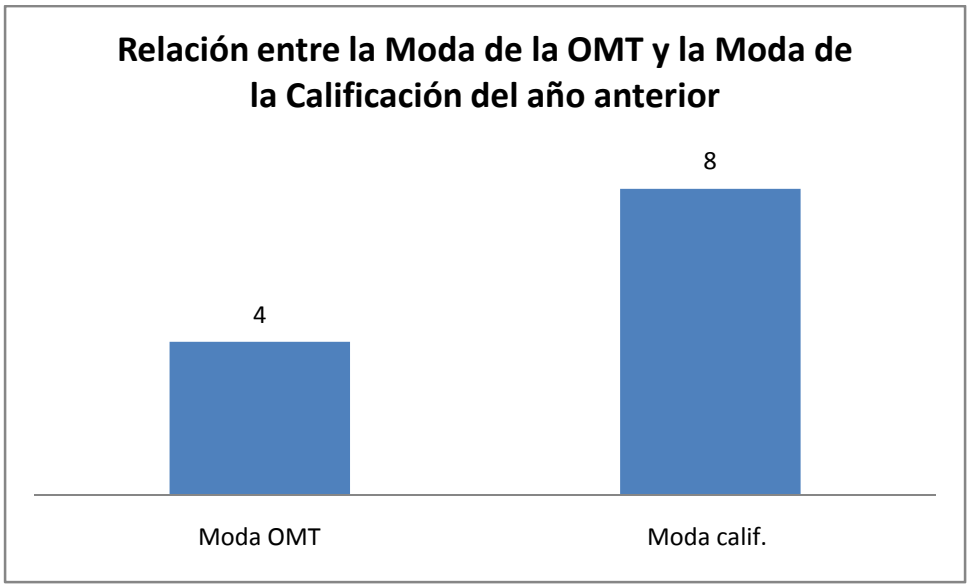
Como muestra el gráfico la moda en la calificación en el curso anterior de la muestra en general fue de 8, es decir que equivale a un nivel alto; en cambio la moda de la orientación motivacional hacia el ego presento un valor de 3, es decir un nivel medio.

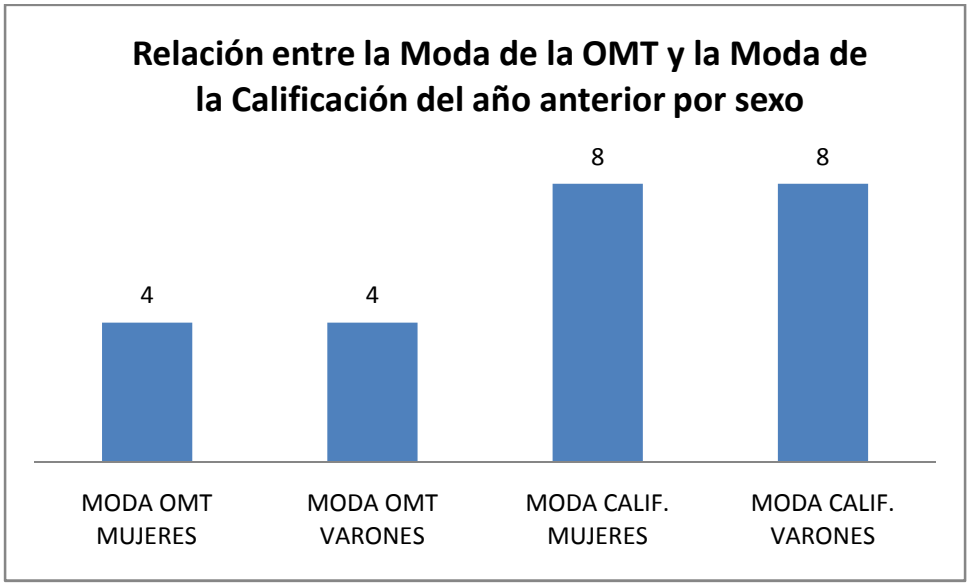


Este gráfico reveló que la moda manifestada en la variable orientación motivacional hacia el ego en las mujeres da un 2 siendo este un nivel bajo y en los varones da un 4 siendo un nivel alto. La moda en general y en ambos sexos, en la variable calificación en el curso anterior fue de 8 (ocho), considerada como una nota alta.

Relación entre la variable calificación en educación física en el curso anterior y la variable orientación motivacional hacia la tarea

En el siguiente gráfico se presentó que la moda en la calificación en el curso anterior de la muestra en genreal fue de 8, que equivale a un nivel alto, lo mismo pasó con la moda en la variable nivel de orientación motivacional hacia a la tarea ya que está se comportó dentro del nivel alto en los/asestudiantes de la muestra.





En los anteriores gráficos se muestra que la moda en general de la orientación motivacional hacia la tarea manifestó un nivel alto (4) como tambien en la moda de la calificación del año anterior (8). Los mismos valores se observa en la relación de las dos modas por sexo.

3.2.Análisis e interpretación de los datos

Aquí explicitaré el análisis y la interpretación en base de a los resutados obtenidos de las variables de base y las complejas, como así las relaciones realizadas entre ellas.

Los varones y las mujeres que participaron en esta investigación exhibieron valor bajo en las variables donde se analizan los días que realizan alguna actividad física. En este punto habría que reflexionar críticamente nuestra práctica. Para acompañarlos/as en su motivación intrínsecay que en un futuro puedan tener el deseo de comenzar alguna actividad físico- deportiva. Como aporta Pedráz (2013) la enseñanza de la práctica físico-deportiva debe acompañar a los/as adolescentes en la identificación según sus aptitudes, habilidades, conocimientos, sus actividades preferidas, y la finalidad que tienen para ellos/as el incorporar una práctica, en el entorno social, sostenida en el tiempo.

La relación que establezco entre la variable nivel de orientación motivacional hacia el ego y la variable calificación en educación física en el curso anterior, muestra que los resultados obtenidos de manera general y en ambos sexos fue de una moda en la calificación de 8 (ocho). Considero esta nota como un nivel relativamente alto. Entonces puedo afirmar que los/as estudiantes no sienten la calificación como estimulante para realizar actividad física, ya que de lo contrario el nivel de la variable orientación hacia el ego, debería ser más alto. Entonces encuentro una relación significativa con los niveles medio, alto y muy alto de orientación a la tarea que suman un 99%.

La relación que realicé entre la variable nivel de orientación motivacional hacia la tarea y la variable calificación en educación física en el curso anteriorarrojó una moda general en ambos sexos de un valor 4. Es decir un nivel alto en la primer variable y en la segunda fue de una calificación de 8 (ocho). Considero que los/as estudiantes valoran el esfuerzo ante la práctica de alguna actividad, cuando

aprenden una habilidad nueva, algo que antes no podían hacer, cuando trabajan mucho, cuando algo hace que quieran seguir aprendiendo, cuando sacan lo mejor de sí mismos/as. Entonces encuentro una relación significativa con los niveles medio, alto y muy alto de orientación a la tarea que suman un 99%.

Encontré que los/as estudiantes de la escuela secundaria elegida para esta investigación, manifiestan en mayor porcentaje orientación a la tarea que al ego, ya que del total un 33% se determina por un nivel medio de orientación motivacional al ego y un 67% se caraceriza por un nivel alto de orientación motivacional a la tarea. En el análisis de Duda (1995) donde cita a Nicholls (1984, 1989) propone que las perspectivas de meta son ortogonales y están en relación a cómo un individuo construye su nivel de competencia en una situacion particular (Duda, 1995: 87). Todo va a depender, si se orienta a una mayor o menor implicacia en la tarea o en el ego, las demandas del ambiente social. Esto muestra que los/as estudiantes no perciben al ambiente dónde están inmersos/as como un entorno orientado al ego dónde sólo se juzgua la habilidad en función de la comparación social y el éxito sólo se considere cuando se es mejor que el/la otro/a (nicholls, 1984), pero no puedo dejar de resaltar que ese entorno es la escuela como institución que responde a la cultura dominante, dónde el éxito está definido por los resultados obtenidos lo cual podría influir negativamente en los/as estudiantes. Esto coincide con Ames y Archer (1988) y Nicholls (1989) citados por Duda (1995) quienes se refieren que lo ambientes que dan lugar a un énfasis en el proceso de aprendizaje, la participación, el dominio de la destreza individual y/o la resolución de problemas tiende a evocar una implicación a la tarea, por eso pueden ser las situaciones consideradas mayor o menor implicadas en la tarea dependiendo de las demandas del ambiente social.

Al ser un alto porcentaje los que obtuve en los niveles medio, alto y muy alto (99%) de orientación motivacional a la tarea puedo resaltar, siguiendo a García Calvo (2004), que los propósitos hacia la tarea son más intrínsecos y sociales que

los que se orientan al ego. Esto deja en evidencia la relación positiva con los niveles medio, alto y muy alto de la motivación intrínseca que fue de un 88%.

Los porcentajes de la suma de los niveles medio, alo y muy alto de la motivación intrínseca (88%), de la orientación motivacional a la tarea (99%) y de la orientación motivacional al ego (67%) van en concordancia con el pensamiento de Dweck (1986 en Duda, 1995:101) quien afirma que los individuso que estacan las metas de ejecución están interesados, en primer lugar, en el logro y la demostración de superioridad y que centrarse en las metas de ejecución conlleva un decrecimiento en el interés intrínseco por una actividad determinada y un menor divertimento al trabajar en la propia tarea. En concordancia con lo anterior Duda, Chi y Newton (1990 en Duda, 1995) hechan luz en los resultados que obtuve diciendo que la tarea está relacionada con los marcadores de la diversión, el esfuerzo y la motivación intrínseca compuesta y la orientación yoica una relación inversamente significativa. Para concluir puedo decir que la orientación motivacional que estructuran la clase de Educación Física devienen de los objetivos e intereses de los/as estudiantes en el proceso de aprendizaje que vienen determinados por la manera que juzgan su nivel de competencia y definen su éxito en las situaciones de logro.

Coincido con Peiró Velert y Sanchis Gimeno (2004) sobre las diferencias que existen por sexo. Observé en esta investigación que los estudiantes comparándolos con las estudiantes mostraron una mayor orientación al ego con un 40% y las mujeres un 24% del total de la muestra.

Encontré un varón de 2° año (línea 35.Ver 4.9.: Anexo 9: Datos Excel general) que si bien tiene un gusto alto por la Educación Física, no realiza actividades donde llegue a sudar por fuera de las clases de educación física de la escuela, su motivación intrínseca e intención de futura práctica física- deportiva es media, su orientación motivacional al ego es nula, es muy alta su motivación hacia la tarea y su nivel de flow sea bajo,puedo afirmar tal como relata Cervelló (1999) la

orientación es a la tarea donde el juicio de habilidad se basa en el dominio de la tarea que se está desempeñando, sin considerar la comparación social como fuente de competencia. Claramente su esfuerzo tiene como fin el desarrollo personal y no la comparación con los/as otros/as ya que su orientación al ego es nulo. Como mencioné en el marco teórico la orientación al ego y a la tarea serán el resultado de las experiencias se socialización de la infancia de factores disposicionales, sociales y contextuales (García Calvo, 2004:7). Quizá termine realizando alguna actividad física luego de pasar por la escuela si es debidamente motivado por sus docentes.

Localicé un estudiante de 5° año (línea 35. Ver 4.9.: Anexo 9: Datos Excel general) dónde todas las variables sus valores varían de alto a muy alto y esto lo refleja su calificación en Educación Física en el curso anterior que era un 10. Cabe aclarar que no he encontrado los mismos valores en mujeres. Entiendo que sería como ideal un/a estudiante así para la teoría tradicional de la Educación Física, pero como pude observar en la muestra total de 110 estudiantes son menos del 3% los que corresponden a estos valores, entonces, de acá saldrían varias preguntas: ¿a quienes estamos acompañando en el aprendizaje?, ¿a todos/as?, ¿a unos/as pocos/as?, ¿pensamos realmente críticamente nuestras prácticas?

Los niveles medio, alto y muy alto de la intención futura para realizar actividad físico-deportiva suman 92% y la sumatoria de los mismos niveles de estado de flow resultó en un 95%. El término Flow ha sido instalado por Csikszentmihalyi (1990: 99) como “un estado en el que la persona se encuentra completamente absorta en una actividad para su propio placer y disfrute, durante la cual el tiempo vuela y las acciones, pensamientos y movimientos se suceden unas a otras sin pausa”. Esta experiencia óptima que se refiere a un autocontrol personal y saberse dueños/as de su propio destino hace que las personas decidan qué acciones llevar a cabo determinando el sentido de la vida. Esto refleja que cuando los/as estudiantes están inmersos en una actividad físico- deportiva puede lograr incitarlos/as a que continúen con esa experiencia satisfactoria en el futuro.

A las sumatorias de los niveles anteriormente mencionados, resalto la suma de la motivación intrínseca que fue de 88%, resaltando la relación positiva que existe entre estas variables adhiero a Moreno, Moreno y Cervelló (2007) que explican que la competencia percibida, es el factor primordial de la intencionalidad de ser físicamente activo, ya que en el estado de flow se valor entre sus indicadores el sentimiento de control, una experiencia con un fin en sí misma, la claridad de los objetivos, la concentración sobre la tarea que se está realizando, el feedback claro y sin imprecisiones, la pérdida de cohibición y la combinación entre la acción y el pensamiento.

Siguiendo con las relaciones, viendo la variable nivel de orientación motivacional hacia la tarea con la variable calificación en educación física en el curso anterior, dónde en la muestra total en ambas cuotas de sexo revelaron un valor alto. A partir de estos resultados coincido con Cervelló (1999) dónde los/as estudiantes se concentran en lo que están haciendo sin considerar la comparación social como fuente de competencia. El éxito deportivo a través del esfuerzo, tiene como fin la formación y desarrollo personal.

Para continuar establecí relación entre la variable nivel de orientación motivacional hacia el ego y la variable calificación en educación física en el curso anterior. Puedo afirmar que entre las mujeres la moda en la primer variable fue de un nivel bajo y en la segunda un nivel alto, por esto entiendo que no registren la calificación como apremiante para realizar actividad física, ya que de lo contrario el nivel de la variable orientación hacia el ego, debería ser más alto. No pasó lo mismo en los varones ya que las dos variables manifestaron un nivel alto. Quizá el sentimiento de competencia en los varones esté mas latente.

Por último, la relación que construí entre la variable nivel de motivación intrínseca y la variable gusto por la Educación Física observé que la primera dió una moda en ambos sexos de 3 que sería un nivel medio y en el gusto obtuvo una moda

general de nivel muy alto siendo la misma para los varones y siendo alto para las mujeres. Con estas cifras que presenté, puedo manifestar que a pesar de que les gusta la Educación Física no se sienten o no son lo suficientemente motivacionados/as en dichas clases. Esto se puede deber a los perfiles docentes que se encontraron estos/as estudiantes a lo largo de su recorrido desde el inicio de su escolaridad. Como me explayé en el marco teórico, existen dos polos opuestos entre los/as docentes, por un lado se observa a docentes que presiguen una teoría tradicional, quienes se niegan al cambio y que educan a un cuerpo productivo embanderandoce en la cultura dominante; y por el otro polo encontramos al/la docente con una visión alternativa y crítica los/las cuales se interesan por educar personas para la vida.

Estos resultados los compatibilizo con Moreno, Morenoy Cervelló (2007), cuando acentúan los resultados de su investigación en la importancia de la práctica físico-deportiva en sujetos de todas las edades (Pate y cols, 1996). Han revelado que el auto concepto físico es el resultado de las interacciones sociales y personales en el medio por lo que su configuración está influída por los núcleos sociales de las personas. También Pate, Baranowski, Dowda y Trost (1996:261) sostienen que la importancia de la práctica físico-deportiva está en el desarrollo humano, a fin de que los/as niños/as, desde edades muy tempranas, adquieran hábitos saludables para la vida que se prolonguen en el tiempo, de este modo, se previenen enfermedades que afectan lo físico, como la obesidad.

3.3.Conclusiones y sugerencias

Para finalizar este trabajo de investigación expondré los principales resultados presentando las conclusiones a continuación.

Partiendo de los objetivos que me propuse en esta investigación, los principales resultados obtenidos son los siguientes:

Con respecto a la experimentación del flow de los/as 110 estudiantes de la muestra mostraron un nivel alto. Siendo para la cuota de varones un nivel alto y para las mujeres medio. No hubo variaciones con respecto a los años de estudio.

La motivación intrínseca en general, fue de un nivel medio, como así también para las cuotas de mujeres y la de varones. Cabe destacar que se apreció un nivel alto de motivación intrínseca en las mujeres de primer año la cual fue media en los años sucesivos.

El nivel alcanzado de los/as 110 estudiantes en la intención futura de práctica física- deportiva fue alto. El mismo nivel también correspondió para los varones y para las mujeres.

El nivel de orientación motivacional hacia el ego que identifiqué, en la muestra total de estudiantes, fue medio. En esta variable sí hubo marcadas diferencias entre ambas cuotas, en los varones se presentó un nivel alto y en las mujeres bajo.

Los/as 110 estudiantes manifestaron un nivel alto en relación a la orientación motivacional a la tarea, como así también para ambas cuotas.

Los datos obtenidos en esta investigación dan validez y apoyo real a la hipótesis que formulé como posible respuesta al problema de esta investigación, ya que obtuve los niveles esperados.

Concluyo que:

- A mayor nivel de experimentación de la motivación intrínseca (88%), mayor nivel de intención de ser físicamente activos/as (92%) de los/as estudiantes de Educación Física de una escuela secundaria de gestión privada de la Ciudad de Buenos Aires. Las dos variables obtuvieron niveles altos, esto da cuenta que la diversión, la entrega, el compromiso y el disfrute al aprender

nuevas habilidades y/o vivenciar nuevas experiencias se corresponde positivamente con la práctica futura de actividades físico- deportivas

- A mayor nivel de experimentación del flow (95%), mayor nivel de intención de ser físicamente activos/as (92%) de los/as estudiantes de Educación Física de una escuela secundaria de gestión privada de la Ciudad de Buenos Aires. Las dimensiones de esta variable que resultaron con niveles más altos como ser el equilibrio entre habilidad y reto donde los/as estudiantes perciben que sus habilidades les permiten realizar las actividades propuestas, la claridad en los objetivos que les otorgan gran seguridad en las metas planteadas y la experiencia autotélica se relacionan positivamente con la intención de la practica futura de actividades físico-deportivas.
- A mayor nivel de orientación motivacional a la tarea (99%), mayor nivel de intención de ser físicamente activos/as (92%) de los/as estudiantes de Educación Física de una escuela secundaria de gestión privada de la Ciudad de Buenos Aires. El deseo de mejorar y sacar lo mejor de cada uno/a se relaciona positivamente con la intención de continuar, en el futuro, con prácticas físico- deportivas
- A menor nivel de orientación motivacional ego (67%), mayor nivel de intención de ser físicamente activos/as (92%) de los/as estudiantes de Educación Física de una escuela secundaria de gestión privada de la Ciudad de Buenos Aires.La intención motivacional al ego, la comparación social, el querer ser mejor que el/la otro/a ni la calificación, no parece influir en la intención de ser físicamente activos/as en un futuro.

Los resultados obtenidos en la variable que analiza los días que realizan alguna actividad física mostraron niveles bajos, esto es un punto de inflexión para los/as docentes de educación física. Deberíamos indagar la razónde esta situación y abarcarlo para que los/as estudiantes encuentren sus intereses y habilidades, ideando clases donde el contenido sea significante para ellos/as, donde todos

participen en dicha construcción, logrando que se les despierte el deseo de practicar alguna actividad físico- deportiva que se prolongue en el tiempo.

Para concluir, sugiero dos posteriores análisis a esta investigación. Por un lado el seguimiento de los/as estudiantes que concluyen sus estudios de bachillerato para poder comprender más ampliamente cómo actúa la variable intención de ser físicamente activo/a en ese momento.

Y por otro lado, invitar a los/as docentes de estos/as estudiantes a una investigación. Donde se obtengan datos sobre qué orientación motivacional predomina en ellos/as y en sus planificaciones, cuál es el nivel de estado de flow y cómo se comporta su motivación intrínseca para poder confeccionar correlaciones con esta investigación que pueda arrojar datos más acabados y completos, al integrarse con los obtenidos en ésta y pueda resultar un insumo valioso para futuras modificaciones en lo que respecta a políticas educativas y públicas como así también en los programas de los profesorados de Educación Física.

Esto último me parece de suma importancia para que los/as docentes y futuros/as adopten una mirada crítica e integradora sobre su práctica dejando de lado estereotipos hegemónicos que sólo llevan a experiencias negativas como la comparación con el/la otro/a, que ser el/la mejor es igual a éxito o el no interés por parte de los/as docentes de sus estudiantes. Esto puede generar el abandono de las actividades físico- deportivas en los/as adolescentes.

3.4.Discusión

Durante el proceso de investigación surgieron algunas dificultades que se detallan a continuación en pos de tenerlas en cuenta para futuras investigaciones.

Sobre los objetivos, puedo decir que los fui modificando mientras iba avanzando en el informe. Siempre tuve en cuenta que debían ser puntos que puedan cumplirse, además de ser precisos y claros.

La realización conjunta de la matriz de datos, con la profesora Valeria Gómez y los/as compañeros/as de la cátedra, al principio fue dificultosa alargándose en el tiempo pero puedo concluir que fue necesario todo el debate en la construcción y

luego la reconstrucción, ya que el cuestionario fue acercado por la profesora junto a Coterón y no confeccionado por nosotros/as.

Fue primordial realizar el pilotaje, ya que pude acceder a ciertas dificultades que pudiera surgir a la hora de la toma de la muestra total. Es fundamental que a en el momento de la reunión con las autoridades de la institución se pueda acordar qué lugar de la escuela va a estar disponible para la administración de los cuestionarios. Esto es una gran dificultad que tuve en el pilotaje pudiendo ser resuelta a la hora de la administración al total de los/as estudiantes. Esto se puede observar en el 4.6: Anexo 6: Información sobre el pilotaje. Otra dificultad fue la no comprensión de ciertos términos que se encontraban en el cuestionario. Para ello confeccionamos un glosario en conjunto con el equipo de investigación y la profesora poniéndonos de acuerdo en las definiciones de las palabras que los/as estudiantes tenían duda. Dicho apartado se encuentra en el apartado de los anexos, 4.3.: Anexo 3: Glosario.

Del instrumento de recolección puedo resaltar algunas cuestiones para que se tengan en cuenta en una futura revisión:

- El término género, si bien desde el equipo de investigación durante el proceso decidimos modificarlo por sexo, aparece en el cuestionario. Desde el año 2012 que obtuvo vigor de Ley en la Argentina, se establece el Derecho a la Identidad de Género siendo ese término subjetivo ya que existe más géneros que hombre y mujer, entendiendo como identidad de género la vivencia interna e individual de cada individuo. Por ende desde una posición crítica que tiende a la inclusión sugiera que se modifique ese término.
- Hay cuatro ítems en el cuestionario que son muy similares entre sí, en lo que respecta a lo temporal. Si bien se pueden diferenciarse mínimamente, se tornan repetitivos. Estos son: “El tiempo parece alterarse (pasa más lento o más rápido)”, “El paso del tiempo parece ser diferente al normal”, “Siento cómo el tiempo pasa rápidamente” y “Pierdo la noción normal del tiempo”. Propongo que se puedan unir en un solo ítem.

- En la afirmación: “Participo en esta clase de Educación Física…” se tendría que agregar otras posibles respuestas como ser: “Porque quiero aprobar la materia” y “Porque debo aprobar la materia”.
- Por último en la hoja que se agregó al momento de la toma de la muestra total tiene un ítem que dice: “Yo siento que tengo más éxito en las clases de Educación Física…” y como respuesta aparece “Cuando trabajo mucho”. El término trabajo se asocia cuando uno/a recibe una remuneración a cambio por esa actividad que se realiza. Estamos muy acostumbrados/as a qué a cualquier actividad escolar se le otorgue esa palabra y sobre todo en el nivel inicial, muchas veces los/as docentes llaman “trabajitos” a los dibujos que los/as niños/as realizan. Desde una mirada educativa crítica debemos tener cuidado con las palabras que tenemos incorporadas ya que a veces no son las adecuadas y poder reconstruir nuestro discurso acorde a prácticas pedagógicas innovadoras y no replicar mandatos hegemónicos sin cuestionarlos.

Con respecto al plan de actividades en contexto, tuve que ir modificándolo a medida iba avanzando y realizando correcciones en los apartados anteriores a la prueba piloto por ejemplo. Esto hizo que realizara esta prueba casi a llegando a la finalización del año escolar, donde se superponía con el momento de los exámenes de los/as estudiantes. A partir de ello, realicé la toma de la muestra total al ciclo lectivo siguiente. Este punto hay que tenerlo muy en cuenta para no interponerse con el normal funcionamiento de la institución y poder realizar la investigación en el tiempo esperado.

Los índices sumatorios fueron construidos por el grupo de investigación, fue sumamente importante los acuerdos que se iban realizando en este aspecto, para que no se realice de manera subjetiva por cada investigador/a dónde pueda variar algún puntaje que modifique los resultados obtenidos.

4. Anexos

4.1.: Anexo 1: Carta de presentación a la institución.

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

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 a Universidad del Quindío (Bogotá, Colombia). El objetivo de dicho proyecto es conocer los perfiles motivacionales de los/as 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/as 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/as participantes y se utilizarán únicamente para el estudio. Tras la finalización del mismo, y como contraprestación a su colaboración, les facilitaríamos un informe de los principales hallazgos encontrados en relación a sus estudiantes. Esta información puede ser una ayuda complementaria para mejorar la calidad de sus clases de educación física.

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

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

Mag. Valeria Gómez

Coordinadora del área de Investigación
Facultad de Actividad Física y Deporte

Firmo en conformidad:

SUSANA R. BINELLO

4.2.: Anexo 2: Modelo cuestionario pilotaje

MOTIVACIÓN EN EDUCACIÓN FÍSICA (Argentina-2015)

Marcar con una X en el recuadro BIEN ☒ MAL ☒ ◯ ●

Género Hombre ☐ Mujer ☐

Edad 10 ☐ 11 ☐ 12 ☐ 13 ☐ 14 ☐ 15 ☐ 16 ☐ 17 ☐ 18 ☐ 19 ☐

Colegio Público ☐ Privado ☐

Año 1º ☐ 2º ☐ 3º ☐ 4º ☐ 5º ☐ 6ª ☐

¿Cursas el bachilerato con orientación en educación física? ☐ Sí ☐ No

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

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

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

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

Ejercicio extenuante (el corazón late rápidamente). Por ejemplo jugando al fútbol, al squash, al básquet, haciendo judo, natación fuerte, ciclismo fuerte de larga distancia.	0 ☐	1 ☐	2 ☐	3 ☐	4 ☐	5 ☐	6 ☐	7 ☐
Ejercicio moderado (no agotador). Por ejemplo caminar rápido, ciclismo lento, voleibol, natación fácil, baile popular y folclórico.	0 ☐	1 ☐	2 ☐	3 ☐	4 ☐	5 ☐	6 ☐	7 ☐
Ejercicio suave (esfuerzo mínimo). Por ejemplo yoga, tiro con arco, pesca, bolos, golf, caminar fácil.	0 ☐	1 ☐	2 ☐	3 ☐	4 ☐	5 ☐	6 ☐	7 ☐

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

Nunca/raramente ☐ A veces ☐ A menudo ☐

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

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

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

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

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

Participo en esta clase de Educación Física...	1	2	3	4	5
Porque la Educación Física es divertida	☐	☐	☐	☐	☐
Porque disfruto aprendiendo nuevas habilidades	☐	☐	☐	☐	☐
Porque la Educación Física es estimulante	☐	☐	☐	☐	☐
Por la satisfacción que siento mientras aprendo nuevas habilidades/técnicas	☐	☐	☐	☐	☐

Respecto a tu intención de practicar alguna actividad físico-deportiva...	1	2	3	4	5
Me interesa el desarrollo de mi forma física	☐	☐	☐	☐	☐
Al margen de las clases de Educación Física, me gusta practicar deporte	☐	☐	☐	☐	☐
Después de terminar el colegio quisiera formar parte de un club deportivo de entrenamiento	☐	☐	☐	☐	☐
Después de terminar el colegio me gustaría mantenerme físicamente activo/a	☐	☐	☐	☐	☐
Habitualmente practico deporte en mi tiempo libre	☐	☐	☐	☐	☐

4.3.: Anexo 3: Glosario construido por el equipo de investigación

.**Glosario**

Las palabras que generaron dudas en los/as 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 los/as 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 haces 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 practicas algún deporte o actividad física que te resultacompletamente 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 podes 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 alterase¨.

- 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 ITEM, 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 utilicemos para responder otras preguntas en la parte del cuestionario que refieren a la autoestima, o como explicación para la pregunta anterior ("me siento una persona tan valiosa como las otras")

- Fracaso:

Definición:

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

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

Cuando 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 tenes 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.

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

Ítem:

“En las clases de Educación Física… “Realizo los ejercicios eficazmente” – página 4

- Estimulante:

Definición:

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

Definición coloquial:

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

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

Ejemplo:

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

Ítem:

“Participo de la clase de educación física… porque la educación física es estimulante”)– página 4

“Mi forma física”:

Definición:

Propio estado corporal/físico

Definición coloquial:

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

Ejemplo:

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

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

Item:

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: Manual de procedimiento.

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 de administración de cuestionarios en la muestra total

Este documento da las indicaciones precisas que tod@ investigador/a deberá seguir al detalle, durante la realización del trabajo de campo.
Algunas indicaciones son las mismas del documento que usaron para la toma del pilotaje. Pero luego del análisis de la información que tod@s enviaron sobre su experiencia de pilotaje, más lo que trabajamos en el foro, agregué algunas cuestiones nuevas.

ANTES DEL INICIO

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

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

 La persona que administre el cuestionario no debe ser el profesor de la asignatura. Es importante que quien tome el cuestionario no conozcan, o

conozcan muy poco, los estudiantes. Esto servirá para que los estudiantes sean más sinceros en sus respuestas.

CONSIGNA EN LAS AULAS

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

> "Hola, Mi nombre es XXXXX, soy estudiante de la Universidad de Flores, allí estoy realizando la licenciatura en Actividad Física y Deporte. En este momento estoy elaborando el trabajo de investigación de final de carrera. Junto con mis compañeros y compañeras de curso estamos desarrollando una investigación en Argentina sobre la motivación por las clases de educación física que tienen los alumnos y las alumnas de colegios secundarios. Cada uno toma el mismo cuestionario a estudiantes de la ciudad en que vive.
> Necesito que 22 de ustedes, 11 mujeres y 11 varones, menores de 19 años; respondan un cuestionario de forma individual y anónima. Harán esta actividad por única vez.
> Sus opiniones nos interesan con fines estadísticos para entender lo que piensan y sienten los adolescentes como ustedes respecto a algunas de sus vivencias en las clases de educación física.
> Su participación no es obligatoria, todo lo contrario, la idea es que sólo respondan el cuestionario quienes tengan ganas e interés de hacerlo. Responder el cuestionario les demandará entre 15 y 30 minutos, así que para realizar toda la actividad deberán disponer de 40 minutos de su tiempo (desde que salgan de su aula hasta que vuelvan a sus actividades habituales del colegio).
> Quienes quieran participar levanten la mano"

> Aclaración: Quienes decidieron proponer que particpen tdo@s l@s que quieran, aunque superen los 22 por curso, hagan esa salvedad cuando dan la consigna.

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

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

LA ENTREGA DEL CUESTIONARIO

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

 El/la administrad@ explicará a l@s estudiantes el objetivo del cuestionario con el discurso:

> *"Hola:*
> Les estoy muy agradecido/a de que hayan aceptado participar hoy completando los cuestionarios que les voy a entregar.
> *Con el cuestionario que van a completar pretendemos conocer qué piensan de la clase de Educación Física y del papel que juega la actividad física en su vida cotidiana.*
> *La información será utilizada para un proyecto que pretende mejorar las clases de educación física. No hay respuestas correctas o incorrectas, y el cuestionario será totalmente anónimo, no tienen que escribir tu nombre.*
> *Les pido por favor que se concentren en lo que se pregunta y que sean lo más sinceros posible. Si tienen alguna duda o no comprenden algo no duden en preguntar. Pueden tomarse el tiempo que necesiten para responder.*
> *La primera parte del cuestionario la iremos completando con mi guía, el resto lo harán solos"*

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

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

Aclaraciones por si surgen dudas:

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

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

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

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

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

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

Si no hay dudas, l@s alumn@s comenzarán a responder.

AL FINALIZAR

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

 Finalmente se agradecerá la participación a l@s estudiantes.

Se les dirá que luego van a poder conocer los resultados de la investigación. Más allá de las respuestas de ellos específicamente, podrán conocer los datos que surgieron de la investigación global que estamos haciendo en UFLO entre tod@s. La idea es que cuando tengamos todos los datos de esta investigación científica, los podamos difundir entre directivos, profesores de educación física y estudiantes de los colegio. Una investigación es relevante para la sociedad, cuando el conocimiento que se produce, sirve para generar alguna transformación social que mejore las condiciones de vida de las personas. En este caso, tenemos esperanzas que el conocimiento que produzcamos sirva para que los/as docentes puedan revisar sus prácticas de enseñanzas y los estudiantes de educación física de nuestro país se sientan más motivados por realizar actividad física beneficiosa para su salud.

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

4.5.: Anexo 5: Instructivo para la carga de datos en 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 (el primer cuestionario se numera con 2 pues el número 1 de las filas está cubierto por la denominación de cada variable –edad, año, etc.-).
- Ese número será el que le corresponderá a ese sujeto en la planilla excel cuando se carguen los datos.

Tengan en cuenta que al incluir los cuestionarios tomados en el pilotaje, los cuestionarios de la toma general (a toda la muestra), iniciarán con el número 11 o 13 (según haya sido la cantidad de cuestionarios incluidos en el pilotaje).

CARGA DE DATOS A LA PLANILLA EXCEL

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

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

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

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

Género:

0 = Hombre

1 = Mujer

Centro:

0 = Público
1 = Privado

Actividad con la que llegue a sudar:
0 = Nunca /raramente
1 = A veces
2 = A menudo

Aclaraciones:

- No se pueden agregar columnas, ni modificar nada de la estructura de la planilla excell.
- Deben quedar completos todos los ítems por cuestionario. Si a algún cuestionario le falta algún ítem o está confuso porque el/la estudiante borró, tachó, marcó doble, etc. y no se puede comprender claramente la opción elegida; se deberá descartar ese cuestionario.
- Teniendo en cuenta la posibilidad de que se necesite descartar cuestionarios por falta de confiabilidad en el mismo, es que tomamos 110 (más 10 o 12 en el pilotaje). De este modo, la cantidad total necesaria está garantizada. Siempre es preferible descartar un cuestionario, antes que cargar uno no confiable.

4.6.: Anexo 6: Información del 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

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

15 min

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

25 min

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

Al ser exalumna del colegio, me preguntaron cuándo me había egresado y dónde había realizado el profesorado de Educación Física.

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):

Dudas por los siguientes términos: "Moderado", "Cualidades" y "Progresión.

También algunos/as no recordaban la calificación que obtuvieron el año anterior en Educación Física.

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

Dudas sobre la escala del cuestionario.

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

Algunos/as pidieron más tiempo para fijarse si habían completado todos los ítems.

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

En general, salió todo como lo había previsto. Lo que dificultó es que no había una sala para poder realizar el cuestionario cómodamente. Luego de pasar por las aulas contándoles qué se iba a realizar, se les preguntó a todo el curso quién quería participar y levantaban las manos, un varón y una mujer de cada curso se dirigía al escritorio de la preceptora y allí se realizó. Faltaban sillas y mesas.

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

Fue una grata experiencia, y me sentí muy acompañada por la directora, por la jefa de preceptores y por la preceptora que acompañó en todo momento a los/as estudiantes.

4.7.: Anexo 7: Datos Excel prueba piloto.

4.8.: Anexo 8: Datos Excel general.

5. Bibliografía

Bracht,V. (1996).*Educación Física y Aprendizaje Social*(1ra ed). Córdoba: VélezSarsfield.

Bracht, V. (2010, febrero). Inovação pedagógica na educação física:o que aprender com práticas bem sucedidas?.*Ágora para la EF y el Deporte*, 12 (1): 11-28.

Bracht, V. (2012, febrero- marzo).A inovação e o desinvestimento pedagógico na Educação Física escolar: uma leitura a partir da teoria do reconhecimento social.*MotrizRevista deEducação Física* 18 (1): 120-129.

Bracht, V., Da Silva, M. S. (2012). Las prácticas y profesores innovadores en la educación física escolar. *Kinesis,* 30: 75- 88

Camacho, C., Arias, D., Castiblanco, A., Riveros, M. (2011, mayo).Revisión teórica conceptual de Flow: medición y áreas de aplicación. En *Cuadernos Hispanoamericanos de Psicología,* 11(1): 48-63.

Cecchini, J. A., González, C., López, J., y Brustad, R. J. (2005, diciembre).Relación del clima motivacional percibido con la orientación de meta, la motivación intrínseca y las opiniones y conductas de fair play.*Revista Mexicana de Psicología*, 22(2):469-479.

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.

Cervelló, E.; Santos- Rosa, F. (2000).Motivación en las clases de educación física: un estudio de la perspectiva de las metas de logro en el contexto educativo.*Revista de Psicología del Deporte,* 9 (1-2): 51-70.

Csikszentmihalyi, M. (1990):*Flow: the psychology of optimal experience*(1era ed.). New York: Harper & Row

Coterón López, J. Gómez, V. (2014).*Análisis de los perfiles motivacionales del estudiante de Educación Física en Secundaria y su relación con la intención de práctica futura.* Informe de avance. Uflo.

Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). Intrinsic motivation and self-determination in human behavior. New York: Plenum.

Duda, J. J. (1995).*Motivación en el deporte y el ejercicio* (pp. 85 – 122). España: Desclée de Brouwer.

Flores, J.; Salguero, A; Márquez, S. (2008, septiembre- diciembre).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*. Tesis de maestría, Universidad de Extremadura, España.

Guzmán, J.; Carratalá, E.; García- Ferriol, A.; Carratalá, V. (2006):*Propiedades psicométricas de una escala de motivación deportiva*16: 85-98.Universidad de Valencia, España.

Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C. & Baptista Lucio, P. (2003). *Metodología de la investigación*. México: Editorial Mc Graw Hill.

Kirk, D. (2007).Con la escuela en el cuerpo, cuerpos escolarizados: la construcción de identidades inter/ nacionales en la sociedad post- disciplinaria.*Ágora para la EF y el Deporte* (4-5): 39-56.

Kirk, D.(2008).Los futuros de la Educación Física: La importancia de la cutura física y de la "idea de la idea" de educación física. *Innovació en educació física*En AA. VV. *Actas V Congreso Asociación Española de Ciencias del Deporte*. León: Universidad de León.

Méndez- Giménez, A.; Fernández- Río, J; Cecchini, J; González González de Mesa, C. (2012).Perfiles motivacionales y sus consecuencias en educación física.Un estudio complementario de metas de logro 2 x 2 y autodeterminación. *Revista de Psicología del Deporte*, 22 (1): 29-38.

Moreno, J. A.; Cervelló, E.; González- Cutre Coll, D. (2006, diciembre).Motivaciónautodeterminada y flujo disposicional en el deporte.*Anales de Psicología*, 22 (2): 310-317.

Moreno, J. A., y Martínez, A. (2006).Importancia de la Teoría de laAutodeterminación en la práctica físico-deportiva:Fundamentos e implicaciones prácticas.*Cuadernos de Psicología delDeporte,* 6(2): 39-54.

Moreno, J. A., Moreno, R., y Cervelló, E. (2007).*El autoconcepto físico como predictor de la intención de ser físicamente activo*. Tesis de maestría, Universidad de Veracruzana, México.

Moreno, J. A.; Marzo, J.; Martínez- Galindo, C (2011, octubre).Validación de la escala de“Satisfacción de las necesidades psicológicas básicas” y del cuestionario dela “Regulación conductual en el Deporte” al contexto español. *RevistaInternacional de Ciencias del deporte* 7 (26): 355-369.

Padua, J (1994).T*écnicas de Investigación aplicadas a las Ciencias Sociales*.Chile: Ed. Fondo de Cultura Económica.

Pedráz, M. (1997).La disposición regulada de los cuerpos. Propuesta de un debate sobre la cultura física popular y los juegos tradicionales. *Apunts Educación Física y Deportes* 48, 6-16.

Pedráz, M. (2007).Monográfico. El cuerpo sin escuela: proyecto de supresión de la Educación Física escolar y qué hacer con su detritus. *Ágora para la EF y el Deporte*, (4-5): 57-90.

Pedráz, M. (2013).Crítica de la educación física y la Educación Física crítica en España. Estado (crítico) de la cuestión. *Movimento*, 19 (1): 309-329.

Peiró Velert, C. Sanchis Gimeno, J. (2004).Las propiedades psicométricas de la versión inicial del cuestionario de orientación a la tarea y al ego (TEOSQ) adaptado a la educación física en su traducción al castellano.*Revista de Psicología del Deporte,* 13 (1): 25- 39.

Rozengardt, R. (2013, septiembre).La Educación Física y el conocimiento, una relación problemática.En Argentina. *10º Congreso Argentino y 5º Latinoamericano de Educación Física y Ciencias.*Universidad Nacional de la Plata.Web: http://congresoeducacionfisica.fahce.unlp.edu.ar

Samaja, J. (1994). *Epistemología y metodología. Elementos para una teoría de la investigación científica.* Buenos Aires: Eudeba.