

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: 2017

Título

Relación existente entre los niveles de orientación motivacional al ego y a la tarea, de estado de flow y de motivación intrínseca con el nivel de intención de ser físicamente activ@ de los estudiantes de una escuela secundaria de la ciudad de Rosario, provincia de Santa Fe.

Estudiante: Pereyra Verónica Alicia

Legajo: 19086

Correo electrónico: veropereyra4@hotmail.com

Tutora: Mag. Valeria Gómez

Agradecimientos

En primer lugar quiero agradecer a mi familia, a mi madre Alicia y a mi hija Martina, por acompañarme y apoyarme de manera incondicional en todo este proceso, gracias a las dos por entenderme y respaldarme siempre en mis proyectos.

A mi tutora, la Mag. Valeria Gómez, por su apoyo y motivación para la elaboración de este trabajo. Gracias por brindarme todos tus conocimientos, por tu dedicación y por la paciencia durante estos años.

En especial a Gabriela, mi compañera de estudio y amiga, un ser maravilloso que la universidad me permitió conocer. Gracias por contagiarme tu energía, entusiasmo, tu generosidad, por darme ánimo para seguir adelante, por abrirme las puertas de tu casa y compartir conmigo tu familia.

Por otro lado quiero agradecer a mis compañeros de cursada por su generosidad, compañerismo, por el trabajo realizado en equipo. A las autoridades y alumn@s de la institución que facilitó la realización de la muestra y a todos aquellos que participaron directa o indirectamente para la realización de este trabajo.

Simplemente muchas gracias a tod@s.

Índice

Resumen.....	1
1. Primera Parte: Delimitación teórica del objeto de estudio.....	2
1.1. Área temática, rama y especial.....	2
1.2. Tema y subtema.....	2
1.3. Introducción.....	2
1.4. Problema.....	3
1.5. Relevancia cognitiva.....	4
1.6. Marco teórico.....	8
1.6.1. Capítulo 1: La Educación Física en el colegio secundario.....	8
1.6.1.1. Lineamientos teóricos.....	8
1.6.1.2. Orígenes de la Educación Física. Escolarización y educación.....	8
1.6.1.3. Consideraciones de la pedagogía crítica.....	11
1.6.1.4 Educación física crítica.....	13
1.6.1.5 Posicionamiento filosófico-pedagógico.....	14
1.6.2. Capítulo 2: Motivación de los estudiantes en la clase de educación física de nivel medio.....	17
1.6.2.1. Orientación motivacional.....	17
1.6.2.1.1 Teoría de las metas de logros.....	17
1.6.2.2. Teoría de la autodeterminación.....	21
1.6.2.2.1 Motivación intrínseca.....	23
1.6.2.3. Estado de Flow.....	24
1.6.2.4. Intención de ser físicamente activ@.....	27
1.7. Objetivos.....	30
2. Segunda Parte: Material y Método.....	31
2.1. Tipo de diseño	31
2.2. Matriz de datos.....	32
2.3. Fuentes de datos.....	41
2.4. Instrumentos de recolección de datos.....	44

2.5. Plan de actividades en contexto.....	45
2.6. Población y muestra	46
2.7. Plan de tratamiento y análisis de los datos.....	47
2.7.1.1. Procesamiento de la información.....	48
2.7.1.2. Construcción de índices sumatorios de variables complejas.....	48
2.7.1.2.1. Índice sumatorio del Nivel de Orientación motivacional al ego y a la tarea.....	48
2.7.1.2.2. Índice sumatorio del Nivel de Flow.....	51
2.7.1.2.3. Índice sumatorio del Nivel de motivación intrínseca.....	56
2.7.1.2.4. Índice sumatorio del Nivel de intención de futura práctica de actividad física-deportiva.....	57
2.7.1.3. Análisis estadístico de cada variable.....	58
2.7.1.4. Ilustración de los resultados.....	58
2.7.1.5. Análisis de relación de variables.....	58
3. Tercera Parte: Análisis y Conclusiones.....	59
3.1. Exposición de resultados	59
3.1.1. Variables de base.....	59
3.1.1.1. Sexo, edad y año de cursada.....	60
3.1.1.2. Variable Calificación del año anterior.....	70
3.1.1.3. Gusto por la actividad física.....	81
3.1.1.4. Frecuencia semanal de realización de ejercicio extenuante.	84
3.1.1.5. Frecuencia semanal de realización de ejercicio moderado...	90
3.1.1.6. Frecuencia semanal de realización de ejercicio suave.....	95
3.1.1.7. Frecuencia de participación en una actividad física regular en la que se llegue a sudar realizada en el tiempo libre.....	100
3.1.2. Análisis de las variables complejas.....	104
3.1.2.1 Orientación Motivacional al Ego (O.M.E.).....	104
3.1.2.2 Orientación Motivacional a la tarea (O.M.T).....	109
3.1.2.3. Flow.....	113
3.1.2.4. Nivel de Motivación Intrínseca. (M.I.).....	126
3.1.2.5. Nivel de intención de ser físicamente activ@ (I.S.F.A).....	130
3.2. Análisis e interpretación de los datos.....	134

3.2.1. Correlación entre la variable Orientación motivacional al Ego y la Intención de ser físicamente activ@. (O.M.E. – I.S.F.A.).....	134
3.2.2. Correlación entre la Orientación motivacional a la tarea y la intención de ser físicamente activ@s. (O.M.T. – I.S.F.A.).....	136
3.2.3. Correlación entre el nivel de experimentación del flow y la intención de ser físicamente activ@. (FLOW – I.S.F.A.).....	138
3.2.4. Correlación de la motivación intrínseca con la intención de ser físicamente activ@. (M.I. – I.S.F.A.).....	140
3.2.5. Correlación entre Gusto por la Educación Física y la Intención de ser Físicamente Activ@. (G.E.F. – I.S.F.A.).....	142
3.2.6. Correlación entre las variables Motivación intrínseca, Orientación Motivacional a la tarea e Intención de ser físicamente activ@. (M.I. – O.M.T. – I.S.F.A.).....	144
3.3. Conclusiones y sugerencias.....	146
3.4. Discusión.....	149
4. Anexos.....	151
4.1.Anexo 1: Modelo de cuestionario de la muestra.....	151
4.2.Anexo 2: Glosario.....	155
4.3.Anexo 3: Carta de presentación.....	172
4.4.Anexo 4: Manual de procedimiento de pilotaje.....	173
4.5.Anexo 5: Planilla Excel de datos.....	177
4.6.Anexo 6: Manual de procedimiento para completar planilla Excel	183
5. Bibliografía.....	185

Resumen

En este trabajo se investigó la relación existente entre la orientación motivacional al ego, la orientación motivacional a la tarea, la motivación intrínseca, el estado de flow y la intención de ser físicamente activ@ de estudiantes del nivel medio del sistema formal Argentino.

Se abordó desde una perspectiva crítico – reflexiva, con la relevancia de tomar conocimiento del comportamiento de dichas variables y su relación con el fin de poder replantear las prácticas en las clases de Educación Física para fomentar en nuestr@s jóvenes la intención de ser físicamente activ@s una vez terminada su trayectoria escolar.

El tipo de diseño fue descriptivo – correlacional. La muestra se conformó por 120 estudiantes de nivel medio de un colegio de gestión pública de la ciudad de Rosario, provincia de Santa Fe, con edades comprendidas entre 13 y 19 años, de primero a quinto año varones y mujeres. Para la obtención de datos, se utilizó un cuestionario auto administrado, que fue suministrado a l@s alumn@s que se ofrecieron para participar de la muestra en forma voluntaria.

Como resultados principales, podemos decir que en l@s estudiantes entrevistad@s, existe una relación positiva entre los niveles altos y muy altos de orientación hacia la tarea, de experimentación de flow y de la motivación intrínseca, con la intención de realizar actividad física en el futuro.

Palabras clave:

Estudiantes de Educación Física – Nivel Medio – Orientación Motivacional al Ego – Orientación Motivacional a la Tarea –Flow – Motivación Intrínseca – Intención de ser físicamente activ@.

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 de nivel medio

1.3. Introducción

Finalizando la licenciatura en actividad física y deporte de la Universidad de Flores y siguiendo con la propuesta de la profesora titular de la cátedra “Trabajo de Investigación”, Mag. Valeria Gómez, decidimos realizar esta investigación, la cual se inscribe en el marco de un proyecto de investigación más amplio, un proyecto internacional en el que colaboran la Universidad de Flores(Argentina) junto a la Universidad Politécnica de Madrid(España) y la Universidad de Quindío (Colombia). El objetivo de dicho proyecto es conocer los perfiles motivacionales de l@s estudiante de educación física en secundaria de estas tres poblaciones, con la intención de establecer cuáles son las variables presentes en las clases de educación física, que promuevan la adherencia de l@s jóvenes a mantener una actividad física continuada en un futuro.

El motivo del inicio de este proyecto de investigación, derivó de la necesidad de rever nuestro accionar docente diario como profesor@s de educación física en el nivel secundario.

En la actualidad, en las clases de educación física l@s adolescentes (con especial acento en los grupos de mujeres), puede notarse una actitud de desinterés y apatía frente a la realización de actividades físicas y deportivas.

Creemos por ello que de considerable importancia lograr saber que piensan y sienten l@s alumn@s en las clases de Educación Física, con el fin de poder reflexionar y generar estrategias didácticas que modifiquen estas conductas.

Propósitos:

- Ofrecer conocimiento científico a los institutos de formación docente, con especial interés en docentes de las cátedras de Psicología y de Educación Física para adolescentes, del nivel motivacional y el nivel de intención de ser físicamente activ@s de alumn@s de la escuela secundaria de Argentina, con el fin de concientizar a l@s futur@s profesor@s de Educación Física sobre la importancia del trabajo emocional en sus prácticas educativas.
- Brindar conocimientos a l@s profesor@s de educación física para propiciar el desarrollo de nuevas estrategias didácticas, que favorezcan la motivación intrínseca, el desarrollo del estado de flow y la orientación motivacional al ego y/o a la tarea de l@s estudiantes de secundaria, para que logren una vida físicamente activa.
- Fomentar información a las instituciones barriales, con el fin de promover programas deportivos y actividades físicas recreativas gratuitas, que permitan a l@s adolescentes la continuidad de una vida físicamente activa.
- Brindar información a la comunidad educativa sobre la importancia de promover la motivación intrínseca en las clases de educación física y la necesidad de implementar estrategias que favorezcan la continuidad de realización de actividades físicas de l@s alumn@s más allá del horario escolar. Con el fin de concientizar a Directivos, Docentes y Padres sobre la problemática del sedentarismo en los adolescentes y la relevancia de la Actividad Física en el cuidado de la salud.

1.4. Problema

¿Qué relación existe entre el nivel de la motivación orientada al ego, el nivel de orientación motivacional a la tarea, el nivel de motivación intrínseca, el nivel de experimentación al flow y el nivel de intención de ser físicamente activ@s de l@s estudiantes de Educación Física de nivel secundario, de una escuela estatal, de la ciudad de Rosario (Santa Fe) durante el ciclo lectivo 2015?.

1.5. Relevancia cognitiva

Esta investigación pretende brindar aportes cognitivos a la comunidad científica en relación a la motivación de l@s estudiantes del nivel medio en las clases de Educación Física. Para ello se realizó un estudio descriptivo-correlacional sobre cinco variables complejas: Orientación Motivacional a la Tarea, Orientación Motivacional al Ego, Motivación Intrínseca, Flow, Intención de ser Físicamente Activ@. Al describir y relacionar las cinco variables mencionadas anteriormente y con los exhaustivos análisis de los resultados en el estudio; aporta datos significativos, novedosos y actualizados hasta el momento. Esto se debe a que en los antecedentes encontrados, autores de diferentes nacionalidades hayan decidido relacionar sólo algunas de las variables mencionadas, por lo cual, según se ha estudiado, ninguna de las investigaciones relaciona las variables del modo por nosotr@s expuesto, alcanzando a tal fin los resultados aquí presentados. De este modo queda especificado el valor teórico de la misma, no solo por cubrir la vacancia hasta hoy existente en la correlación de las cinco variables estudiadas, sino incluso en la mejor comprensión de el/la alumn@ por éstas.

Uno de los antecedentes científicos más relevantes vinculados con nuestro trabajo es el realizado por Garcia Calvo (2004) sobre “La Motivación y su importancia en el entrenamiento con jóvenes deportistas”. Describe y relaciona los diferentes factores motivacionales que afectan a los jugadores adolescentes de futbol en el entrenamiento; empleando como marco la teoría de las metas de logro e intenta determinar las relaciones existentes entre ésta y la teoría de la autodeterminación. La similitud que encontramos con nuestro trabajo es el basamento de las teorías de las metas de logro y la autodeterminación.

En su investigación García Calvo conformó la muestra en un total de 117 jugadores de futbol de España de 14 y 15 años de edad, a diferencia de la nuestra que se realizó sobre un total de 120 alumnos de Educación Física de una escuela de educación secundaria de Argentina. Otra diferencia que encontramos son las variables abordadas por el autor, las cuales son: Orientación de metas disposicionales, Motivación Intrínseca, Percepción del clima motivacional en el deporte, estado de Flow y Medida de eficacia percibida

y de la satisfacción. En nuestro caso centramos la investigación en cinco variables: la Orientación Motivacional al Ego, Orientación Motivacional a la Tarea, Flow, Motivación intrínseca y la Intención de ser físicamente activ@s.

En relación a los instrumentos de medición utilizados por García Calvo (2004), en las variables que tenemos en común, encontramos que para medir la Orientación Motivacional eligió un cuestionario de Percepción de Éxito el POSQ (Perception of Success Questionnaire) de Roberts, Treasure y Balagué (1998), en nuestro caso se optó por TEOSQ (Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire) de Duda (1998), en su versión adaptada a la Educación Física por Walling y Duda (1995) y al español por Peiró y Sanchis (2004). La principal diferencia entre estos instrumentos es que el TEOSQ fue adaptado a la Educación Física y consta de 16 ítems (8 para cada dimensión de la variable), en cambio el POSQ tienen 12 ítems (6 para cada dimensión). Para la variable Motivación Intrínseca utilizó una adaptación del "Intrinsic Motivation Inventory" (Ryan, 1982; McAuley, Duncan y Tammen, 1989) adaptada al fútbol. Para medir la Motivación Intrínseca en nuestro trabajo utilizamos el SMS (Sports Motivation Scale) en una versión adaptada al español por Balaguer, Castillo y Duda (2007) y solo lo realizamos utilizando 4 ítems de los 28 que componen la versión original. En concordancia con nuestro trabajo para medir el estado de flow, García Calvo utilizó el DFS (Dispositional Flow Scale) de Jackson, Thomas, Marsh y Smethurst (2001) en una versión adaptada al español por García Calvo, Jiménez, Santos Rosa, Reina & Cervelló (2008).

En la investigación realizada por Cervelló y Santos Rosa (2000) "Motivación en las clases de Educación Física: un estudio de la perspectiva de las metas de logro en el contexto educativo", encontramos que, al igual que nuestro trabajo, el estudio se realizó en el ambiente de las clases de Educación Física. En esta investigación se relacionó la orientación de meta, el clima motivacional percibido, la percepción de habilidad, la preferencia por diferentes tipos de evaluación y la valoración de los estudiantes hacia las clases de Educación Física. Para medir la orientación de metas motivacionales utilizaron el POSQ, en una versión adaptada a las clases de educación física (Roberts y Balagué, 1989,1991; Roberts, Treasure y Balagué, 1998). En sus conclusiones destacan que la

orientación a la tarea, la percepción de habilidad y la percepción de un clima motivacional orientados a la tarea, predisponen a la realización de tareas desafiantes, divertidas y a una alta valoración de la Educación Física. En cambio la orientación al ego, la percepción de la habilidad y la percepción de un clima motivacional orientado al ego, podían favorecer la preferencia por Tareas fáciles, el aburrimiento y una menor valoración de la Educación Física. Además dejaron en evidencia que la labor docente en las clases determina las consecuencias cognitivas que muestran sus alumn@s. En nuestro trabajos nos centramos en los perfiles motivacionales de nuestr@s alumn@s y no en el accionar de l@s docentes.

Otro de los trabajos relevantes para nuestra investigación fue el de Camacho, Arias, Castiblanco y Riveros (2011) “Revisión teórica conceptual de flow: medición y áreas de investigación”. Basan su trabajo en la definición de Flow de Csikzentmihalyi (1990) que lo define como un estado de agrado y disfrute en que se encuentra un individuo realizando una actividad, donde se pierde la percepción del tiempo y las acciones. También plantean que para entender el flow se debe partir desde la motivación la cual posee un triple constructo: motivación intrínseca, motivación extrínseca y amotivación. A partir de estos elementos se plantea el locus de control.

Para medir el estado de flow, los autores, plantean dos escalas, la primera es Flow State Scale (FSS) de Jackson y Marsh (1996), basadas en las 9 dimensiones del Flow con 36 ítems donde se explica la experiencia que se recuerda de un entrenamiento. La otra escala es la de Disposición al Flow (Dispositional Flow Scale) de Jackson y Eklund (2002), hace referencia a la facilidad que tienen los sujetos a experimentar el Flow; también consta de 36 ítems; esta es similar a la utilizamos en nuestra investigación la Dispositional Flow Scale 2 de Jackson, Kimiecik, Ford y Marsh (1998) en su versión adaptada al español por Garcia Calvo, Jiménez, Santos Rosa, Reina y Cervelló (2008).

Como conclusión de este trabajo Camacho, Arias, Castiblanco y Riveros (2011) plantean que una persona entra en estado de flow cuando posee las herramientas suficientes y adecuadas para enfrentar el desafío, equilibrado con las capacidades del individuo; o sea cuando logra estar motivado

intrínsecamente por su capacidad de autonomía, competencia y relación con el entorno.

Otro antecedente relevante fue el de Almagro Torres (2012) “Factores motivacionales relacionados con la adherencia a la práctica deportiva competitiva en adolescentes”, en este trabajo se estudiaron los climas motivacionales transmitidos, el apoyo a la autonomía por parte de el/la entrenador@, las metas de logro, las metas sociales, la satisfacción de las necesidades básicas, la motivación autodeterminada y la adherencia a la práctica. En primer lugar se analizaron las relaciones entre las variables de forma correlacional, al igual que en nuestro trabajo y luego se profundizó en una metodología cualitativa.

Estableciendo una diferencia con nuestro proyecto, podemos decir que la muestra se realizó sobre un total de 608 deportistas de competición de varias disciplinas, entre 12 y 17 años; en su mayoría varones (499 chicos y solo 109 mujeres). En concordancia con nuestro trabajo utilizaron para medir la intención de ser físicamente activ@ utilizaron el MIFA en la versión adaptada y traducida al español (Moreno, Moreno & Cervelló 2007).

Almagro Torres en su trabajo concluyó que para l@s deportistas adolescentes tiene una gran importancia las metas sociales y las metas de logro sobre la necesidad psicológica básica de competencia y la repercusión que ésta tiene sobre la intención de ser físicamente activo en el futuro.

Desde la teoría de la Autodeterminación se puede explicar cómo l@s jóvenes pueden sentirse en relación a una actividad, pudiendo ser su motivación intrínseca, extrínseca o desmotivad@s (Moreno Murcia, 2006). En nuestro trabajo nos centramos en la motivación intrínseca, pues consideramos que ésta es la que aumenta la adhesión a la práctica deportiva por sobre las otras.

En conclusión, de común acuerdo, entendemos que con esta investigación aportamos conocimientos para comprender y desarrollar nuevas investigaciones, incluso apoyar teorías futuras que describan el comportamiento de variables estrechamente ligadas a la motivación y la permanencia en la

realización de actividad físico-deportiva de l@s alumn@s finalizada la etapa escolar.

1.6. Marco teórico

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

1.6.1.1. Lineamientos teóricos

1.6.1.2. Orígenes de la Educación Física. Escolarización y educación

Para poder pensar a la Educación Física como herramienta transmisora de conocimientos y generadora de hábitos y cualidades saludables y edificadoras para la vida de los sujetos, se hace indispensable partir de su historia y de su desarrollo a través del tiempo.

Desde 1880 a la actualidad la escuela institucionalizó prácticas corporales reguladas, orientadas hacia ejercicios militarizados, respetando modelos biologists- mecanicistas de escolarización (Kirk 2007).

Hamilton (1990, Citado en Kirk 2007, p.39-40) distingue claramente entre los conceptos de educación y de escolarización. “La escolarización adquirió prominencia en forma de una institución política. Durante este proceso fue encargada de conseguir objetivos políticos. Dejo atrás asuntos tales como la supervivencia y focalizó su atención en temas más abstractos tales como la salvación espiritual, el progreso social y la ciudadanía. La escolarización es tanto una institución política como una institución docente. Además dado su papel político, la escolarización ha adquirido una cultura distintiva. Representa una isla de orden establecido dentro del más amplio- y mucho menos colonizado- archipiélago docente”.

La escolarización no llegó a ser un requisito legal en Australia y Gran Bretaña hasta finales del siglo XIX, sino que su introducción a nivel obligatorio fue efecto de la revolución industrial, según Hamilton (1990, citado en Kirk 2007, p.40) “las escuelas con múltiples docentes y aulas se asemejaban a fábricas que producían lotes de niñ@s de la misma forma que las fabricas elaboraban lotes de

productos. “Dicho autor sitúa el punto de partida del ensayo hacia finales de la década de 1880 junto con los comienzos de la escolarización de masas sosteniendo que la escuela como institución adquiere su forma contemporánea en esa fecha. De acuerdo a esto Kirk (2007) sostiene que desde 1880 a la actualidad la escolarización es una política en el sentido amplio como sostiene Hamilton y reproduce valores seculares como religiosos mediante la institucionalización de prácticas para la normalización del cuerpo en búsqueda de la regularización social para el control del espacio y el tiempo.

Teniendo en cuenta que el análisis que se realiza parte de la enseñanza en las escuelas de Australia y Gran Bretaña hacia finales del siglo XIX, esto nos permite un punto de partida para el abordaje de la Educación Física desde sus inicios hasta la actualidad, partiendo de líneas de formación biologista-mecanicista, que marcaron la construcción de las prácticas motrices a través de movimientos concretados mediante la disposición de órdenes estrictas en cuanto al lugar, el tiempo y la forma, como por ejemplo la marcha en fila y la formación en escuadra. Es fundamental hacer referencia a la relevancia de los lugares en donde se llevaban a cabo las prácticas y de qué manera eran organizados los espacios para su uso “Con frecuencia los edificios se diseñaron para que no existiera posibilidad de incurrir en “acumulaciones peligrosas” de los cuerpos femeninos y masculinos construyendo entradas separadas (....)” (Kirk, 2007, p.44). En este mismo sentido se dispondrían los pupitres, el lugar de la pizarra y los espacios se organizarían marcando en las aulas la relación de poder con una única fuente autorizada de instrucción y formación, el/la profesor/a. Los ejercicios militares (marchas, contramarchas, movimientos uniformes de flanco, media vuelta, alineaciones, posiciones fundamentales etc.) tuvieron un solo destinatario: los varones, o mejor dicho, los futuros hombres. Las mujeres quedaron excluidas de tales actividades.

A mediados del siglo XX comienza a notarse el reemplazo de la instrucción y el ejercicio controlado por una forma más difusa, a través del deporte y los juegos, como componentes principales para una formación de identidades mediante una alternativa más abierta.

Desde aquí se hace indispensable indagar sobre los aspectos de una nueva pedagogía para la apertura del diálogo, generadora de situaciones lúdico-

deportivas de aprendizaje y sociabilidad, mediante prácticas inclusivas e integradoras de los géneros.

“(…) la Educación Física como deporte y habilidades deportivas expresa una distensión del poder corporal, puesto que los juegos requieren formas menos reglamentadas y menos predecibles para jugar con éxito, una forma de práctica pedagógica que encuentre su justificación en prácticas culturales físicas más amplias y novedosas” (Kirk, 2010,p.9).

La Educación Física debe tener como premisa compartida con otras asignaturas la búsqueda de la transferencia del aprendizaje escolar a la vida cotidiana, brindando herramientas desde la escuela como institución transformadora social y cultural y no de meras repeticiones.

De ahí que hablar de construcción del conocimiento en las instituciones educativas es hablar de construcciones sociales. Educar es construir socialmente es formar a los sujetos no solo para el buen desempeño en el aula, en las clases y las practicas lúdico-deportivas y en diferentes actividades físicas, sino también preparar a los alum@s para la vida dotándol@s de valores morales y hábitos de higiene, sentido de cooperación e iniciativa propia. Según Kirk (2010, p.2) “La Educación Física es por tanto una práctica social que configura el conocimiento de formas particulares y en momentos particulares”.

La participación en los deportes llevó al desarrollo de cualidades deseables en la sociedad, incentivadas por los juegos de equipo afianzando valores como la lealtad, la perseverancia, el juego limpio y el autocontrol; a la vez incentiva el trabajo cooperativo y el respeto por las diferencias y los derechos de cada uno de los participantes; permitiendo inculcar cualidades de liderazgo y proporcionando recursos necesarios para la resolución de problemas. Es así como se hace fundamental pensar en la necesidad de que l@s jóvenes puedan ser educad@s en lugar de ser escolarizad@s, evitando la regularización y la normalización ya sea de forma implícita o explícita, mediante modos rígidos de especialización generadores de sujetos enfocados solo en la eficiencia, los resultados y la competencia.

“El cambio significa un profundo desplazamiento de las creencias y valores sobre la corporización, sobre los usos y utilidad de las actividades físicas organizadas y particularmente sobre su valor educativo, sobre cuestiones profundas relativas a cómo estar en el mundo” (Kirk 2010, p.3).

1.6.1.3. Consideraciones de la pedagogía crítica

En este apartado haremos referencia a los diversos planteos que realizaron diferentes autores como por ejemplo López et al 2002; López, Monja, Pérez 2003; Ureña 2005; Sicilia, Fernández- Balboa 2005; Muñoz 2006 entre otros, (citados en Pedraz 2013), respecto del auto concepto corporal y las diversas propuestas didácticas centrados en la cooperación, el respeto la tolerancia y los valores democráticos dentro y fuera de las prácticas de carácter competitivo, punto central sobre la educación física en las escuelas. Sicilia Camacho y Fernández Balboa (2005) hacen hincapié en canalizar las energías en la necesidad de reflexionar sobre los propósitos de la pedagogía de la educación física, para abordar los problemas emergentes de los profesorado, los ocasionados por las relaciones personales de los procesos de enseñanza y de aprendizaje, las implicancias políticas, entre otros. Para estos autores la pedagogía no es un proceso neutro que debe limitarse a la transmisión de conocimiento científico, sino que debe generar cambios en todos los actores de la comunidad educativa.

La pedagogía crítica es opuesta a las teorías y prácticas educativas hegemónicas, está orientada hacia una escuela democrática y emancipadora, articulada con una visión social y educativa. Dicha teoría pone énfasis en el desarrollo libre de la personalidad empleando una metodología adaptada a sus características y que lucha contra la desigualdad sociocultural (Gore1996, citado por Fraile Aranda, 1999).

“(…) hablar de Educación Física Crítica exige mantener planteamientos teóricos-prácticos así como principios ideológicos y de políticas educativas propios de la Teoría Crítica, y particularmente, de la Pedagogía Crítica. Sin dichos planteamientos, la crítica sin dejar de serlo, y en muchos casos sin perder su capacidad transformadora, no constituye una condición suficiente de adscripción a dicha corriente pedagógica cuya primera característica tal vez sea el carácter diverso, pero dialógico, de sus partícipes” (Pedraz 2013, p.314). Desde la década de los 80 la pedagogía crítica tiene como impronta la Teoría Crítica de la sociedad, en oposición a la tradicional cuya racionalidad positivista, presenta la realidad de un modo estático poniendo a la diferencia en sospecha,

más allá de que las posiciones teórico - higienista y biologicistas sentaron las bases para el trabajo en la educación física escolar .

Es preciso resistir a los principios de dominación social frente a los cuales la teoría Crítica es hace tiempo y aún hoy una alternativa superadora de antiguos preceptos y estereotipos sociales que fueron configurándose a lo largo de la historia en el ámbito escolar y en el de la vida misma.

Apuntar a una educación física basada en los principios de una Teoría Crítica y en pedagogías democráticas, nos permitirá superar un orden absoluto prefijado para el desarrollo de las prácticas educativas, centrados en el conocimiento como expresión continua, más allá del interés inmediato y cuantitativo de los resultados; dando lugar a un proceso de ida y vuelta en el aprendizaje, siendo la escuela agente de construcción y distribución de saberes. “La aplicación de estos principios, entre otros que confluyen en la Pedagogía Crítica, supone el reconocimiento del carácter político de toda acción pedagógica en aras de una educación racional, democrática, equitativa y emancipadora. (...) Consecuentemente al reconocimiento del carácter político de la acción pedagógica, la Pedagogía Crítica toma partido. Más allá de la aplicación técnica de las variables genéricas de aprendizaje, se pregunta por las condiciones materiales, sociales y culturales en las que los sujetos aprenden o no lo hacen” (Pedraz, 2013, p.317).

Para Da Silva & Bratch (2012) la educación física fue orientada a la enseñanza de las habilidades deportivas con el fin de incluir a l@s alumn@s en las prácticas deportivas de alto rendimiento. Se identifican tres tipos de prácticas pedagógicas: una tradicional la orientada a las prácticas deportivas competitivas, una de desinversión donde solo se mantiene ocupado a l@s alumn@s y una innovadora que busca cambios en la educación física que esté relacionada con la cultura del cuerpo, donde se involucre a l@s alumn@s como sujetos de conocimiento, estudiantes participes en la evaluación de sí mismos.

1.6.1.4 Educación física crítica

Las preocupaciones teórico-prácticas en el campo de la Educación Física generan indagaciones que han llevado y llevarán a innumerables trabajos de investigación, propiciando un importante discurso epistemológico y humanístico cuyos inicios se ubican a mediados del siglo XX. En los años 60 en España, principalmente la característica de estos discursos es que se daban en el marco de una tendencia de corte legitimista exento de consideraciones críticas.

En los últimos 20 años el currículum de la Educación física fue sometido a críticas al igual que sus fundamentos teóricos prácticos. Las reformas educativas se dieron a partir de variadas investigaciones realizadas por docentes con el objetivo de otorgar a la materia recursos más eficientes e innovadores. Muchos de los trabajos se presentaron como propuestas de Educación Física alternativas; disparadoras para el cambio (Pedraz 2013).

“Algunas de estas propuestas han sido denominadas por sus propios autores (...) como formulaciones de Educación Física crítica o Didáctica de la Educación Física crítica, lo que desde nuestro punto de vista, puede resultar equívoco. Siendo que dicha acepción deriva, por analogía, del concepto de la Pedagogía Crítica, parece necesario que al menos los principales elementos epistemológicos e ideológicos de la corriente matriz constituyan la base de la construcción teórica que pretende adscribirse a dicha corriente; algo que solo en muy escaso grado y de manera demasiado difusa, aunque con gran voluntarismo, ocurre en cuantas propuestas reformadoras de educación física hemos encontrado” (Pedraz, 2013, p.312). Se hace indispensable entonces enfocarnos en las exigencias que la educación física debe cumplir para lograr su adscripción a las teorías de la Educación Física Crítica de carácter transformador “(...) con el objeto de abrir un debate sobre la educación física que tenemos y sobre los caminos que pueden recorrerse o construirse para lograr una educación física con mayor pertinencia pedagógica y con mayor significación social” (Pedraz, 2013, p.313).

Desde la educación física crítica l@s alumn@s son l@s principales agentes de conocimiento como portadores de la cultura, respetando la diversidad, el pluralismo y la libertad personal. Posibilitará que l@s estudiantes de secundaria analicen su realidad y sean críticos de la misma (Fraile Aranda, 1999).

“La formación del profesor de educación física debe contextualizar el conocimiento académico, conectándolo con la realidad social, potenciando su responsabilidad personal y profesional como productores culturales los profesores debemos establecer espacios democráticos para debatir sobre el conocimiento y las habilidades necesarias desde la libertad individual y la justicia social”(Kirk 1986, citado por Fraile Aranda 1999,p.694).

Para llevar a cabo procesos de cambios que perduren en el tiempo, es fundamental la capacitación permanente de los docentes para que se construyan experiencias innovadoras y que se habilite la autocrítica.

“(…) La educación física crítica solo puede configurarse en tanto que formulación teórico práctica que trate de impulsar un cambio social concreto a partir de una propuesta educativa sobre el cuerpo que se reconozca así mismo como acción sociocultural y política cuyos elementos de configuración puedan identificarse como coagentes de la pedagogía crítica” (Pedraz, 2013,p. 318).

A partir de aquí entendemos que la escuela se presenta como un campo de luchas en permanente cambio y solo identificando la particularidad de “cada contienda cultural” (Pedraz, 2013) que es librada en ella, es que se vuelve posible establecer las contradicciones que la institución soporta a la hora de preservar su legitimidad como transmisora y reguladora de saberes. Creemos necesario centrarnos en modelos pedagógicos que nos acerquen propuestas innovadoras que permitan la superación de los modelos de enseñanza tradicionales y fomenten una educación emancipadora, enfocando el interés en el desarrollo de una Educación física transmisora de saberes a la vez que construya sujetos críticos y reflexivos.

1.6.1.5 Posicionamiento filosófico-pedagógico

A partir de la revisión y análisis de la bibliografía acerca del tema y desde una postura crítica, reflexiva, intentaremos acercarnos a los diversos planteos que hacen al proceso de enseñanza en la Educación Física crítica.

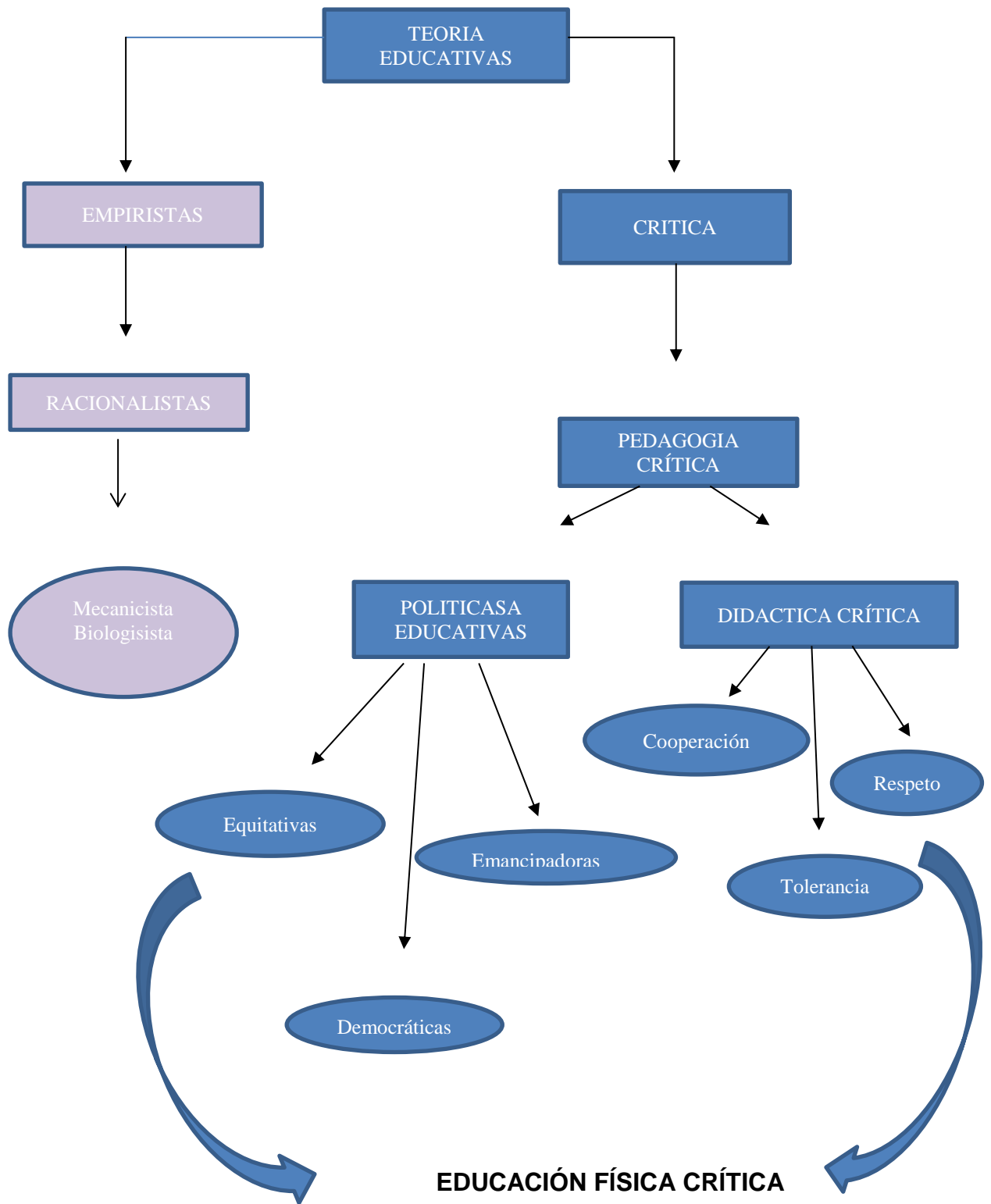
En base a lo analizado nos situamos en el estudio de la educación física desde una postura crítica, considerando a la disciplina como la resultante de la confrontación tanto simbólica cómo práctica de las diferentes representaciones en torno al uso o el gobierno de los cuerpos en el que cada individuo más allá de

su cultura, clase, grupo o minoría pone a prueba sus concepciones en un constante cruce auto reproductivo de discursos, prácticas y reglamentaciones. “Desde la perspectiva de la Educación Física Crítica es preciso que la escuela en general y la educación física en particular irrumpen en este terreno, tal vez en dos momentos. Inicialmente, mediante la re contextualización de los sujetos y sus corporalidades, es decir, mediante la devolución de las señas de identidad que a cada uno les hurtan como condición de su ingreso en la institución, supuestamente neutra (...). Posteriormente, mediante la adecuación del trabajo pedagógico sobre el cuerpo no a los recursos y discursos de aprendizaje gradual, metódico, sistemático y evaluable de la educación física sino a las necesidades de tanto materiales como culturales de los sujetos involucrados en ellas” (Pedraz, 2013, p.321).

Es preciso romper con la idea del cuerpo-concepto, cuerpo genérico que el modelo antojo- fisiológico propiciaba en la educación física otorgando a la escuela una autoridad impositiva y una legitimidad clasificatoria que hoy resulta escaso y limitante.

La Educación Física debe configurarse como una institución capaz de promover la concienciación de los sujetos implicados en la acción pedagógica en relación a los usos del cuerpo los propios y los de los demás; producir códigos simbólicos e interpretaciones alternativos a los hegemónicos, que posibiliten la impugnación de los modelos establecidos; debe elaborar estrategias emancipadoras entendidas como actitudes de reconocimiento de lo otro y de los otros que induzcan a la búsqueda de una sociedad más justa y más libre de acuerdo con ideales de emancipación. Esto implica compromiso ético y político e incluso un posicionamiento filosófico. (Pedraz, 2013).

Entendemos por lo tanto que es desde la perspectiva pedagógica crítica desde donde debemos abordar experiencias transformadoras, desde la educación física escolar para trascender las operaciones disciplinarias que colocan al cuerpo como un espacio neutro y vacío para enfocarnos en una consideración del cuerpo como espacio de producción ideológica para la creación de prácticas colectivas, abiertas, para la articulación de redes de saberes en un ida y vuelta en los procesos educativos.



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

Este trabajo de investigación se encargará de describir y relacionar los factores que determinan la presencia de la motivación en las clases de Educación Física en alumn@s del ciclo secundario, para esto nos serviremos de variadas teorías utilizada por diferentes autores para la comprensión del tema.

1.6.2.1. Orientación motivacional

La Educación Física debería ser un medio por el cual jóvenes y niños participen en prácticas de actividad física y deportes para alcanzar estilos de vida activos y saludables, los cuales puedan sostener a lo largo de sus vidas. Los datos muestran un declive en la motivación de los adolescentes en las prácticas de educación física en la escuela, de ahí que deben buscarse nuevos modos de motivación (Cecchini, Echeverría y Méndez Giménez 2003, citados por Méndez Giménez, Fernández, Cecchini y González 2013). En este sentido es indispensable reflexionar acerca de aquellos modelos capaces de servir como herramientas a tal efecto, para de este modo evitar la apatía hacia la actividad física que demuestran un gran número de adolescentes.

La orientación motivacional se basa en las teorías de las metas de logros orientadas a la tarea o al ego.

1.6.2.1.1 Teoría de las metas de logros

En esta instancia analizaremos la teoría de las metas de logros, desde la cual partiremos, es considerada una de las teorías más utilizadas en la comprensión de variables cognitivas, emocionales y conductuales relacionadas con el logro de los deportistas. Varios autores tales como Ames 1984, Ames y Archer 1988, Dweck 1983, Elliot 1983, Nicholls 1984-1989 y otros (citados por García Calvo 2004), han trabajado sobre la teoría de logros realizando investigaciones dentro del ámbito escolar, para poder explicar los procesos motivacionales en educación física de las últimas décadas. De ahí que se afirma que el individuo

es percibido como un organismo intencional que opera de manera racional hacia una meta, este modelo establece que los individuos en contextos como el deporte y el ejercicio físico son motivados por la obtención de éxitos mediante la demostración de habilidades y competencia.

La teoría de las metas de logros de Ames (1984,1992) y Nicholls (1984,1989) y el marco 2 x 2 (citados en Méndez Giménez et al.2013), nos ubican en el análisis de la motivación en contextos de logros académicos o deportivos; teniendo en cuenta dos orientaciones de metas o habilidades, por un lado la habilidad indiferenciada que no se distingue del esfuerzo y se relaciona con la meta de orientación de la tarea, es decir cuando el criterio de valoración tiene que ver con el progreso y el desarrollo personal y una mayor implicancia del sujeto en la actividad física, se considera al esfuerzo como lo más importante para alcanzar el éxito. Por otro lado tenemos la habilidad diferenciada porque el esfuerzo y la habilidad son delimitados, la habilidad y la capacidad se equiparan y relacionan por lo cual se considera a esta Meta de Orientación al ego. El éxito es hacer las cosas mejor que el otro.

“El alumnado orientado al ego corre el riesgo de mostrar conductas de inadaptación como por ejemplo, la resistencia a esforzarse ante actividades que requieren una alta exigencia y la tendencia a evitar actividades que le suponen un reto. Como su criterio de éxito depende de la acción de los demás, la mejora o el progreso en una tarea no es suficiente para producirle sentimientos de competencia” (Peiró Velert y Sanchis Gimeno 2004, p.27).Desde esta perspectiva de logros los estudiantes son motivados por la consecución de competencia y habilidad.

“De acuerdo con la teoría de meta de logro, las orientaciones de meta se desarrollan como resultado de experiencias socializantes (Ames, 1992; Nicholls, 1989). A través de la interacción con padres, profesores y entrenadores (clima motivacional), los jóvenes aprenden lo que es valorado en contexto de logro y adquieren diferentes criterios para el éxito, adoptando por ello distintas perspectivas de logro (Ames, 1992). En particular, un contacto frecuente con entornos en los que el éxito se define en términos normativos y el foco está en los resultados objetivos de la competición es de esperar que promueva la orientación al ego. Este entorno es típico en altos niveles de competición deportiva” (Citado por Cecchini, González, Prado y Brustad 2005, p.471-472).

Debemos tener en cuenta que la estructura del contexto en que se desarrolla la actividad deportiva repercute en la meta de logro que se adopta, las percepciones de un deportista orientado al ego pueden llevarlo a comportamientos pocos morales e irracionales. Por otro lado la orientación a la tarea se relaciona con la entrega personal y las actitudes respetuosas y positivas en el deporte, se la vincula con la hipótesis del clima de maestría, donde se revaloran los comportamientos del fair-play (“juego limpio, expresión utilizada para denominar el comportamiento leal y sincero además correcto en el deporte” Wikipedia) y la percepción de competencia constructiva a diferencia del clima de ejecución relacionado con la orientación de metas al ego y los comportamientos anti fair play que se hacen presente en los ámbitos de alta competición (Cecchini, et al 2005).

“Las claves del entorno, marca como relevantes pueden modular esta concepciones de lo que se considera habilidad de forma que en el sujeto se produce un proceso adaptativo consistente en responder a estas claves. Así los entornos que promueven de forma clara aspectos relativos al esfuerzo, la mejora personal y el dominio de la tarea, pueden conseguir que el sujeto tienda a adaptarse y muestre una implicación hacia la tarea. De forma contraria, aquellos entornos en los que se premian cuestiones relativas a la demostración de superior competencia que los demás y el éxito se evalúa en función de la victoria o derrota, tienden a conseguir que los sujetos se impliquen hacia el ego” (Cervelló y Santos Rosa,2000, p.52-53).

En las clases de educación física la orientación a la tarea se relaciona con el interés intrínseco de l@s alumn@s mientras que la orientación al ego está relacionado con la búsqueda de recompensas externas (Dorobantu y Biddle 1997; Walling y Duda 1995, citados en Cervelló y Santos Rosa, 2000).

Según el criterio que se perciba de éxito y cuanto se aliente será la orientación que tengan l@s alumn@s.

La orientación al ego será el resultado de equiparar ganancias con éxito; en contraposición al criterio de éxito relacionado con el progreso. En cuanto a esto es importante tener en cuenta que el comportamiento de los sujetos ante las situaciones de ejecución dependerá de la valoración de su capacidad en la realización de la tarea, siendo esto lo que determinará su adaptabilidad o des adaptabilidad del esfuerzo de ejecución. Las conductas de ejecución adaptativas

son aquellas que se caracterizan por la búsqueda de desafíos y la persistencia afectiva ante el fracaso; incluyen procesos cognitivos y afectivos que promueven la realización de una buena ejecución (Ames 1992, Ames y Archer 1998, Noutmanis y Biddle 1999, citados en García Calvo 2004)

Estas conductas se asocian a patrones que presentan los sujetos implicados en la tarea en oposición a los patrones desadaptativos en los que el individuo evita los desafíos, atribuyendo el fracaso a la falta de habilidad; reduciendo así la persistencia ante la situación de dificultad "(...)los patrones de inadaptación en contextos de logro, como son el abandono de una práctica física y el deterioro de la ejecución, serán consecuencias conductuales de una orientación al ego cuando los jóvenes no confían en su capacidad o competencia"(Peiró Velert y Sanchis Gimeno 2004,p.27).

De ahí que se considere el rendimiento en las diversas actividades físico deportivas como resultante del tipo de motivación con el cual el individuo ejecuta la tarea, en relación a los contextos involucrados; en cuanto a esto podemos citar:

"La investigación basada en un modelo cognitivo-social de la motivación en los ambientes educacionales, han indicado que las perspectivas de metas de los estudiantes se refieren a cómo responden ellos cognitivamente y afectivamente a las actividades de las clases (Ames 1981; Ames & Archer 1988; Dweck & Legget 1988). En concreto, los estudios han demostrado que la implicación en la tarea y en el yo, influyen en las atribuciones causales de la ejecución, en las percepciones de competencia, y, por consiguiente, en el interés intrínseco, dentro del dominio académico" (Citado en Duda 1995, p. 94).

Es importante que el docente determine qué tipo de orientación motivacional predomina en sus alumno@s, una orientación a la tarea genera una participación más entusiasta y hace que las clases sean más participativas.

1.6.2.2. Teoría de la autodeterminación

Para entender la perspectiva motivacional es necesario analizar la teoría de la autodeterminación, teoría que postula que la conducta puede ser caracterizada como motivada intrínsecamente y extrínsecamente, desmotivada o a motivada.

Las conductas intrínsecamente motivadas ocurren sin recompensas externas y las conductas extrínsecamente motivadas se manifiestan cuando la actividad se realiza con un fin determinado y no por sí misma. Las conductas desmotivadas se presentan cuando las personas no son motivadas extrínseca o intrínsecamente, no se perciben contingencia entre los resultados y sus acciones; se experimentan sentimientos de incompetencia.

La motivación extrínseca está caracterizada por ser el medio para un fin específico que busca los resultados. Según Deci y Ryan (2000, citados en Moreno Murcia et al. 2006) está compuesta por cuatro tipos de regulación:

- La regulación externa está regida por conductas regulada por medios externo (ya sea premios o castigos).
- La regulación introyectada determinará conductas que comienzan a ser interiorizadas pero son autodeterminadas (reconocimiento social, que evita así presiones internas o culpas).
- La regulación identificada se caracteriza por el comportamiento más autodeterminado, generadora de resultados más valorados y con menos presión, para lograr objetivos personales.
- La regulación integrada es la más autodeterminada, son conductas realizadas por elección de un estilo de vida saludable, es la utilizada por los adultos.

Según el primer postulado de Vallerand (1997, citado en Mendez Gimenez, et al.2013) los diferentes tipos de comportamiento motivados pueden ordenarse en un continuo de autodeterminación de menor a mayor nivel, encontramos la desmotivación, la regulación externa, la regulación introyectada, la regulación identificada, la regulación integrada y la motivación intrínseca.

Es así que la regulación externa y la introyectada se definen como formas que controlan la motivación y la regulación identificada, la regulación integrada y la motivación intrínseca son motivaciones autodeterminadas.

En cuanto al segundo postulado de Vallerand (1997 citado en Méndez Giménez, et al. 2013) la secuencia motivacional que propone son los factores sociales, los mediadores psicológicos, los tipos de motivación y consecuencias. Son tipos de motivación influidos por factores sociales que ejercen influencias a través de la satisfacción de tres necesidades psicológicas la autonomía o esfuerzo individual de expresión de acciones (sentirse el origen de sus acciones); la competencia sobre la cual debemos tener presente que en la educación física la percepción que los individuos poseen de la competencia tienen un efecto positivo y significativo en cuanto a sus rendimientos, a su comportamientos y su capacidad de cognición y afecto. En tercer lugar tenemos la relación o búsqueda de aceptación, que aseguraría la interacción eficaz con el contexto social.

Según Cecchini, Méndez Giménez, Muñiz (2002 citados en Méndez Gimenez et al. 2013). La necesidad de estar con amigos o hacer amigos es uno de los principales motivos por los cuales se suele participar en el deporte.

“(...) el modelo pre-dice que los diferentes tipos de motivación pueden conducir a importantes consecuencias cognitivas (niveles de concentración), afectivas (Diversión, aburrimiento), conductuales (esfuerzo y persistencia)” (Deci y Ryan 1985, citados en Méndez Gimenez et al., 2013, p.30). En cuanto a esto según Vallerand (1997, citado en Mendez Gimenez et.al., 2013) los resultados deberían ser positivos devenidos por formas autodeterminadas de motivación (intrínseca e identificada) y los negativos de formas de motivación menos autodeterminadas (desmotivación y de relación externa).

Esta macro teoría de la motivación humana, tal como la definen Deci y Ryan (1985, citado en Mendez Gimenez et.al., 2013) se relaciona con el desarrollo y el funcionamiento de la personalidad en los diversos contextos sociales, permitiendo determinar el grado en que las conductas del individuo son más o menos autodeterminadas, es decir con mayor o menor grado de compromiso, reflexión y elección personal

Según Deci y Ryan (1985; 2000, citado en Coterón-Gómez 2014), de las investigaciones de los últimos años surgen cinco mini teorías:

a) Teoría de la evaluación cognitiva su objetivo es especificar la variabilidad de la motivación intrínseca, propone cuatro puntos importantes que son el control, la competencia, los factores extrínsecos y la orientación.

b) Teoría de la integración organicista que relaciona los tipos de conductas con los tipos de motivación y su regulación, se estructura un continuo que va de la desmotivación, la motivación extrínseca hasta la motivación intrínseca.

c) Teoría de las necesidades básicas, define las necesidades básicas (Competencia, autonomía y relación con los demás) y su relación con la salud psicológica y el bienestar general de las personas

d) Teoría de las orientaciones de causalidad que describen tres tipos de regulaciones que guían las relaciones de los individuos, son la orientación de control, de autonomía y la orientación impersonal.

e) Teoría de los contenidos de la meta que diferencia entre los objetivos intrínsecos y extrínsecos y su efecto en la motivación y el bienestar.

“En concreto, según Moreno, González-Cutre, Martín Albo, y Cervelló (2010), es más probable que la persona alcance la motivación intrínseca (acción promovida por el disfrute obtenido durante la actividad) en aquellas situaciones en las que se permita la autonomía, se garantice la consecución de los objetivos establecidos (competencia) y se fomente la cohesión del grupo (relación con los demás). Sin embargo, si las necesidades básicas no son satisfechas, se incrementa la probabilidad de experimentar motivación extrínseca (acción promovida por un fin externo a la actividad) o incluso desmotivación (acción caracterizada por falta de interés hacia la práctica y por sentimientos de frustración), tal y como han demostrado Alvarez, Balaguer, Castillo, y Duda (2009), Papaioannou, Tsigilis, Komidou, y Milosis (2007) y Wentzell (1991), entre otros”(Citado en Moreno Murcia, Marzo y Martínez Galindo 2011,p.356).

1.6.2.2.1 Motivación intrínseca

La motivación intrínseca es muy importante en la autodeterminación, está directamente relacionada con el disfrute y el placer que se experimenta al realizar una actividad física, sin recibir a cambio ninguna gratificación extra; además genera una sensación de autorrealización más allá de haber alcanzado la meta (Vallenard y Cols1989,1993 citado en Moreno Murcia y Martínez Camacho 2006).Sostienen que existen tres tipos de motivación intrínseca, una motivación intrínseca hacia el conocimiento donde el sujeto realiza una actividad por el

placer y la satisfacción que siente mientras aprende; una motivación intrínseca hacia la ejecución donde el sujeto se aventura a la actividad por placer mientras intenta superarse a sí mismo y una motivación intrínseca hacia la estimulación donde el sujeto se involucra con la actividad para sentir sensaciones asociadas a sus propios sentidos.

“La motivación intrínseca está directamente relacionada con la diversión, el compromiso y la entrega en el trabajo, la competencia motriz percibida y la ansiedad ante el error y las situaciones que producen estrés” (Ryan, 1982, citado en Cecchini, González, et al 2005, p.471).

Es importante en el compromiso deportivo estar motivado intrínsecamente, esto significa realizar una actividad por el placer que esto implica (Moreno, Cervelló 2010, citado en Moreno Murcia, Joseph y Huéscar 2014).

Algunos estudios realizados “revelan un mayor disfrute en los perfiles más autodeterminados y una influencia positiva de la motivación intrínseca sobre el afecto positivo y negativo sobre la infelicidad” (Ntourmanis 2002; Standge, Duda y Ntourmanis 2005; citados en Moreno Murcia et, al. 2014, p.2).

La actividad física ayudará a mejorar la autoestima cuando el individuo esté motivado intrínsecamente, para ello se deben satisfacer los tres mediadores psicológicos que son la competencia, la autonomía y la relación con los demás (Deci y Ryan 1996, citados en Moreno Murcia et, al. 2014).

Siguiendo estas teorías estamos de acuerdo en sostener la importancia de la motivación intrínseca en nuestro@s alumna@s para evitar el abandono deportivo y fomentar la participación en las distintas actividades escolares.

1.6.2.3. Estado de Flow

Siguiendo con nuestro trabajo de investigación, teniendo en cuenta la motivación intrínseca y el desarrollo psicológico óptimo para el disfrute de la práctica deportiva sostenible nos encontramos con el concepto de flow o fluir como experiencia óptima.

El Flow o fluir es “ un estado en 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 y pensamientos y movimientos se suceden unas tras otras sin pausa” (Csikszentmihalyi1990,citado en Camacho, Arias, Castiblanco y Riveros, 2011, p.50).

Csikszentmihalyi (1996), citado en Camacho et al. (2011) también lo define como una experiencia óptima, en la que se experimenta total concentración y disfrute con un gran interés en la actividad.

Para Csikszentmihalyi (1990), citado en Camacho et al. (2011) el estado de flow corresponde a un óptimo estado psicológico que permite afrontar una actividad motriz con las mejores condiciones psíquicas. Para que se experimente el flow debe existir una adecuada retroalimentación positiva que posibilite las percepciones de competencia y autoconfianza que a su vez eleven los niveles de autodeterminación y motivación intrínseca, donde los individuos puedan tener participación en la elección de los objetivos, generando una sensación de autonomía y vínculos sociales .

Según Csikszentmihalyi (1990), citado en Garcia Calvo (2004), el estado de Flow se compone de nueve dimensiones:

1-Equilibrio entre habilidad y reto: Para una adecuada ejecución debe existir un equilibrio entre la dificultad de la tarea y la habilidad que poseemos para poder realizar dicha tarea y que resulte atractiva; si no estamos en un estado óptimo fracasamos y si el reto es muy fácil no nos motiva. Esta característica es muy importante en muchas variables psicológicas que afectan el rendimiento, por eso es importante que exista un equilibrio para evitar el fracaso. Es fundamental mejorar la motivación de l@s alumn@s para encontrar su estado óptimo.

2-Combinación/ unión de la acción y el pensamiento: Esta característica alude a la ejecución automática de los movimientos sin pensarlos, de esta manera se logra mayor fluidez, evitando la pérdida de tiempo.

Cuando la ejecución se hace de una forma automática es más fácil mantener un estado psicológico óptimo.

3-Claridad de objetivos: Si se tienen claras las metas que se persiguen se obtendrá un mejor rendimiento, si se tienen claros los objetivos su estado psicológico será más favorable.

4-Feedback claro y sin ambigüedades: Cuando realizamos una tarea recibimos una retroalimentación que nos permite establecer si lo que estamos haciendo es correcto o no, de esta manera si el feedback que recibimos es claro y conciso nos brindará autoconfianza y seguridad en la tarea que estamos realizando, si el feedback no es claro nos permitirá reconocer que está mal y tendremos la

posibilidad de modificarlo. Esta dimensión está relacionada con la anterior ya que si tenemos los objetivos claros el feedback será claro y sin ambigüedades.

5-Concentración sobre la tarea que se está realizando: Es necesario tener una buena concentración sobre la tarea que estamos realizando para conseguir un estado psicológico óptimo, la concentración determina un buen o mal rendimiento en la tarea que se está realizando. Hay técnicas que ayudan a no perder la concentración o a recuperarla

6-Sentimiento de control: Para lograr el estado óptimo es importante sentir que dominamos y controlamos la tarea que estamos realizando, esta dimensión está muy relacionada con la de equilibrio entre habilidad y reto, con la de tener los objetivos claros y un feedback inequívoco, esto mejorará nuestro control sobre la tarea.

7-Perdida de cohibición o de autoconciencia: Esta dimensión hace referencia a la capacidad de mantenerse alejado de las preocupaciones y miedos en cuanto a la habilidad, esto permitirá sentirse libre de presiones a la hora de enfrentar una tarea. Esta pérdida de cohibición está relacionada con la unión entre acción y pensamiento y la concentración sobre la tarea.

8-Transformación en la percepción del tiempo: Si el estado de flow es el óptimo la percepción del tiempo será más lenta y le permitirá realizar la ejecución perfecta, en cambio si el estado de flow no es el correcto el tiempo pasará más rápido y se sentirá mayor presión al tener que tomar una decisión

9-Experiencia autotélica: Esta dimensión está relacionada con la satisfacción intrínseca de la tarea, es más fácil ejecutarla cuando sentimos satisfacción por el solo hecho de realizarla sin recompensa externa. Esta característica hace que el/la alumno/a esté psicológicamente predispuesto/a para enfrentar un reto, ese disfrute de la actividad le ayudará a obtener un mejor resultado.

Este modelo sostiene que un individuo puede experimentar un estado de flow con el equilibrio entre el desafío y la habilidad, este estado hace que el individuo repita la conducta que le genere placer (Csikszentmihalyi, 1992; citado en Camacho et al. 2011).

En el modelo de Hill (2001) citado en Camacho et al. (2011), hay una relación más intensa con la diversión, muestra una relación directa con la pérdida del sentido del tiempo y del ego, la orientación a la meta y la motivación intrínseca.

El modelo de Jackson y Csikzentmihalyi tiene las nueve dimensiones del flow interpretadas por Hill (2001). Este modelo muestra limitaciones, parece que cada dimensión opera de forma independiente, pero en realidad tiene un efecto sinérgico en el desarrollo de los niveles de profundidad de la experiencia óptima. El flow está caracterizado por tres dimensiones o estados principales:

“En primer lugar, una percepción de metas y retos claros, de feedback percibiendo capacidades y habilidades ajustadas para la acción. En segundo lugar, la experiencia que se caracteriza por la fusión entre conocimiento y acción, concentración y alto sentido de control y finalmente los efectos que consisten en pérdida de la conciencia de sí mismo y distorsión temporal” (Salanoval et al., 2005, citado en Camacho, 2011,p.53).

Alcanzar el estado de flujo en las prácticas deportivas le permitirá a l@s deportistas obtener grandes niveles de disfrute, diversión y logros (Jackson 1996, citado en Moreno- Murcia et al 2006).

El resultado de la mayoría de las investigaciones que estudian la relación entre los diferentes tipos de motivación de la autodeterminación y el flujo, destacan en la motivación intrínseca la aparición del estado de flow (Csikszentmihalyi 1990, Garcia Calvo 2004, Jackson 1995-1996 y otros, citados en Moreno Murcia et al 2006).

“Se puede decir que una persona entra en estado de flujo cuando posee las herramientas suficientes y las adecuada para enfrentar el reto, por lo tanto el reto no puede ser muy superior a las capacidades del individuo y tampoco muy inferior ya que entraría en estado de desmotivación”(Camacho et al, 2011,p 59).

1.6.2.4. Intención de ser físicamente activ@

En la adolescencia se acrecienta notablemente el abandono deportivo, el sedentarismo aumenta conforme se avanza en edad (Balaguer y castillo,2002; Mendez y Contreras 2005; citados en Almagro 2012), debido a esto se han realizado muchos estudios acerca de la motivación y la intención de ser físicamente activos, autores como Almagro, Sáenz López, González-Cutre, y Moreno-Murcia, 2011; Reinboth y Duda, 2006,entre otros (citados en Almagro 2012), han demostrado en sus trabajos de investigación que un clima que implica

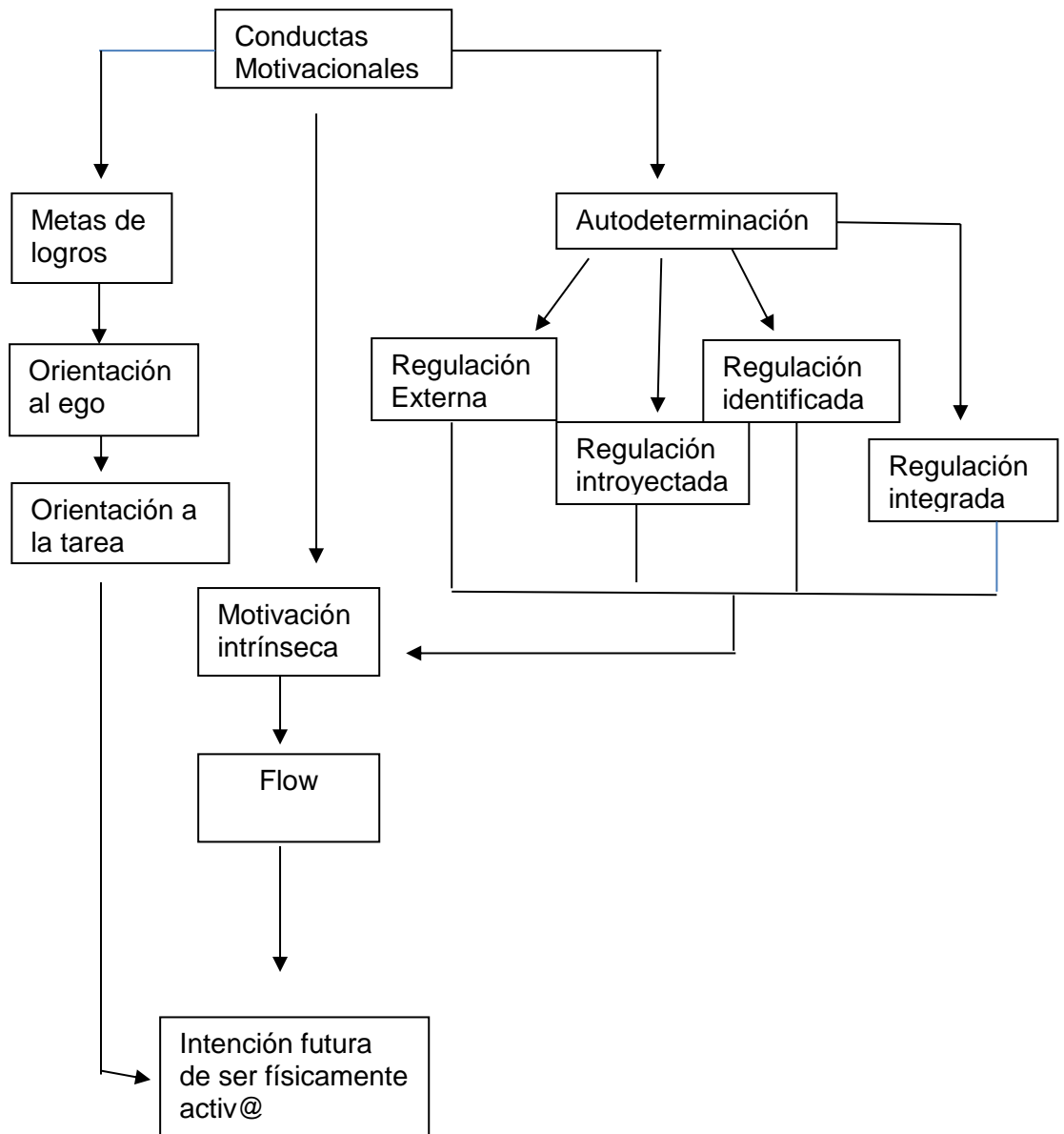
a la tarea producirá un aumento en la motivación intrínseca que favorecerá directamente a la intención de ser físicamente activo@.

En función de los resultados de los diferentes trabajos de investigación podemos decir que la motivación es un factor determinante para que los adolescentes logren realizar una actividad física sustentable, inclusive en su vida adulta. Entendemos la motivación como el conjunto de variables sociales, ambientales e individuales que determinan la elección de una actividad física o deportiva, su intensidad, la persistencia y el rendimiento (Escarti y Cervelló 1994, citados en Almagro 2012).

Almagro sostiene que la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas de autonomía, competencia y relación con los demás predijo una motivación intrínseca y esta predijo la intención de ser físicamente activo (...) “los resultados han demostrado que un clima motivacional que implica tarea, la competencia, la relación con los demás y la motivación intrínseca predicen de forma positiva y estadísticamente significativa la intención de ser físicamente activo” (Almagro y Conde 2012, p. 4).

Los factores contextuales influyen en la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas, un Profesor que fomente y valore la mejora personal, el esfuerzo, el aprendizaje, las relaciones sociales, donde el deportista se sienta motivado va a favorecer la continuidad en la actividad física que se esté desarrollando (Almagro 2012).

Creemos necesario que para mejorar la motivación de nuestros alumnos los Profesores de Educación Física debemos aplicar estrategias que satisfagan las necesidades psicológica básicas de competencia, autonomía y la de relacionarse con los demás. Las intenciones futuras de las prácticas de una actividad física deben apuntar a actividades atractivas para nuestr@s alumn@s, donde puedan vivenciar experiencias positivas, que satisfagan los intereses de l@s jóvenes. Si aumentamos la motivación intrínseca de l@s estudiantes vamos a mejorar su aprendizaje y la adhesión a las prácticas deportivas sostenibles. Además debemos generar un clima que permita satisfacer las necesidades psicológicas básicas y un espacio donde l@s jóvenes tengan la posibilidad de elegir las actividades que quieren realizar, como trabajar un contenido o su evaluación y así favorecer a un trabajo autónomo.



1.7Objetivos

Objetivos generales:

-Describir el nivel de la orientación motivacional al ego y/o a la tarea, de la motivación intrínseca, de la experimentación del estado de flow y de la intención de ser físicamente activ@s que presentan l@s estudiantes de educación física del nivel medio.

-Relacionar el nivel de la orientación motivacional al ego y/o a la tarea; el de la motivación intrínseca y el de experimentación del estado de flow con el nivel de intención de ser físicamente activ@s, de l@s estudiantes de educación física del nivel medio.

Objetivos Específicos:

-Describir el nivel motivacional orientado al ego y/o a la tarea de l@s estudiantes de educación física de secundaria.

-Determinar en l@s estudiantes secundarios de educación física el nivel de experimentación del flow motivacional.

-Identificar el nivel de la motivación intrínseca de l@s estudiantes de educación física de la escuela secundaria.

-Determinar en l@s estudiantes de educación física de secundaria el nivel de intención de ser físicamente activ@s.

-Relacionar el nivel de la orientación motivacional al ego y/o a la tarea con el nivel de intención de ser físicamente activ@s de l@s estudiantes de educación física de la escuela secundaria.

-Establecer la relación del nivel de experimentación del estado de flow con el nivel de intención de ser físicamente activ@s de l@s estudiantes de educación física de la escuela secundaria.

-Relacionar el nivel de motivación intrínseca de l@s estudiantes de educación física de la escuela secundaria con el nivel de intención de ser físicamente activ@s.

2. Segunda Parte: Material y Método

2.1. Tipo de Diseño

Teniendo en cuenta el estado de arte, los objetivos planteados y la tipología de investigación que plantean Hernández Sampieri, Fernández Collado y Batista Lucio (1991) podemos decir que se trata de un diseño descriptivo-correlacional. Es descriptivo porque se busca describir diferentes aspectos del fenómeno a investigar; así mismo, los diseños descriptivos miden de manera independiente un concepto o una variable. Es correlacional porque mide el grado de relación entre dos o más variables, por lo que en nuestro trabajo describimos el nivel de la motivación orientada al ego y a la tarea, el nivel de motivación intrínseca, el nivel de la experimentación del estado de flow y el nivel de intención de ser físicamente activ@s de l@s alumn@s de secundaria, estableciéndose la relación existente entre los niveles de las variantes citadas con la intención de ser físicamente activ@s.

Según el tiempo, este diseño es sincrónico, por haberse realizado un corte sagital al problema, investigando a tal fin fenómeno determinado en ese momento (Gómez 2014). Decimos que es sincrónico porque en el mes de Agosto de 2015 se realizó un corte sagital al problema, iniciando la investigación en una escuela secundaria estatal de la ciudad de Rosario.

Siguiendo a Gómez (2014), de acuerdo al tipo de conocimiento producido, es una investigación aplicada por tener por objetivo generar un conocimiento para ser aplicado inmediatamente en las prácticas profesionales. Los resultados de esta investigación brindan información a los diferentes actores de la comunidad educativa tales como profesionales de la educación física, directivos de escuelas medias, encargados de capacitación docente y personal especializado en actividad física y deporte, entre otros, por lo que resulta de nuestra intención el buscar ayuda a innovar y mejorar las prácticas educativas en el nivel medio.

Según el contexto de datos podemos decir que nuestro trabajo corresponde al diseño de campo ya que “son las que se llevan a cabo en el marco de una situación real determinada. Los datos se obtienen de la indagación y recolección in situ” (Gómez 2014, p 43). La recolección de datos se realizó en una escuela

del nivel medio con orientación técnica estatal de la ciudad de Rosario y la muestra se tomó a través de un cuestionario pre establecido, el cual respondieron los alumnos de 1ro a 5to año.

2.2. Matriz de datos

U.A.N+1					
Establecimiento Educativo del Nivel medio del sistema formal Argentino					
Variables	Valores	Dimensiones	Valores	Sub-Dimensiones	Valores
V1 Tipo de gestión	Público				
	Privado				
V2 Orientación en educación física	Si				
	No				
U.A.Na					
Estudiantes de Educación Física de Nivel Medio del sistema formal Argentino					
Variables	Valores	Dimensiones	Valores	Sub-Dimensiones	Valores
V1 Sexo	Hombre				
	Mujer				
V2 Edad	R1-10/11/12/13				
	14/15/16/17				
	18/19				
V3 Año que cursa	R1-1°/2°/3°/4°/5°				
V4 Calificación en Educación física del curso(año anterior)	R1-1/2/3/4/5/6				
	7/8/9/10				
V5 Gusto por la educación física	R1-Nada				
	R2-Poco				
	R3-Normal				
	R4-Bastante				
	R5-Mucho				

<p>V6</p> <p>Frecuencia semanal de Ejercicio Extenuante durante más de 15 minutos en el tiempo libre</p>	R1-0 vez				
	R1-1 vez				
	R1-2 veces				
	R1-3 veces				
	R1-4 veces				
	R1-5 veces				
	R1-6 veces				
	R1-7 veces				
<p>V7</p> <p>Frecuencia semanal de Ejercicio Moderado durante más de 15 minutos en el tiempo libre</p>	R1-0 vez				
	R1-1 vez				
	R1-2 veces				
	R1-3 veces				
	R1-4 veces				
	R1-5 veces				
	R1-6 veces				
	R1-7 veces				
<p>V8</p> <p>Frecuencia Realización de Ejercicio suave Durante más de 15 minutos en el tiempo libre</p>	R1-0 vez				
	R1-1 vez				
	R1-2 veces				
	R1-3 veces				
	R1-4 veces				
	R1-5 veces				
	R1-6 veces				
	R1-7 veces				
<p>V9</p> <p>Frecuencia de participación en una actividad física regular en la que se llegue a sudar, realizada semanalmente en el tiempo libre</p>	R1-Nunca/ Raramente				
	R2-Aveces				
	R3-A menudo				

V10 Nivel de Orientación Motivacional al ego	R1-Muy Alto	D1-Nivel de acuerdo cuando se es capaz de ser el/la único/a en realizar el ejercicio	R1>Totalmente de acuerdo			
	R2-Alto		R2-De acuerdo			
	R3-Medio		R3-Indiferente			
	R4-Bajo		R4-En desacuerdo			
	R5-Nulo		R5-Totalmente en desacuerdo			
		D2-Nivel de acuerdo en que el éxito radica en poder hacerlo mejor que los/las compañeros	R1-Totalmente de acuerdo			
			R2- De acuerdo			
			R3 -Indiferente			
			R4- En desacuerdo			
		D3-Nivel de acuerdo en que el éxito consiste en que l@s compañer@s no alcancen el mismo nivel de habilidad	R5-Totalmente en desacuerdo			
			R1-Totalmente de acuerdo			
			R2-De acuerdo			
		D4-Nivel de acuerdo en que el éxito se encuadra ligado al fracaso de los/as demás.	R4-En desacuerdo			
			R5-Totalmente en desacuerdo			
		D5-Nivel de acuerdo en que el éxito reside en ganarle a los/as demás	R1-Totalmente de acuerdo			
			R2-De acuerdo			
			R3-Indiferente			
			R4-En desacuerdo			
			R5-Totalmente en desacuerdo			
		D6-Nivel de acuerdo en que el éxito se logra en tener la puntuación más alta	R1-Totalmente de acuerdo			
			R2-De acuerdo			
			R3-Indiferente			
			R4-En desacuerdo			
		D7-Nivel de acuerdo en que el éxito es ser el/la mejor	R5-Totalmente en desacuerdo			
			R1-Totalmente de acuerdo			
			R2-De acuerdo			
			R3-Indiferente			
			R4-En desacuerdo			
		D8-Nivel de acuerdo cuando el éxito se encuentra en comparación de la habilidad propia con las/los demás	R5-Totalmente en desacuerdo			
			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	D1-Nivel de acuerdo en que el éxito está cuando se es capaz de esforzarse ante la practica de una actividad	R1-Totalmente de acuerdo		
	R2-Alto		R2-De acuerdo		
	R3-Medio		R3-Indiferente		
	R4-Bajo		R4-En desacuerdo		
	R5-Nulo		R5-Totalmente en desacuerdo		
		D2-Nivel de acuerdo en que el éxito radica en aprender una nueva habilidad	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	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 que el éxito se logra al querer practicar más	R1-Totalmente de acuerdo		
			R2-De acuerdo		
			R3-Indiferente		
			R4-En desacuerdo		
			R5-Totalmente en desacuerdo		
		D7-Nivel de acuerdo en que sentir el éxito al aprender una nueva habilidad	R1-Totalmente de acuerdo		
			R2-De acuerdo		
			R3-Indiferente		
			R4-En desacuerdo		
			R5-Totalmente en desacuerdo		
		D8-Nivel de acuerdo en encontrar el éxito en desarrollar al máximo el potencial	R1-Totalmente de acuerdo		
			R2-De acuerdo		
			R3-Indiferente		
			R4-En desacuerdo		
			R5-Totalmente en desacuerdo		

V12 Nivel de experimentación del estado de Flow	R1-Muy Alto	D1-Nivel de equilibrio entre habilidad y reto	R1-Muy Alto	SD1-Nivel de acuerdo en que la habilidad permite hacer frente al desafío planteado	R1-Totalmente de acuerdo	
	R2-Alto		R2-Alto		R2-De acuerdo	
	R3-Medio		R3-Medio		R3-Indiferente	
	R4-Bajo		R4-Bajo		R4-En desacuerdo	
	R5-Nulo		R5-Nulo		R5-Totalmente en desacuerdo	
					SD2-Nivel de acuerdo en que las habilidades se equiparan a la exigencia de la situación	R1-Totalmente de acuerdo
						R2-De acuerdo
						R3-Indiferente
						R4-En desacuerdo
						R5-Totalmente en desacuerdo
					SD3-Nivel de acuerdo de que si se es capaz de hacer frente a las demandas de la situación	R1-Totalmente de acuerdo
						R2-De acuerdo
						R3-Indiferente
						R4-En desacuerdo
						R5-Totalmente en desacuerdo
					SD4-Nivel de acuerdo en que si las habilidades están a la altura de las exigencias de la situación	R1-Totalmente de acuerdo
						R2-De acuerdo
						R3-Indiferente
						R4-En desacuerdo
						R5-Totalmente en desacuerdo
		D2-Nivel de combinación entre la unión de la acción y el pensamiento	R1-Muy Alto	SD1-Nivel de acuerdo en la Realización correcta de los gestos sin automatizarlos	R1-Totalmente de acuerdo	
			R2-Alto		R2-De acuerdo	
			R3-Medio		R3-Indiferente	
			R4-Bajo		R4-En desacuerdo	
			R5-Nulo		R5-Totalmente en desacuerdo	
				SD2-Nivel de acuerdo en que 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	

V12 Nivel de experimentación del estado de Flow		D3-Nivel de claridad en los objetivos	R1-Muy Alto	SD1 Nivel de acuerdo en cuanto al conocimiento de lo que se quiere hacer	R1-Totalmente de acuerdo
			R2-Alto		R2-De acuerdo
			R3-Medio		R3-Indiferente
			R4-Bajo		R4-En desacuerdo
			R5-Nulo		R5-Totalmente en desacuerdo
				SD-2 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	R1-Muy Alto	SD1-Nivel de claridad de cómo se lo está haciendo	R1-Totalmente de acuerdo
			R2-Alto		R2-De acuerdo
			R3-Medio		R3-Indiferente
			R4-Bajo		R4-En desacuerdo
			R5-Nulo		R5-Totalmente en desacuerdo
				SD2-Nivel de acuerdo de lo bien que se lo está haciendo	R1-Totalmente de acuerdo
					R2-De acuerdo
					R3-Indiferente
					R4-En desacuerdo
					R5-Totalmente en desacuerdo
				SD3-Nivel de acuerdo de los buenos pensamientos de lo que se esta 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 bien	R1-Totalmente de acuerdo	
				R2-De acuerdo	
				R3-Indiferente	
				R4-En desacuerdo	
				R5-Totalmente en desacuerdo	

V12 Nivel de experimentación del estado de Flow		D5- Nivel de concentración sobre la tarea que se está realizando	R1-Muy Alto	SD1-Nivel de acuerdo en que la intención está Completamente lo que se está haciendo	R1-Totalmente de acuerdo
			R2-Alto		R2-De acuerdo
			R3-Medio		R3-Indiferente
			R4-Bajo		R4-En desacuerdo
			R5-Nulo		R5-Totalmente en desacuerdo
				SD2-Nivel de acuerdo en que si Se puede mantener la mente en lo que está sucediendo sin esfuerzo	R1-Totalmente de acuerdo
					R2-De acuerdo
					R3-Indiferente
					R4-En desacuerdo
					R5-Totalmente en desacuerdo
				SD3-Nivel de acuerdo si hay concentración total	R1-Totalmente de acuerdo
					R2-De acuerdo
			R3-Indiferente		
			R4-En desacuerdo		
			R5-Totalmente en desacuerdo		
			SD4-Nivel de acuerdo en la concentración total de lo que se está haciendo	R1-Totalmente de acuerdo	
				R2-De acuerdo	
				R3-Indiferente	
				R4-En desacuerdo	
				R5-Totalmente en desacuerdo	
		D6-Nivel de Sentimiento de control	R1-Muy Alto	SD1-Nivel de acuerdo con la sensación de control de lo que se está haciendo	R1-Totalmente de acuerdo
			R2-Alto		R2-De acuerdo
			R3-Medio		R3-Indiferente
			R4-Bajo		R4-En desacuerdo
	R5-Nulo		R5-Totalmente en desacuerdo		
			SD2-Nivel de acuerdo con la sensación de poder de controlar lo que se esta 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		

V12 Nivel de experimentación del estado de Flow			R1-Muy Alto	SD1-Nivel de acuerdo en que la percepción de lo que el/la otro/a piensa da igual	R1-Totalmente de acuerdo	
			R2-Alto		R2-De acuerdo	
			R3-Medio		R3-Indiferente	
			R4-Bajo		R4-En desacuerdo	
			R5-Nulo		R5-Totalmente en desacuerdo	
				SD2-Nivel de acuerdo en que 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/las 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 puedan pensar da igual	R1-Totalmente de acuerdo		
				R2-De acuerdo		
				R3-Indiferente		
				R4-En desacuerdo		
				R5-Totalmente en desacuerdo		
		D7-Nivel de perdida de cohibición o de autoconciencia		R1-Muy Alto	SD1-Nivel de acuerdo en que el tiempo parece alterarse	R1-Totalmente de acuerdo
				R2-Alto		R2-De acuerdo
				R3-Medio		R3-Indiferente
				R4-Bajo		R4-En desacuerdo
		R5-Nulo		R5-Totalmente en desacuerdo		
		SD2-El nivel de acuerdo en que el paso del tiempo parece ser diferente al normal		R1-Totalmente de acuerdo		
				R2-De acuerdo		
				R3-Indiferente		
				R4-En desacuerdo		
				R5-Totalmente en desacuerdo		
		SD3-Nivel de acuerdo en que parece que el tiempo pasa rápidamente		R1-Totalmente de acuerdo		
				R2-De acuerdo		
			R3-Indiferente			
			R4-En desacuerdo			
			R5-Totalmente en desacuerdo			
		SD4-Nivel de acuerdo en la pérdida de la noción normal del tiempo	R1-Totalmente de acuerdo			
			R2-De acuerdo			
			R3-Indiferente			
			R4-En desacuerdo			
			R5-Totalmente en desacuerdo			
	D8-Nivel de Distorsión en la percepción del tiempo					

V12 Nivel de experimentación del estado de Flow		D9-Nivel de experiencia autotélica	R1-Muy Alto	SD1-Nivel de acuerdo con la diversión de la experiencia	R1-Totalmente de acuerdo
			R2-Alto		R2-De acuerdo
			R3-Medio		R3-Indiferente
			R4-Bajo		R4-En desacuerdo
			R5-Nulo		R5-Totalmente en desacuerdo
				SD2-Nivel de acuerdo con el gusto de la experiencia de la ejecución y de sentirlo nuevamente	R1-Totalmente de acuerdo
					R2-De acuerdo
					R3-Indiferente
					R4-En desacuerdo
					R5-Totalmente en desacuerdo
				SD3-Nivel de acuerdo de la buena impresión que deja la experiencia	R1-Totalmente de acuerdo
					R2-De acuerdo
					R3-Indiferente
					R4-En desacuerdo
					R5-Totalmente en desacuerdo
				SD4-Nivel de acuerdo con lo valioso y reconfortante de la experiencia	R1-Totalmente de acuerdo
					R2-De acuerdo
					R3-Indiferente
					R4-En desacuerdo
					R5-Totalmente en desacuerdo
V13 Nivel de Experimentación de la motivación intrínseca	R1-Muy Alto	D1-Nivel de acuerdo en participar en la clase porque es divertida	R1-Totalmente de acuerdo		
	R2-Alto		R2-De acuerdo		
	R3-Medio		R3-Indiferente		
	R4-Bajo		R4-En desacuerdo		
	R5-Nulo		R5-Totalmente en desacuerdo		
		D2-Nivel de acuerdo en participar en la clase 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 acuerdo en participar porque la Educación Física es estimulante	R1-Totalmente de acuerdo		
			R2-De acuerdo		
			R3-Indiferente		
			R4-En desacuerdo		
			R5-Totalmente en desacuerdo		
		D4-Nivel de acuerdo en participar 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		

V14 Nivel de intención de ser físicamente Activ@	R1 muy alto	D1 Nivel de acuerdo en el el interés por el desarrollo de la formas física	R1-Totalmente de acuerdo		
	R2 alto		R2-De acuerdo		
	R3moderado		R3-Indiferente		
	R4 bajo		R4-En desacuerdo		
	R5 muy bajo		R5-Totalmente en desacuerdo		
		D2 Nivel de acuerdo en el gusto por la práctica deportiva fuera del horario escolar	R1-Totalmente de acuerdo		
			R2-De acuerdo		
			R3-Indiferente		
			R4-En desacuerdo		
			R5-Totalmente en desacuerdo		
		D 3 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		
		D 4 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		
	D 5 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			
PROCEDIMIENTOS : EN TODAS LAS VARIABLE SE REALIZÓ POR MEDIO DE PREGUNTAS					

2.3. Fuente de datos

La fuente de datos utilizada, de acuerdo a la clasificación realizada por Samaja (1994) fue de carácter primario, por haberse realizado por acciones y/o actividades instrumentadas por el propio investigador.

Samaja (1994) plantea tres condiciones de validez de las fuentes de datos: Viabilidad, factibilidad y accesibilidad.

El autor refiere en cuanto a viabilidad a la coherencia entre el hecho y las condiciones esenciales. La recolección de los datos se realizó a través del suministro de un cuestionario (ver “Modelo de cuestionario” en el Anexo 1), previo a que respondieran el mismo se les proporcionó a l@s alumn@s información de los objetivos de nuestra investigación.

Puesto que durante el pilotaje surgieron dudas de comprensión del cuestionario por parte de l@s alumn@s, conjuntamente con el grupo de estudios de UFLO se buscaron definiciones de fácil comprensión con el fin de confeccionar un glosario que despejara al alumno de toda duda posible (ver “Glosario” en el Anexo 2).

En la muestra total los alumnos pudieron responder con claridad el cuestionario suministrado; permitiendo obtener datos completos que resultaron en información precisa y detallada. Previo al pilotaje se planteó si era conveniente incluir a l@s alumn@s de 6to año en la muestra, por no tener estos grupos Educación Física desde 4to año, pareciéndonos que la posible información por ell@s proporcionada no sería viable, motivándola exclusión de los grupos.

Excluimos durante el pilotaje a l@s repetidores, pero esto también nos pareció que le quitaría viabilidad a la información, ya que una gran parte del alumnado no estaría representada, por lo que en la muestra final se incluyó a todos l@s estudiantes. Asimismo surgieron cuestiones que podrían poner en duda la viabilidad de la muestra: el hecho de que algún@s alumn@s dejaron casilleros en blanco o marcaron dos opciones resultó que esos cuestionarios se tuvieron que descartar. Por este motivo, en la muestra total, a medida que iban entregando los cuestionarios se les solicitó que revisaran no haber dejado casillero en blanco y, de haber hecho correcciones, procuraran que la información en la opción seleccionada se mostrara de forma clara. Pese a la aclaración hubo cuestionarios que debieron ser descartados.

En cuanto a la factibilidad, según Samaja (1994), remite a las condiciones que facilitan la acción. Contar con los espacios necesarios para realizar la muestra facilitó la misma, por otro lado llevó más tiempo de lo pensado juntar a l@s estudiantes de los diferentes cursos para que respondan el cuestionario debido a la cercanía de la finalización del trimestre, debiendo coordinar y gestionar horarios donde no se encontrarán afectados por evaluaciones de otras asignaturas.

Al contar con el permiso de los directivos, motivado por una estrecha relación laboral de más de doce años con la institución y con la buena predisposición de l@s alumnos, podemos decir que contamos con accesibilidad para la toma de la muestra.

Se han tenido en cuenta los siguientes criterios de validez planteados por Samaja (1994):

Calidad: Creemos que los datos recabados reflejan fielmente lo que sienten l@s alumn@s de una escuela secundaria de la ciudad de Rosario Santa Fe. Con el fin de lograr la mejor calidad posible de información, se decidió que la primer hoja del cuestionario la completásemos tod@s junt@s. De este modo se aclararon todas las dudas que se habían presentado en el pilotaje, sugiriéndoles que, en caso de no entender alguna palabra o pregunta, podrían consultar a fin de aclararlo entre tod@s y para tod@s. A medida que se fueron entregando las encuestas se controló que estuvieran todos los casilleros completos.

Riqueza: Los datos recolectados han proporcionado información de las cinco variables que queríamos investigar y además se registran datos sociodemográfico de l@s estudiantes del nivel medio.

Cantidad: La información obtenida expandió los límites hasta ahora conocidos del grupo sobre el universo amplio de estudiantes secundarios de una escuela de la ciudad de Rosario, Provincia de Santa Fe, República Argentina.

Oportunidad: La celeridad con la que se pudo contar con los datos recabados permitió realizar la investigación en el tiempo previsto. Al principio pensamos que se iba a complicar con la cercanía de la finalización del trimestre y las evaluaciones que tenían programadas los cursos, pero logramos coordinar los cursos y la realización de la muestra total llevo tres días como la teníamos planificado. La primera intervención se realizó con 5° y 2° año; la segunda fue con 3° y 4° año y la última se realizó con 1° año.

En cuanto a la economía descrita por Samaja (1994) debemos especificar que al utilizarse medios económicos para realizar la investigación como lo son las encuestas, los costos de la misma fueron accesibles.

2.4. Instrumentos para la producción de datos

Como instrumento de recolección de datos se utilizó el cuestionario (Ver “modelo de cuestionario” en el Anexo 1). El mismo cuenta con preguntas cerradas simples y con múltiples respuestas. El formato de cuestionario “nos da la posibilidad de registrar, interpretar y codificar la información de una forma muy fácil y rápida” (Padua 1994).

En relación al tiempo empleado para su cumplimiento fue de aproximadamente 45 minutos como máximo. En la primer hoja del cuestionario se establecieron ítems para recabar información socio demográfica y para medir la actividad realizada en el tiempo de ocio. A partir de la segunda página se establecieron los ítems específicos de cada una de las variables a medir (Orientación motivacional al ego/tarea, estado de experimentación del flow, motivación intrínseca e intención de ser físicamente activo).

Para medir el nivel de orientación motivacional se utilizó el TEOSQ adaptado a la Educación Física, conformado por 16 ítems. Peiró Velert y Sanchis Gimeno (2004) analizaron las propiedades psicométricas del TEOSQ (Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire) como un instrumento para medir las orientaciones de meta adaptado a la educación física y fue considerado un instrumento muy consistente y útil para medir las diferencias individuales en las perspectivas de meta en este contexto. Cada dimensión de la variable queda conformada por ocho indicadores. Las respuestas de dicho cuestionario son cerradas y se responden con una escala de 1=totalmente en desacuerdo y 5=totalmente de acuerdo.

Para medir el nivel de estado de flow, se indagó con un cuestionario basado en la Escala de Disposición al flow. Dispositional Flow Scale (DFS, por su sigla en inglés) de Jackson y Eklund (2002), citado en García Calvo, (2004), apoyada en la escala FSS, se refiere a la propensión o facilidad que tiene los sujetos a experimentar el Flow, así que se redacta en presente continuo y se ha seleccionado la forma de presentación larga, la cual contiene 36 ítems, con cuatro ítems para cada categoría, donde se evalúan las nueve dimensiones del Flow. Las respuestas a este cuestionario son cerradas y se responden con una escala cuya puntuación oscila entre 1=totalmente en desacuerdo y 5=totalmente de acuerdo.

Para la motivación intrínseca se utilizó la escala de motivación deportiva en su versión española (Balaguer, Castillo y Duda, 2007). Mide la desmotivación, la motivación externa y la motivación intrínseca. Las respuestas son cerradas y la puntuación oscila en una escala de 1=totalmente en desacuerdo y 5=totalmente de acuerdo.

La intención de ser físicamente activ@, se indagó mediante la medida de la intencionalidad para ser físicamente activo (MIFA) y está compuesta por cinco ítems para medir la intención de ser físicamente activo tras su paso por las instituciones educativas. Las respuestas son cerradas y responden a una escala de puntuación que oscila entre 1=totalmente en desacuerdo y 5=totalmente de acuerdo.

2.5. Plan de actividades en contexto

El trabajo de campo se llevó a cabo en el terreno, debido a que las encuestas se realizaron en la escuela seleccionada de modalidad técnica de la ciudad de Rosario provincia de Santa Fe. Se estableció contacto con el equipo directivo del establecimiento y se les informo de los objetivos del trabajo de investigación y de las actividades que íbamos a realizar; se solicitó la colaboración del mismo. Una vez aceptada la propuesta se entregó a los directivos una carta de presentación (ver “Carta de presentación” en el Anexo 3) solicitando autorización para la realización de las actividades.

Se recabo la información necesaria, número de matrícula, cantidad de cursos, cantidad de alumnos por curso y por turno. Se establecieron las fechas y los horarios en las que se iban a realizar el pilotaje y la muestra total.

Se realizó una prueba piloto en la cual se les administró el cuestionario a dos alumn@s por curso (una mujer y un varón) de 1ro a 5to año (de 12 a 19 años de edad), el 6to año quedó excluido debido a que en la Provincia de Santa Fe los alumn@s que actualmente cursan el 6to no tienen Educación Física desde 4to año. Se efectuó esta instancia para que en caso que surjan dudas poder aclararlas antes de la toma de la muestra definitiva.

Finalmente se tomó la muestra a 120 alumn@s del establecimiento de 1ro a 5to año de 12 a 19 años de edad.

Cronograma de actividades

Concertación de entrevista (y entrega de nota de presentación)	Del 03 al 14 de agosto de 2015
Realización de entrevista con equipo directivo. Programación de fecha y horario para realizar el pilotaje. Se explicará que unas semanas después del pilotaje se realizará la administración completa. Se programarán horarios tentativos para esa tarea.	18 de agosto de 2015
Realización del pilotaje: administración del instrumento con 10 estudiantes (2 de cada año)	Del 24 al 26 de agosto de 2015
Administración del cuestionario a toda la muestra.	Del 16 al 19 de Noviembre de 2015

2.6. Población y muestra

La población a la que se le realizó la muestra estuvo compuesta por alumn@s de 1ro a 5to año, de 12 a 19 años de edad, de una Escuela del Nivel Medio de Enseñanza Pública, modalidad Técnico Profesional, de la ciudad de Rosario de la provincia de Santa Fe.

Para la realización del pilotaje se les contó a l@s alumn@s el trabajo de investigación que estamos llevando a cabo y la necesidad de que respondan los cuestionarios para así poder tener información de cómo se sentían ellos en las clases de Educación Física. Solicitamos dos voluntari@s por curso, que no fueran repetidores (un varón y una mujer) de 12 a 19 años. Una vez seleccionad@s (en los cursos donde eran más de dos voluntarios fueron elegidos por sus compañeros), l@s llevamos a un salón, se les explicaron las consignas de cómo debían completar cada ítems, se evacuaron todas las dudas existentes, luego se les dio el tiempo para que respondieran el cuestionario (Ver Anexo 4 manual de procedimiento de pilotaje). En la muestra definitiva

participaron todos l@s alumn@s que voluntariamente se ofrecieron a colaborar. Se controlaron todos los cuestionarios y se descartaron los que contenían errores de algún tipo. A continuación se realizó un sorteo de los mismos para establecer el número real de la muestra de 24 (12 varones y 12 mujeres) de cada año.

Para la unidad de análisis U.A.N+1: Establecimiento Educativo Nivel medio del sistema formal Argentino se seleccionó una muestra no probabilística, este tipo de muestra arbitraria, nos permitió elegir un colegio de fácil acceso debido a la relación laboral con la institución. Las muestras no probabilística o finalística intencional, son muestras dirigidas de acuerdo a lo criterios de alguno de los investigadores, se seleccionan según determinadas características (Padua 1994).

Para la U.A. Na: Estudiantes de Educación Física de Establecimientos educativos de Nivel Medio del sistema educativo formal Argentino, siguiendo los criterios de Padua (1994), seleccionamos una muestra probabilística al azar estratificada proporcional. Dicha muestra es probabilística porque todos l@s alumn@s tuvieron las mismas posibilidades para ser incluidos en la muestra. Es estratificada porque se dividió en estratos por sexo, edad, curso. Siendo proporcional por haber sido igualitaria para cada estrato de fracción de muestreo.

Cuotas	1º	2º	3º	4º	5º	Total
Cursos	24	24	24	24	24	120
Varones	12	12	12	12	12	60
Mujeres	12	12	12	12	12	60

2.7. Plan de tratamiento y análisis de los datos

Hemos realizado un tratamiento cuantitativo y un análisis sistemático de la información. El tratamiento y el análisis de los datos estuvo centrado especialmente en describir el comportamiento de las unidades de análisis respecto al valor de cada una de las variables y en cómo se asocian entre sí los valores de unas variables con relación a las otras (Samaja 1994).

2.7.1.1. Procesamiento de la información

El procesamiento de la información la realizamos mediante una planilla de cálculos previamente confeccionada por el equipo de investigación sobre la plataforma Excel, del paquete informático Microsoft Office. Para tal fin, agrupamos en filas las U.A. y en columnas los ítems del cuestionario correspondientes a cada una de las variables, dimensiones y sub-dimensiones, diseñando así una Planilla Matriz de Datos (ver “Planilla de datos” en el Anexo 5). Para el debido ingreso de datos a la Planilla Matriz de Datos contamos con un manual de procedimiento suministrado por la profesora Valeria Gómez titular de la cátedra Trabajo de investigación (ver “Manual de procedimiento para cargar planilla Excel en el Anexo 6).

2.7.1.2. Construcción de índices sumatorios de variables complejas

Para poder establecer una escala de valores que luego nos permitiese relacionar las variables entre sí, se constituyó un índice sumatorio para cada una de las variables principales de la investigación, dimensiones y sub-dimensiones. Estos índices se elaboraron conjuntamente con el grupo de estudio de UFLO. Para las preguntas de cada una de las variable se determinaron cinco valores, a cada uno se le otorgo un puntaje, muy alto (5), alto (4), medio (3), bajo (2) y nulo (1).

2.7.1.2.1. Índice sumatorio del Nivel de Orientación motivacional al ego y a la tarea

En estas variables se establecieron cinco valores para cada una de las dimensiones: totalmente de acuerdo, de acuerdo, indiferente, en desacuerdo y totalmente en desacuerdo. Para cada valor se consensó el siguiente puntaje, para totalmente de acuerdo (5), de acuerdo (4), indiferente (3), en desacuerdo (2), totalmente en desacuerdo (1). La sumatoria de estos puntajes dio como resultado el puntaje del valor de la variable, quedando de la siguiente manera: entre 39 y 40 corresponde al valor muy alto ; entre 29 y 38 al valor alto; entre 20 y 28 al valor medio; entre 10 y 19 al valor bajo y entre 8 y 9 al valor nulo.

Lo dicho queda expresado en el siguiente cuadro:

Variable	Valor	Puntaje	Dimensión	Valor	Puntaje	
V10 Nivel de Orientación Motivacional al ego	R1-Muy Alto	39/40	D1-Nivel de acuerdo cuando se es capaz de ser el/la único/a en realizar el ejercicio	R1-Totalmente de acuerdo	5	
	R2-Alto	29/38		R2-De acuerdo	4	
	R3-Medio	20/28		R3-Indiferente	3	
	R4-Bajo	10/19		R4-En desacuerdo	2	
	R5-Nulo	8/9		R5-Totalmente en desacuerdo	1	
			D2-Nivel de acuerdo en que el éxito radica en poder hacerlo mejor que los/las Compañeros	R1-Totalmente de acuerdo	5	
				R2- De acuerdo	4	
				R3 –Indiferente	3	
				R4- En desacuerdo	2	
				R5-Totalmente en desacuerdo	1	
			D3-Nivel de acuerdo en que el éxito consiste en que los/las compañeros	R1-Totalmente de acuerdo	5	
				R2-De acuerdo	4	
				R3-Indiferente	3	
			no alcanzan el mismo nivel de habilidad	R4-En desacuerdo	2	
				R5-Totalmente en desacuerdo	1	
				D4-Nivel de acuerdo	R1-Totalmente de acuerdo	5
				en que el éxito se encuadra ligado al fracaso de los demás.	R2 De acuerdo	4
					R3Indiferente	3
			R4 En desacuerdo		2	
			R5 Totalmente en desacuerdo		1	
			D5-Nivel de acuerdo en que el éxito reside en ganarle a los demás	R1Totalmente de acuerdo	5	
				R2-De acuerdo	4	
				R3-Indiferente	3	
				R4-En desacuerdo	2	
				R5-Totalmente en desacuerdo	1	
			D6-Nivel de acuerdo en que el éxito se logra en tener la puntuación más alta	R1-Totalmente de acuerdo	5	
				R2-De acuerdo	4	
				R3-Indiferente	3	
				R4-En desacuerdo	2	
				R5-Totalmente en desacuerdo	1	
			D7-Nivel de acuerdo en que el éxito es ser el/la Mejor	R1-Totalmente de acuerdo	5	
				R2-De acuerdo	4	
		R3-Indiferente		3		
		R4-En desacuerdo		2		
		R5-Totalmente en desacuerdo		1		
		D8-Nivel de acuerdo cuando el éxito se encuentra en comparación de la habilidad propia con las/los demás	R1-Totalmente de acuerdo	5		
			R2-De acuerdo	4		
			R3-Indiferente	3		
			R4-En desacuerdo	2		
			R5-Totalmente en desacuerdo	1		

V11 Nivel de Orientación Motivacional a la Tarea	R1-Muy Alto	39/40	D1-Nivel de acuerdo en que el éxito está cuando se es capaz de esforzarse ante la practica de una actividad	R1-Totalmente de acuerdo	5
	R2-Alto	29/38		R2-De acuerdo	4
	R3-Medio	20/28		R3-Indiferente	3
	R4-Bajo	10/19		R4-En desacuerdo	2
	R5-Nulo	8/9		R5-Totalmente en desacuerdo	1
			D2-Nivel de acuerdo en que el éxito radica en aprender una nueva habilidad	R1-Totalmente de acuerdo	5
				R2-De acuerdo	4
				R3-Indiferente	3
				R4-En desacuerdo	2
				R5-Totalmente en desacuerdo	1
			D3-Nivel de acuerdo en que el éxito consiste en lograr adquirir nuevas habilidades	R1-Totalmente de acuerdo	5
				R2-De acuerdo	4
				R3-Indiferente	3
				R4-En desacuerdo	2
				R5-Totalmente en desacuerdo	1
			D4-Nivel de acuerdo en que el éxito se encuentra ligado en aprender una Habilidad gracias al esfuerzo	R1-Totalmente de acuerdo	5
				R2-De acuerdo	4
				R3-Indiferente	3
				R4-En desacuerdo	2
				R5-Totalmente en desacuerdo	1
			D5-Nivel de acuerdo en que el éxito radica en trabajar mucho	R1-Totalmente de acuerdo	5
				R2-De acuerdo	4
				R3-Indiferente	3
				R4-En desacuerdo	2
				R5-Totalmente en desacuerdo	1
			D6-Nivel de acuerdo que el éxito se logra al querer practicar más	R1-Totalmente de acuerdo	5
				R2-De acuerdo	4
				R3-Indiferente	3
		R4-En desacuerdo		2	
		R5-Totalmente en desacuerdo		1	
		D7-Nivel de acuerdo en que sentir el éxito al aprender una nueva Habilidad	R1-Totalmente de acuerdo	5	
			R2-De acuerdo	4	
			R3-Indiferente	3	
			R4-En desacuerdo	2	
			R5-Totalmente en desacuerdo	1	
		D8-Nivel de acuerdo en encontrar el éxito en desarrollar al máximo el Potencial	R1-Totalmente de acuerdo	5	
			R2-De acuerdo	4	
			R3-Indiferente	3	
			R4-En desacuerdo	2	
			R5-Totalmente en desacuerdo	1	

2.7.1.2.2. Índice sumatorio del Nivel de Flow.

Para determinar el índice del flow se sumó el total de las respuesta del cuestionario de las sub dimensiones, para ello a cada valor se le otorgó un puntaje del 1 al 5 quedando de la siguiente manera: totalmente de acuerdo (5); de acuerdo (4); indiferente (3); en desacuerdo (2) y totalmente en desacuerdo (1). La sumatoria de estos puntajes dio como resultado el puntaje de la escala de Valores de cada una de las dimensiones: entre 19 y 20 corresponde a muy alto; entre 15 y 18 corresponde a alto; entre 10 y 14 a medio; entre 6 y 9 a bajo y entre 4 y 5 a nulo. A su vez la sumatoria de los puntajes de los valores de las dimensiones dan como resultado los puntajes de los valores de la variable, quedando de la siguiente manera: de 171 a 180 corresponde a muy alto, de 129 a 170 corresponde a alto, de 88 a 128 corresponde a medio, de 46 a 87 corresponde a bajo y de 36 a 45 corresponde a nulo. Lo dicho queda expresado en el siguiente cuadro

Variable	Valores	Pun taje	Dimensión	Valor	Pun taje	Sub-Dimensión	Valor	Pun taje
V12 Nivel de experimentación del estado de Flow	R1-Muy Alto	171 a 180	D1-Nivel de equilibrio entre Habilidad y reto	R1-Muy Alto	19/20	SD1-Nivel de acuerdo en que la habilidad permite	R1-Totalmente de acuerdo	5
	R2-Alto	129 a 170		R2-Alto	15/18	a habilidad permite hacer	R2-De acuerdo	4
	R3-Medio	88 a 128		R3-Medio	10/14	frente al desafío planteado	R3-Indiferente	3
	R4-Bajo	46/87		R4-Bajo	6/9		R4-En desacuerdo	2
	R5-Nulo	36/45		R5-Nulo	4/5		R5-Totalmente en desacuerdo	1
						SD2-Nivel de acuerdo en que	R1-Totalmente de acuerdo	5
						las habilidades se equiparan	R2-De acuerdo	4
						a la exigencia de la situación	R3-Indiferente	3
							R4-En desacuerdo	2
							R5-Totalmente en desacuerdo	1
						SD3-Nivel de acuerdo de que	R1-Totalmente de acuerdo	5
						si se es capaz de hacer frente a las demandas	R2-De acuerdo	4
						de la situación	R3-Indiferente	3
							R4-En desacuerdo	2
							R5-Totalmente en desacuerdo	1
						SD4-Nivel de acuerdo en que si las	R1-Totalmente de acuerdo	5
						habilidades están a la altura de las exigencias de la situación	R2-De acuerdo	4
							R3-Indiferente	3
							R4-En desacuerdo	2
							R5-Totalmente en desacuerdo	1

V12 Nivel de experimentación del estado de Flow

		D2-Nivel de	R1-Muy Alto	19/20	SD1-Nivel de acuerdo en la	R1-Totalmente de acuerdo	5
		combinación	R2-Alto	15/18	realización correcta de los gestos sin	R2-De acuerdo	4
		entre la unión de la acción y	R3-Medio	10/14	automatizarlos	R3-Indiferente	3
		pensamiento	R4-Bajo	6/9		R4-En desacuerdo	2
			R5-Nulo	4/5		R5-Totalmente en desacuerdo	1
					SD2-Nivel de acuerdo en que las cosas están	R1-Totalmente de acuerdo	5
					sucedendo	R2-De acuerdo	4
					automáticamente	R3-Indiferente	3
						R4-En desacuerdo	2
						R5-Totalmente en desacuerdo	1
					SD3-Nivel de acuerdo en que la	R1-Totalmente de acuerdo	5
					ejecución es automática	R2-De acuerdo	4
						R3-Indiferente	3
						R4-En desacuerdo	2
						R5-Totalmente en desacuerdo	1
					SD4-Nivel de acuerdo en que	R1-Totalmente de acuerdo	5
					las cosas se hacen espontanea	R2-De acuerdo	4
					y automáticamente	R3-Indiferente	3
						R4-En desacuerdo	2
						R5-Totalmente en desacuerdo	1
		D3-Nivel de claridad	R1-Muy Alto	19/20	SD1-Nivel de acuerdo en cuanto	R1-Totalmente de acuerdo	5
		en los objetivos	R2-Alto	15/18	al conocimiento de lo que se quiere hacer	R2-De acuerdo	4
			R3-Medio	10/14		R3-Indiferente	3
			R4-Bajo	6/9		R4-En desacuerdo	2
			R5-Nulo	4/5		R5-Totalmente en desacuerdo	1
					SD2-Nivel de acuerdo a la seguridad de lo que	R1-Totalmente de acuerdo	5
					se quiere hacer	R2-De acuerdo	4
						R3-Indiferente	3
						R4-En desacuerdo	2
						R5-Totalmente en desacuerdo	1
					SD3-Nivel de acuerdo con lo que se quiere	R1-Totalmente de acuerdo	5
					conseguir	R2-De acuerdo	4
						R3-Indiferente	3
						R4-En desacuerdo	2
						R5-Totalmente en desacuerdo	1
					SD4-Nivel de acuerdo en que las metas están	R1-Totalmente de acuerdo	5
					Claramente definidas	R2-De acuerdo	4
						R3-Indiferente	3
						R4-En desacuerdo	2
						R5-Totalmente en desacuerdo	1

V12 Nivel de experimentación del estado de Flow

		D4-Nivel de Feedback	R1-Muy Alto	19/20	SD1-Nivel de claridad de cómo	R1-Totalmente de acuerdo	5
			R2-Alto	15/18	se lo está haciendo	R32-De acuerdo	4
			R3-Medio	10/14		R32-Indiferente	3
			R4-Bajo	6/9		R4-1 En desacuerdo	2
			R5-Nulo	4/5		R5-Totalmente en desacuerdo	1
					SD2-Nivel de acuerdo de lo bien	R1-Totalmente de acuerdo	5
					que se lo está haciendo	R2-De acuerdo	4
						R3-Indiferente	3
						R4-En desacuerdo	2
						R5-Totalmente en desacuerdo	1
					SD3-Nivel de acuerdo de los	R1-Totalmente de acuerdo	5
					buenos pensamientos de lo que se está	R2-De acuerdo	4
					realizando mientras se realiza	R3-Indiferente	3
						R4-En desacuerdo	2
						R5-Totalmente en desacuerdo	1
					SD4-Nivel de acuerdo de la confirmación de	R1-Totalmente de acuerdo	5
					que en clases se está	R2-De acuerdo	4
					realizando muy bien	R3-Indiferente	3
						R4-En desacuerdo	2
						R5-Totalmente en desacuerdo	1
		D5- Nivel de	R1-Muy Alto	19/20	SD1-Nivel de acuerdo en que la intención está	R1-Totalmente de acuerdo	5
		concentración	R2-Alto	15/18	Completamente en lo	R2-De acuerdo	4
		sobre la tarea que se	R3-Medio	10/14	que se está haciendo	R3-Indiferente	3
		está realizando	R4-Bajo	6/9		R4-En desacuerdo	2
			R5-Nulo	4/5		R5-Totalmente en desacuerdo	1
					SD2-Nivel de acuerdo en que si se puede	R1-Totalmente de acuerdo	5
					mantener la mente en	R2-De acuerdo	4
					que está sucediendo	R3-Indiferente	3
					sin esfuerzo	R4-En desacuerdo	2
						R5-Totalmente en desacuerdo	1
					SD3-Nivel de acuerdo si hay	R1-Totalmente de acuerdo	5
					concentración total	R2-De acuerdo	4
						R3-Indiferente	3
						R4-En desacuerdo	2
						R5-Totalmente en desacuerdo	1
					SD4-Nivel de acuerdo en la	R1-Totalmente de acuerdo	5
					concentración total de lo	R2-De acuerdo	4
					que se está haciendo	R3-Indiferente	3
						R4-En desacuerdo	2
						R5-Totalmente en desacuerdo	1

V12 Nivel de experimentación del estado de Flow

		D6-Nivel de	R1-Muy Alto	19/20	SD1-Nivel de acuerdo con la	R1-Totalmente de acuerdo	5
		Sentimiento de	R2-Alto	15/18	sensación de control de lo que	R2-De acuerdo	4
		Control	R3-Medio	10/14	se está haciendo	R3-Indiferente	3
			R4-Bajo	6/9		R4-En desacuerdo	2
			R5-Nulo	4/5		R5-Totalmente en desacuerdo	1
					SD2-Nivel de acuerdo con la	R1-Totalmente de acuerdo	5
					sensación de poder de	R2-De acuerdo	4
					controlar lo que se esta	R3-Indiferente	3
					haciendo	R4-En desacuerdo	2
						R5-Totalmente en desacuerdo	1
					SD3-Nivel de acuerdo con el	R1-Totalmente de acuerdo	5
					sentimiento de control total	R2-De acuerdo	4
						R3-Indiferente	3
						R4-En desacuerdo	2
						R5- Totalmente en desacuerdo	1
					SD4-Nivel de acuerdo con el control el total del cuerpo	R1-Totalmente de acuerdo	5
						R2-De acuerdo	4
						R3-Indiferente	3
						R4-En desacuerdo	2
						R5-Totalmente en desacuerdo	1
		D7-Nivel de perdida	R1-Muy Alto	19/20	SD1-Nivel de acuerdo en que	R1-Totalmente de acuerdo	5
		de cohibición o de	R2-Alto	15/18	la percepción de lo que el/la	R2-De acuerdo	4
		autoconciencia	R3-Medio	10/14	otro/a piensa da igual	R3-Indiferente	3
			R4-Bajo	6/9		R4-En desacuerdo	2
			R5-Nulo	4/5		R5-Totalmente en desacuerdo	1
					SD2-Nivel de acuerdo en que	R1-Totalmente de acuerdo	5
					la evaluación del/la otro/a da	R2-De acuerdo	4
					igual	R3-Indiferente	3
						R4-En desacuerdo	2
						R5-Totalmente en desacuerdo	1
					SD3-Nivel de acuerdo de que da	R1-Totalmente de acuerdo	5
					igual la imagen que se muestra	R2-De acuerdo	4
					a los/las demás	R3-Indiferente	3
						R4-En desacuerdo	2
						R5-Totalmente en desacuerdo	1
					SD4-Nivel de acuerdo de lo que	R1-Totalmente de acuerdo	5
					otros puedan pensar da igual	R2-De acuerdo	4
						R3-Indiferente	3
						R4-En desacuerdo	2
						R5-Totalmente en desacuerdo	1

V12 Nivel de experimentación del estado de Flow

		D8-Nivel de Distorsión en la	R1-Muy Alto	19/20	SD1-Nivel de acuerdo en que el tiempo	R1-Totalmente de acuerdo	5
		percepción	R2-Alto	15/18	parece alterarse	R2-De acuerdo	4
		del tiempo	R3- Medio	10/14		R3-Indiferente	3
			R4-Bajo	6/9		R4-En desacuerdo	2
			R5-Nulo	4/5		R5-Totalmente en desacuerdo	1
					SD2-El nivel de acuerdo en que el	R1-Totalmente de acuerdo	5
					paso del tiempo parece ser diferente al normal	R2-De acuerdo	4
						R3-Indiferente	3
						R4-En desacuerdo	2
						R5-Totalmente en desacuerdo	1
					SD3-Nivel de acuerdo en que parece que el tiempo pasa rápidamente	R1-Totalmente de acuerdo	5
						R2-De acuerdo	4
						R3-Indiferente	3
						R4-En desacuerdo	2
						R5-Totalmente en desacuerdo	1
					SD4-Nivel de acuerdo en la pérdida de la	R1-Totalmente de acuerdo	5
					noción normal	R2-De acuerdo	4
					del tiempo	R3-Indiferente	3
						R4-En desacuerdo	2
						R5-Totalmente en desacuerdo	1
		D9-Nivel de	R1-Muy Alto	19/20	SD1-Nivel de acuerdo con la diversión de la	R1-Totalmente de acuerdo	5
		experiencia	R2-Alto	15/18	experiencia	R2-De acuerdo	4
		autotélica	R3-Medio	10/14		R3-Indiferente	3
			R4-Bajo	6/9		R4-En desacuerdo	2
			R5-Nulo	4/5		R5-Totalmente en desacuerdo	1
					SD2-Nivel de acuerdo con el	R1-Totalmente de acuerdo	5
					gusto de la experiencia de la	R2-De acuerdo	4
					ejecución y de sentirlo	R3-Indiferente	3
					nuevamente	R4-En desacuerdo	2
						R5-Totalmente en desacuerdo	1
					SD3-Nivel de acuerdo de la	R1-Totalmente de acuerdo	5
					buena impresión que deja la	R2-De acuerdo	4
					experiencia	R3-Indiferente	3
						R4-En desacuerdo	2
						R5-Totalmente en desacuerdo	1
					SD4-Nivel de acuerdo con lo	R1-Totalmente de acuerdo	5
					valioso y reconfortante	R2-De acuerdo	4
					de la experiencia	R3-Indiferente	3
						R4-En desacuerdo	2
						R5-Totalmente en desacuerdo	1

2.7.1.2.3. Índice sumatorio del Nivel de motivación intrínseca

Al igual que con el Nivel de Motivación a la Tarea y/o al Ego, para determinar el índice del Nivel de Motivación Intrínseca, se establecieron cinco valores para cada una de las dimensiones: totalmente de acuerdo, de acuerdo, indiferente, en desacuerdo y totalmente en desacuerdo. Para cada valor se consensuó el siguiente puntaje, para totalmente de acuerdo (5), de acuerdo (4), indiferente (3), en desacuerdo (2), totalmente en desacuerdo (1). La sumatoria de estos puntajes dio como resultado el puntaje del valor de la variable, quedando de la siguiente manera: entre 19 y 20 corresponde al valor muy alto ; entre 15 y 18 al valor alto; entre 10 y 14 al valor medio; entre 6 y 9 al valor bajo y entre 4 y 5 al valor nulo. Lo dicho queda expresado en el siguiente cuadro:

Variable	Valores	Puntaje	Dimensión	Valor	puntaje
V13 Nivel de experimentación de la motivación intrínseca	R1-Muy Alto	19/20	D1-Nivel de acuerdo	R1-Totalmente de acuerdo	5
	R2-Alto	15/18	porque es divertida	R2-De acuerdo	4
	R3-Medio	10/14		R3-Indiferente	3
	R4-Bajo	6/9		R4-En desacuerdo	2
	R5-Nulo	4/5		R5-Totalmente en desacuerdo	1
			D2-Nivel de	R1-Totalmente de acuerdo	5
			acuerdo en participar	R2-De acuerdo	4
			en la clase porque	R3-Indiferente	3
			la disfruta aprendiendo	R4-En desacuerdo	2
			nuevas habilidades	R5-Totalmente en desacuerdo	1
			D3-Nivel de acuerdo	R1-Totalmente de acuerdo	5
			en participar porque	R2-De acuerdo	4
			la Educación Física	R3-Indiferente	3
			es estimulante	R4-En desacuerdo	2
				R5-Totalmente en desacuerdo	1
			D4-Nivel de acuerdo	R1-Totalmente de acuerdo	5
			en participar por la	R2-De acuerdo	4
			satisfacción que se siente	R3-Indiferente	3
			mientras se aprenden	R4-En desacuerdo	2
			nuevas	R5-Totalmente en desacuerdo	1
		habilidades/técnicas	R5-Totalmente en desacuerdo	1	

2.7.1.2.4. Índice sumatorio del Nivel de intención de futura práctica de actividad física-deportiva

Al igual que en la variable anterior, se establecieron cinco valores para cada una de las dimensiones: totalmente de acuerdo, de acuerdo, indiferente, en desacuerdo y totalmente en desacuerdo. Para cada valor se consensuó el siguiente puntaje, para totalmente de acuerdo (5), de acuerdo (4), indiferente (3), en desacuerdo (2), totalmente en desacuerdo (1). La sumatoria de estos puntajes dio como resultado el puntaje del valor de la variable, quedando de la siguiente manera: entre 24 y 25 corresponde al valor muy alto ; entre 18 y 23 al valor alto; entre 13 y 17 al valor medio; entre 7 y 12 al valor bajo y entre 5 y 6 al valor nulo. Lo dicho queda expresado en el siguiente cuadro:

Variable	Valores	puntaje	Dimensión	Valores	Puntaje
V14 Nivel de intención de ser físicamente activo@	R1 muy alto	24/25	D1 Nivel de	R1-Totalmente de acuerdo	5
	R2 alto	18/23	acuerdo en el	R2-De acuerdo	4
	R3 moderado	13/17	el interés por el	R3-Indiferente	3
	R4 bajo	7/12	desarrollo de la	R4-En desacuerdo	2
	R5 muy bajo	5/6	formas física	R5-Totalmente en desacuerdo	1
			D 2 Nivel de	R1-Totalmente de acuerdo	5
			acuerdo en el	R2-De acuerdo	4
			gusto por la práctica	R3-Indiferente	3
			deportiva fuera del	R4-En desacuerdo	2
			horario	R5-Totalmente en desacuerdo	1
			escolar	R1-Totalmente de acuerdo	5
			D 3 Nivel de acuerdo	R1-Totalmente de acuerdo	5
			en	R2-De acuerdo	4
			formar parte de un	R3-Indiferente	3
			club	R4-En desacuerdo	2
			deportivo de	R5-Totalmente en desacuerdo	1
			entrenamiento	R1-Totalmente de acuerdo	5
			al finalizar el colegio	R2-De acuerdo	4
				R3-Indiferente	3
				R4-En desacuerdo	2
			R5-Totalmente en desacuerdo	1	
		D 4 Nivel de acuerdo	R1-Totalmente de acuerdo	5	
		en el	R2-De acuerdo	4	
		gusto por mantenerse	R3-Indiferente	3	
		físicamente activo/a	R4-En desacuerdo	2	
		al	R5-Totalmente en desacuerdo	1	
		terminar el colegio	R1-Totalmente de acuerdo	5	
			R2-De acuerdo	4	
			R3-Indiferente	3	
			R4-En desacuerdo	2	
			R5-Totalmente en desacuerdo	1	
		D 5 Nivel de	R1-Totalmente de acuerdo	5	
		acuerdo por	R2-De acuerdo	4	
		la práctica habitual	R3-Indiferente	3	
		de un deporte	R4-En desacuerdo	2	
		en el tiempo libre	R5-Totalmente en desacuerdo	1	

2.7.1.3. Análisis estadístico de cada variable

Las variables se examinaron de manera general y en cada una de las cuotas, se establecieron la frecuencia porcentual, la media y la moda.

2.7.1.4. Ilustración de los resultados

Se utilizaron gráficos de torta para representar la frecuencia porcentual de cada una de las variables y los gráficos de barra se utilizaron para representar las cuotas de las variables.

2.7.1.5. Análisis de relación de variables

El análisis de la relación de las variables se realizó de acuerdo a lo planteado en los objetivos, se establecieron las siguientes relaciones:

- Nivel de la orientación motivacional al ego con el nivel de intención de ser físicamente activo de l@s estudiantes de educación física de la escuela secundaria.
- Nivel de la orientación motivacional a la tarea con el nivel de intención de ser físicamente activ@s, de l@s estudiantes de educación física de la escuela secundaria.
- Nivel de experimentación del estado de flow con el nivel de intención de ser físicamente activ@s, de l@s estudiantes de educación física de la escuela secundaria.
- Nivel de motivación intrínseca con el nivel de intención de ser físicamente activ@s, de l@s estudiantes de educación física de la escuela secundaria.
- Gusto por la educación física con el nivel de intención de ser físicamente activ@s, de l@s estudiantes de educación física de la escuela secundaria.

3. Tercera Parte: Análisis y Conclusiones

3.1. Exposición de resultados

Los datos de nuestra investigación que exponemos a continuación, se presentan de manera narrada y luego se acompañarán con gráficos de barras o tabla que sintetice lo dicho.

En cada variable se analizó la frecuencia porcentual de la muestra total y de las cuotas (sexo y curso). Además se identificó la moda y se calculó el promedio utilizando el mismo criterio.

Para representar la frecuencia porcentual de la muestra para cada una de las variables se eligió el gráfico de torta, para la frecuencia porcentual por sexo y por año de cursada se utilizó un gráfico de barras donde el eje Y se encuentra la frecuencia porcentual y en el eje X los años de cursada y en la cuota sexo en el eje X encontramos los valores de cada una de las dimensiones y cada sexo con un color.

3.1.1. Variables de base

En este apartado describiremos el proceder de las variables de base de acuerdo a la matriz de datos.

Los datos de nuestra investigación que exponemos a continuación, se presentan de manera narrada y luego se acompañarán con gráficos de barras o tabla que sintetice lo dicho.

En cada variable se analizó la frecuencia porcentual de la muestra total y de las cuotas (sexo y curso). Además se identificó la moda y se calculó el promedio utilizando el mismo criterio.

Para representar la frecuencia porcentual de la muestra para cada una de las variables se eligió el gráfico de torta, para la frecuencia porcentual por sexo y por año de cursada se utilizó un gráfico de barras donde el eje Y se encuentra la frecuencia porcentual y en el eje X los años de cursada y en la cuota sexo en el eje X encontramos los valores de cada una de las dimensiones y cada sexo con un color.

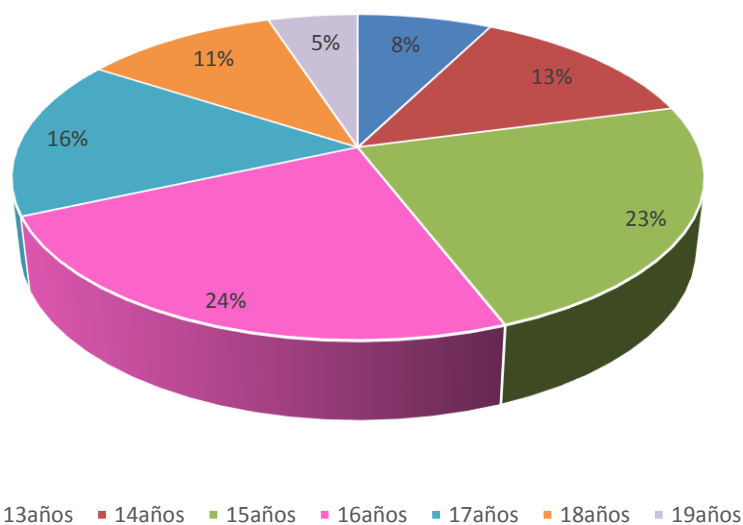
3.1.1.1. Sexo, edad y año de cursada

Del total de 120 alumn@s evaluad@s el 50% fueron de varones y el otro 50% de mujeres. En cuanto a la variable edad observamos en el cuadro N°1 que el 8% tienen 13 años, el 13% tienen 14 años, el 23% 15 años, el 24% 16 años, el 16% 17 años, el 11% 18 y solo el 5% 19 años. Se establece así un promedio del total de la muestra de 15,8 y una moda de 16 años. Si analizamos las cuotas según sexo podemos decir que el 2% de los varones tienen 13 años, el 13% tienen 14 años, el 27% tienen 15 años, el 27% tienen 16 años, el 18% tienen 17, el 10% tienen 18 años y solo el 3% tienen 19, en el total de los varones el promedio fue 15,89 años y la moda dio dos resultados 15 y 16 años. En las mujeres el 8% tienen 13 años, el 13% 14 años, el 23% 15 años, el 24% 16 años, el 16% 17 años, el 11% 18 años y el 5% 19 años. En el total de mujeres el promedio fue de 15,69 años y la moda de 16 años, fácilmente observable en los cuadros N°1 y N°2.

**Cuadro N° 1: Distribución por edad de la muestra total
Promedio, Moda, Frecuencia porcentual y absoluta.**

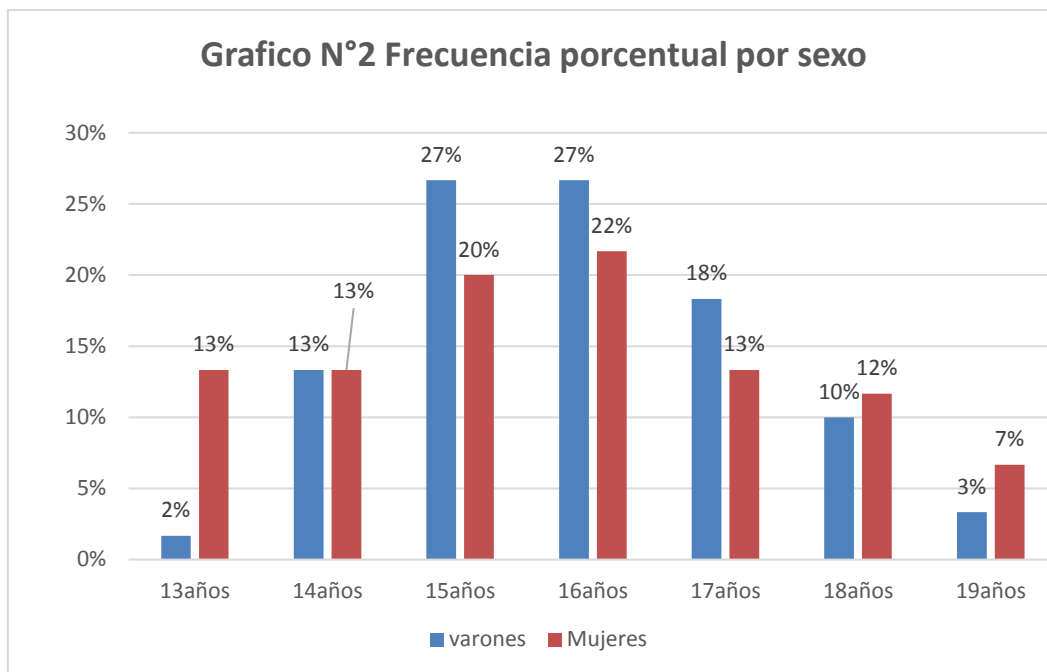
Frecuencia absoluta		Frecuencia porcentual	Promedio	Moda
13	9	8%	15,8	16
14	16	13%		
15	28	23%		
16	29	24%		
17	19	16%		
18	13	11%		
19	6	5%		
total	120	100%		

Gráfico N°1 Frecuencia porcentual por edad muestra total



Cuadro N°2: Distribución por edad según el sexo

Varones					Mujeres				
promedio	moda	valores	cantidad	frecuencia	promedio	moda	valores	cantidad	frecuencia
15,89	15/16	13 años	1	2%	15,69	16	13 años	8	13%
		14 años	8	13%			14 años	8	13%
		15 años	16	27%			15 años	12	20%
		16 años	16	27%			16 años	13	22%
		17 años	11	18%			17 años	8	13%
		18 años	6	10%			18 años	7	12%
		19 años	2	3%			19 años	4	7%
		Total	60	100%			Total	60	100%



En la muestra total de 1° año, observable en el cuadro N°3, se desprende que: el promedio de edad fue de 13,95 años y la moda de 13 años. En los varones el promedio fue de 14,4 años y la moda de 14 años, pero en el caso de las mujeres el promedio fue de 13,5 años y la moda de 13 años. En segundo año la muestra total arrojó un promedio de 15,2 años y la moda de 15 años. En los varones el promedio fue de 15,25 años y la moda dio dos resultados 15 y 16 años; mientras que para las mujeres el promedio fue de 15,16 años, resultando una moda de 14. En 3° año el promedio fue de 15,37 años y la moda de 15 años. En los varones se presentó un promedio de 15,5 años y en las mujeres fue de 15,25 años, en cuanto a la moda en los dos sexos se dio el mismo resultado que fue de 15 años. En 4° año en el total de la muestra el promedio fue de 16,62 años y la moda de 16 años. En los varones el promedio fue de 16,66 años y en las mujeres de 16,58 años, la moda en ambos sexos fue de 16 años. Por último la muestra total en quinto año dio un promedio de 17,83 años y la moda fue de 18. En los varones el promedio fue de 17,66 años y la moda de 17 años, mientras que en las mujeres el promedio y la moda dieron como resultado 18 años.

En cuanto a la frecuencia porcentual en 1° año se observa que: Un porcentaje del 38% para los 13 y 14 años, el 17% para 15 años, 8 % para 16 años y de 0% para las edades de 17, 18 y 19 años, observable en el cuadro N°4 y en el gráfico

N°3. De acuerdo a la variable sexo, la cuota varones en su frecuencia porcentual fue de un 8% para 13 años, 50% para 14 años, 33% para 15 años, 8% para 16 años y de 0% para las edades de 17,18 y 19 años; la cuota mujeres de primer año arrojo un resultado del 67% para 13 años, 25% para 14 años, 8% para 16 años y un 0% para las edades de 15,17,18 y 19 años, observable en el cuadro N°5 y Gráfico N°4. En segundo año la frecuencia porcentual fue del 0% para las edades de 13 y 19 años, el 29% para 14 y 16 años, del 33% para 15 años y del 4% para 17 y 18 años. En cuanto a la cuota de varones de segundo el 0% para las edades de 13, 17,18 y 19 años, el 17% para 14 años y del 42% para 15 y 16 años; en las mujeres resultó un 0% para 13 y 19 años, un 42% para 14 años, un 25% para 15 años, 17% para 16 y un 8% para las edades de 17 y 18 años, lo podemos observar en los cuadros N°6, N°7 y en el gráfico N°5.

En Tercer año la frecuencia porcentual arrojo el siguiente resultado 0% para las edades de 13, 14,18 y 19 años; un 67% para 15 años, 29% para 16 años y un 4% para 17. Según la variable sexos, resulta que los varones da un 0% para 13, 14,18 y 19 años; el 58% para 15 años, el 33% para 16 años y del 8% para 17 años. En cambio en las mujeres el 0% correspondió a las edades de 13, 14, 17,18 y 19 años; el 75% para 15 años, y el 25% para 16 años, claramente observable en los cuadros N° 8, N°9 y en el gráfico N°6.

En 4to año la frecuencia porcentual queda establecida como :Del 0% para edades de 13 a 15 años; del 54% correspondió a 16 años; el 34% para los 17 años; el 8% para los 18 años y el 4% para 19 años edad. Según sexo, arrojo los siguientes resultados en varones el 0% para las edades de 13, 14,15 y 19 años, el 50% para 16 años, el 33% para 17 años y 17% para 18 años de edad. En el caso de las mujeres, se repite el 0% entre 13 y 15 años de edad, con el agregado del mismo porcentaje en chicas de 18 años; sobresale el 58% de 16 años; el 33% para 17 y el 8% para 19 años de edad, lo podemos observar en los cuadro N°10, N°11 y en los gráficos N°7 y N°8.

En quinto año, la frecuencia porcentual y absoluta, según datos obtenidos arrojo los siguientes resultados: Del 0% para 13, 14,15 y 16 años, del 38% para 17 años, del 42% para 18 años y del 21% para 19 años.

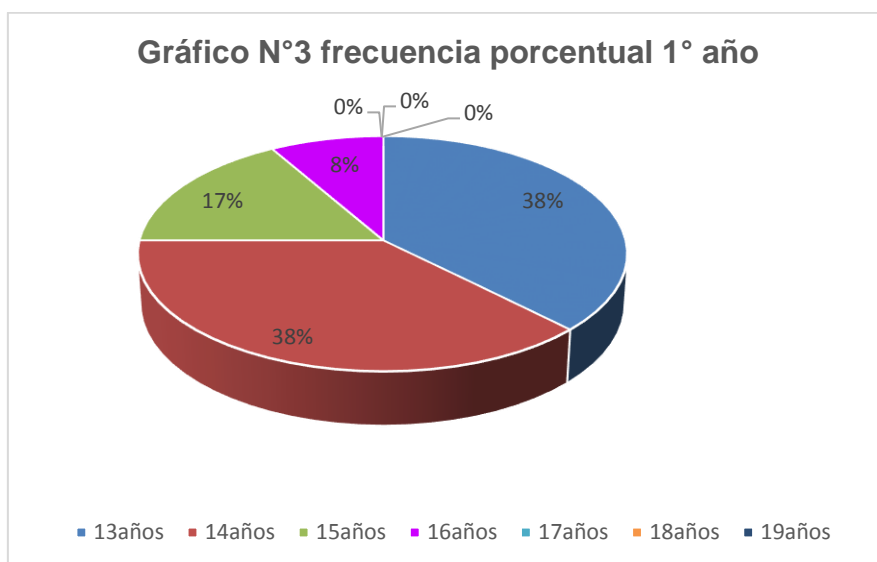
En tanto la variable sexo, los varones suman el 50% correspondiente a 17 años, el 33% a 18 años y el 17% a 19 años; mientras que en el caso de las mujeres, para las edades de 17 y 19 años, fue del 25% cada una y el 50% para 18 años.

En ambos sexo para las edades de 13,14, 15 y 16 años fue del 0%, observable en los cuadros N°12, N°13 y en los gráficos N°9, N°10.

En la variable año de cursada podemos decir que el número de alumn@s fue igual de 1° a 5° año, con un total de 24 alumn@s por curso y la misma cantidad de varones y mujeres, en ambos casos de un total de 12 de cada grupo.

Cuadro N°3: Promedio y Moda según año y sexo

Año	Promedio	Moda	Promedio Varones	Promedio Mujeres	Moda Varones	Moda Mujeres
Primero	13,95	13	14,4	13,5	14	13
Segundo	15,2	15	15,25	15,16	15/16	14
Tercero	15,37	15	15,5	15,25	15	15
Cuarto	16,62	16	16,66	16,58	16	16
Quinto	17,83	18	17,66	18	17	18

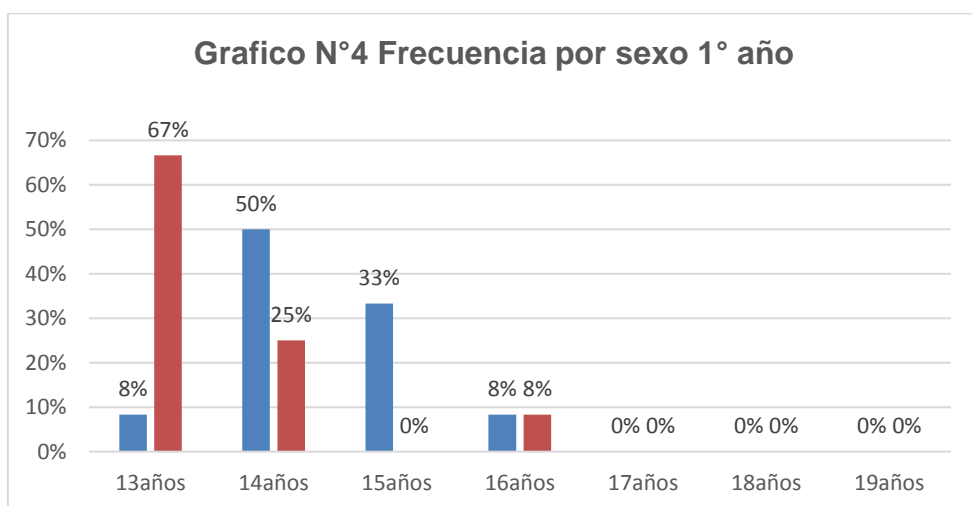


Cuadro N°4: Frecuencia Porcentual y absoluta 1er año

valores	cantidad	frecuencia
13	9	38%
14	9	38%
15	4	17%
16	2	8%
17	0	0%
18	0	0%
19	0	0%
Total	24	100%

Cuadro N°5 Frecuencia porcentual y absoluta por sexo

Varones 1° año			Mujeres 1° año		
valores	cantidad	frecuencia	valores	cantidad	frecuencia
13	1	8%	13	8	67%
14	6	50%	14	3	25%
15	4	33%	15	0	0%
16	1	8%	16	1	8%
17	0	0%	17	0	0%
18	0	0%	18	0	0%
19	0	0%	19	0	0%
Total	12	100%	Total		

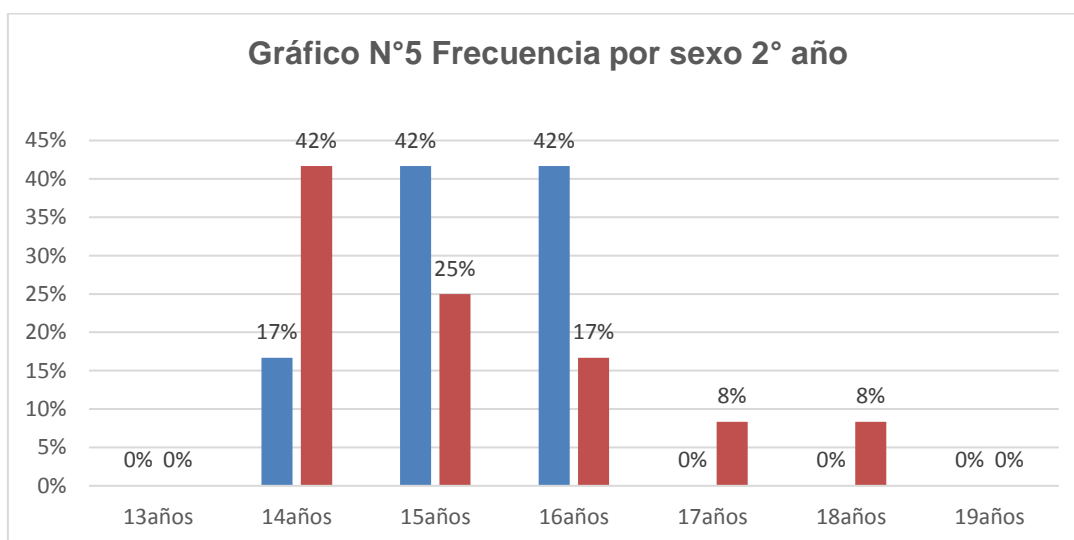


Cuadro N°6 Frecuencia Porcentual y absoluta 2do año

valores	cantidad	frecuencia
13	0	0%
14	7	29%
15	8	33%
16	7	29%
17	1	4%
18	1	4%
19	0	0%
Total	24	100%

Cuadro N° 7: Frecuencia porcentual y absoluta por sexo

Varones 2° año			Mujeres 2° año		
valores	cantidad	frecuencia	valores	cantidad	frecuencia
13	0	0%	13	0	0%
14	2	17%	14	5	42%
15	5	42%	15	3	25%
16	5	42%	16	2	17%
17	0	0%	17	1	8%
18	0	0%	18	1	8%
19	0	0%	19	0	0%
Total	12	100%	Total	12	100%



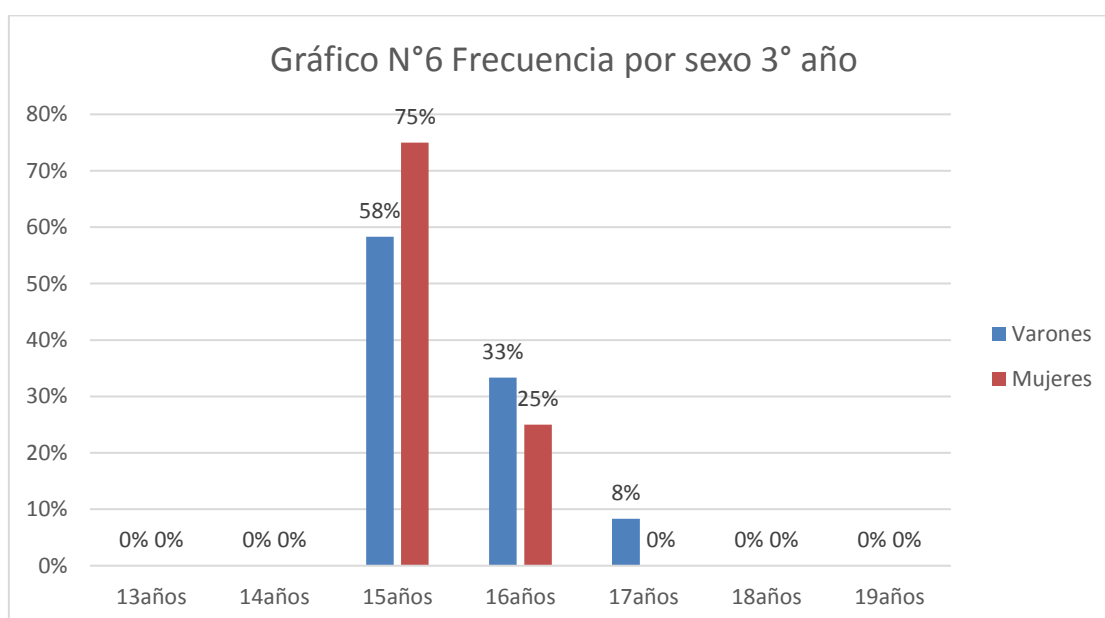
Cuadro N° 8: Frecuencia absoluta y porcentual 3° año

valores	cantidad	frecuencia
13	0	0%
14	0	0%
15	16	67%
16	7	29%
17	1	4%
18	0	0%
19	0	0%
Total	24	100%

Cuadro N° 9

Frecuencia porcentual y absoluta por sexo 3er año

Varones 3°			Mujeres 3°		
valores	cantidad	frecuencia	valores	cantidad	frecuencia
13	0	0%	13	0	0%
14	0	0%	14	0	0%
15	7	58%	15	9	75%
16	4	33%	16	3	25%
17	1	8%	17	0	0%
18	0	0%	18	0	0%
19	0	0%	19	0	0%
	12	100%		12	100%

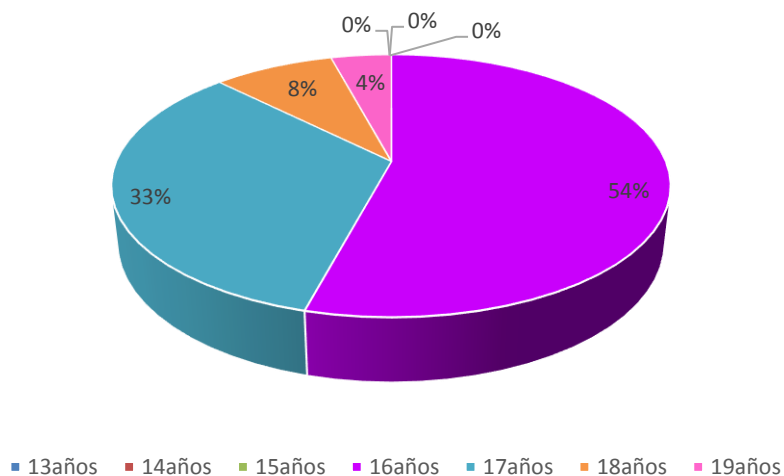


Cuadro N° 10:

Frecuencia porcentual y absoluta de 4to año

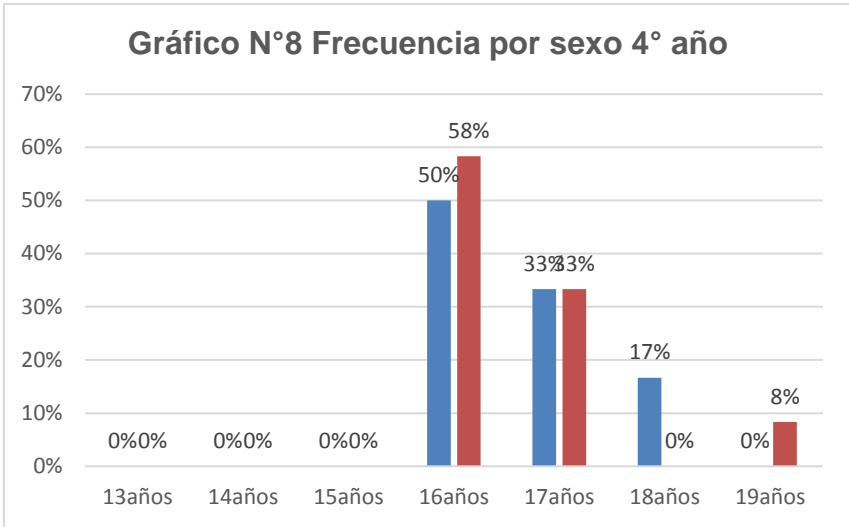
valores	cantidad	frecuencia
13	0	0%
14	0	0%
15	0	0%
16	13	54%
17	8	34%
18	2	8%
19	1	4%
	24	100%

Gráfico N°7 Frecuencia porcentual 4° año



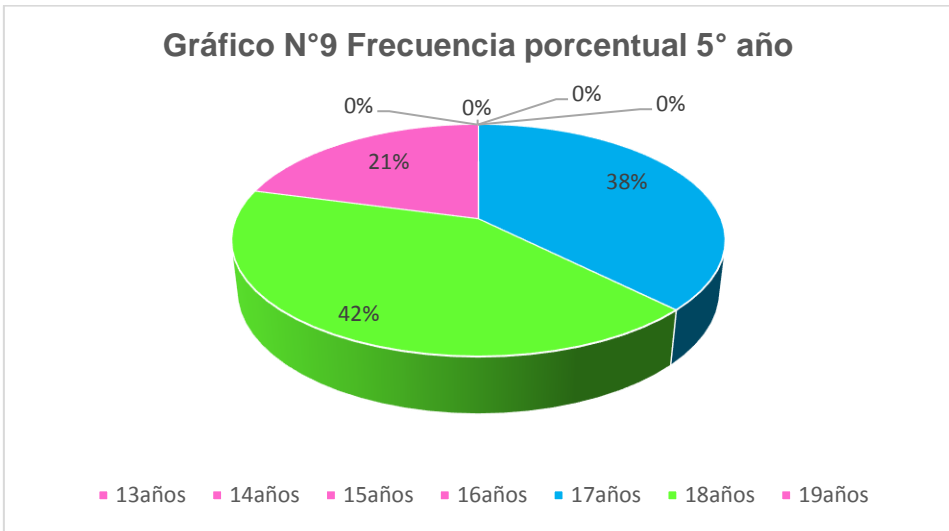
Cuadro N° 11: Frecuencia porcentual y absoluta por sexo

Varones 4°			Mujeres 4°		
valores	cantidad	frecuencia	valores	cantidad	frecuencia
13	0	0%	13	0	0%
14	0	0%	14	0	0%
15	0	0%	15	0	0%
16	6	50%	16	7	58%
17	4	33%	17	4	33%
18	2	17%	18	0	0%
19	0	0%	19	1	8%
	12	100%		12	100%



Cuadro N° 12: Frecuencia porcentual Y absoluta 5to año

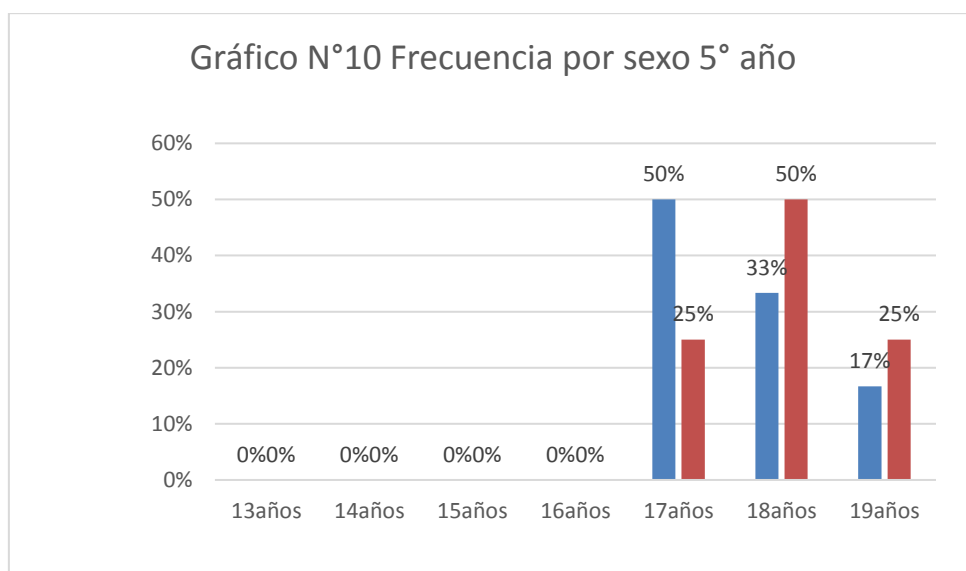
valores	cantidad	frecuencia
13	0	0%
14	0	0%
15	0	0%
16	0	0%
17	9	38%
18	10	42%
19	5	21%
	24	100%



Cuadro N° 13: Frecuencia porcentual

Y absoluta por sexo 5to año

Varones 5°			Mujeres 5°		
valores	cantidad	frecuencia	valores	cantidad	Frecuencia
13	0	0%	13	0	0%
14	0	0%	14	0	0%
15	0	0%	15	0	0%
16	0	0%	16	0	0%
17	6	50%	17	3	25%
18	4	33%	18	6	50%
19	2	17%	19	3	25%
	12	100%		12	100%



3.1.1.2. Variable Calificación del año anterior

Como datos obtenidos en cuadro N°14 y en el gráficos N°6, se observa que de 1° a 5° año ningún alumn@ resultó aplazado el año anterior, solo el 1% no aprobó la materia, el 13% obtuvo un 6 (seis), el 23% tuvo como nota un 7 (siete), el 28% aprobó con 8 (ocho), el 19% con 9 (nueve) y un 17% con un 10 (diez) Cabe destacar que el promedio general del total de la muestra (de 120 alumnos) fue de 8 (ocho), igualando a la moda también con valor 8 (ocho).

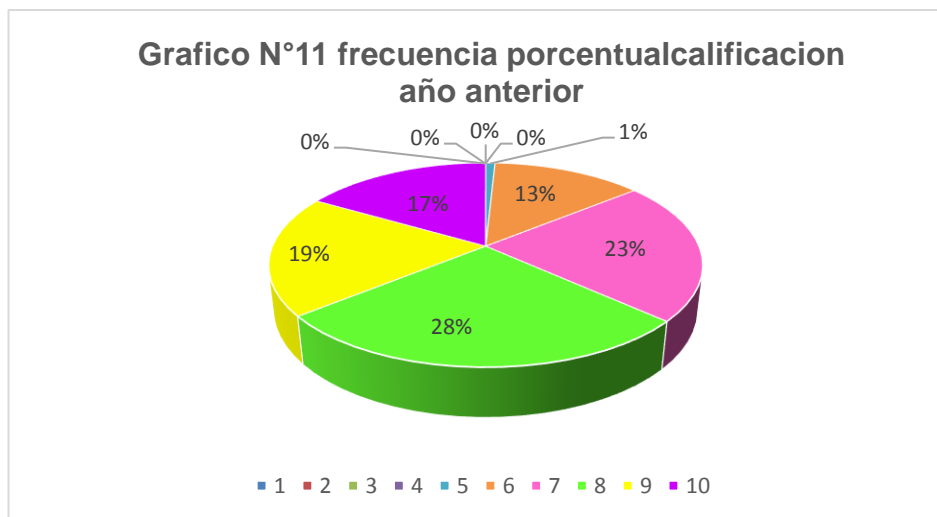
En relación con las cuotas de *varones y mujeres* de 1° a 5° Año, el promedio de calificación obtenida por los varones en el año anterior fue de 8,13; mientras que el de las mujeres alcanzó un total de 7,82. Se entiende que en general los varones obtuvieron mejores notas que las mujeres mientras que en cuanto a la moda los varones muestran un total de 8 (ocho) y las mujeres d 7 (siete), información observable en el cuadro N°14.

Considerando los resultados obtenidos en las cuotas *varones y mujeres* de 1° a 5° Año, según Frecuencia Porcentual, podemos decir que solo el 2% de las mujeres no aprobaron la materia, diferente a los varones que aprobaron en su totalidad. Se desprende también que un 22% de los varones obtuvieron la nota más alta frente al 12% de mujeres, y que el 58% de las mujeres obtuvieron notas entre 7 (siete) y 8 (ocho) mientras que los varones se mantuvieron entre 8 (ocho), 9 (nueve) y 10 (diez), según información obtenida en el gráfico N°11.

Cuadro N°14:

Calificación obtenida el año anterior de 1° a 5° año

promedio	moda	valores	cantidad	frecuencia
8	8	1	0	0%
		2	0	0%
		3	0	0%
		4	0	0%
		5	1	1%
		6	16	13%
		7	27	23%
		8	33	28%
		9	23	19%
		10	20	17%
total			120	100%



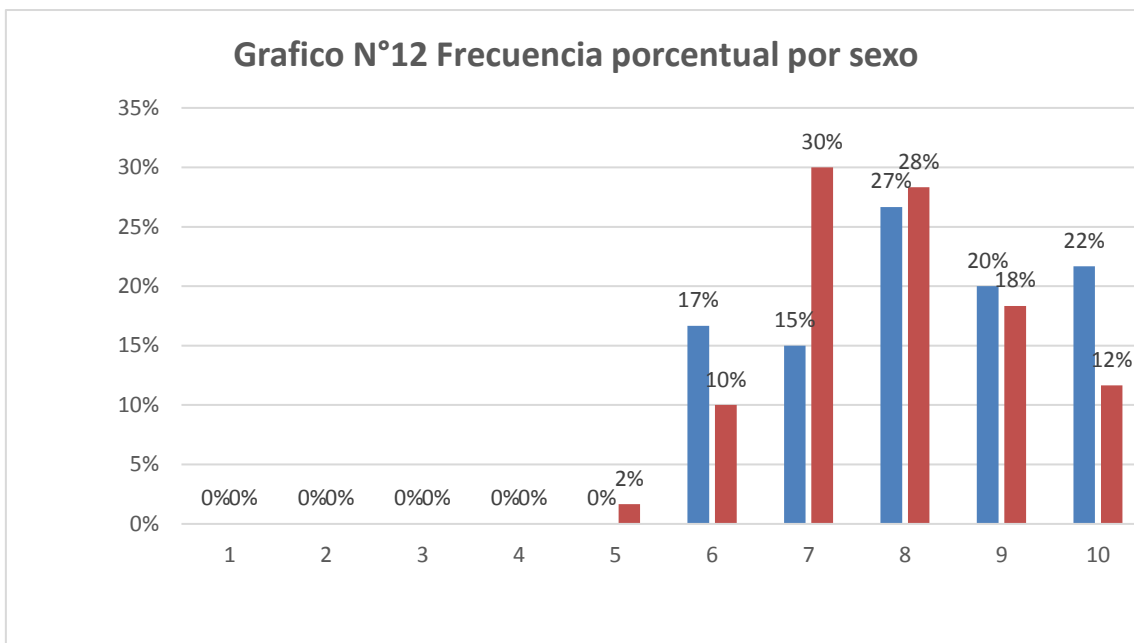
En el Cuadro N° 15 podemos ver las cuotas de varones y mujeres de primero a quinto año, el promedio de los varones de la calificación obtenida el año anterior fue de 8,13 y la de las mujeres de 7,82, en general los varones obtuvieron mejores notas que las mujeres. En cuanto a la moda en los varones es de 8 y en las mujeres de 7.

Considerando los resultados obtenidos en las cuotas varones y mujeres de 1° a 5° año en la frecuencia porcentual podemos decir que solo el 2% de las mujeres no aprobaron la materia, en cambio los varones aprobaron todos, un 22% de los varones obtuvieron la nota más alta y un 12% las mujeres; el 58% de las mujeres obtuvieron notas entre 7 y 8, en cambio los varones entre 8,9 y 10 (Ver Gráfico N°12).

Cuadro N° 15:

Cuota Varones y Mujeres de 1° a 5° año calificación año anterior

promedio	moda	valores	cantidad	frecuencia	promedio	moda	Valores	cantidad	frecuencia
8,13	8	1	0	0%	7,82	7	1	0	0%
		2	0	0%			2	0	0%
		3	0	0%			3	0	0%
		4	0	0%			4	0	0%
		5	0	0%			5	1	2%
		6	10	17%			6	6	10%
		7	9	15%			7	18	30%
		8	16	27%			8	17	28%
		9	12	20%			9	11	18%
		10	13	22%			10	7	12%
TOTALES			60	100%	TOTALES			60	100%



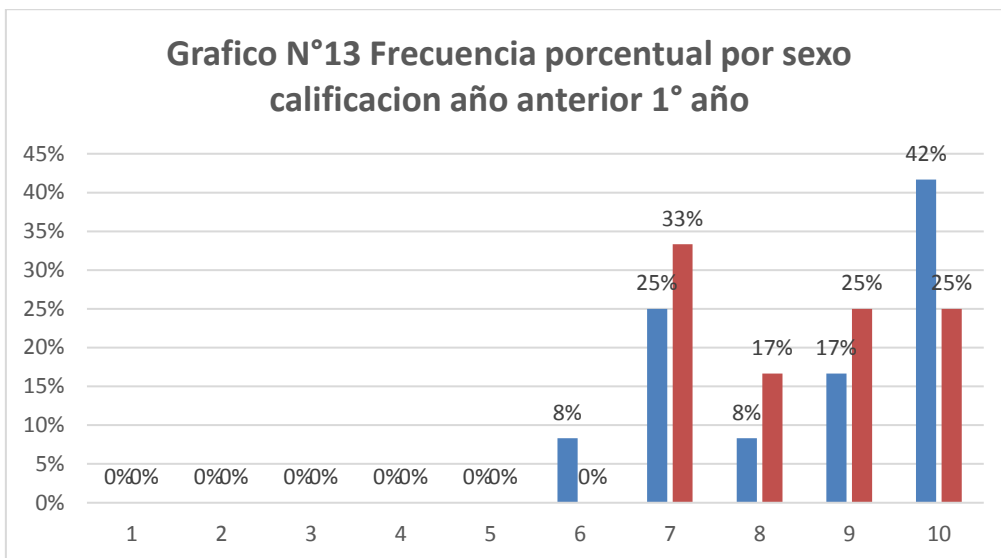
Si analizamos las cuotas varones y mujeres de primer año podemos observar que un 8% de los varones obtuvo un seis, un 25% obtuvo un siete, 8% obtuvo un ocho, un 17% obtuvo un nueve y un 42% obtuvo un diez; en cambio las mujeres un 33% obtuvo un siete, un 17% obtuvo ocho, un 25% obtuvo nueve y el 25% obtuvo diez (ver Gráfico N°13)

El promedio de los varones fue de 8,58 y el de las mujeres de 8,41, presentaron una media de 10 los varones y de 7 las mujeres (ver Cuadro N°16).

Cuadro N°16:

Cuota Varones y Mujeres de 1° año

Varones					Mujeres				
promedio	moda	valores	cantidad	frecuencia	promedio	moda	valores	cantidad	frecuencia
8,58	10	1	0	0%	8,41	7	1	0	0%
		2	0	0%			2	0	0%
		3	0	0%			3	0	0%
		4	0	0%			4	0	0%
		5	0	0%			5	0	0%
		6	1	8%			6	0	0%
		7	3	25%			7	4	33%
		8	1	8%			8	2	17%
		9	2	17%			9	3	25%
		10	5	42%			10	3	25%



En segundo año podemos observar que el promedio general fue de 7,62 y la moda de 8, el promedio de los varones fue de 7,66 y el de las mujeres de 7,58 y en ambos casos la moda fue de 8. La frecuencia porcentual mostro que solo un 4% no aprobó la materia, el 25% obtuvo un 6, el 8% obtuvo un 7, el 38% obtuvo un 8, el 17% obtuvo un 9 y el 8% restante obtuvo un 10 (ver cuadro 17) Podemos destacar que el porcentaje de no aprobado corresponde a las mujeres (ver gráfico 14).

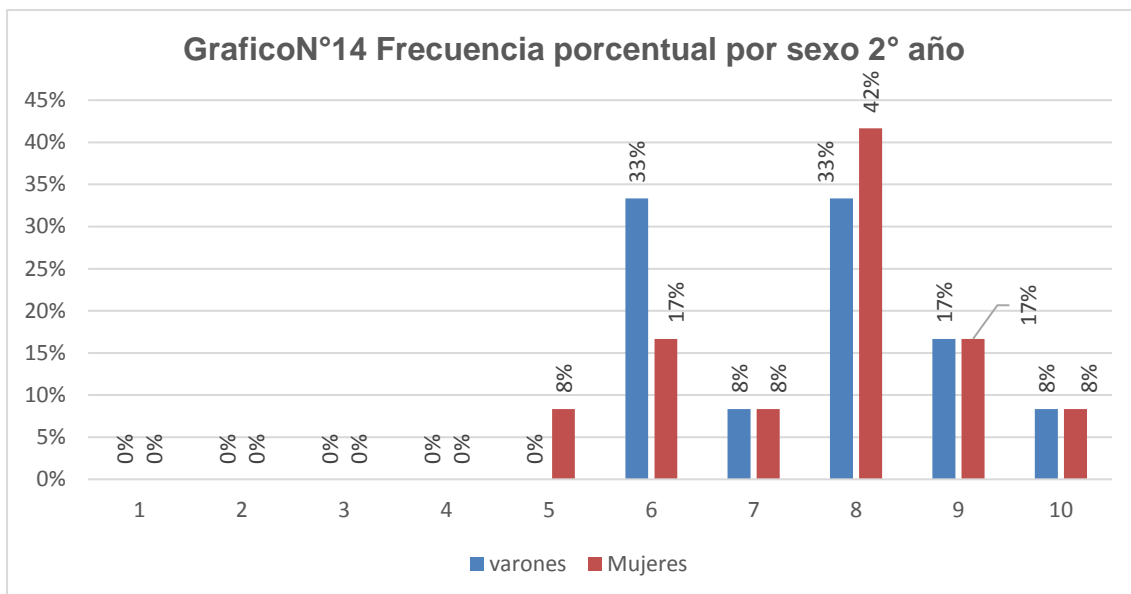
Si analizamos las cuotas por sexo podemos decir que los varones de segundo año obtuvieron un promedio de 7,58 y las mujeres de 7,66 en ambos caso la moda fue de 8 y la frecuencia porcentual de 1 ,2,3 y 4 fue del 0% en los dos sexos, en los varones la frecuencia porcentual para 5 fue del 0% en cambio en las mujeres fue del 8%, en los varones el 33% obtuvo 6 y en las mujeres solo un 17%, ambos sexos obtuvieron un 8% para las notas 7 y 10, podremos observar que los varones un 33% obtuvo 8 y las mujeres un 42%,en cuanto a la nota 9 en ambos sexos fue del 17% (ver cuadro N°18).

**Cuadro N° 17: Frecuencia porcentual, absoluta, promedio y moda
Calificación obtenida el año anterior 2° año**

promedio	moda	valores	cantidad	frecuencia
7,62	8	1	0	0%
		2	0	0%
		3	0	0%
		4	0	0%
		5	1	4%
		6	6	25%
		7	2	8%
		8	9	38%
		9	4	17%
		10	2	8%
Total			24	100%

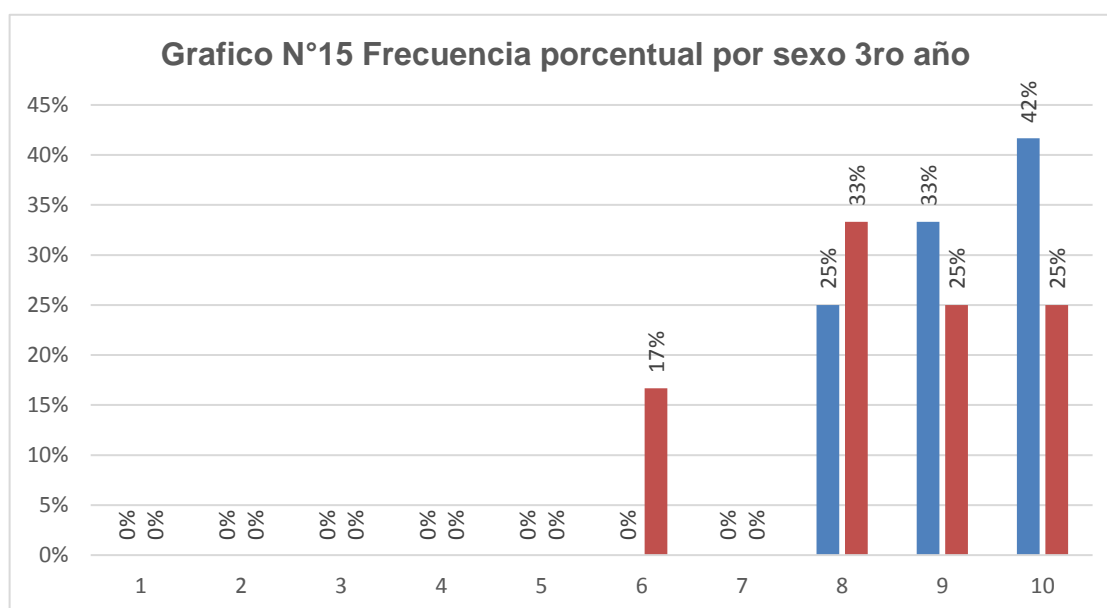
**Cuadro N° 18: Frecuencia porcentual, absoluta, promedio y moda
Calificación obtenida el año anterior por sexo 2do año**

Varones 2° año					Mujeres 2° año				
promedio	moda	valores	cantidad	frecuencia	promedio	moda	valores	cantidad	frecuencia
7,58	8	1	0	0%	7,66	8	1	0	0%
		2	0	0%			2	0	0%
		3	0	0%			3	0	0%
		4	0	0%			4	0	0%
		5	0	0%			5	1	8%
		6	4	33%			6	2	17%
		7	1	8%			7	1	8%
		8	4	33%			8	5	42%
		9	2	17%			9	2	17%
		10	1	8%			10	1	8%



En tercer año observamos que tod@s l@s alumn@s aprobaron la materia el año anterior, el promedio fue de 8,79 y la moda arrojó dos resultados 8 y 9. La frecuencia porcentual fue del 0% para los valores 1, 2, 3, 4,5 y7; el 8% obtuvo un 6, el 33% obtuvo un 10 y el 29% obtuvo 8 y 9 respectivamente (ver cuadro N° 19)

En cuanto a la cuota varones podemos decir que el 25% obtuvo un 8, el 33% un 9 y el 42% obtuvo un 10. En cambio las mujeres obtuvieron 6 un 17%, el 33% obtuvo 8 y el 25% obtuvo 9 y un 25% obtuvo 10 (ver cuadros N° 19, N°20 y gráfico N°15).



Cuadro N°:19

Cuota tercer año. Moda, promedio, frecuencia absoluta y porcentual

TERCERO	promedio	moda	valores	cantidad	frecuencia
	8,79	8	1	0	0%
		9	2	0	0%
			3	0	0%
			4	0	0%
			5	0	0%
			6	2	8%
			7	0	0%
			8	7	29%
			9	7	29%
			10	8	33%

Cuadro N° 20:

Cuota por sexo. Frecuencia porcentual, absoluta, moda y promedio

Varones 3° año	promedio	moda	valores	cantidad	frecuencia	Mujeres 3° año	promedio	moda	valores	cantidad	frecuencia
	9,16	10	1	0	0%		8,41	8	1	0	0%
			2	0	0%				2	0	0%
			3	0	0%				3	0	0%
			4	0	0%				4	0	0%
			5	0	0%				5	0	0%
			6	0	0%				6	2	17%
			7	0	0%				7	0	0%
			8	3	25%				8	4	33%
			9	4	33%				9	3	25%
		10	5	42%			10	3	25%		

En cuarto año obtuvimos un promedio de 7,54 y una moda de 8; la frecuencia porcentual dio como resultado que el 21% obtuvo un seis, el 25% obtuvo un 7, el 33% obtuvo un 8 y el 21% obtuvo un 9. En cuanto a la cuota varones de cuarto año obtuvieron un promedio de 7,5 y la moda fue de 8; la frecuencia porcentual dio como resultado que el 33% obtuvo un 6, el 50% un 8 y el 21% obtuvo un 9. En cambio en la cuota mujeres de cuarto año un 8% obtuvo un 6, el 50% obtuvo

7, el 1% obtuvo un 8 y el 25% obtuvo un 9 (lo podemos ver en los cuadros N°21, N°22 y en el gráfico N° 16).

En cuanto a quinto año podemos decir que el promedio total fue de 7,58 y la moda fue de 7, la frecuencia mostró que el 50% obtuvo un 6, el 25% obtuvo 7, un 8% obtuvo 8 y el 8% restante obtuvo 9 (ver cuadro N° 23).

Con respecto a las cuotas varones y mujeres de quinto podemos decir que ambos tuvieron una moda de 7 y el promedio fue para los varones de 7,91 y para las mujeres de 7,25. En ambas cuotas la frecuencia porcentual mostró que el 8% obtuvieron 6, el 42% de los varones obtuvieron un 7, las notas 8,9,10 obtuvieron un 17% cada una; en cambio las mujeres un 58% obtuvo un 7 y un 33% un 8 (esto lo podemos observar en los cuadros N° 24 y en el gráfico N°17).

Cuadro N°21:

Cuota 4° año Frecuencia absoluta, porcentual, promedio y moda

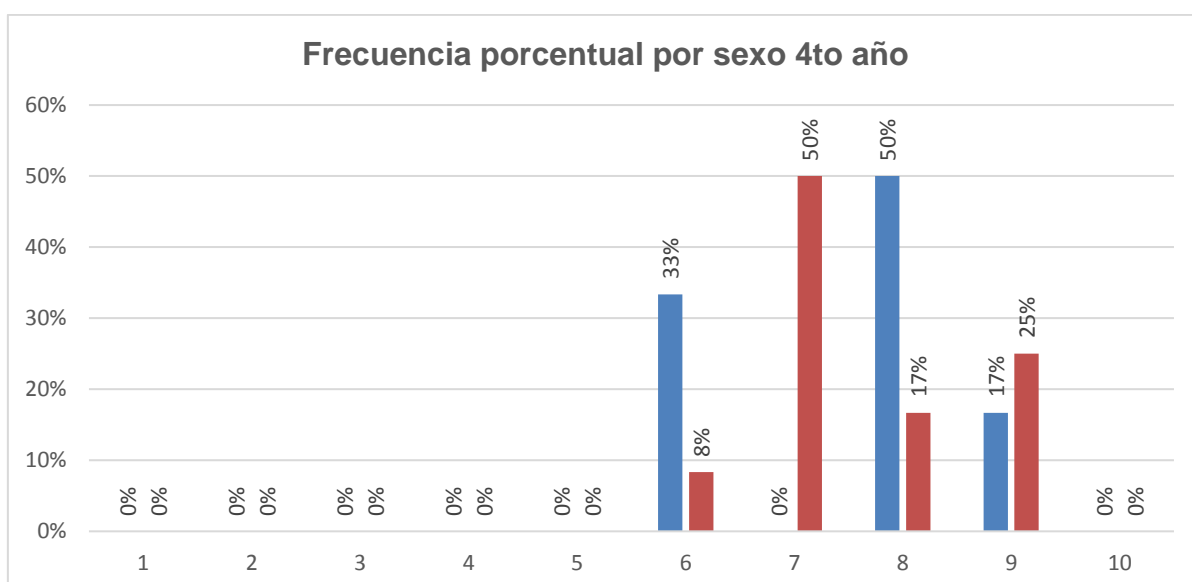
CUARTO	promedio	moda	valores	cantidad	frecuencia
	7,54	8	1	0	0%
			2	0	0%
			3	0	0%
			4	0	0%
			5	0	0%
			6	5	21%
			7	6	25%
			8	8	33%
			9	5	21%
		10	0	0%	

Cuadro N°22:

Cuota 4° año por sexo frecuencia absoluta, porcentual, promedio y moda

promedio	moda	Valores	cantidad	frecuencia	promedio	moda	valores	cantidad	frecuencia
7,5	8	1	0	0%	7,58	7	1	0	0%
		2	0	0%			2	0	0%
		3	0	0%			3	0	0%
		4	0	0%			4	0	0%
		5	0	0%			5	0	0%
		6	4	33%			6	1	8%
		7	0	0%			7	6	50%
		8	6	50%			8	2	17%
		9	2	17%			9	3	25%
		10	0	0%			10	0	0%

Gráfico N°16



Cuadro N°23:

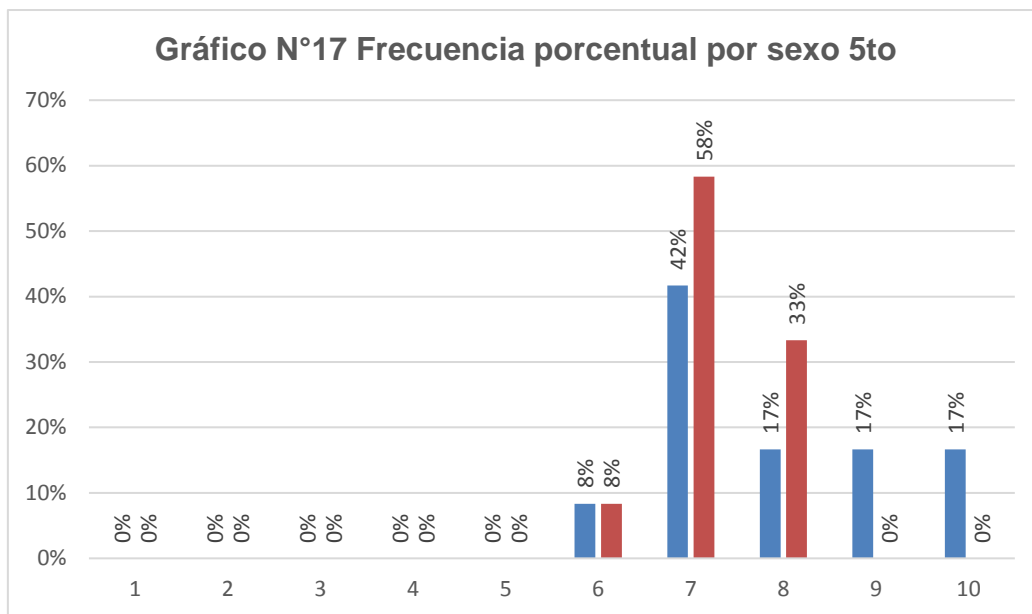
Cuota 5° año Frecuencia absoluta, porcentual, promedio y moda

QUINTO	promedio	moda	valores	cantidad	frecuencia
	7,58	7	1	0	0%
			2	0	0%
			3	0	0%
			4	0	0%
			5	0	0%
			6	2	8%
			7	12	50%
			8	6	25%
			9	2	8%
		10	2	8%	

Cuadro N°24:

Cuota 5° año por sexo frecuencia absoluta, porcentual, promedio y moda

varones	promedio	moda	valores	cantidad	frecuencia	mujeres	promedio	moda	valores	cantidad	frecuencia
	7,91	7	1	0	0%		7,25	7	1	0	0%
			2	0	0%				2	0	0%
			3	0	0%				3	0	0%
			4	0	0%				4	0	0%
			5	0	0%				5	0	0%
			6	1	8%				6	1	8%
			7	5	42%				7	7	58%
			8	2	17%				8	4	33%
			9	2	17%				9	0	0%
		10	2	17%			10	0	0%		



3.1.1.3. Gusto por la actividad física

En esta variable se estableció una escala de para transformar los números en valores para que sea más fácil la interpretación a la hora de responder el cuestionario, se estableció la siguiente escala:

5 = Mucho

4 = Bastante

3= Normal

2= Poco

1= Nada

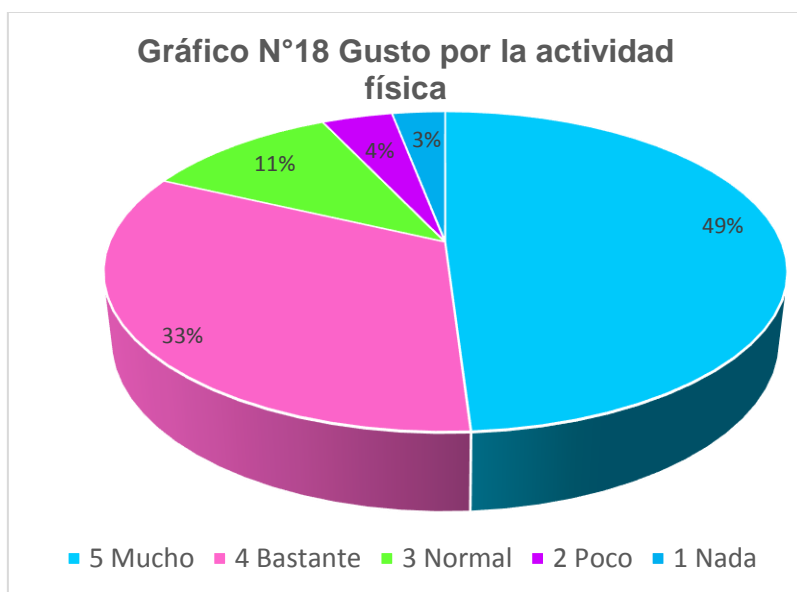
En la muestra total ¿podemos ver que hay un gran porcentaje de alumnos que le gusta mucho la actividad física. La frecuencia porcentual mostró que el 49% del total de la muestra le gusta mucho la actividad física, al 33% le gusta bastante, el 11% registró un gusto normal por la actividad física, un 4% le gusta poco y a un 3% no le gusta la actividad física (ver gráfico N° 18). El promedio arrojó un resultado de 4,2 (Bastante) y la moda del total de la muestra fue de 5 (Mucho), lo podemos observar en el cuadro N°25.

Del total de los varones podemos decir que se obtuvo un promedio de 4,6 y una moda de 5, en cuanto a la frecuencia porcentual al 61% le gusta mucha realizar

actividad física, al 27% le gusta bastante, al 7% le gusta normal, al 2% le gusta poco y al 3% no le gusta nada la actividad física. En cuanto al total de las mujeres el promedio fue de 4,3, la moda de 4 y la frecuencia porcentual dio como resultado que al 37% le gusta mucho realizar actividad física, al 38% le gusta bastante, al 15% le gusta normal, al 7% le gusta poco y al 3% no le gusta realizar actividad física (ver cuadro 26 y en el gráfico 19).

Si analizamos las cuotas por año podemos decir que en primero y en segundo año el 58% tienen mucho gusto por la actividad física, en tercero fue del 63%, en cuarto fue del 17% y en quinto del 50%; a frecuencia porcentual de bastante fue en primer año del 34%, en segundo año del 38%, en tercer año del 29%, en cuarto año del 33% y en quinto del 30%; para el valor normal la frecuencia porcentual en primero, segundo y tercero fue del 4%, en cambio en cuarto fue del 33% y en quinto del 8%; la frecuencia porcentual de poco fue para primero, tercero y cuarto del 4%, para segundo fue del 0% y para quinto del 8% y por último la frecuencia porcentual de nada fue 0% para primero, segundos y terceros, del 13% para cuarto y del 4% para quinto.

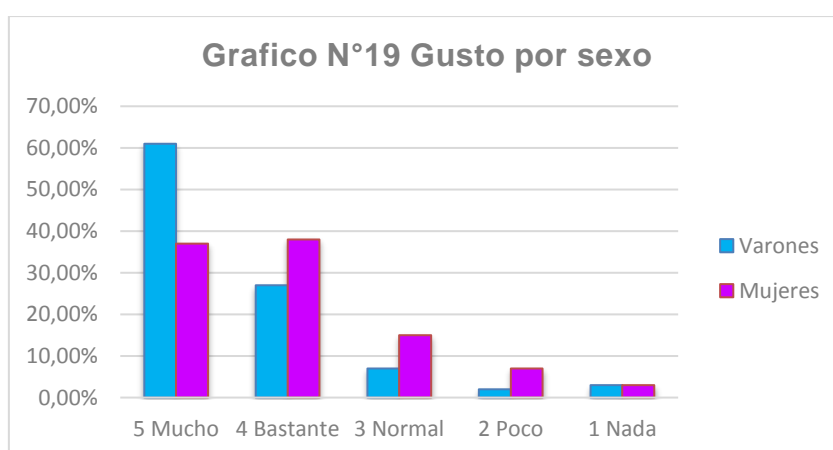
En general podemos decir que más del 50% de los alumnos de los diferentes cursos sienten mucho gusto por la realización de actividad física, solo en cuarto año podemos observar que el porcentaje es menor pero manifiestan bastante gusto por la realización de actividad física (ver gráfico N°20).



Cuadro N° 25: Gusto por la actividad física

Promedio, moda, frecuencia porcentual y absoluta

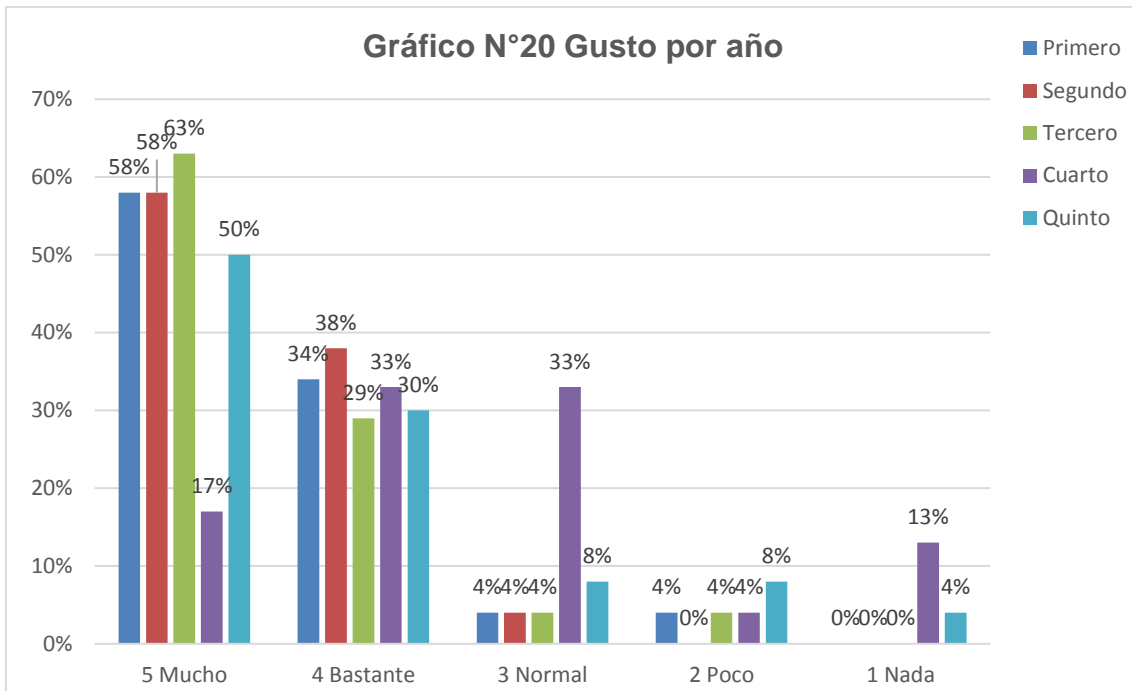
promedio	moda	valores	cantidad	frecuencia
4,2	5	5	59	49,00%
		4	39	33,00%
		3	13	11,00%
		2	5	4,00%
		1	4	3,000%
		TOTAL	120	100,00%



Cuadro N°26: Gusto por la actividad física por sexo

Promedio, moda, frecuencia porcentual y absoluta

Varones					Mujeres				
promedio	moda	valores	cantidad	frecuencia	promedio	moda	Valores	cantidad	frecuencia
4,6	5	5	37	61,%	4,3	4	5	22	37%
		4	16	27,%			4	23	38%
		3	4	7%			3	9	15%
		2	1	2%			2	4	7%
		1	2	3%			1	2	3%
Total			60	100%	Total			60	100%



3.1.1.4. Frecuencia semanal de realización de ejercicio extenuante

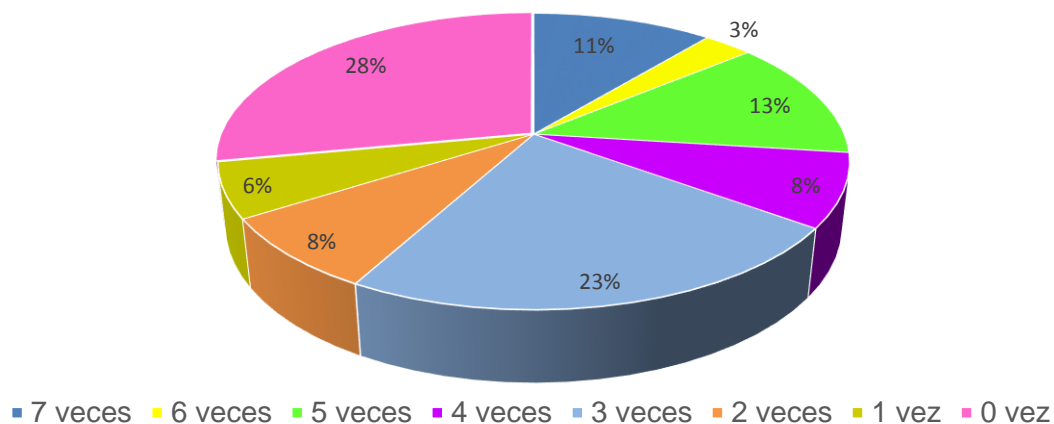
Si observamos el cuadro N°27 podemos decir que el 28% del total de los alumnos no realizo una actividad extenuante, el 23% lo hizo tres veces por semana, el 13% lo realizo 5 veces por semana, el 11% lo realizo todos los días, el 3% seis veces por semana, el 8% dos veces por semana y el 6% solo una vez por semana.

La moda dio como resultado cero veces por semana y el promedio fue de 2,85 veces por semana. En el grafico N°21 podemos observar la frecuencia porcentual.

Cuadro N° 27 Frecuencia semanal de ejercicio extenuante
Promedio, Moda, Frecuencia porcentual y absoluta

Ejercicio Extenuante				
promedio	moda	valores	cantidad	frecuencia
2,85	0	7	13	11%
		6	4	3%
		5	16	13%
		4	10	8%
		3	27	23%
		2	10	8%
		1	7	6%
		0	33	28%
		Total	120	100%

Gráfico N°21 Frecuencia porcentual Ejercicio Extenuante

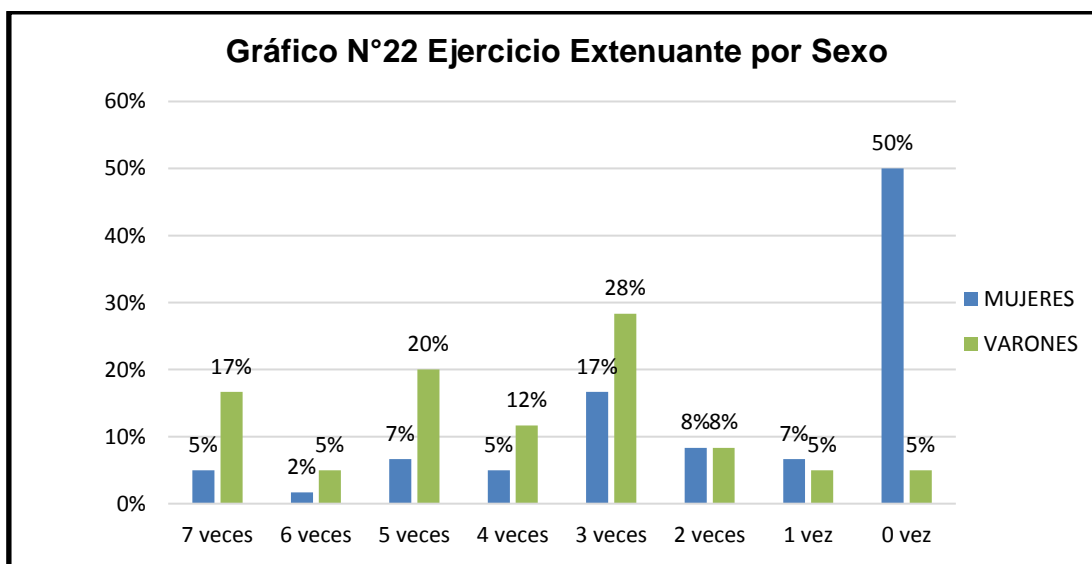


Si analizamos las cuotas por sexo podemos decir que en el total de las mujeres el promedio fue de 1,71, la moda de cero y la frecuencia porcentual fue el 5% realizo 7 veces semanales ejercicio extenuante, el 2% lo hizo 6 veces, el 7% lo hizo 5 veces, un 5% lo realizo 4 veces, el 17% realizo ejercicio extenuante 3 veces, el 8% 2 veces, el 7% una vez y el 50% cero vez por semana. En cambio

en los varones el promedio dio como resultado 4 y la moda 3, la frecuencia porcentual dio que un 16% realizo ejercicio extenuante 7 veces por semana, el 5% 6 veces, el 19% 5 veces, el 13% 4 veces, el 28% 3 veces, el 9% 2 veces, el 6% una vez y el 5% cero vez por semana (ver cuadro 28 y gráfico 22).

Cuadro N° 28 Ejercicio Extenuante por sexo Muestra total

Ejercicio Extenuante Muestra Total Mujeres					Ejercicio Extenuante Muestra total Varones				
promedio	moda	valores	cantidad	frecuencia	promedio	moda	valores	cantidad	frecuencia
1,714	0	7	3	5%	4,002	3	7	10	16%
		6	1	2%			6	3	5%
		5	4	7%			5	12	19%
		4	3	5%			4	7	13%
		3	10	17%			3	17	28%
		2	5	8%			2	5	9%
		1	4	7%			1	3	6%
		0	30	50%			0	3	5%
		Total	60	100%				60	100%



En la cuota por curso podemos decir que el promedio en primer año de la muestra total fue de 3,29, en segundo de 2,62, en tercero de 3,25, en cuarto de 2,08 y en quinto de 3,04. La moda en la muestra total de cada curso dio como resultado en primero año 3, en segundo arrojo dos resultado 3 y 0, en tercero 5 y 0, en cuarto 0 y en quinto 0. En cuanto a las cuotas por sexo de cada curso dio en primer año varones un promedio de 4,16, en segundo año de 3,91, en tercer año 4,41, en cuarto año 3,16 y en quinto año 4,33. En las mujeres obtuvimos los siguientes resultado en primer año 2,41, en segundo 1,33, en tercero 2,08, en cuarto 1 y en quinto 1,75.

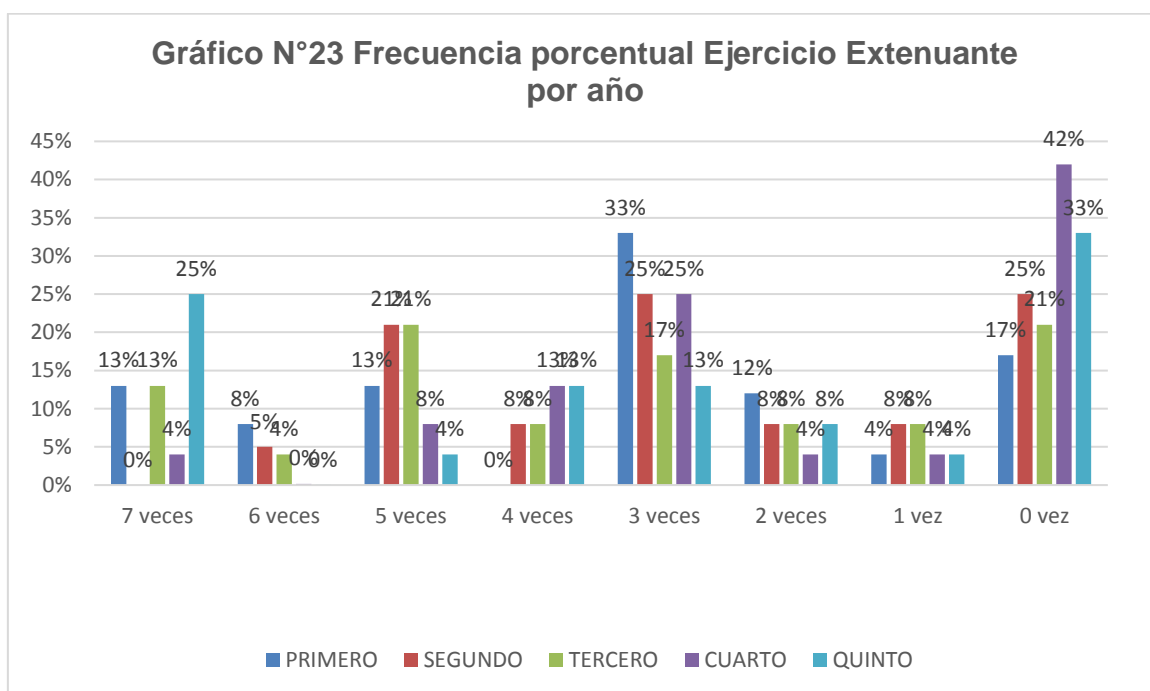
La moda para los varones de primer año fue de 3, en segundo de 5, en tercero de 5, en cuarto de 3 y en quinto de 0. En las mujeres fue, en primer año de 0, en segundo 0, en tercero de 0, en cuarto de 0 y en quinto de 0.

Analizando esto valores podemos decir que los varones realizaron más ejercicio físico extenuante que las mujeres (ver cuadro 30).

En cuanto a la frecuencia porcentual de la cuota por año podemos ver en el cuadro 29 que en primero y en tercer año fue para 7 veces por semana del 13%, para segundo fue del 1%, para cuarto 4% y para quinto de 0%. Para 6 veces por semana del 8% para primero, del 5% para segundo, del 4% para tercero y del 0% para cuarto y quinto respectivamente. Para 5 veces por semana del 13% en primero, 21% en segundo y tercero del 8% para cuarto y del 4% para quinto. Para 4 veces por semana del 17% para primero, 8% para segundo y tercero y del 13% para cuarto y quinto. Para 3 veces por semana el 33% para primero, 1% para segundo y cuarto, el 17% para tercero y el 13% para quinto. Para 2 veces por semana el 12% para primero, el 4% para cuarto y el 8% para segundo, tercero y quinto. Para una vez por semana el 4% para primero, cuarto y quinto; del 8% para segundo y tercero. Por último para cero vez por semana el 17% para primero, 1% para segundo, 21% para tercero, 42% para cuarto y 33% para quinto (ver frecuencia porcentual en el grafico 23).

Cuadro N° 29 Ejercicio Extenuante por año

Ejercicio Extenuante por curso					
valores	1ro	2do	3ro	4to	5to
7	13%	0%	13%	4%	25%
6	8%	5%	4%	0%	0%
5	13%	21%	21%	8%	4%
4	0%	8%	8%	13%	13%
3	33%	25%	17%	25%	13%
2	12%	8%	8%	4%	8%
1	4%	8%	8%	4%	4%
0	17%	25%	21%	42%	33%



En el cuadro N° 31 podemos observar la frecuencia porcentual de las cuotas por sexo de cada año, en las mujeres podemos destacar que de 1° a 5° año el mayor porcentaje de frecuencia semanal de ejercicio extenuante se dio en 0 vez por semana, en cambio en los varones los mayores porcentajes se dieron en primero y en cuarto año en 3 veces por semana, en segundo y en tercer año 5 veces por semana y en quinto año en 7 veces por semana.

Cuadro N° 30 Promedio y moda por curso y sexo de la Frecuencia Semanal de ejercicio extenuante.

Año	Cuota	Promedio	Moda
Primero	Total	3,29	3
	Varones	4,16	3
	Mujeres	2,41	0
Segundo	Total	2,62	3/0
	Varones	3,91	5
	Mujeres	1,33	0
Tercero	Total	3,25	5/0
	Varones	4,41	5
	Mujeres	2,08	0
Cuarto	Total	2,08	0
	Varones	3,16	3
	Mujeres	1	0
Quinto	Total	3,04	0
	Varones	4,33	7
	Mujeres	1,75	0

Cuadro N°31 Frecuencia porcentual por sexo y por curso ejercicio extenuante

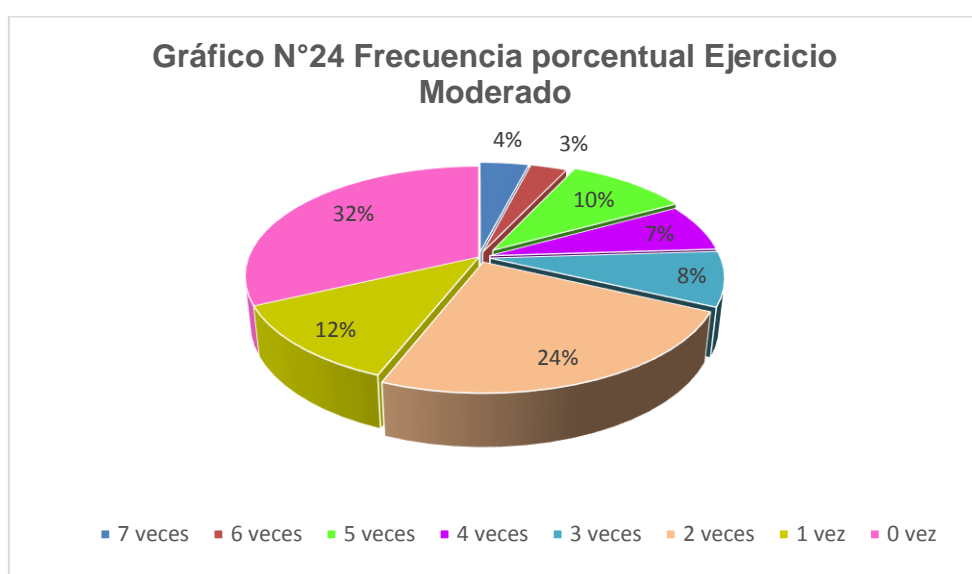
MUJERES										
valores	1ro		2do		3ro		4to		5to	
		Frecuencia porcentual		Frecuencia porcentual		Frecuencia porcentual		Frecuencia porcentual		Frecuencia porcentual
7	1	8%	0	0%	1	8%	1	8%	0	0%
6	1	8%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%
5	1	8%	0	0%	1	8%	1	8%	1	8%
4	0	0%	0	0%	1	8%	0	0%	2	17%
3	2	17%	4	33%	2	17%	0	0%	2	17%
2	2	17%	1	8%	1	8%	0	0%	1	8%
1	1	8%	2	17%	1	8%	0	0%	0	0%
0	4	33%	5	42%	5	42%	10	83%	6	50%
Total	12	100%	12	100%	12	100%	12	100%	12	100%
VARONES										
valores	1ro		2do		3ro		4to		5to	
		Frecuencia porcentual		Frecuencia porcentual		Frecuencia porcentual		Frecuencia porcentual		Frecuencia porcentual
7	2	17%	0	0%	2	17%	0	0%	6	50%
6	1	8%	1	8%	1	8%	0	0%	0	0%
5	2	17%	5	42%	4	33%	1	8%	0	0%
4	0	0%	2	17%	1	8%	3	25%	1	8%
3	6	50%	2	17%	2	17%	6	50%	1	8%
2	1	8%	1	8%	1	8%	1	8%	1	8%
1	0	0%	0	0%	1	8%	1	8%	1	8%
0	0	0%	1	8%	0	0%	0	0%	2	17%
Total	12	100%	12	100%	12	100%	12	100%	12	100%

3.1.1.5. Frecuencia semanal de realización de ejercicio moderado.

La muestra total dio como resultado una frecuencia porcentual del 32% para 0 vez por semana, 24% para 2 veces por semana, 12% para 1 vez por semana, 10% para 5 veces por semana, un 8% para 3 veces por semana, 7% para 4 veces por semana, 4% para 7 veces por semana y un 3% para 6 veces por semana. El promedio fue de 2,05 y la moda de 0 vez por semana (ver cuadro N°32 y Gráfico N°24).

**Cuadro N° 32 Frecuencia absoluta, porcentual
Moda y Promedio muestra total ejercicio Moderado**

promedio	moda	valores	cantidad	frecuencia
2,05	0	7	5	4%
		6	3	3%
		5	12	10%
		4	8	7%
		3	10	8%
		2	29	24%
		1	14	12%
		0	39	32%
		Total	120	100%

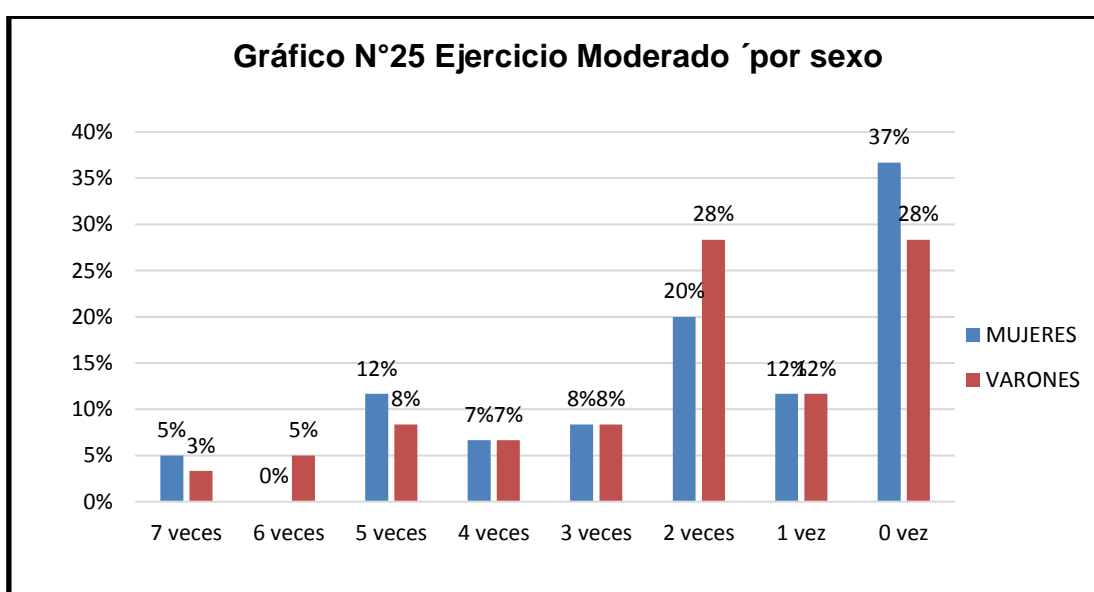


En la muestra total la cuota mujeres mostró una frecuencia porcentual del 37% para 0 vez por semana, del 20% para 2 veces por semana, del 12% para 1 y 5 veces por semana respectivamente, un 8% para 3 veces por semana, un 7% para 4 veces por semana, 5% para 7 veces por semana y 0% para 6 veces por semana. El promedio fue de 1,96 y la moda de 0 vez por semana.

En cuanto a la cuota varones la frecuencia porcentual fue del 28% para 0 y 2 veces por semana, el 12% para 1 vez por semana, del 8% para 5 y 3 veces por semana, 7% para 4 veces por semana, 5% para 6 veces por semana y del 3% para 7 veces por semana. La moda arrojó dos valores 0 y 2 veces por semana y el promedio fue de 2,15(ver cuadro 33 y grafico 25).

Cuadro N° 33 Frecuencia semanal de ejercicio moderado por sexo

Ejercicio moderado Mujeres					Ejercicio moderado Varones				
promedio	moda	valores	cantidad	frecuencia	promedio	moda	valores	cantidad	frecuencia
1,96	0	7	3	5%	2,15	2/0	7	2	3%
		6	0	0%			6	3	5%
		5	7	12%			5	5	8%
		4	4	7%			4	4	7%
		3	5	8%			3	5	8%
		2	12	20%			2	17	28%
		1	7	12%			1	7	12%
		0	22	37%			0	17	28%
		Total	60	100%			Total	60	100%



En el cuadro N° 34 podemos observar la frecuencia porcentual por curso, analizando los resultados podemos decir que en los cursos superiores (3ro, 4to y 5to), el porcentaje más alto se da en 0 vez por semana, en cambio en primero y en segundo el porcentaje más alto se da en 2 veces por semana, en general los porcentajes más altos van de 0 a cinco veces por semana, los porcentajes más bajos son de 6 y 7 veces por semana que van de 0% a 8% (en el grafico N°26 podemos ver la frecuencia porcentual).

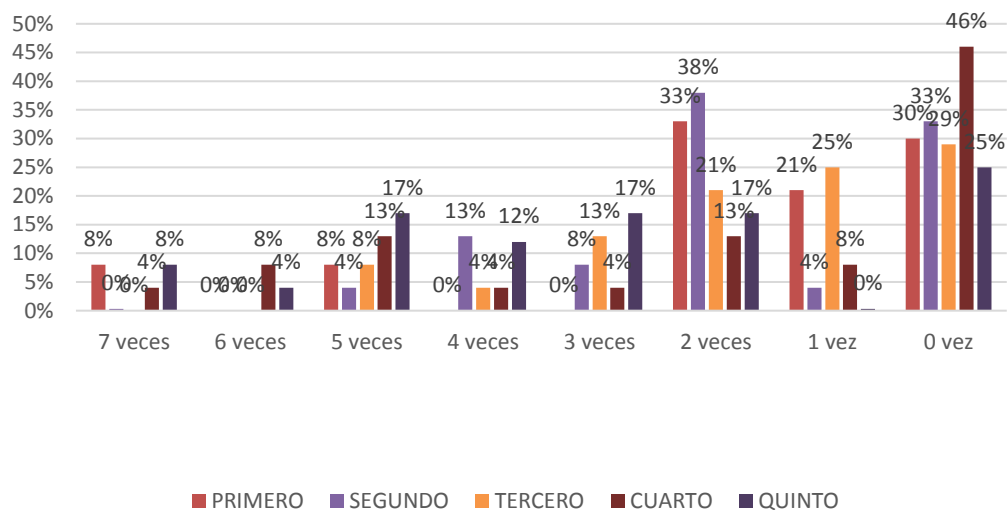
Siguiendo con la cuota por curso podemos decir que el promedio total de primer año fue de 1,87 y la moda de 2, el promedio de segundo año fue 1,75 y la moda de 2, el promedio de tercero fue 1,62, el de cuarto 2,04 y el de quinto de 3; con respecto a la moda para tercero, cuarto y quinto fue de 0 vez por semana.

En cuanto a las cuotas por curso y sexo podemos decir que los promedios de varones fueron en primer año de 1,08, en segundo de 1,66, en tercero de 1,83, en cuarto de 2,83 y en quinto de 3,33; la moda de los varones por curso fue de en primero, segundo y cuarto de 2; en tercero dio como resultado tres valores 3, 2 y 1; en quinto fue de 0 vez por semana. En las mujeres el promedio fue en primer año 2,66 y la moda de 2 y 0 vez por semana; en segundo el promedio fue de 1,83 y la moda de 0 vez por semana; en tercero el promedio fue de 1,41 y la moda de 1 y 0 vez por semana; en cuarto el promedio fue de 1,25 y la moda de 0 vez por semana; en quinto el promedio fue de 2,66 y la moda de 2 esto lo podemos observar en el cuadro N°35)

Cuadro N° 34 Frecuencia porcentual de ejercicio Moderado por año

valores	1ro	2do	3ro	4to	5to
7	8%	0%	0%	4%	8%
6	0%	0%	0%	8%	4%
5	8%	4%	8%	13%	17%
4	0%	13%	4%	4%	12%
3	0%	8%	13%	4%	17%
2	33%	38%	21%	13%	17%
1	21%	4%	25%	8%	0%
0	30%	33%	29%	46%	25%
Total	100%	100%	100%	100%	100%

Gráfico N°26 Ejercicio Moderado por año



Cuadro N° 35 Ejercicio Moderado Promedio y Moda Por curso y sexo

Año	Cuota	Promedio	Moda
Primero	Total	1,87	2
	Varones	1,08	2
	Mujeres	2,66	2/0
Segundo	Total	1,75	2
	Varones	1,66	2
	Mujeres	1,83	0
Tercero	Total	1,62	0
	Varones	1,83	3/2/1
	Mujeres	1,41	1/0
Cuarto	Total	2,04	0
	Varones	2,83	2
	Mujeres	1,25	0
Quinto	Total	3	0
	Varones	3,33	0
	Mujeres	2,66	2

En 4to año, la frecuencia porcentual por curso y sexo podemos decir que en las mujeres de cuarto año el 75% no realiza ejercicio físico moderado, en primero un 25%, en segundo y en tercero un 33% y en quinto solo un 17%. Una vez por semana en primer año lo realiza el 17%, en segundo el 8%, en tercero el 33% y en cuarto y en quinto el 0%. Dos veces por semana lo realizan en primer y en segundo año el 25%, en tercero 17%, en cuarto el 0% y en quinto el 33%. Tres veces por semana en primer año y en tercero 0%, en segundo y en quinto el 17%, en cuarto el 8%. Cuatro veces por semana en primer y en cuarto año el 0%, en segundo y en tercero el 8% y en quinto año el 17%. Cinco veces por semana en primero y en quinto el 17% año, en segundo, tercero y cuarto el 8%. Seis veces por semana el resultado fue del 0% en todos los cursos y siete veces por semana el porcentaje más alto fue el de primer año con un 17%, en segundo, tercero y quinto fue de 0% y en cuarto del 8%.

Con respecto a la cuota varones por curso podemos decir que solo el 17% de los varones de quinto año realizan ejercicio físico moderado 7 veces por semana, seis veces por semana lo realizan el 17% de los varones de cuarto y el 8% de los de quinto, cinco veces por semana lo realizan el 8% de los varones de tercero y el 17% de los varones de cuarto y quinto año; cuatro veces por semana lo realizan el 17% de los varones de segundo y el 8% de los varones de cuarto y quinto año; tres veces por semana lo realizan el 25% de los varones de tercero y el 17% de los varones de quinto; dos veces por semana lo realizan el 42% de los varones de primero, el 50% de los de segundo, el 25% de los de tercero y cuarto año; una vez por semana lo realizan el 25% de los varones de primero y el 17% de los varones de tercero y cuarto año; no hacen ejercicio físico moderado el 33% de los varones de primero, segundo y quinto año, el 25% de los de tercero, el 17% de los varones de cuarto año (ver cuadro N° 36).

Cuadro N° 36 Frecuencia porcentual de Ejercicio Moderado por Curso y por sexo

FRECUENCIA PORCENTUAL MUJERES										
valores	1ro	Frecuencia porcentual	2do	Frecuencia porcentual	3ro	Frecuencia porcentual	4to	Frecuencia porcentual	5to	Frecuencia porcentual
7	2	17%	0	0%	0	0%	1	8%	0	0%
6	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%
5	2	17%	1	8%	1	8%	1	8%	2	17%
4	0	0%	1	8%	1	8%	0	0%	2	17%
3	0	0%	2	17%	0	0%	1	8%	2	17%
2	3	25%	3	25%	2	17%	0	0%	4	33%
1	2	17%	1	8%	4	33%	0	0%	0	0%
0	3	25%	4	33%	4	33%	9	75%	2	17%
FRECUENCIA PORCENTUAL VARONES										
valores	1ro	Frecuencia porcentual	2do	Frecuencia porcentual	3ro	Frecuencia porcentual	4to	Frecuencia porcentual	5to	Frecuencia porcentual
7	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	2	17%
6	0	0%	0	0%	0	0%	2	17%	1	8%
5	0	0%	0	0%	1	8%	2	17%	2	17%
4	0	0%	2	17%	0	0%	1	8%	1	8%
3	0	0%	0	0%	3	25%	0	0%	2	17%
2	5	42%	6	50%	3	25%	3	25%	0	0%
1	3	25%	0	0%	2	17%	2	17%	0	0%
0	4	33%	4	33%	3	25%	2	17%	4	33%

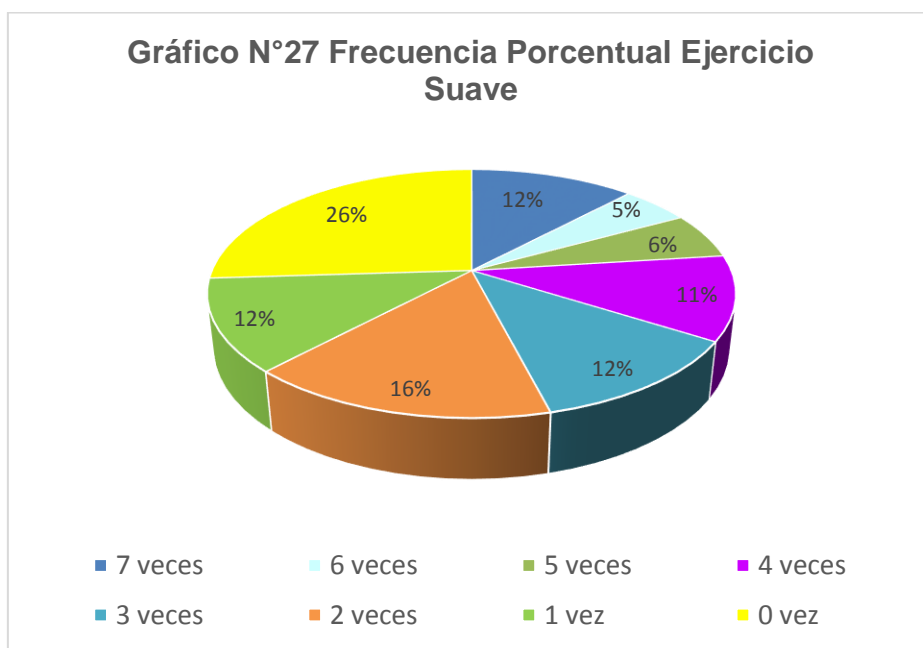
3.1.1.6. Frecuencia semanal de realización de ejercicio suave

Del total de la muestra podemos decir que el 26% de l@s alumn@s no realiza ejercicio físico suave, el 16% lo realiza dos veces por semana, el 11% realiza cuatro veces por semana, el 6% cinco veces por semana, el 5% 6 veces por semana y un 12% realiza ejercicio físico siete veces, otro 12% tres veces y un 12% una vez por semana. La moda de la muestra total es de 0 vez por semana y el promedio de 2,65 (ver cuadro N°37 y grafico N°27).

**Cuadro N° 37 Frecuencia absoluta, porcentual
Moda y Promedio muestra total ejercicio Suave**

Ejercicio Suave				
promedio	moda	valores	cantidad	frecuencia
2,65	0	7	14	12%
		6	6	5%
		5	7	6%
		4	13	11%
		3	15	12%
		2	19	16%
		1	15	12%
		0	31	26%
		Total	120	100%

Gráfico N°27 Frecuencia Porcentual Ejercicio Suave

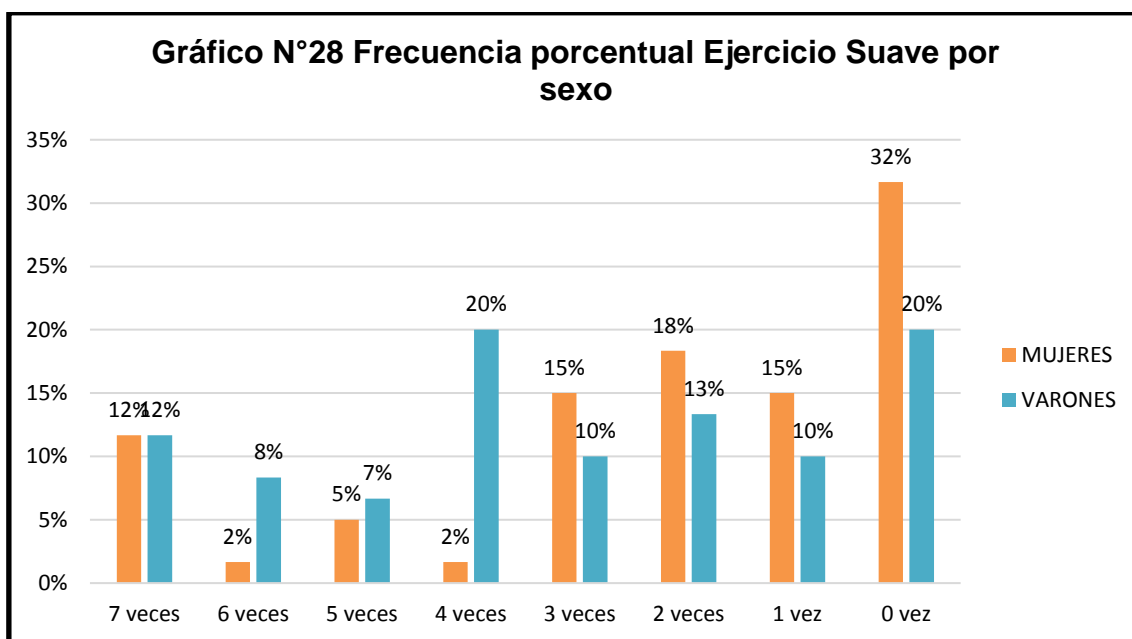


La cuota por sexo de la muestra total nos dio en varones un promedio de 3,05 y en mujeres de 2,19 y la moda en mujeres fue de 0 y en los varones dio dos valores 4 y 0 Ver en cuadro N° 38 y gráfico N°28

Cuadro N° 38 Frecuencia porcentual, absoluta, promedio y moda

Por sexo muestra total ejercicio suave

Ejercicio Suave Total Varones					Ejercicio suave Total Mujeres				
Promedio	moda	valores	cantidad	frecuencia	promedio	moda	valores	cantidad	frecuencia
3,05	4/0	7	7	12%	2,19	0	7	7	12%
		6	5	8%			6	1	2%
		5	4	7%			5	3	5%
		4	12	20%			4	1	2%
		3	6	10%			3	9	15%
		2	8	13%			2	11	18%
		1	6	10%			1	9	15%
		0	12	20%			0	19	32%
Total			60	100%	Total			60	100%

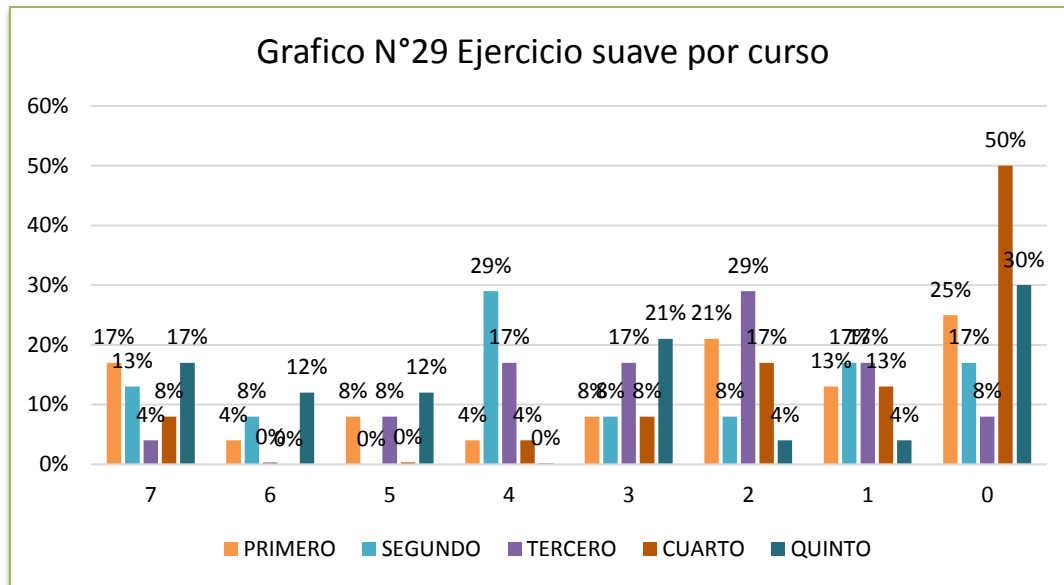


Si analizamos la frecuencia porcentual por curso podemos decir que en primero el 25% no realiza ejercicio suave, el 21% lo realiza 2 veces por semana, EL 17% realiza ejercicio físico suave 7 veces por semana, el 13% lo realiza una vez por semana, un 8% lo realizan 5 y tres veces por semana y un 4% lo realizan 6 y 4 veces por semana. En segundo año un 29% realiza ejercicio físico suave cuatro

veces por semana, un 17% lo realiza una vez por semana, un 13% lo realiza 7 veces por semana, un 8% lo realiza 3 veces, otro 8% lo realiza 6 veces y otro 8% lo realiza dos veces, un 17% no realiza ejercicio físico suave por semana. En tercer año un 29% lo realiza dos veces por semana, un 17% lo hace 4,3 y una vez por semana respectivamente; un 8% lo hace 5 veces y otro 8% no realiza ejercicio físico suave. En cuarto año un 50% no realiza ejercicio físico suave, un 17% lo hace 2 veces por semana, un 13% lo realiza una vez por semana, un 8% tres veces por semana y otro 8% 7 veces por semana. En quinto año un 30% no realiza ejercicio suave, un 21% lo realiza tres veces por semana, un 17% lo realiza 7 veces por semana, 6 y 5 veces por semana lo realizan un 12% cada uno, un 4% lo realiza 2 veces por semana y otro 4% solo una vez por semana (ver cuadro N°39 y grafico N°29).

Cuadro N° 39: Frecuencia porcentual por curso

Ejercicio Suave por curso					
valores	1ro	2do	3ro	4to	5to
7	17%	13%	4%	8%	17%
6	4%	8%	0%	0%	12%
5	8%	0%	8%	0%	12%
4	4%	29%	17%	4%	0%
3	8%	8%	17%	8%	21%
2	21%	8%	29%	17%	4%
1	13%	17%	17%	13%	4%
0	25%	17%	8%	50%	30%



En el cuadro N° 40 podemos observar la moda y el promedio por curso y por sexo, en primer año la moda en la muestra total fue de 0 vez por semana, en los varones dio como resultado cinco valores 7, 5, 2, 1 y 0; en la mujeres fue de 2 y 0. En segundo la moda total fue de 0, en los varones fue 4 y en las mujeres 0. En tercero la moda total fue de 2, en varones de 4 y 2, en las mujeres fue de 3, 2 y 1. En cuarto año la moda fue de 0 tanto en el total como en varones y en mujeres. En quinto año la moda total y la de Varones FUE De 0 y en las mujeres de 3 y 0.

En cuanto a los promedios podemos decir que en primer año el promedio fue el total de 2,79, en varones de 3,25 y en mujeres de 2,33. En segundo año el promedio total fue de 3,12, el de varones de 4,25 y el de mujeres de 2. En tercero el promedio total fue de 2,91, en varones de 2,62 y en mujeres de 2,33. En cuarto año el promedio total fue de 1,45, en varones 1,66 y en mujeres de 1,25. En quinto año el promedio total fue de 3,29, en varones de 3,5 y en mujeres de 3,08.

Podemos decir que en general la moda es de 0 vez por semana, salvo en los varones de segundo y cuarto y en las mujeres de tercero (ver cuadro N°40).

Cuadro N° 40 Ejercicio Suave Promedio y Moda

Por curso y sexo

Año	Cuota	Promedio	Moda
Primero	Total	2,79	0
	Varones	3,25	7/5/2/1/0
	Mujeres	2,33	2/0
Segundo	Total	3,12	0
	Varones	4,25	4
	Mujeres	2	0
Tercero	Total	2,91	2
	Varones	2,62	4/2
	Mujeres	2,33	3/2/1
Cuarto	Total	1,45	0
	Varones	1,66	0
	Mujeres	1,25	0
Quinto	Total	3,29	0
	Varones	3,5	0
	Mujeres	3,08	3/0

3.1.1.7. Frecuencia de participación en una actividad física regular en la que se llegue a sudar realizada en el tiempo libre.

En esta variable se establecieron los siguientes valores numéricos para analizar la variable:

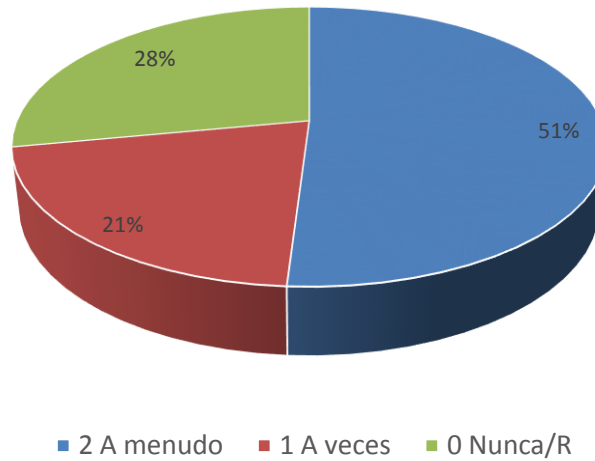
Nunca / Raramente (0)

A veces (1)

A menudo (2)

En el gráfico N°30 podemos observar que la frecuencia porcentual de la muestra total dio como resultado que el 51% de l@s alumn@s realizan a menudo una actividad física regular durante el tiempo libre, un 21% lo realiza a veces y un 28% no realiza actividad física regular durante el tiempo libre. En el cuadro N°41 podemos ver que el promedio total fue de 1,22 y la moda de 2.

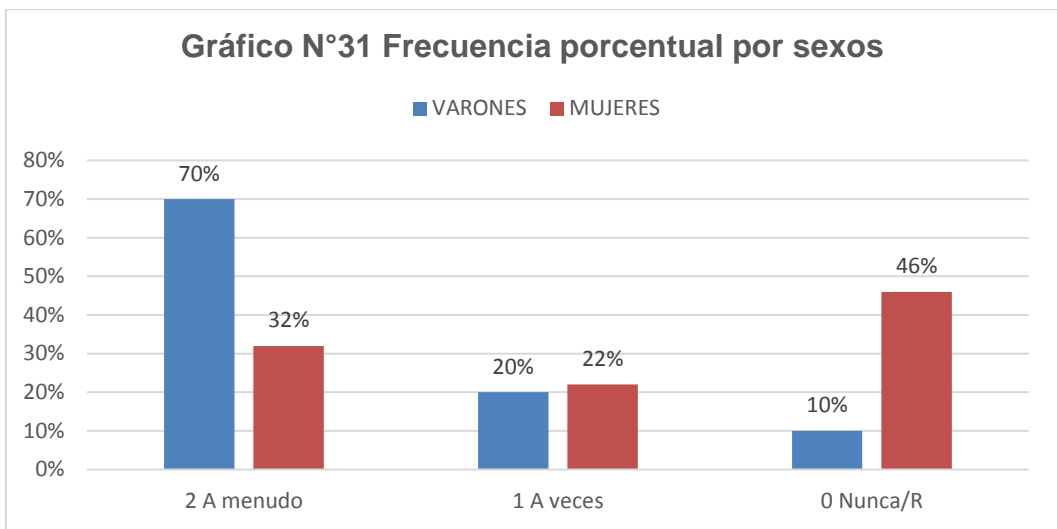
Gráfico N°30 Frecuencia porcentual de la Frecuencia de participación en una actividad Física



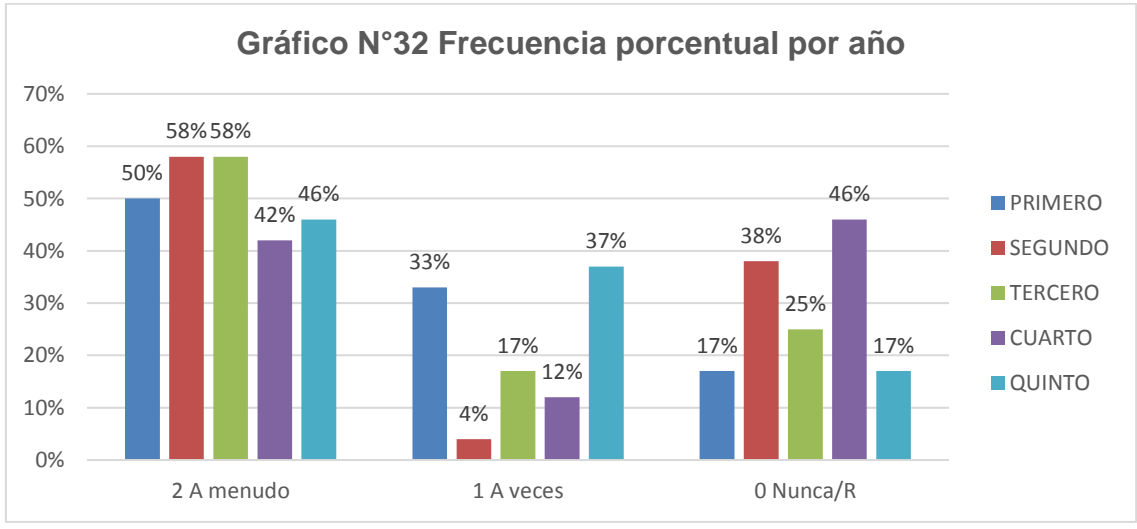
Cuadro N° 41 Promedio, Moda, frecuencia porcentual y absoluta de la Frecuencia de participación en una actividad física regular en la que se llegue a sudar realizada en el tiempo libre.

promedio	moda	valores	Frecuencia Absoluta	Frecuencia Porcentual
1,22	2	2	61	51%
		1	25	21%
		0	34	28%
		total	120	100%

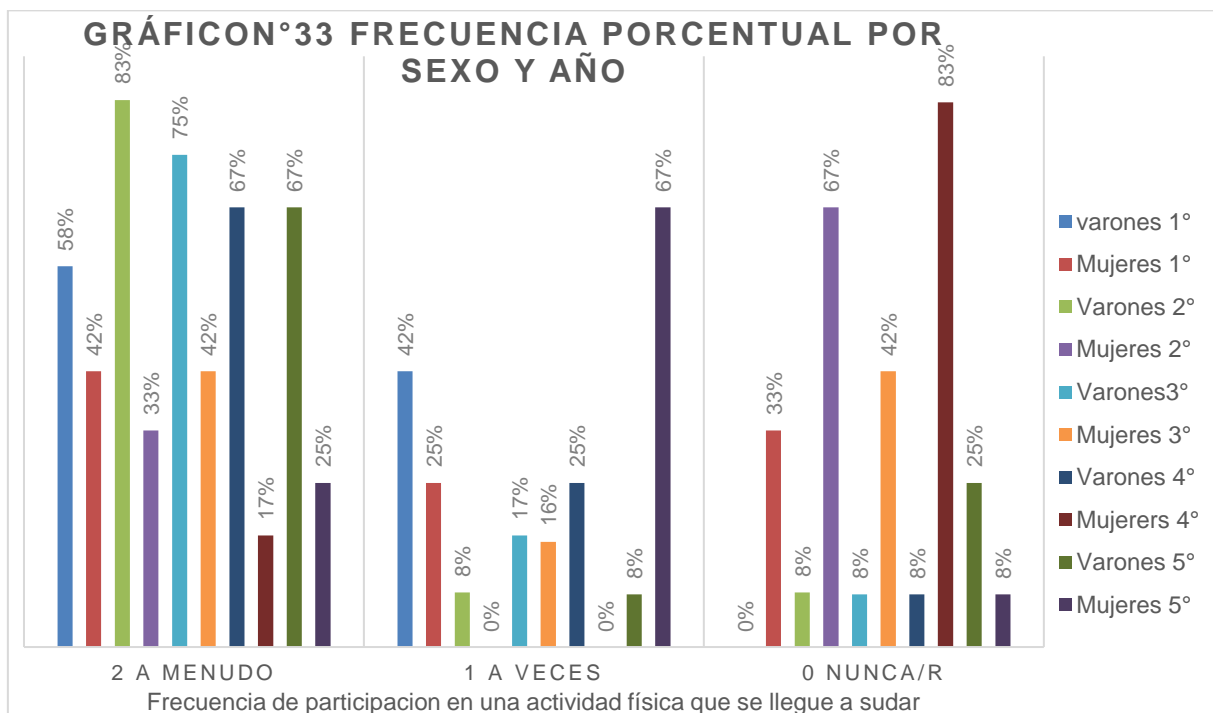
Si analizamos la frecuencia porcentual por sexo podemos decir que un 70% de los varones realizan a menudo una actividad física regular durante el tiempo libre, en cambio las mujeres solo lo realizan el 32%; la diferencia más notable es que solo el 10% de los varones no realiza actividad física durante el tiempo libre y en la mujeres el porcentaje es del 46%(ver gráfico N°31). En general podemos decir que los varones realizan más actividad física que las mujeres durante el tiempo libre.



En cuanto a la cuota por año y sexo podemos decir que en primero, segundo, tercero y quinto año encontramos que un porcentaje que va del 50% al 58% realizan a menudo una actividad física regular durante el tiempo libre y en cuarto año es del 42%, en cuarto y en segundo también podemos observar que son bastante altos los porcentajes de l@s alumn@s que no realizan ejercicio físico durante el tiempo libre van de un 46% a un 38% respectivamente(ver gráfico N° 32).



En el Grafico N° 33 de frecuencia porcentual por sexo y curso, podemos observar que las mujeres de segundo y de cuarto en un 67% y un 83% respectivamente no realizan actividad física durante el tiempo libre, también es alto el porcentaje de las mujeres de tercero, no así los varones que tienen porcentajes muy bajos no superan el 10%, los varones de tercero, cuarto, quinto y sexto tienen los porcentajes más alto de los que realizan actividad física a menudo en el tiempo libre. En las mujeres de tercero podemos observar que obtuvieron un 42% tanto en la realización de una actividad a menudo en su tiempo libre, como las que no realizan actividad física.



En el cuadro N° 42 podemos ver el promedio y la moda de cada curso y por sexo. En primer año tenemos un promedio total de 1,33; en varones el promedio es de 1,58 y en mujeres es de 1,08. En segundo año el promedio total es 1,2; en varones 1,75 y en mujeres es de 0,66. En tercer año el promedio total es de 1,33; el de varones es de 1,66 y el de mujeres de 1. En cuarto año el promedio total es de 0,95; el de varones es de 1,58 y el de mujeres es de 0,33. El promedio total de quinto es de 1,29; el de los varones es de 1,41 y el de mujeres es de 1,16.

La moda para primero, segundo, tercero, y quinto es de 2, para cuarto es de 0. Para los varones de primero, de segundo, cuarto y quinto la moda fue de 2, para las mujeres de primero fue de 2, las de segundo y cuartos fue de 0, las de tercero dio como resultado dos valores 2 y 0; en quinto la moda fue de 1.

Cuadro N° 42 Promedio y Moda por curso y sexo

		Promedio	Moda
primero	total	1,33	2
	varones	1,58	2
	mujeres	1,08	2
segundo	total	1,2	2
	varones	1,75	2
	mujeres	0,66	0
tercero	total	1,33	2
	varones	1,66	2
	mujeres	1	2/0
Cuarto	total	0,95	0
	varones	1,58	2
	mujeres	0,33	0
Quinto	total	1,29	2
	varones	1,41	2
	mujeres	1,16	1

3.1.2. Análisis de las variables complejas.

En este apartado analizaremos las variables complejas de nuestra investigación.

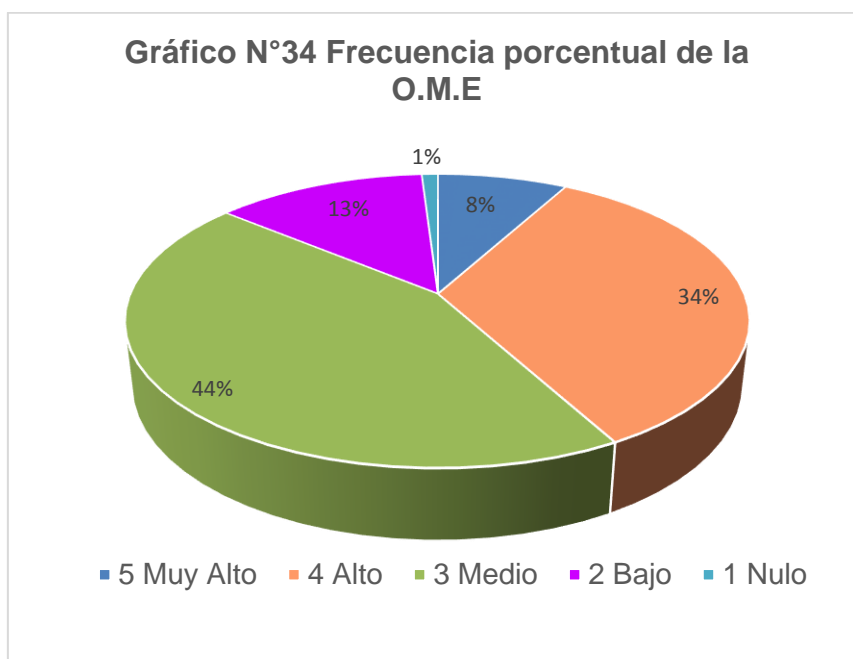
3.1.2.1 Orientación Motivacional al Ego (O.M.E.)

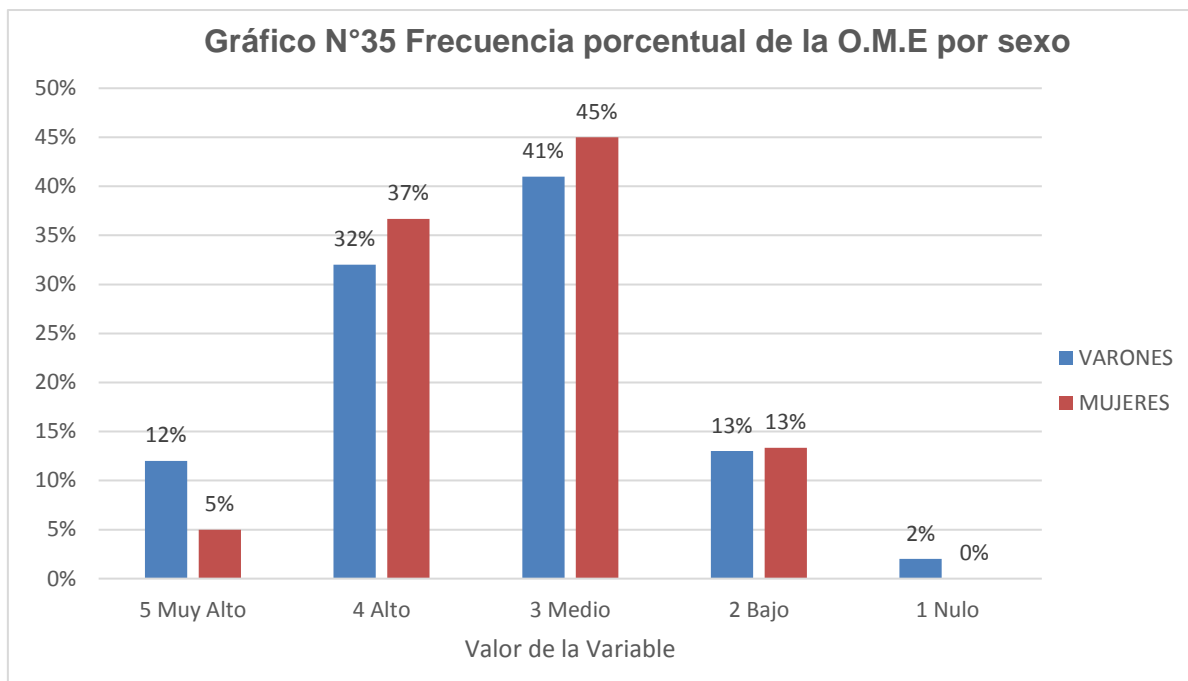
En el cuadro N°43 podemos ver los resultados de la muestra total: el promedio dio un valor de 3,43, mientras que la moda fue 3. La frecuencia porcentual dio como resultado un 44% en el valor medio, un 34% en el valor alto, 13% en el valor bajo, un 8% en el valor muy alto y un 1% en el valor Nulo (ver gráfico N°34).

Teniendo en cuenta el sexo podemos decir que tanto en los varones como en las mujeres el valor medio tuvo los porcentajes más altos representados por el 41% y 45% respectivamente, y el valor nulo obtuvo los porcentajes más bajos, siendo del 2% y 0%. El valor alto en los varones obtuvo el 32% y en las mujeres fue del 37%; en el valor muy alto los varones alcanzaron un 12% y las mujeres solo el 5%, mientras que en el valor bajo ambos sexos obtuvieron un 13% (ver gráfico N°35).

Cuadro N° 43: Orientación motivacional al Ego Frecuencia porcentual, Absoluta, Promedio y moda de la muestra total

O.M.E					
TOTAL	promedio	moda	valores	cantidad	frecuencia
	3,43	3	5	10	8%
			4	41	34%
			3	52	44%
			2	16	13%
			1	1	1%
			TOTAL	120	100%



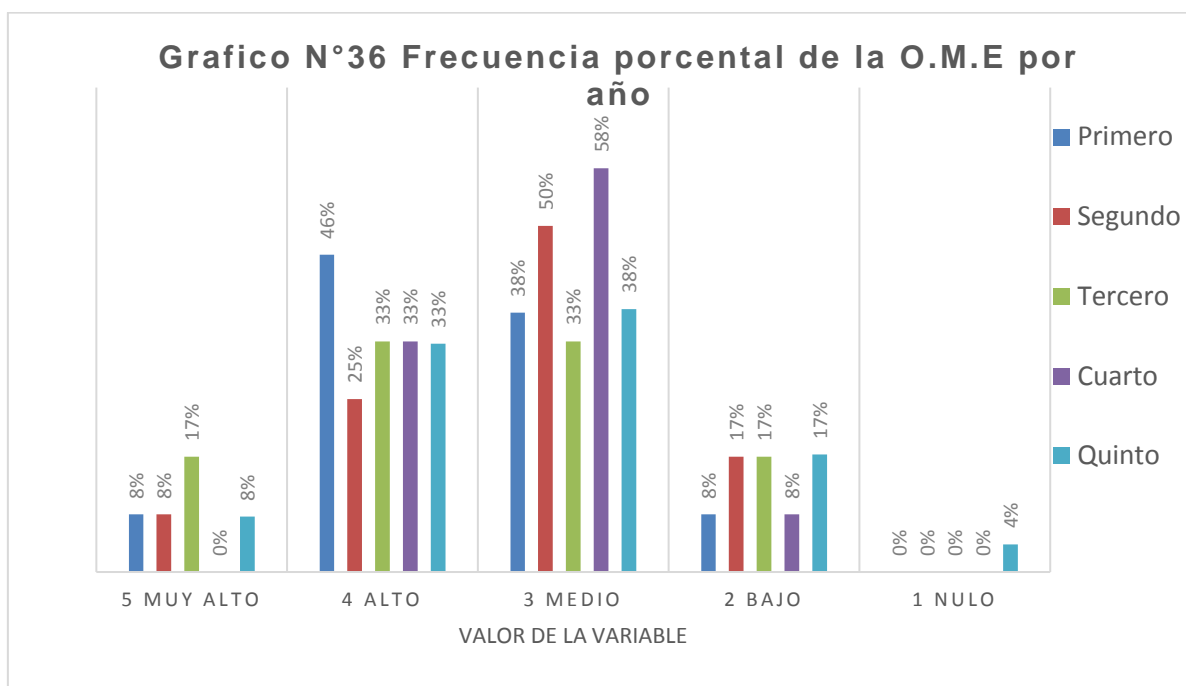


Siguiendo con el análisis de la frecuencia porcentual vemos en el gráfico N° 36 (Los colores representan los años de cursada y los números del 1 al 5 representan el valor de la variable: *nulo, bajo, medio, alto y muy alta respectivamente*) que los porcentajes más altos de segundo con un 50%, cuarto con un 58% y quinto con un 3% se dan en el valor medio (3); para los primeros con un porcentaje del 46% porcentaje se da en el valor alto (4). En el valor nulo (1) podemos observar que de primero a cuarto el porcentaje es del 0%, para quinto es del 4%. Para el valor muy alto la frecuencia porcentual es en general baja, un 8% para primero, segundo y quinto; para tercero es del 17% y para cuarto del 0%. En el valor bajo (2) podemos ver que para primero y cuarto es de un 8% y para segundo, tercero y quinto es del 17%.

La moda para segundo, cuarto y quinto fue de 3, para primero de 4 y para tercero de 4 y 3. Para los varones de primero y cuarto la moda fue de 4 y para los varones de segundo, tercero y cuarto fue de 3. En las mujeres de primero y tercero fue de 4 y para las mujeres de segundo, cuarto y quinto fue de 3.

El promedio total para primer año fue de 3,64; en varones de 3,59 y en mujeres 3,68. El promedio total de segundo fue 3,4, siendo el de varones de 3,5 y el de mujeres de 3,3. En tercer año el promedio total fue de 3,59, el de varones de 3,67 y el de mujeres de 3,52. En cuarto año el promedio total fue de 3,24, el de

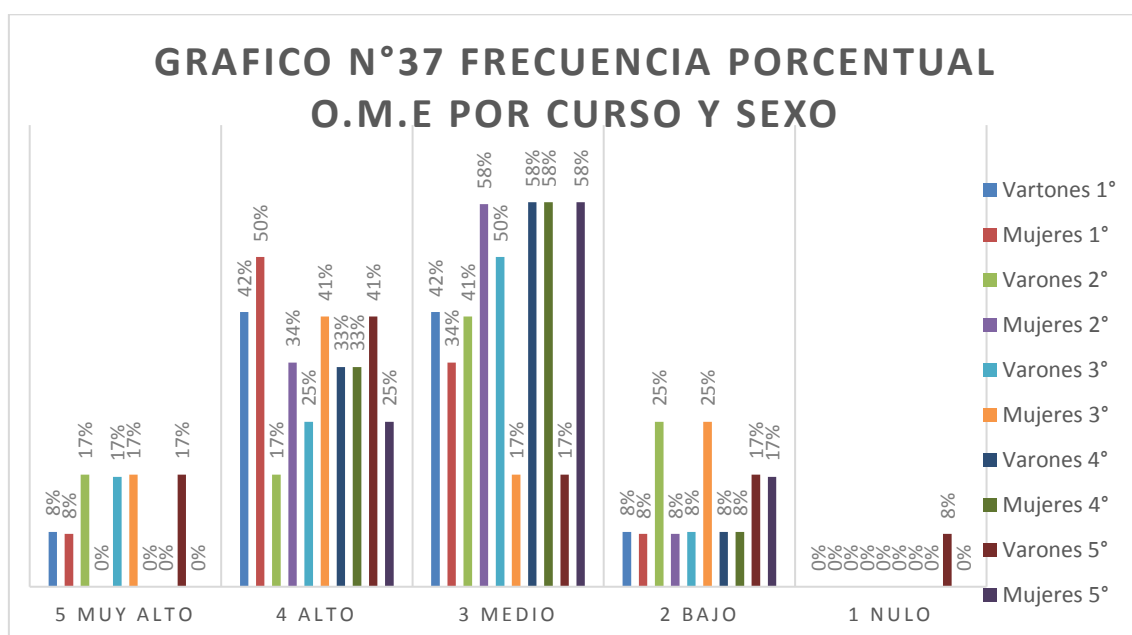
varones de 3,31 y el de mujeres de 3,17. En quinto año el promedio total fue de 3,27; el de varones de 3,39 y el de mujeres de 3,45 (ver cuadro N°42).



Cuadro N° 44 Promedio y Moda por curso y sexo

Cursos		Promedio	Moda
Primero	Total	3,64	4
	Varones	3,59	4
	Mujeres	3,6	4
Segundo	Total	3,4	3
	Varones	3,5	3
	Mujeres	3,3	3
Tercero	Total	3,59	4 y 3
	Varones	3,67	3
	Mujeres	3,52	4
Cuarto	Total	3,24	3
	Varones	3,31	3
	Mujeres	3,17	3
Quinto	Total	3,27	3
	Varones	3,39	4
	Mujeres	3,45	3

En el siguiente gráfico (N°37) podemos ver el comportamiento de la frecuencia porcentual por curso y sexo. Podemos decir que el valor medio (3) tienen los porcentajes más altos en las mujeres de segundo, mujeres de quinto, varones y mujeres de cuarto con el 58% varones de tercero con un 50%, los varones de primero y los de segundo también tienen valores altos del 42% y 41% respectivamente. En el valor alto (4) encontramos que el mayor porcentaje lo tienen las mujeres de primero con un 50%; las mujeres de tercero, los varones de quinto y los varones de primero tienen porcentajes del 41% y el 42%, con un porcentaje del 33% los varones y mujeres de cuarto, con un 34% mujeres de segundo y con valores del 25% al 17% encontramos a los varones de quinto, varones de tercero y varones de primero. En el valor muy alto (5) con un porcentaje del 17% tenemos varones de segundo, varones y mujeres de tercero y varones de quinto; con un 8% los varones y las mujeres de primero. En el valor bajo (2) el valor más alto lo tienen con el 25% los varones de segundo y las mujeres de tercero, un 17% varones y mujeres de quinto y con un 8% varones y mujeres de primero, mujeres de segundo, varones de tercero, varones y mujeres de cuarto. En el valor nulo solo los varones de quinto tienen un 8%, el resto de los cursos presentan un porcentaje del 0%.

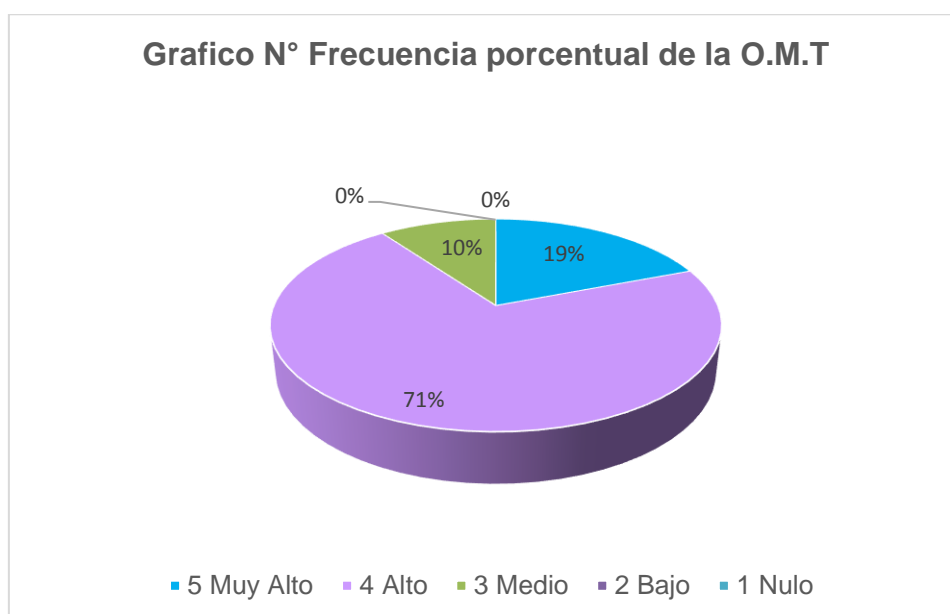


3.1.2.2 Orientación Motivacional a la tarea (O.M.T)

En el cuadro N° 45 podemos observar el resultado de la muestra del total de l@s alumn@s, encontramos un promedio de 4,25 y la moda de 4(Alto). La frecuencia porcentual dio un 71% en el valor alto (4), un 19% en el valor muy alto (5) y un 10% en el valor medio (3), podemos decir que l@s alumn@s tienen una alta orientación motivacional a la tarea. En el gráfico 38 podemos observar la frecuencia porcentual.

Cuadro N° 45 Resultados de la muestra total de Orientación Motivacional a la tarea

Orientación Motivacional a la tarea					
	promedio	moda	valores	cantidad	frecuencia
TOTAL	4,25	4	5	23	19%
			4	85	71%
			3	12	10%
			2	0	0%
			1	0	0%
				120	100%



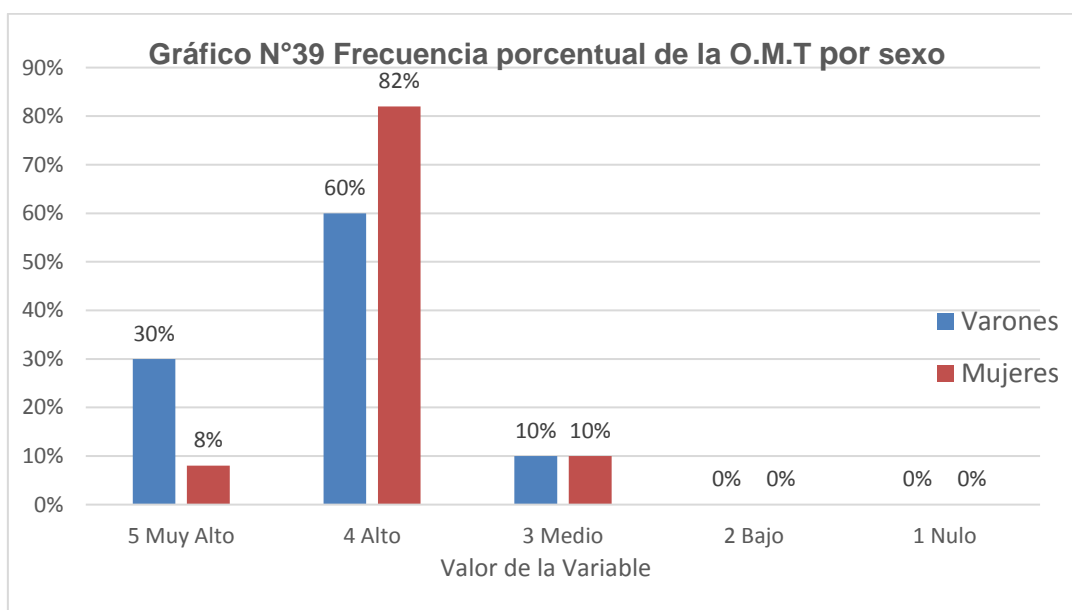
Teniendo en cuenta la cuota por sexo de la muestra total podemos decir que el promedio en los varones fue de 4,35 y en las mujeres de 4,14; ambos sexo la

moda fue de 4. En cuanto a la frecuencia porcentual podemos decir que los porcentajes más altos los encontramos en el valor alto (4) con un 60% en varones y un 82% en mujeres. En el valor muy alto encontramos un 30% en los varones y un 8% en mujeres y en el valor medio un 10% en ambos sexos. En el gráfico 39 podemos ver la frecuencia porcentual de la cuota.

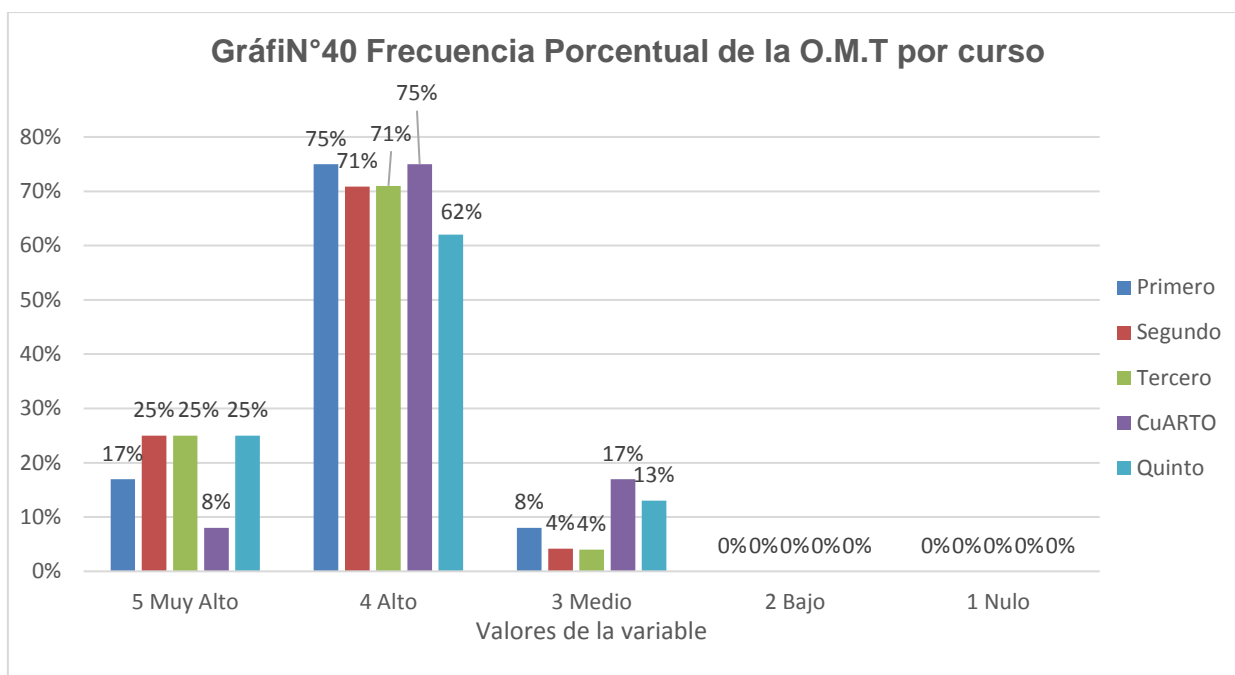
Cuadro N°46

Frecuencia porcentual orientación motivacional a la tarea por sexo

Orientación motivacional a la tarea Hombres					Orientación motivacional a la tarea Mujeres				
promedio	moda	valores	cantidad	frecuencia	promedio	moda	valores	cantidad	frecuencia
4,35	4	5	18	30%	4,14	4	5	5	8%
		4	36	60%			4	49	82%
		3	6	10%			3	6	10%
		2	0	0%			2	0	0%
		1	0	0%			1	0	0%
			60	100%				60%	100%

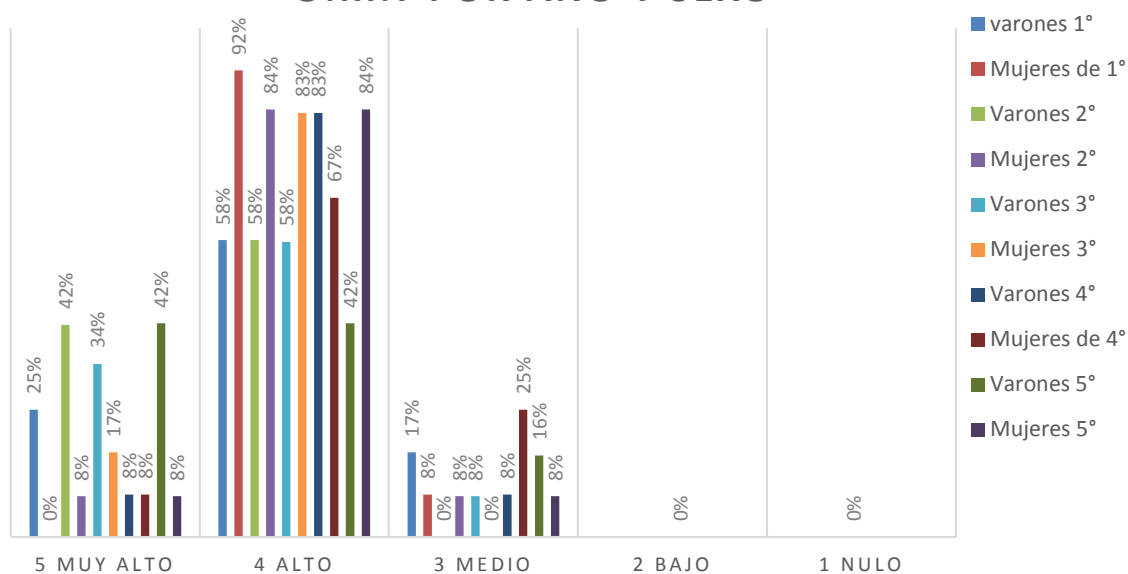


En el siguiente gráfico(N° 40) podemos ver la frecuencia porcentual de la motivación a la tarea por año de cursada, en el valor 4(alto) encontramos los porcentajes más alto de todos los cursos, que van del 62% al 75%. En los valores bajo y nulo fue del 0% en todos los cursos.



En el gráfico N°41 podemos ver la frecuencia porcentual por sexo y año de cursada, podemos decir que de primero a quinto año tanto en varones como en mujeres los niveles mayores los encontramos en el valor alto (4), en el valor muy alto tenemos los varones de segundo y los de quinto con un porcentaje del 42%, 34% varones de tercero, 25% varones de primero y varones de cuarto y mujeres de primero a quinto no superan el 17%. En los valores poco y nulo el porcentaje obtenido fue del 0%. La moda de primero a cuarto fue de 4 en el total, en varones y en mujeres. En quinto año la moda fue en el total y en mujeres de 4 y en varones dio dos valores 4 y 5. El promedio total de primero fue de 4,23; en varones de 4,32 y en mujeres de 4,14. En segundo año el promedio total fue de 4,33, en varones de 4,54 y en mujeres de 4,12. En tercer año el promedio total fue de 4,39, en varones de 4,52 y en mujeres de 4,23. En cuarto año el promedio total fue de 4,07, en varones de 4,09 y en mujeres de 4,05. En quinto el promedio total fue de 4,22, en varones de 4,28 y en mujeres de 4,17(ver cuadro N°47 promedio y moda por curso y sexo).

**GRÁFICO N°41 FREDCUENCIA PORCENTUAL
O.M.T POR AÑO Y SEXO**



**Cuadro N° 47 Promedio y Moda por curso y sexo
Orientación Motivacional a la tarea**

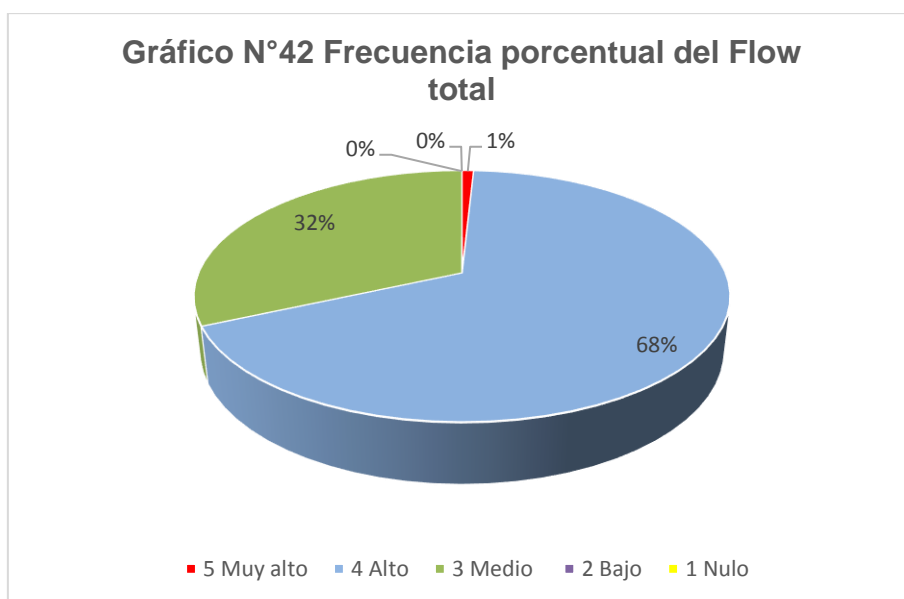
Cursos		Promedio	Moda
Primero	Total	4,23	4
	Varones	4,32	4
	Mujeres	4,14	4
Segundo	Total	4,33	4
	Varones	4,54	4
	Mujeres	4,12	4
Tercero	Total	4,39	4
	Varones	4,52	4
	Mujeres	4,23	4
Cuarto	Total	4,07	4
	Varones	4,09	4
	Mujeres	4,05	4
Quinto	Total	4,22	4
	Varones	4,28	4/5
	Mujeres	4,17	4

3.1.2.3. Flow

El nivel de experimentación del estado de flow posee dimensiones y subdimensiones las cuales están representadas con un valor: *nulo equivale al 1, bajo al 2, medio 3, alto 4 y muy alto 5*. Al sumar dichos valores se obtuvieron los siguientes resultados: de la muestra total el promedio fue de 3,8 y se obtuvo una moda de 4. La frecuencia porcentual del total de la muestra fue para el valor Muy alto (5) del 1%, para el valor Alto (4) fue del 68%, el valor Medio (3) del 31%, los valores bajo y nulo obtuvieron un 0%, esto lo podemos observar en el cuadro N°48 y en el gráfico N°42.

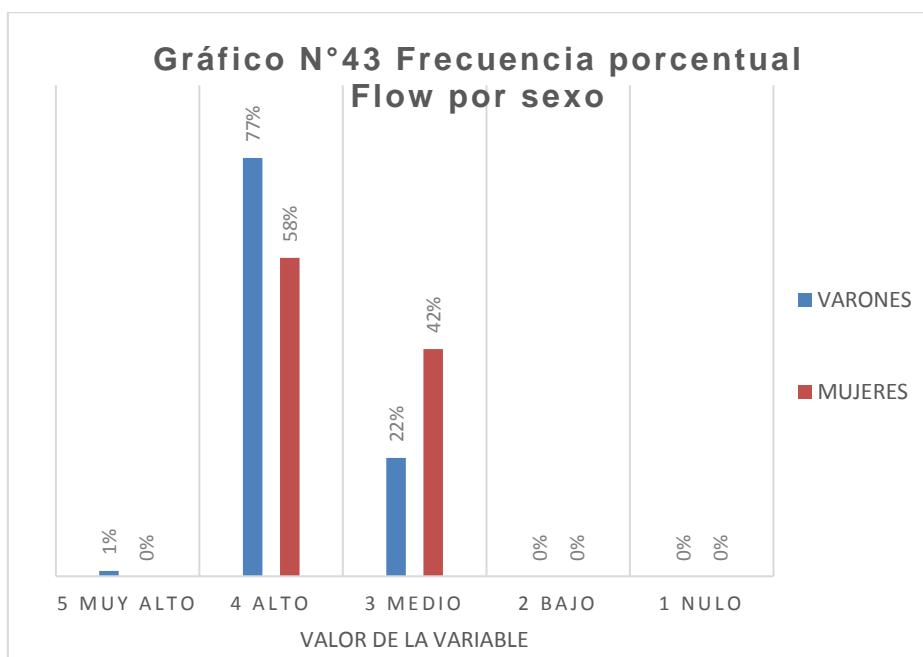
Cuadro N°48: Promedio, Moda, Frecuencia Porcentual y absoluta

FLOW TOTAL				
Promedio	moda	Valores	cantidad	Frecuencia Porcentual
3,8	4	5 Muy Alto	1	1%
		4 Alto	81	68%
		3 Medio	38	31%
		2 Bajo	0	0%
		1 Nulo	0	0%
		TOTAL	120	100%

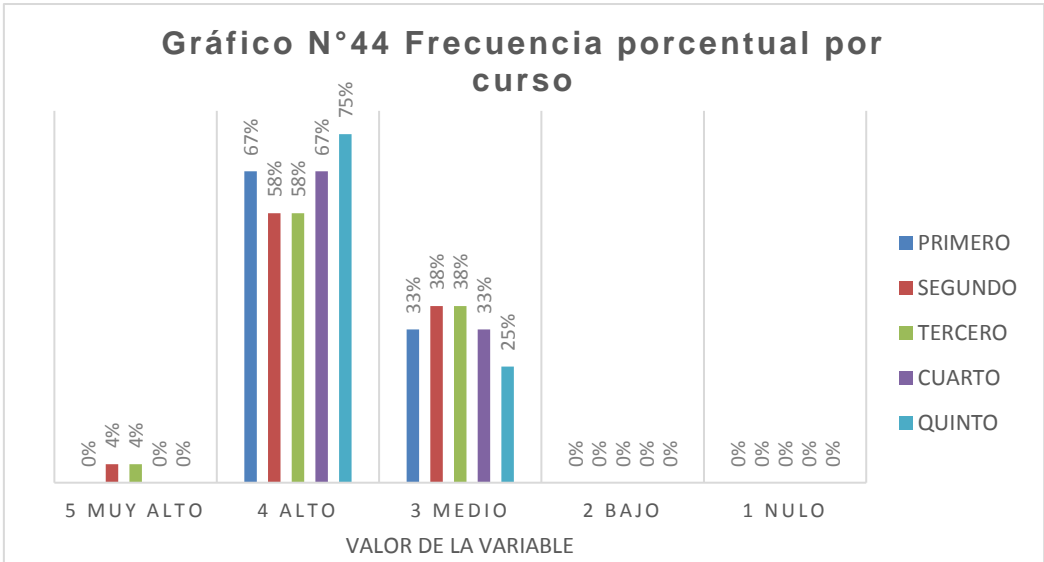


En el grafico N° 43 podemos ver la frecuencia porcentual de Flow por sexo. En el valor muy alto (5) encontramos un 2% en varones y un 0% en mujeres. En el valor Alto (4) los varones alcanzaron un 77% y las mujeres un 58%. En el valor medio (3) los varones alcanzaron un 22% y las mujeres un 42%. En los valores bajo y nulo tanto de varones como en mujeres el porcentaje fue de 0%.

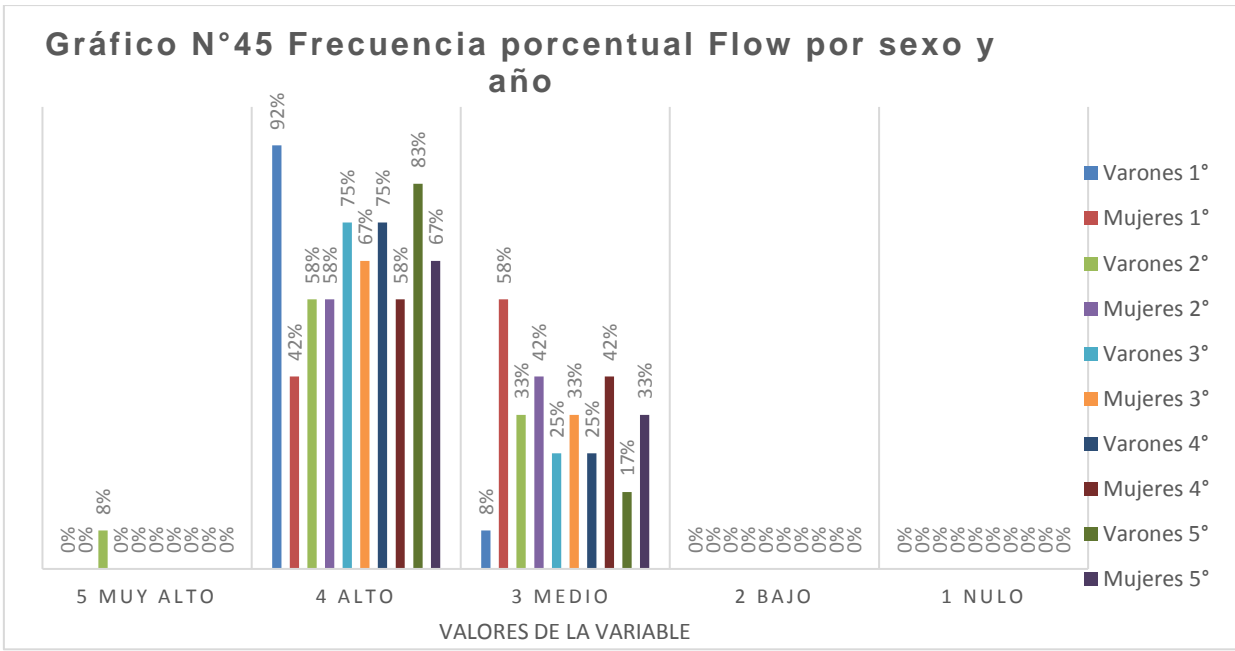
En ambos sexo los valores más altos los encontramos en el valor 4, podemos decir que en los varones el porcentaje de flow alto es mayor al de las mujeres.



Si analizamos el flow por curso podemos decir que los porcentaje más altos de primero a quinto, los encontramos en el valor Alto (4), con un 75% en quinto, un 67% en cuarto y en primero, con un 58% en segundo y en tercero. El siguiente valor con porcentajes que van del 25% al 38% es el Medio, el valor muy alto solo obtuvo un 4% en segundo y en tercer año. Los valores bajo y nulo en todos los años fue de 0%(ver gráfico N°44).



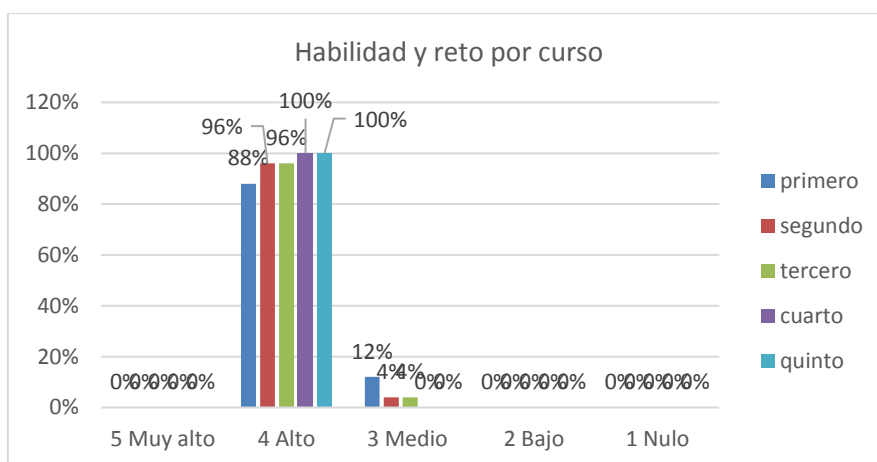
En el siguiente gráfico(N°45) podemos ver la frecuencia porcentual por sexo y año de cursada, podemos decir que solo un 8% de los varones de segundo tiene un nivel de flow muy alto, los mayores porcentajes los encontramos en valor Alto(4) con el 92% en los varones de primero, con el 83% los varones quinto, con un 75% los varones de tercero y los de cuarto, con un 67% las mujeres de tercero y las mujeres de quinto, con un 58% los varones, mujeres de segundo y mujeres de cuarto. Las mujeres de segundo tienen el porcentaje más alto en el valor medio. Los valores bajo y nulo tienen el 0%.



Esta variable está compuesta por nueve dimensiones, a su vez estas se dividen en cuatro sub dimensiones:

Dimensión 1: Equilibrio entre habilidad y reto refiere a la posibilidad de obtener un equilibrio entre la dificultad de la tarea a la que nos enfrentamos y la habilidad que poseemos para poder realizar dicha tarea. En la muestra general la dimensión ha obtenido un promedio de 4,25. En la frecuencia porcentual podemos observar que nuestros alumnos tienen un nivel alto de Habilidad y reto. Al analizar la dimensión por cuotas, los valores entre mujeres y varones son muy parejos, en ambos podemos observar un nivel alto con un porcentaje del 92% y 100% respectivamente. En el promedio y la moda en ambos sexos observamos un valor alto. En la cuota por curso los porcentajes más altos los encontramos en el nivel alto. Lo podemos observar en el siguiente cuadro y Gráfico

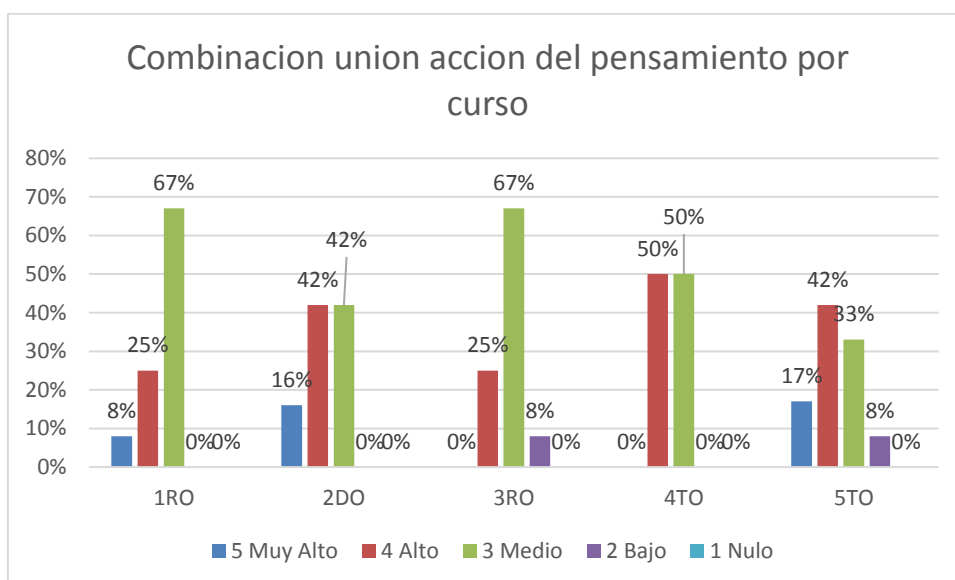
MUJERES						VARONES					
Equilibrio entre	Promed.	Mod	Valor	Cantid.	Frec. %	Equilibrio entre	Promed.	Mod	Valor	Cantid.	Frec. %
	4,22	4	5 Muy alto	0	0%		4,31	4	5 Muy alto	0	0%
			4 Alto	55	92%				4 Alto	60	100%
			3 Medio	5	8%				3 Medio	0	0%
			2 Bajo	0	0%				2 Bajo	0	0%
			1 Nulo	0	0%				1 Nulo	0	0%



Dimensión 2: Combinación unión acción del pensamiento, esta dimensión se refiere a adquirir práctica para realizar una actividad de manera automática, sin necesidad de pensar cuales son los movimientos que tenemos que realizar. Esta dimensión ha manifestado un valor modal medio en la muestra total; al analizar

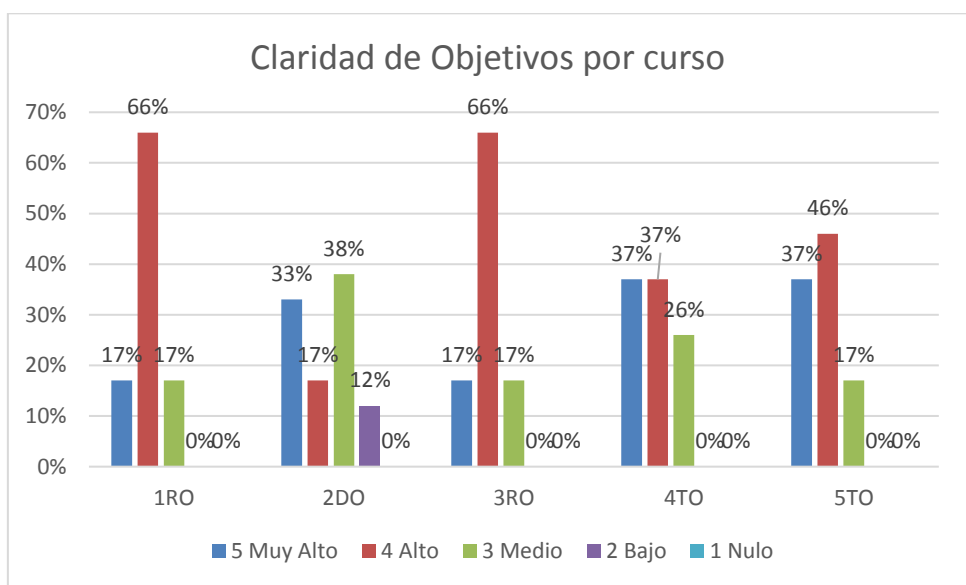
esta dimensión por cuota podemos observar que el valor modal por año y por sexo no difiere de la muestra total manteniéndose el valor medio. Esto lo podemos ver en el siguiente cuadro y gráfico.

Combinación unión acción del pensamiento	VARONES					MUJERES				
	promedio	moda	valores	cantidad	frecuenci	promedio	moda	valores	cantidad	Frecuenci
	3,58	3	5	5	8%	3,4	3	5	0	0%
			4	22	37%			4	23	38%
			3	31	52%			3	34	57%
			2	2	3%			2	3	5%
			1	0	0%			1	0	0%
			TOTAL	60	100%			TOTAL	60	100%



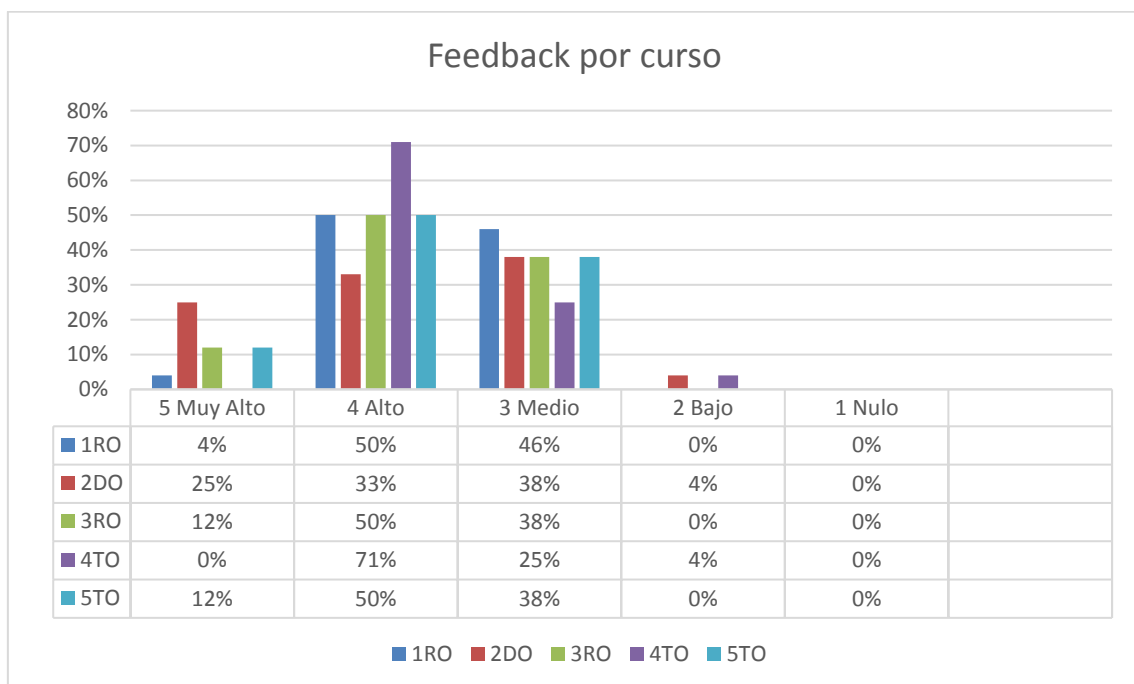
Dimensión 3: Claridad de objetivos, en cuanto a la posibilidad de tener claros los objetivos va a permitir obtener un buen rendimiento, el valor modal general ha manifestado un nivel alto. En la cuota por sexo podemos ver que en las mujeres la moda es de un valor muy alto y en los varones es alto. En la cuota por curso en 1°, 3° y 5° el valor de la dimensión fue alto, en 4° predominan dos valores alto y nulo; en 2° el valor es medio. Lo podemos observar en el siguiente cuadro y gráfico.

Claridad de objetivos	VARONES					MUJERES				
	promedio	moda	valores	cantidad	frecuencia	promedio	moda	valores	cantidad	frecuencia
	4,15	4	5	17	29%	4,01	5	5	17	39%
			4	30	50%			4	26	37%
			3	11	18%			3	16	23%
			2	2	3%			2	1	1%
			1	0	0%			1	0	0%
			TOTAL	60	100%			TOTAL	60	100%



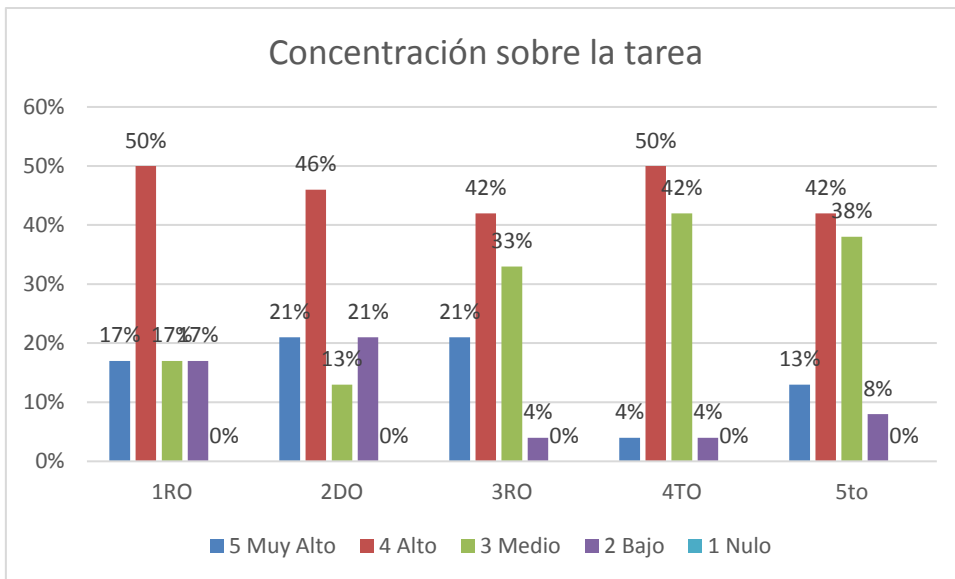
Dimensión 4: Feedback claro y sin ambigüedades, esta dimensión indaga en la posibilidad de recibir un feedback de la tarea que estamos realizando, que de ser claro y conciso nos proporcionará autoconfianza y seguridad de lo que estamos haciendo, en la muestra total esta dimensión proporcionó un valor modal alto. En los varones el valor de la moda es alto, en cambio en las mujeres se presentan dos valores medio y alto. La cuota por curso en 1°, 2°, 4° y 5° dio un nivel alto, en 2° año dio un nivel medio. Esto lo podemos observar en el siguiente cuadro y gráfico.

Feedback claro sin	VARONES					MUJERES				
	Pro.	Mod.	Valor	Cantid.	Frecuenc.	Promedio	Moda	Valores	cantidad	frecuencia
	4,3	4	5	10	17%	3,6	4/3	5	3	5%
			4	33	55%			4	28	47%
			3	16	27%			3	28	47%
			2	1	1%			2	1	1%
			1	0	0%			1	0	0%
		Total	60	100%			Total	60	100%	



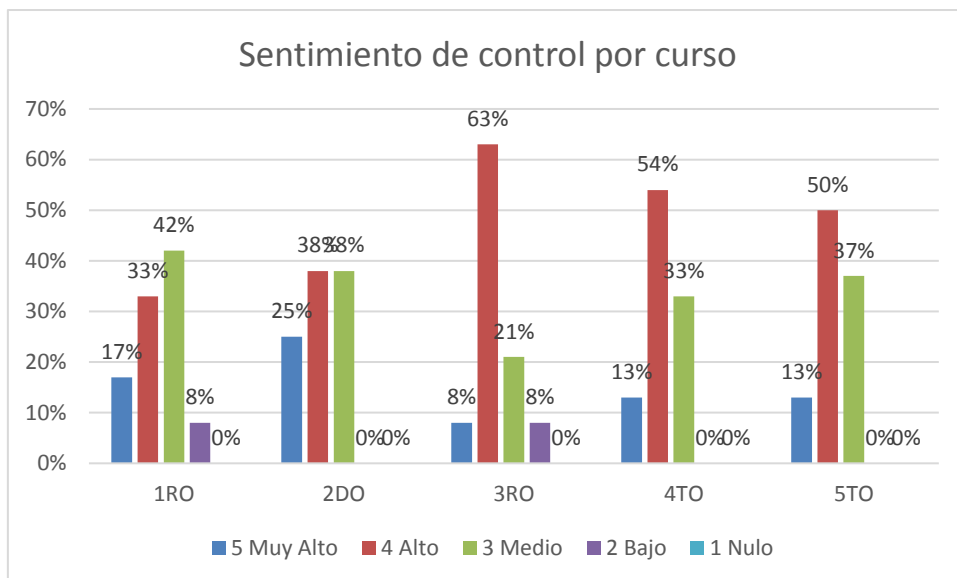
Dimensión 5: Concentración sobre la tarea que se está realizando. Los valores obtenidos en esta variable han sido en general de nivel alto con un 46%, un 28% en el nivel medio, un 15% en el nivel muy alto y un 11% en el nivel bajo. En la cuota por sexo podemos ver que el nivel modal es alto en ambos sexos. En la cuota por curso de 1° a 5° el nivel es alto.

VARONES					MUJERES				
promedio	moda	valores	cantidad	frecuenci	promedio	moda	valores	cantidad	frecuenci
3,95	4	5	11	18%	3,51	4	5	7	12%
		4	32	53%			4	23	38%
		3	15	25%			3	19	32%
		2	2	3%			2	11	18%
		1	0	0%			1	0	0%
		TOTAL	60	100%			TOTAL	60	100%



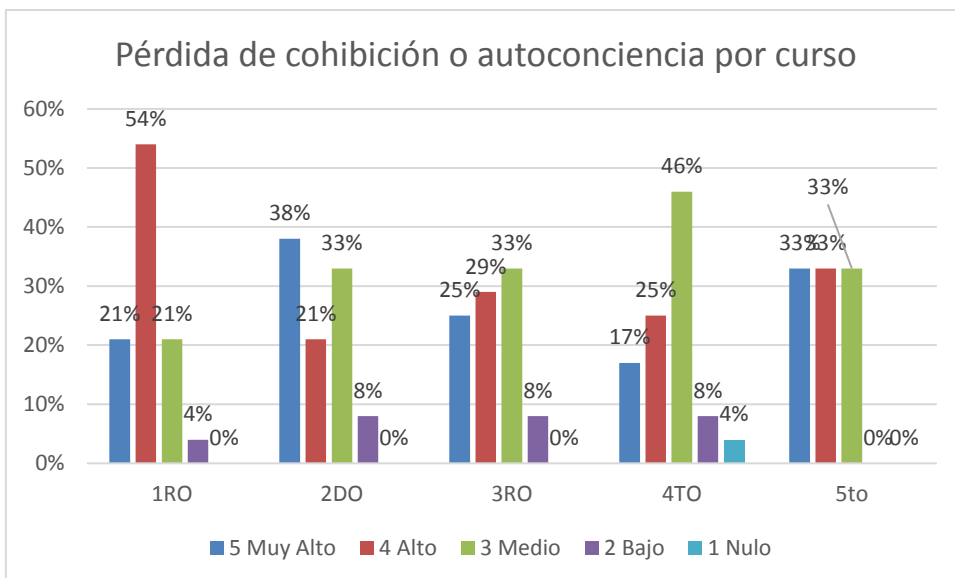
Dimensión 6: Sentimiento de control, esta dimensión que indaga sobre el sentimiento de control el valor modal se ha manifestado de nivel alto. En la cuota por sexo podemos observar que en los varones el nivel es alto, en cambio en las mujeres el nivel modal es medio. En la cuota por curso vemos que 3°, 4° y 5° tienen un nivel alto de sentimiento de control mientras que en 1° y 2° el nivel es medio.

Sentimiento de control	VARONES					MUJERES				
	promedio	moda	valores	cantidad	frecuencia	promedio	moda	valores	cantidad	frrecuenci
	4,08	4	5	13	22%	3,67	3	5	5	8%
			4	32	53%			4	25	42%
			3	14	23%			3	27	45%
			2	1	2%			2	3	5%
			1	0	0%			1	0	0%
			TOTAL	60	100%			TOTAL	60	100%



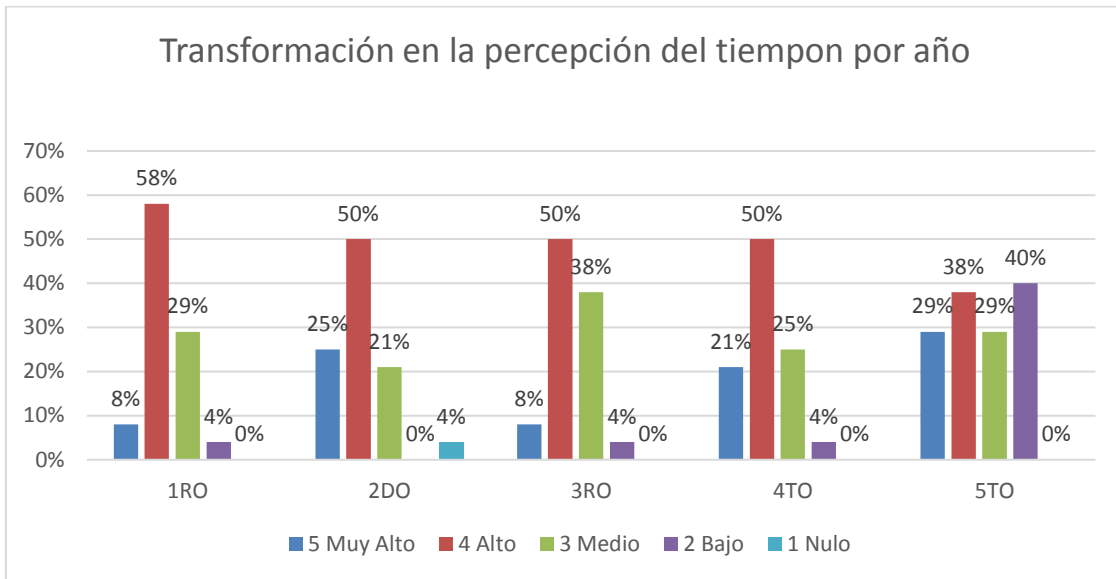
Dimensión 7: Pérdida de cohibición o autoconciencia, esta dimensión que refiere a la posibilidad de desinhibirse y acercarse a un mejor estado de flow, la muestra total se ha manifestado con un nivel modal medio y alto. En la cuota por curso podemos ver que los varones tienen un nivel modal alto mientras que las mujeres presentan un nivel medio. En la cuota por curso podemos ver que en 5° año se presentan tres niveles alto, medio y muy alto con un 33% cada uno; en 3° y 4° predomina un nivel medio, en 2° muy alto y en 1° alto. Lo podemos observar en el siguiente cuadro y gráfico.

Pérdida de	VARONES					MUJERES				
	promedio	moda	valores	cantidad	frecuencia	promedio	moda	valores	cantidad	frecuencia
	3,89	4	5	16	27%	3,74	3	5	16	27%
			4	22	37%			4	17	28%
			3	18	30%			3	22	37%
			2	3	5%			2	3	5%
			1	1	2%			1	2	3%
			TOTAL	60	100%				60	100%



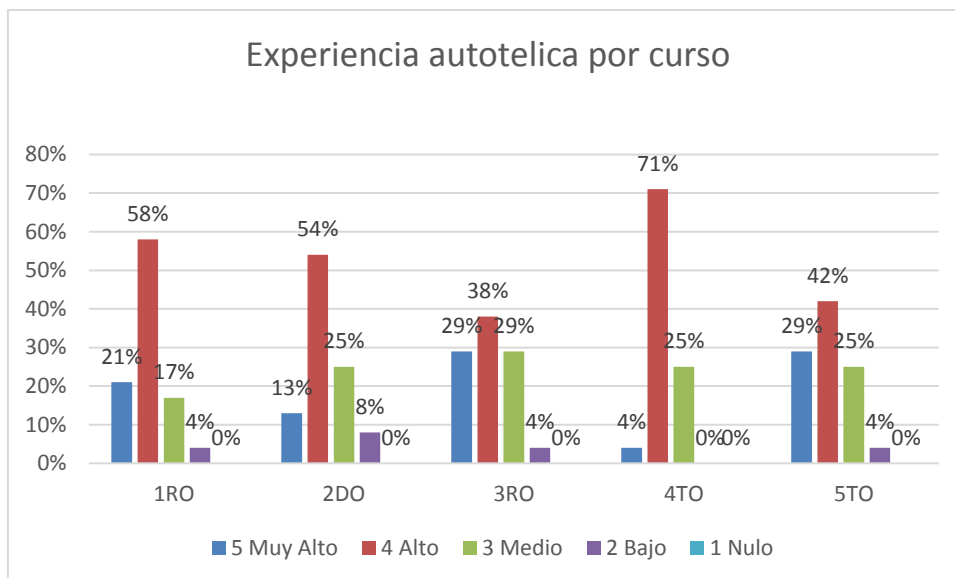
Dimensión 8: Transformación en la percepción del tiempo, esta dimensión indaga el nivel de acuerdo en que la percepción del tiempo se ve alterada en función de los intereses, se ha obtenido un valor modal alto. En el análisis de la cuota por sexo podemos ver que en los varones el nivel es alto y en las mujeres se presentan dos niveles alto y medio. En la cuota por curso podemos ver que en 5° año el nivel es alto con un 40% y bajo con un 38%. De 1° a 4° el nivel es alto. Esto lo podemos observar en el siguiente cuadro y gráfico.

Transformación en la percepción del tiempo	VARONES					MUJERES				
	promedio	moda	valores	cantidad	frecuenci	promedio	moda	valores	cantidad	frecuenci
	4,2	4	5	17	28%	3,6	4/3	5	5	8%
			4	27	45%			4	32	53%
			3	14	23%			3	20	33%
			2	2	3%			2	2	3%
			1	0	0%			1	1	2%
		TOTAL		60	100%			TOTAL	60	100%

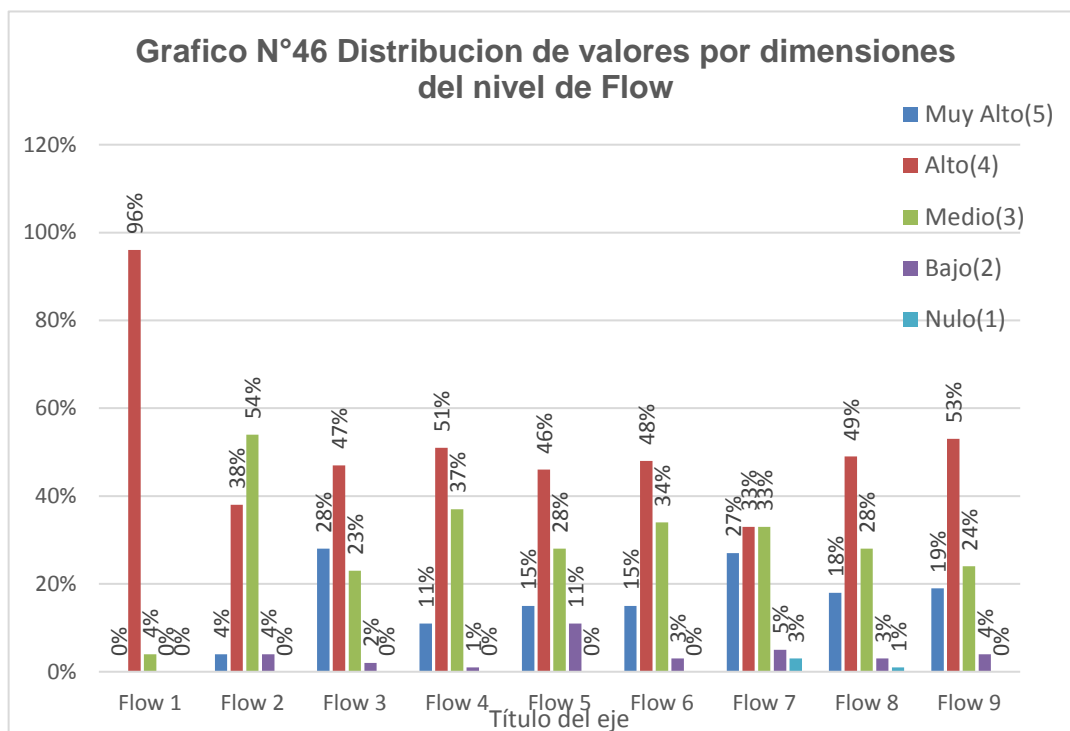


Dimensión 9: Experiencia autotética, esta dimensión hace referencia a cuando realizamos una tarea y sentimos satisfacción simplemente por realizarla, el valor modal general ha sido alto. Tanto en varones como en mujeres el valor modal es alto. En la cuota por curso podemos ver que de 1° a 5° el valor es alto.

Experiencia autotética	VARONES					MUJERES				
	promedio	moda	valores	cantidad	frecuenci	promedio	moda	valores	cantidad	frecuenci
	4,04	4	5	15	25%	3,83	4	5	8	13%
			4	31	52%			4	32	53%
			3	11	18%			3	18	30%
			2	3	5%			2	2	3%
			1	0	0%			1	0	0%
			TOTAL	60	100%			TOTAL	60	100,00%



En el siguiente cuadro, N°49, podemos observar el comportamiento de las nueve dimensiones. En los niveles bajo y nulo los porcentajes en todas las dimensiones, excepto en Flow 5 que es del 11%, no superan el 5%. El porcentaje mayor de la dimensión 1 lo encontramos en el nivel alto, podemos decir que nuestros alumnos tienen un alto nivel de equilibrio entre habilidad y reto. En la dimensión 2 un 54% de nuestro@s alumn@s tienen un nivel medio en la combinación unión acción del pensamiento, mientras que un 38% tienen un nivel alto. En la dimensión 3 un 47% tiene un nivel alto de claridad de objetivos, un 28% tienen un nivel muy alto y un 23% tienen un nivel medio. En la dimensión 4 el 51% tienen un nivel alto de feedback claro y sin ambigüedades mientras un 37% tienen un nivel medio y un 11% muy alto. En la dimensión 5 un 46% tiene un nivel alto en la concentración sobre la tarea que están realizando, un 28% tiene un nivel medio y un 15% un nivel muy alto. En la dimensión 6 un 48% presenta un nivel alto de sentimiento de control, un 34% tienen un nivel medio y un 15% un nivel muy alto. En la dimensión 7 encontramos que en los niveles alto y medio un porcentaje del 33%, mientras que un 27% tienen un nivel muy alto de pérdida de cohibición. En la dimensión 8 un 49% tiene un nivel alto de transformación de la percepción del tiempo, mientras que un 28% tienen un nivel medio y un 18% un nivel muy alto. En la dimensión 9 un 53% tienen un nivel alto de experiencia autotélica, un 24% un nivel medio y un 19% un nivel muy alto. En el gráfico N° 46 podemos ver la frecuencia porcentual de las 9 dimensiones.



Siguiendo con el análisis de las nueve dimensiones del Flow podemos decir que el promedio total fue de 3,85 y que la dimensión con el puntaje más alto fue la de Equilibrio entre habilidad y reto con 4,258. Con el promedio más bajo encontramos la dimensión Combinación/ unión acción del pensamiento con 3,42. En los totales por curso el valor más alto lo encontramos en quinto año con 3,94 y los otros valores oscilan entre 3,8 a 3,88. En el cuadro N°49 podemos observar todos los promedios por dimensión y curso.

Cuadro N°49 Promedio de las nueve dimensiones del Flow

Nivel de Flow Promedio de las Nueve dimensiones										
Año	Flow 1	Flow 2	Flow 3	Flow 4	Flow 5	Flow 6	Flow 7	Flow 8	Flow 9	Total
Primero	4,15	3,32	4,04	3,68	3,76	3,64	4,03	3,83	3,98	3,82
Segundo	4,3	3,6	3,75	3,86	3,7	3,96	3,96	3,97	3,82	3,88
Tercero	4,34	3,3	4,1	3,8	3,86	3,6	3,6	3,63	4	3,8
Cuarto	4,23	3,62	4,16	3,79	3,64	3,53	3,53	3,95	3,87	3,81
Quinto	4,27	3,62	4,3	3,77	3,65	3,98	3,98	3,9	4,01	3,94
Total	4,258	3,492	4,07	3,78	3,722	3,742	3,82	3,856	3,936	3,85

Con respecto a la moda podemos decir que los valores de las dimensiones oscilan entre 3 y 4, la dimensión con el menor valor en la moda es la de Combinación/ unión acción del pensamiento con un valor 3(medio), en las otras ocho dimensiones la moda es de 4(alto). La moda total de las nueve dimensiones es de 4(alto). En el cuadro N° 50 podemos ver la moda de las nueve dimensiones del Flow.

Cuadro N° 50 Moda de las nueve dimensiones del Flow

Nivel de Flow - Moda de las nueve dimensiones										
Año	Flow 1	Flow 2	Flow 3	Flow 4	Flow 5	Flow 6	Flow 7	Flow 8	Flow 9	Total
Primero	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4
Segundo	4	3	3	3	4	4	5	4	4	4
Tercero	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4
Cuarto	4	3 / 4	4	4	4	4	3	4	4	4
Quinto	4	4	4	4	4	4	5/4/3	4	4	4
Total	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4

3.1.2.4. Nivel de Motivación Intrínseca. (M.I.)

Según el análisis de esta variable podemos decir que la moda fue de 4(alto) y el promedio de la muestra total fue de 3,96. La frecuencia porcentual dio como resultado que un 43% de l@s alumn@s poseen un nivel alto de motivación intrínseca (M.I.), un 28% tienen un nivel muy alto, el 22% un nivel medio, un 3% un nivel bajo y un 4% un nivel nulo. Estos valores son observable en el cuadro n°51 y en el gráfico N°47.

Observando la frecuencia porcentual por sexo del total de la muestra, podemos decir que los varones tienen muy alto nivel de (M.I.) con un 42% y un 38% tiene un nivel alto, las mujeres tienen un nivel de M.I. alto alcanzando un 47% y con el 28% en un nivel medio. Asimismo, tanto en varones como en mujeres los valores bajo y nulo no superan el 5% del total. Los valores lo podemos ver en el gráfico N° 48.

Si analizamos las cuotas por curso, en su frecuencia porcentual, podemos decir que los mayores porcentajes los encontramos en el nivel Alto (4) con un 46% l@s alumn@s de 5°, con un 42% l@s alumn@ de 1°, con un 38% l@s alumn@s de 2° y 4°. En 3° año nos encontramos que el porcentaje mayor corresponde al valor muy alto (5) con un 50%. En el gráfico N°49 podemos ver La frecuencia porcentual por curso.

Observando, en el gráfico N° 50, la frecuencia porcentual por sexo y curso, podemos decir que los varones de 1° tienen un nivel muy alto de M.I. con un 67%; con un 50% encontramos los varones de 2° año, con un 42% los varones de 5° año y con un 33% los varones de 3° año. En el valor alto los mayores porcentajes los encontramos en las mujeres de 3° año con un 59%; con el 50% las mujeres de 1° y 5° año; con el 42% varones de 2° año, varones de 3°, mujeres de 4° año y varones de 5° año. En el nivel medio los mayores porcentajes lo tienen las mujeres de 2° año con el 50%; con el 42% las mujeres de 1° año; con el 41% los varones de 4° año. Los niveles bajo y nulo no superan el 8%, solo Las mujeres de 4° año con un 17% en el Nivel nulo.

Cuadro N° 51 Promedio, Moda, Frecuencia porcentual y Absoluta de la Motivación intrínseca

Promedio	Moda	Valores	Cantidad	Frecuencia
3,96	4	5	34	28%
		4	51	43%
		3	27	22%
		2	3	3%
		1	5	4%
		TOTAL	120	100%

Gráfico N°47 Frecuencia porcentual M.I

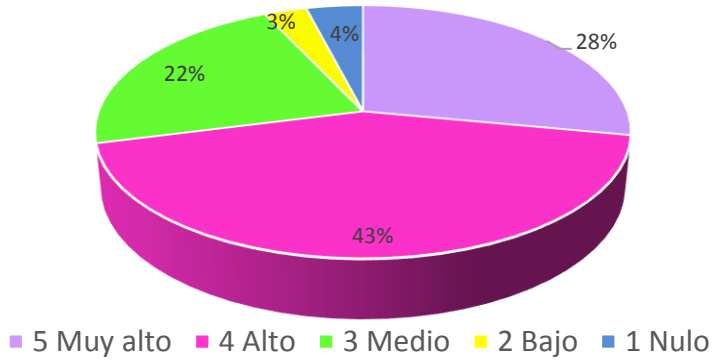


Gráfico N°48 Frecuencia porcentual M.I por sexo

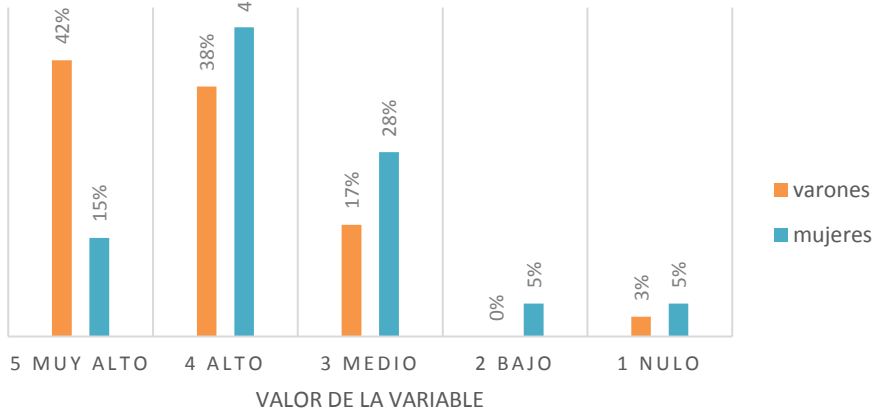
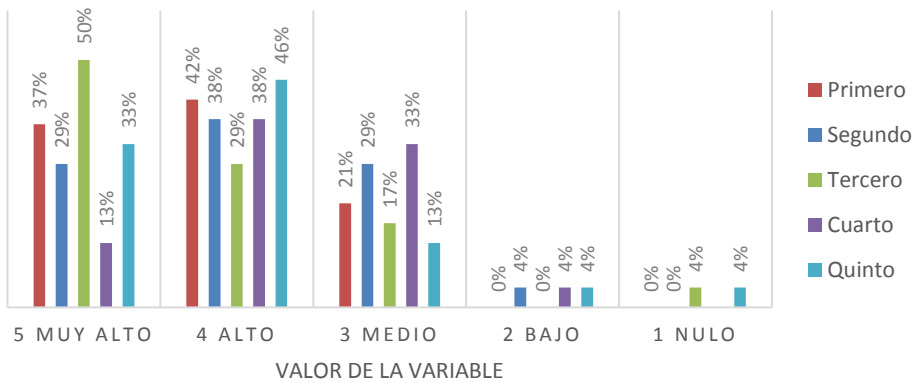
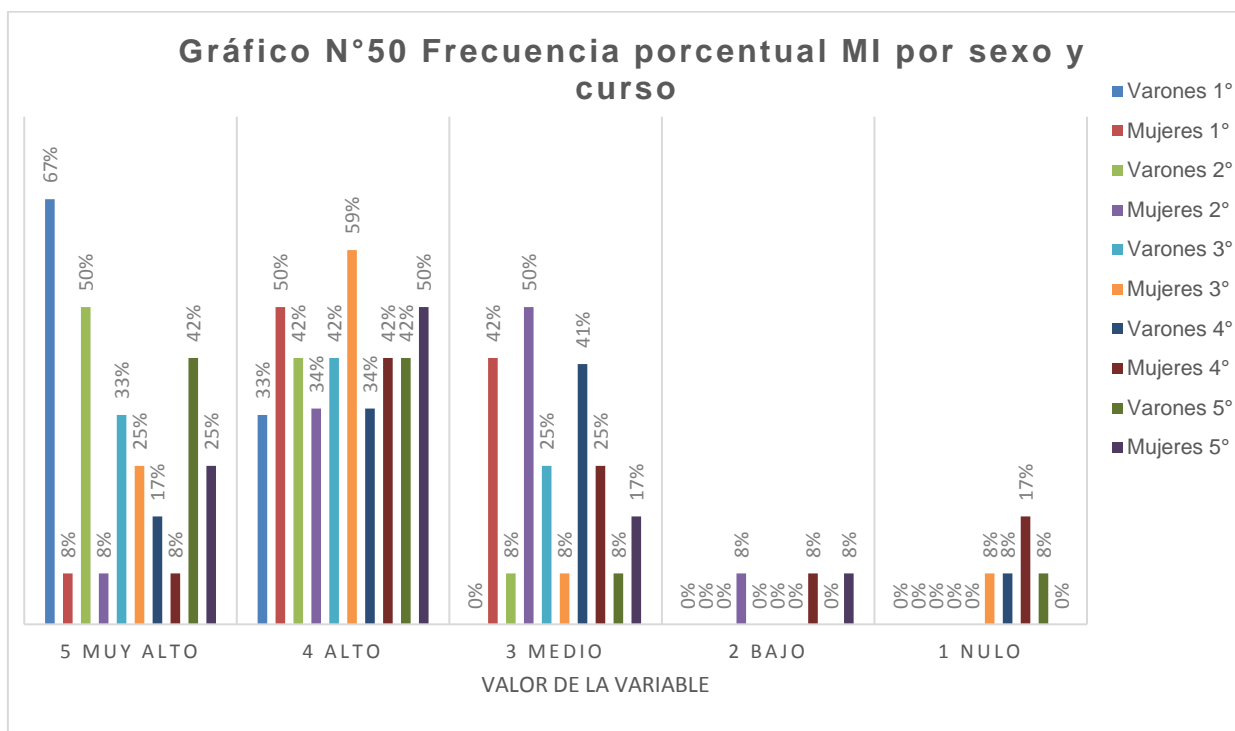


Gráfico N°49 Frecuencia porcentual M.I por curso





El promedio y la moda de la MI la podemos observar en el cuadro N°52, se analizaron las cuotas por curso y sexo.

Cuadro N° 52: Promedio y Moda por curso y sexo

		Promedio	Moda
primero	total	4,22	4
	varones	4,63	4
	mujeres	3,83	4
segundo	total	4,04	4
	varones	4,54	5
	mujeres	3,54	3
tercero	total	4,08	5
	varones	4,14	5
	mujeres	4,02	4
Cuarto	total	4,22	4
	varones	3,58	3
	mujeres	3,27	5
Quinto	total	4,02	4
	varones	4,08	4/5
	mujeres	3,95	4

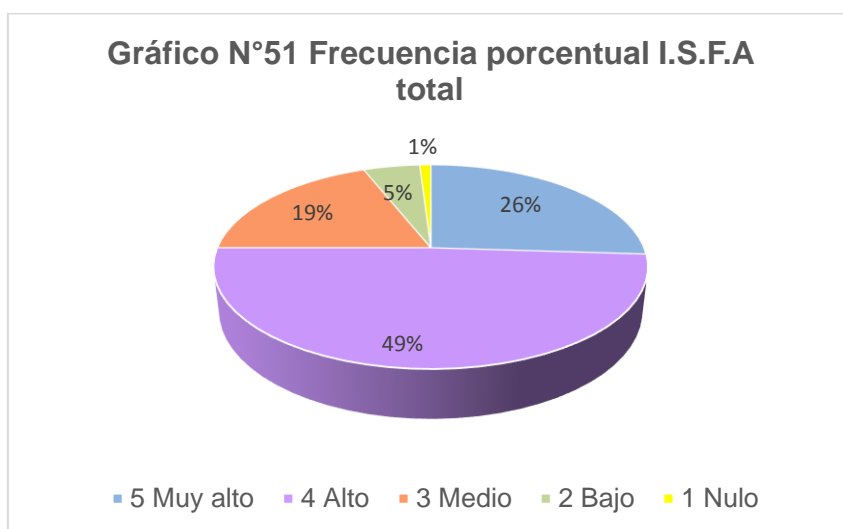
3.1.2.5. Nivel de intención de ser físicamente activ@ (I.S.F.A)

En esta variable podemos decir que el 49% de l@s alumn@s poseen un nivel alto de intención de ser físicamente activ@, un 26% posee un nivel muy alto, un 19% un nivel medio, un 5% un nivel bajo y un 1% un nivel nulo.

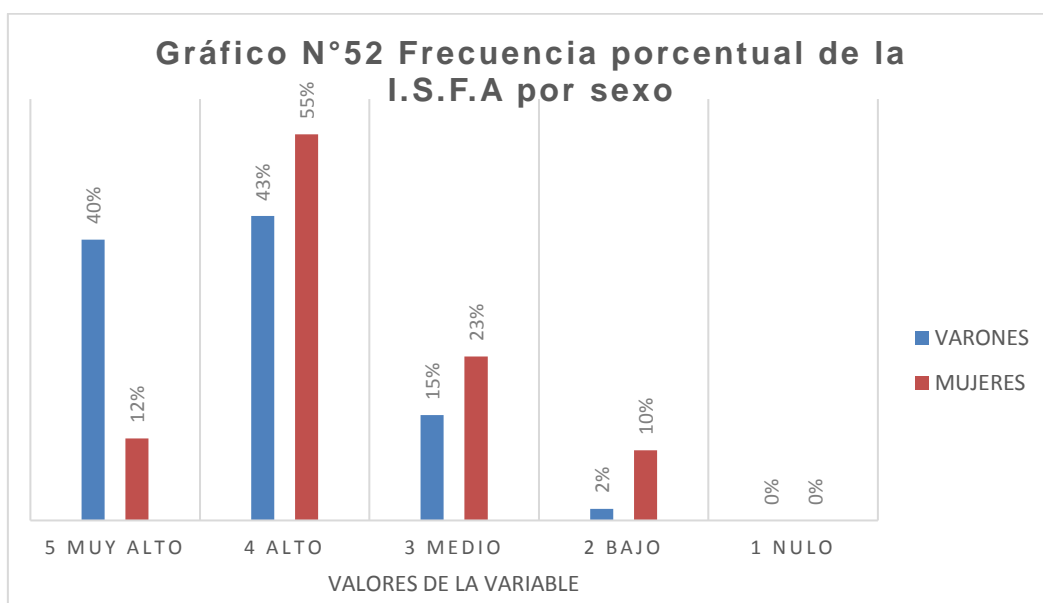
La moda del total de la muestra fue 4(alto) y el promedio de 3,99. Estos valores lo podemos observar en el cuadro N° 53 y en el gráfico N° 51 podemos ver la frecuencia porcentual

Cuadro N° 53 Promedio, Moda, frecuencia porcentual y Absoluta de la intención de ser físicamente activ@

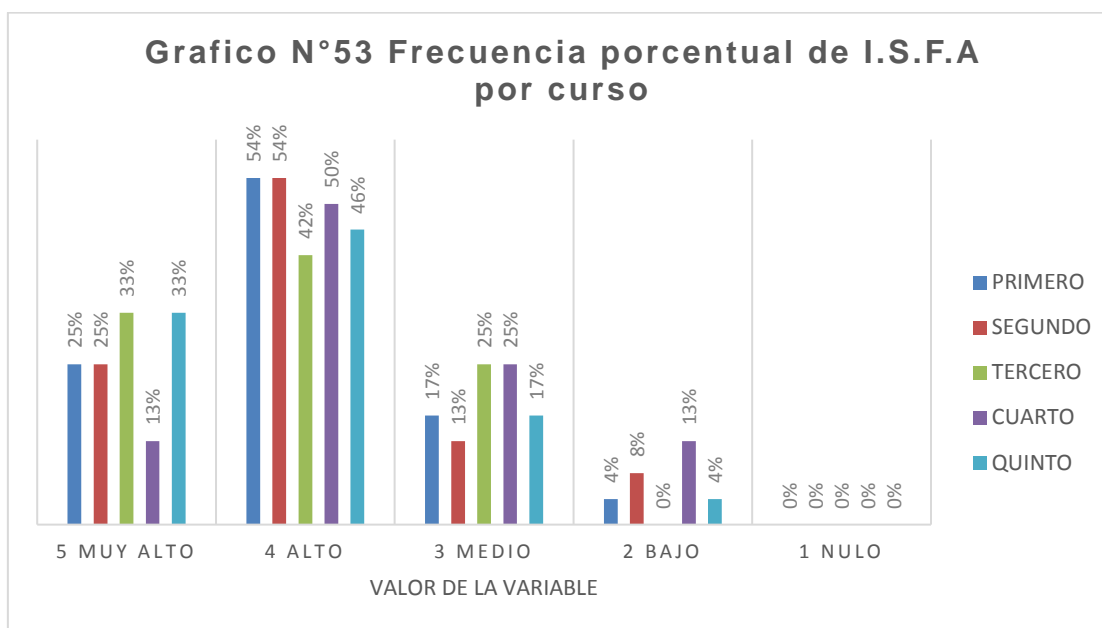
promedio	moda	valores	cantidad	frecuencia
3,99	4	5	31	26,00%
		4	5	49,00%
		3	23	19,00%
		2	7	5,00%
		1	1	1,00%
		TOTAL	121	100%



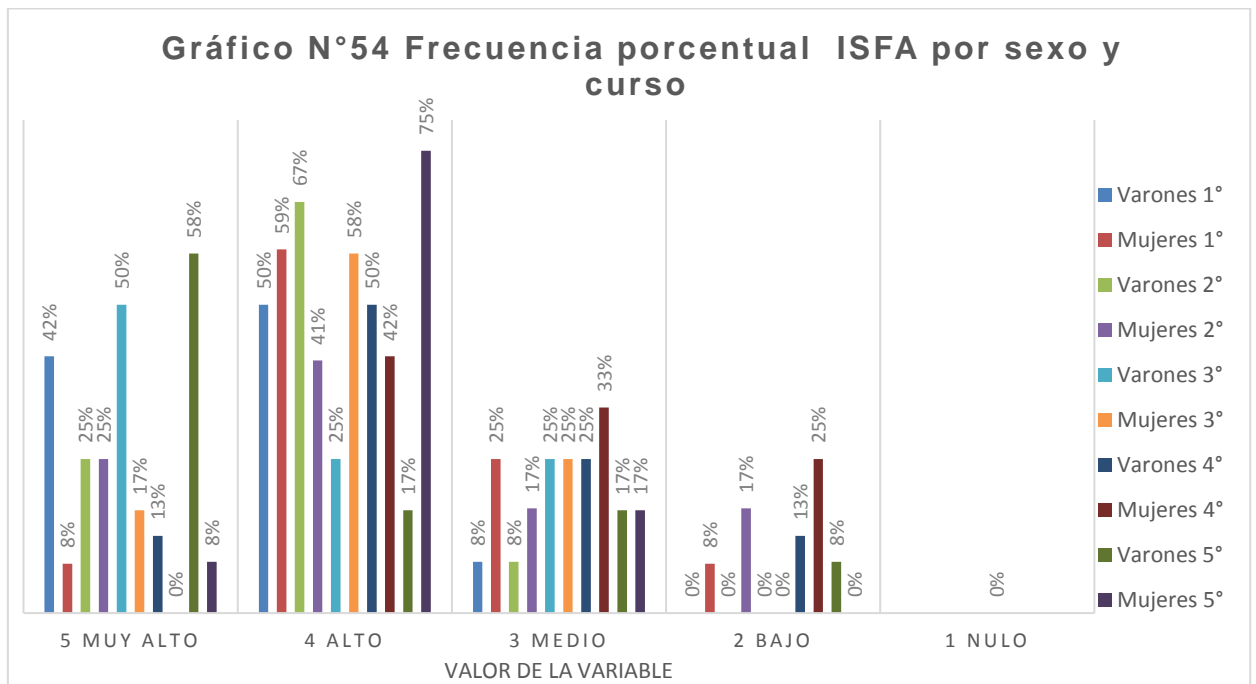
Si analizamos la cuota por sexo podemos decir que tanto los varones como las mujeres tienen los mayores porcentajes en el valor alto, sin embargo el porcentaje de mujeres es mayor (55%) que el de los varones (43%). En el valor muy alto los varones tienen un 40% y las mujeres solo el 12%. En el valor medio las mujeres tienen un 7% más que los Varones. En el valor bajo las mujeres tienen un 10% y los varones solo el 2%. En el valor nulo ambos sexo tienen 0%. Podemos ver estos valores en el gráfico N°52.



En la cuota por curso podemos ver en el gráfico N° 53 que de 1° a 5° año l@s alumn@s poseen un nivel alto de intención de ser físicamente activos, los porcentajes van del 42% al 54%. Con el valor muy alto nos encontramos con cuarto año que tienen un 13%, los otros cursos tienen un porcentaje del 25% al 33%. En el valor medio los porcentajes van del 13% al 25%. En el valor bajo del 4% al 13% y en el valor nulo tenemos un 0%.



En el gráfico N° 54 podemos observar la frecuencia porcentual de la intención de ser físicamente activ@ de l@s alumn@s por sexo y año de cursada. Podemos decir que los varones de 5° año tienen un muy alto nivel de ser físicamente activos con un 58%, seguido por los varones de tercero con un 50% y los varones de primero con un 42%. El 75% de las mujeres de quinto año tienen un alto nivel de ser físicamente activas, seguidas por las mujeres de segundo con un 67%, con un 59% y un 58% los varones y las mujeres de tercero, con el 50% los varones de primero, con el 41% y el 42% las mujeres de segundo y la mujeres de cuarto. En el valor medio los porcentajes más altos lo tienen las mujeres de cuarto, varones de cuarto, varones de tercero, mujeres de tercero y mujeres de segundo pero los porcentajes van del 25% al 33%. En el valor bajo solo los varones de quinto manifestaron un 25% tener una intención de ser físicamente activos baja junto con un 17% de las mujeres de segundo, un 13% de los varones de cuarto y un 8% de las mujeres de3 primero y los varones de quinto. Ningún@ alumn@ de primero a quinto manifestó no tener intenciones de ser físicamente activ@. La moda y el promedio lo podemos observar en el cuadro N° 54, se analizó por curso y sexo.

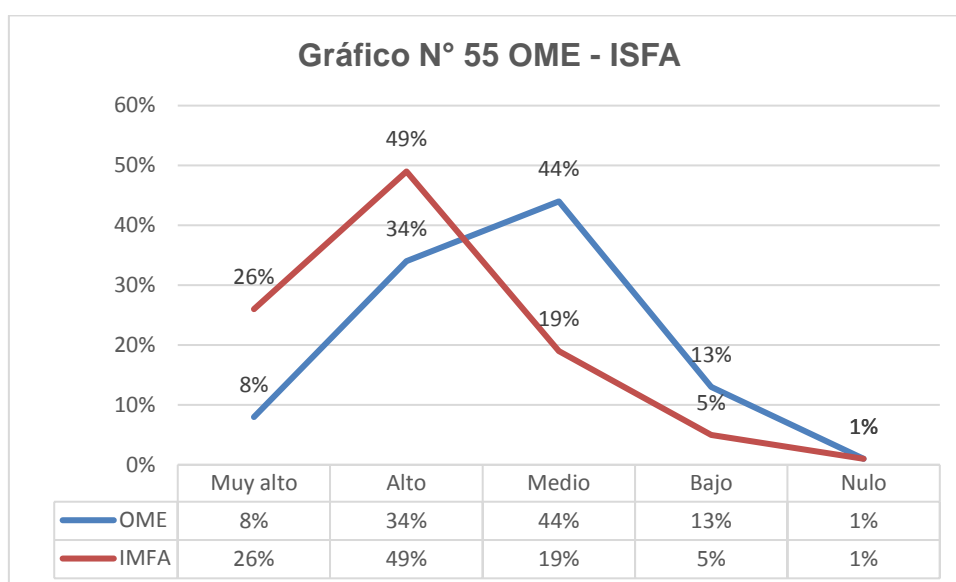


Cuadro N° 54 Promedio y Moda por curso y sexo de ISFA

		Promedio	Moda
primero	total	4	4
	varones	4,33	4
	mujeres	3,66	4
segundo	total	4,07	4
	varones	4,36	4
	mujeres	3,78	4
tercero	total	4,15	4
	varones	4,30	5
	mujeres	4,01	4
Cuarto	total	3,63	4
	varones	4,15	4
	mujeres	3,11	4
Quinto	total	4,08	4
	varones	4,23	5
	mujeres	3,93	4

3.2. Análisis e interpretación de relación de variables

3.2.1. Correlación entre la variable Orientación motivacional al Ego y la Intención de ser físicamente activ@. (O.M.E. – I.S.F.A.)

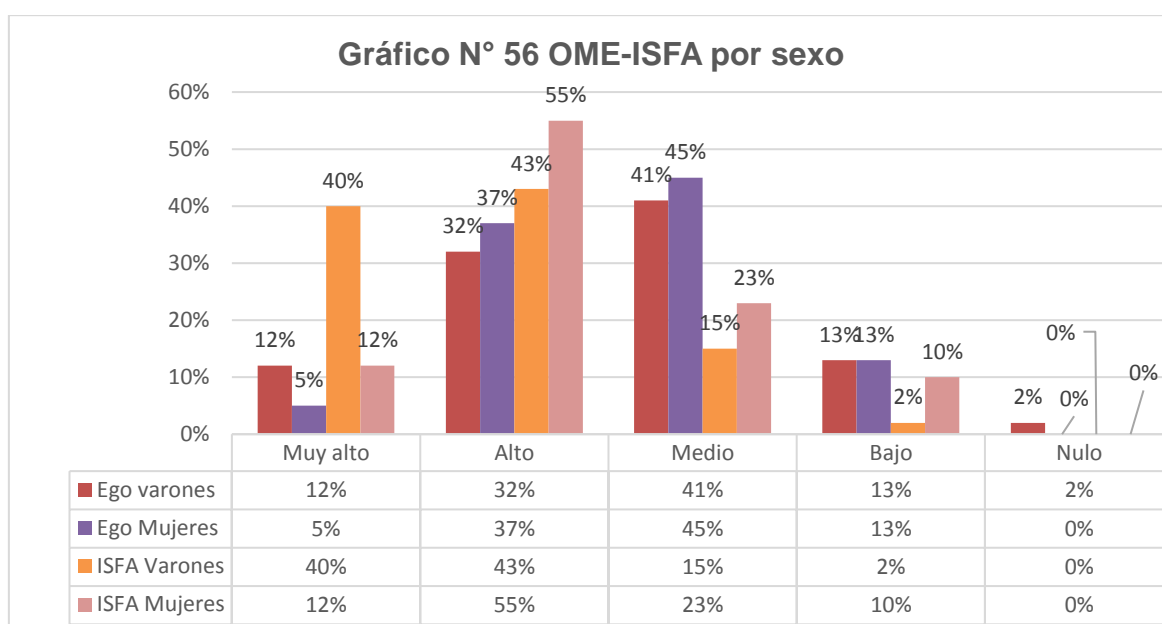


Observando los resultados obtenidos, en el gráfico N°55 podemos apreciar que la Intención de ser Físicamente Activo@ (I.S.F.A.) es mayor que el porcentaje de orientación motivacional al ego (O.M.E.) que presentan el total de I@s estudiantes. Un 75% de los alumn@s se encuentran dentro de los valores muy alto y alto de intención de ser físicamente activo@. Si sumamos estos mismos valores nos encontramos que un 42% de los estudiantes tienen un nivel alto y muy alto de orientación motivacional al ego, sin embargo el porcentaje más alto lo encontramos en el valor medio. Podemos decir entonces que del total de I@s alumn@s evaluados un tienen un nivel medio de orientación motivacional al ego y un 75% tienen un nivel muy alto – alto de intención de ser físicamente activo en el futuro.

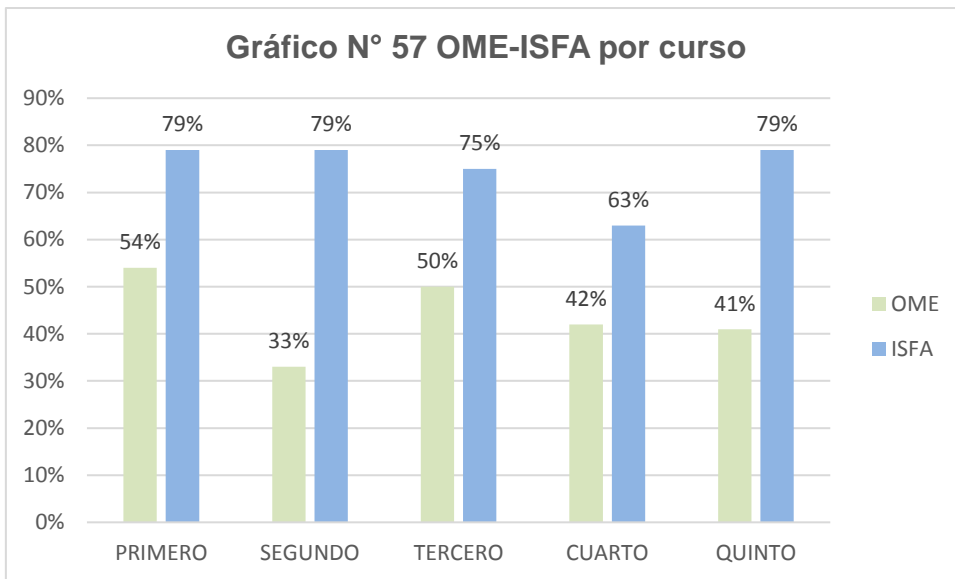
Basándonos en el marco teórico y siguiendo a Peiró Velert y Sanchis Gimeno (2004) el alumno orientado al ego posee conductas de inadaptación para resistir ante una actividad que demanda una gran exigencia y tiende a evitar actividades que le suponen un reto, como consecuencia I@s alumn@s orientados al ego suelen abandonar la práctica de la actividad física con facilidad.

En la correlación de esta variable podemos decir que el nivel de orientación motivacional al ego es inferior al nivel de intención de ser físicamente activ@s.

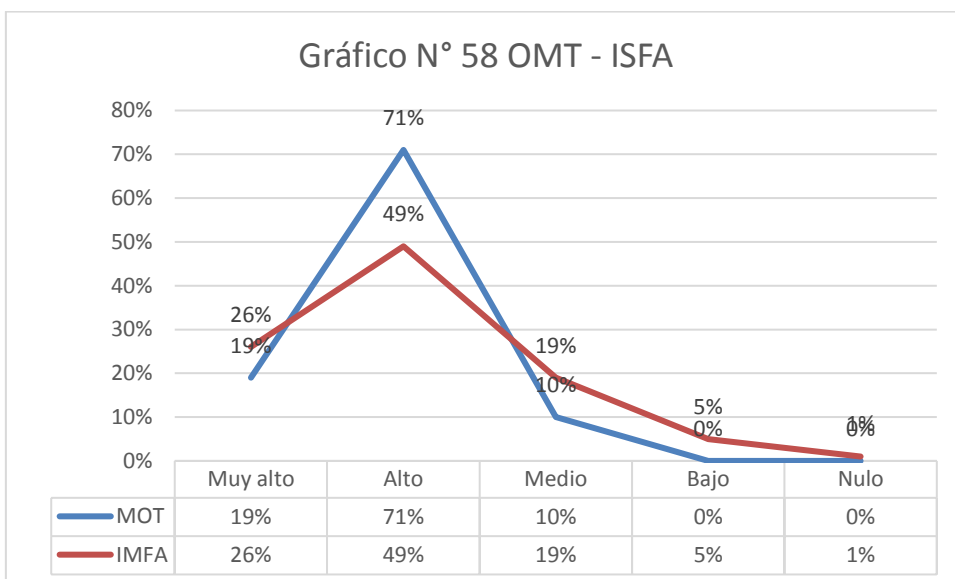
Si analizamos la cuota por sexo podemos observar, en el gráfico N° 56, que si sumamos los valores muy alto y alto nos encontramos que un 83% de los varones corresponden a la I.S.F.A. y un 44% a la O.M.E.; en cambio las mujeres un 67% corresponde a I.S.F.A. y un porcentaje del 42%, similar al de los varones de O.M.E. En ambos casos coincide con el resultado del total de la muestra donde es mayor la I.S.F.A. con un porcentaje menor de O.M.E.



Si sumamos los valores muy altos y altos de cada año podemos ver que las diferencias entre las variables se mantienen de 1° a 5° año, donde la I.S.F.A. es mayor a la O.M.E, en general hay una diferencia del 25%, en tercero y quinto año la diferencia entre ambas variables es entre un 36% y 38%. Observable en el gráfico N° 57.



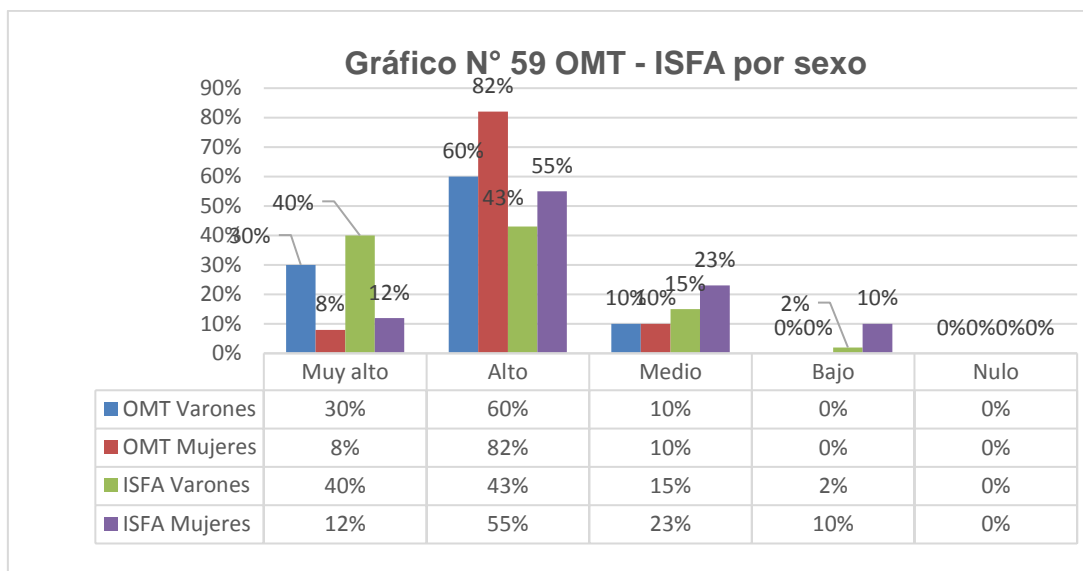
3.2.2. Correlación entre la Orientación motivacional a la tarea y la intención de ser físicamente activ@s. (O.M.T. – I.S.F.A.)



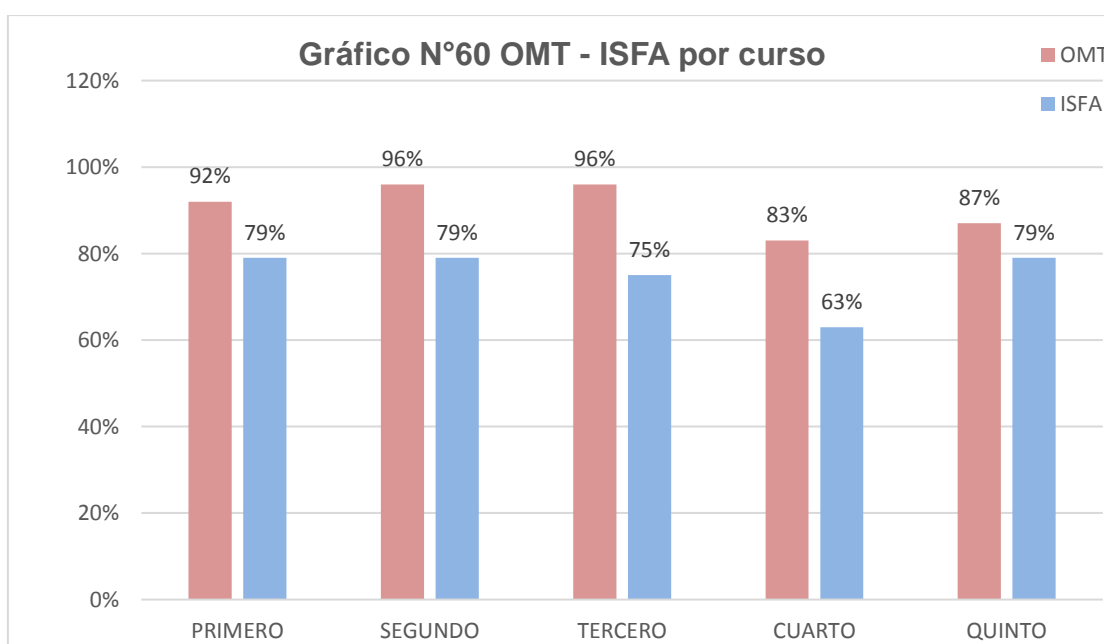
En la correlación de estas variable nos encontramos que la motivación a la tarea (O.M.T.) es mayor que el porcentaje de intención de ser físicamente activ@s (I.S.F.A.). Si sumamos los valores muy alto y alto de cada una podemos decir que el 90% de l@s alumn@s posee una O.M.T. con valores muy alto y alto y que el 75% tiene la I.S.F.AO; observable en el gráfico N°58.

Analizando la cuota por sexo y siguiendo el mismo procedimiento que en la correlación anterior, al sumar los valores de muy alto y alto podemos ver que

tanto las mujeres como los varones un 90% poseen un nivel de O.M.T. alto, los varones poseen mayor porcentaje de I.S.F.A. que las mujeres, pero en general ambos poseen valores altos, los podemos observar en el siguiente gráfico N° 59.



Si sumamos los valores muy alto y alto por curso podemos ver que de 1° A 5° el porcentaje del nivel de orientación motivacional a la tarea es mayor al de la intención de ser físicamente activ@, los porcentajes se mantienen de 1° a 3° año, bajan en 4° y 5° año. Podemos ver esto valores en el siguiente gráfico N° 60.



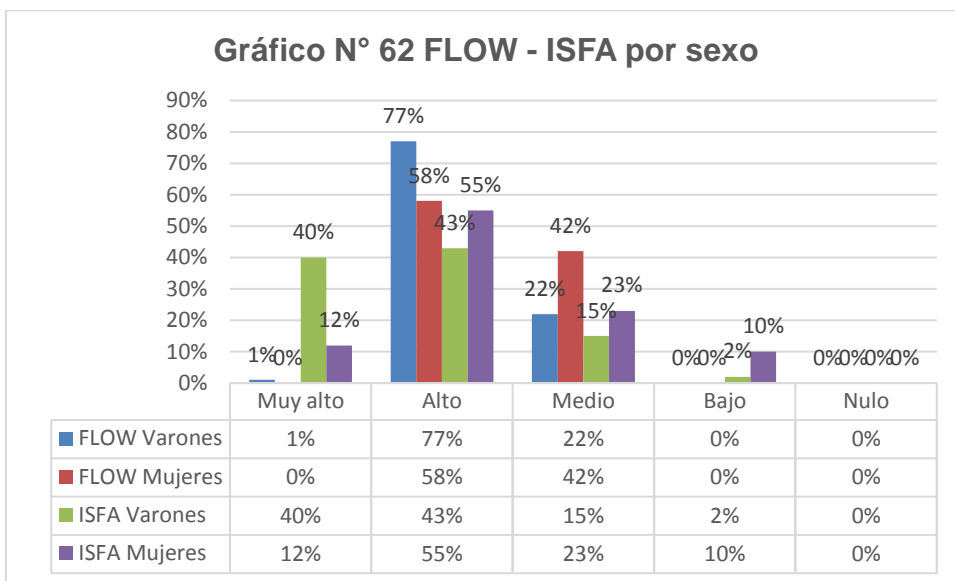
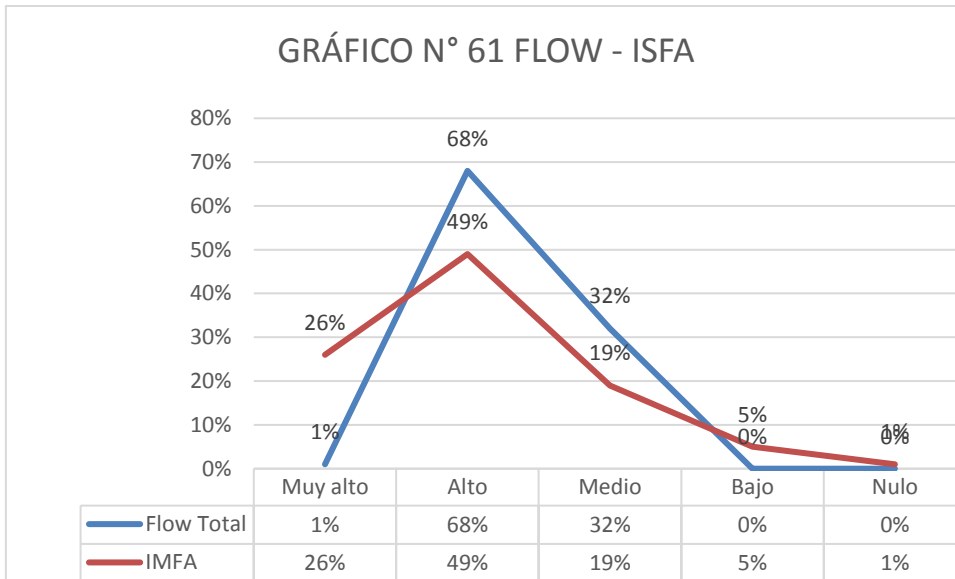
3.2.3. Correlación entre el nivel de experimentación del flow y la intención de ser físicamente activ@. (FLOW – I.S.F.A.)

En el gráfico N° 61 podemos observar que los mayores porcentajes de las dos variables se encuentran en el valor alto, siendo el nivel de Flow considerablemente Mayor a la I.S.F.A. Si sumamos los valores muy alto y alto nos da como resultado que el 69% de los alumnos tienen un nivel muy alto de experimentación del flow, en cambio sumando los mismos valores el 75% considera la I.S.F.A.

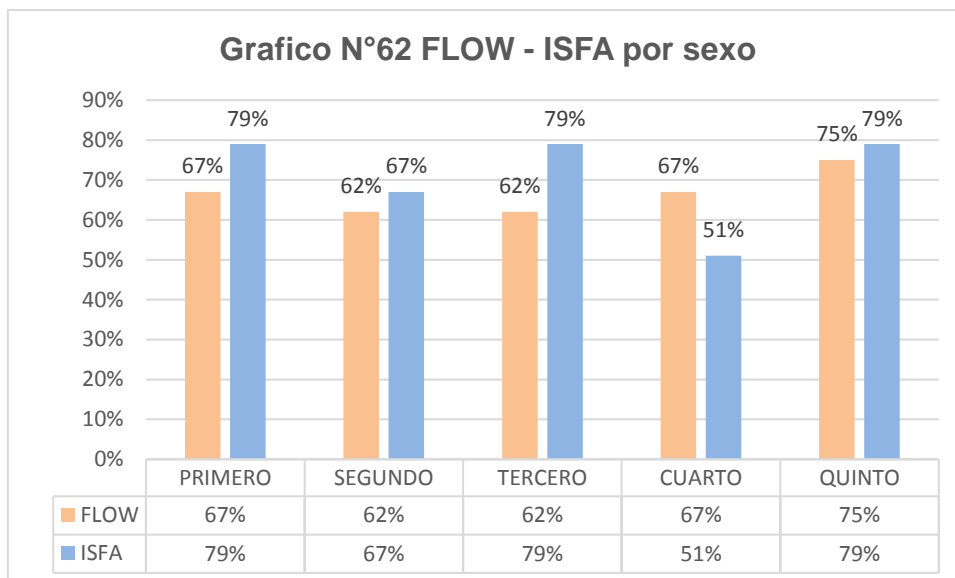
De acuerdo con el marco teórico y siguiendo a Jackson (1996), citado en Moreno-Murcia et al, (2006) alcanzar el estado de flujo en las prácticas deportivas permitirá obtener grandes niveles de disfrute, diversión y logros, por ende, si utilizamos el mismo criterio con nuestr@s alumn@s, también podríamos obtener resultados similares, que es lo que perseguimos, facilitando así la participación en una actividad física sostenible en el tiempo.

En relación a la cuota por sexo los mayores porcentajes tanto de varones como de mujeres, los encontramos en el nivel alto en las dos variables, sin embargo cuando sumamos los valores muy alto y alto podemos ver que en los varones el nivel de Flow es del 78% y el porcentaje de varones con I.S.F.A. es del 83%. En las mujeres en cambio el porcentaje de muy alto y alto es del 58% en el nivel de experimentación del Flow y un 67% tienen un valor alto y muy alto de I.S.F.A. Estos valores los podemos observar en el gráfico N° 62.

Siguiendo con la suma de los valores muy alto y alto, observamos que, según curso, en 1°, 2°, 3° y 5° año la I.S.F.A. es mayor que el nivel de Flow, pero en 4° año el nivel de Flow es mayor al de I.S.F.A.



En el gráfico N° 62 y siguiendo con la suma de los valores muy alto y alto, podemos ver que en primero, segundo, tercero y quinto año la intención de ser físicamente activ@ es mayor que el nivel de flow; en cuarto año, a diferencia de los otros cursos, el nivel de flow es mayor.



3.2.4. Correlación de la motivación intrínseca con la intención de ser físicamente activ@. (M.I. – I.S.F.A)

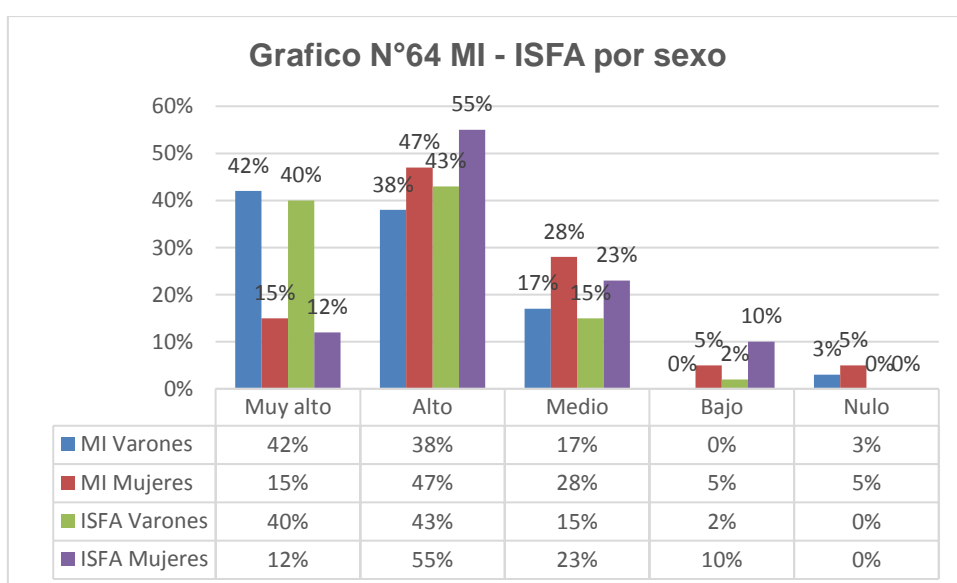
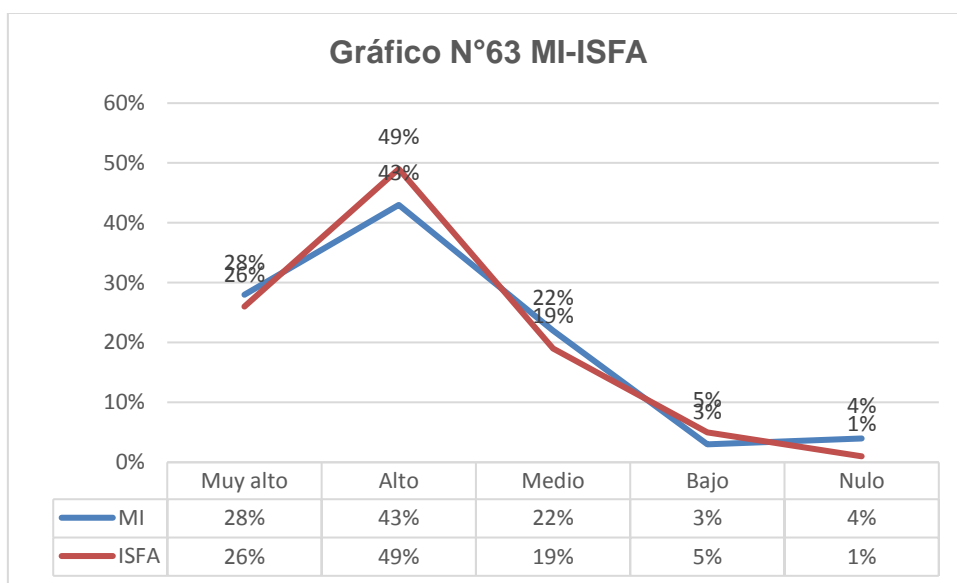
La motivación intrínseca es importante para evitar el abandono de la actividad física, un alumn@ motivad@ intrínsecamente tiene más posibilidades de sostener una actividad física prolongada en el tiempo.

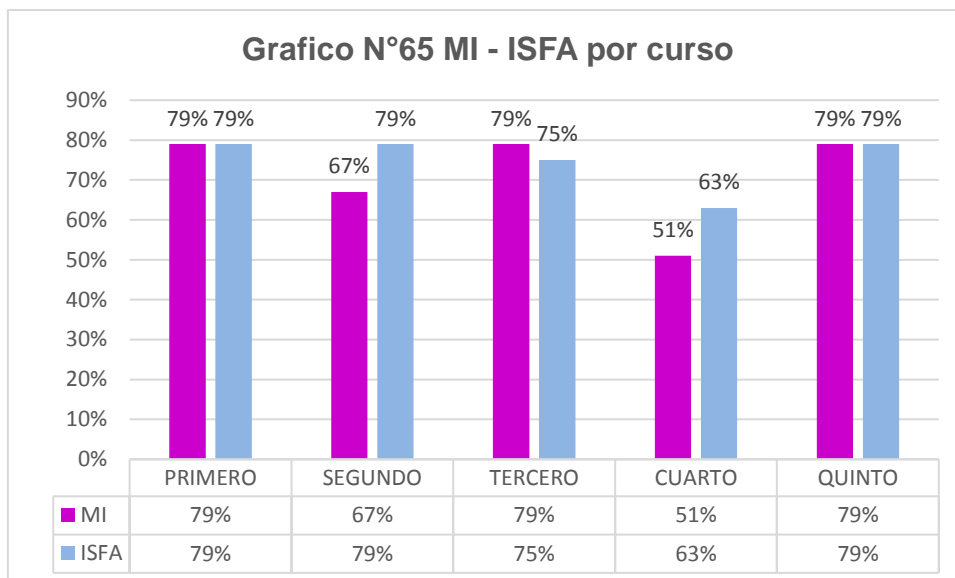
“La motivación intrínseca está directamente relacionada con la diversión, el compromiso y la entrega en el trabajo, la competencia motriz percibida y la ansiedad ante el error y las situaciones que producen estrés (Ryan, 1982, citado en Cecchini, González, et al 2005, p.471).

Analizando estas variables podemos ver que los porcentajes de la muestra total en los valores muy altos son similares, existiendo solo un 2% de diferencia, lo mismo ocurre con el valor alto, habiendo solo hay un 6% de diferencia entre ambos. Siguiendo el procedimiento de las variables anteriores y sumamos los valores muy alto y alto de ambas variables nos encontramos con porcentajes similares, un 71% para la M.I. y un 75% para la I.S.F.A. Estos valores los podemos observar en el gráfico N°63.

Al analizar las variables según sexo, podemos observar que tanto en varones como en mujeres los porcentajes del nivel de M.I. son muy parejos, si sumamos los valores muy alto y alto podemos decir que la I.S.F.A. en los varones es solo de un 3% mayor, mientras que en las mujeres es solo un 5% mayor. La

diferencia la notamos en los porcentaje de varones y de mujeres en ambas variables; los varones manifestaron un nivel de M.I. del 80% y un 83% de I.S.F.A.; mientras que para las mujeres fue del 62% y del 67% respectivamente, es observable en el gráfico N°64. Sumando los valores muy alto y alto de las dos variable y analizando la cuota por curso, podemos ver que en 1° y 5° año los valores de las dos variables son iguales del 79%; en 3° y 4° año la I.S.F.A. es mayor, mientras que en 3° año es un 4% mayor el nivel de M.I. Lo podemos observar en el gráfico N°65.

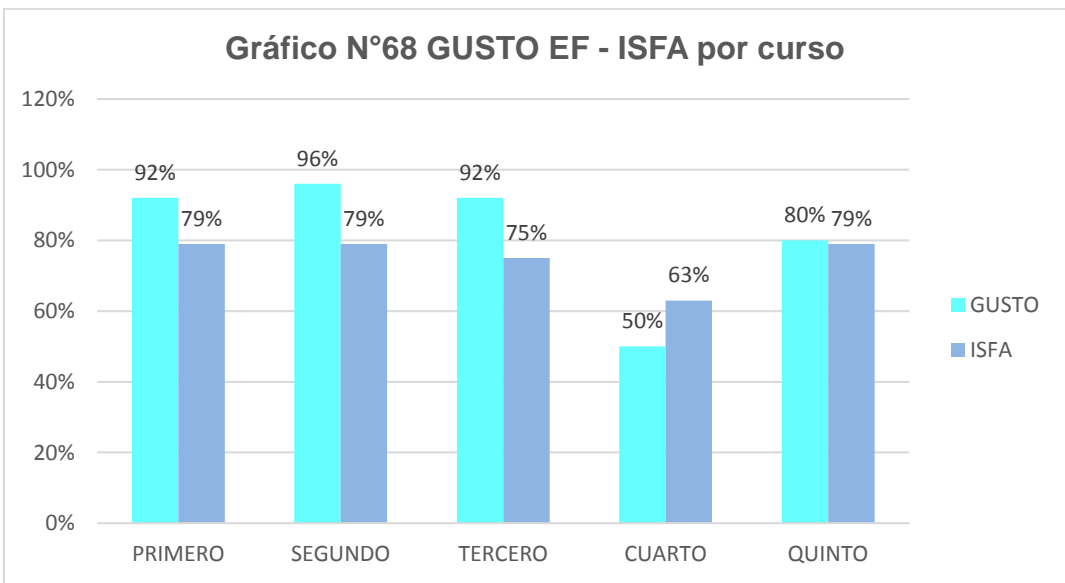
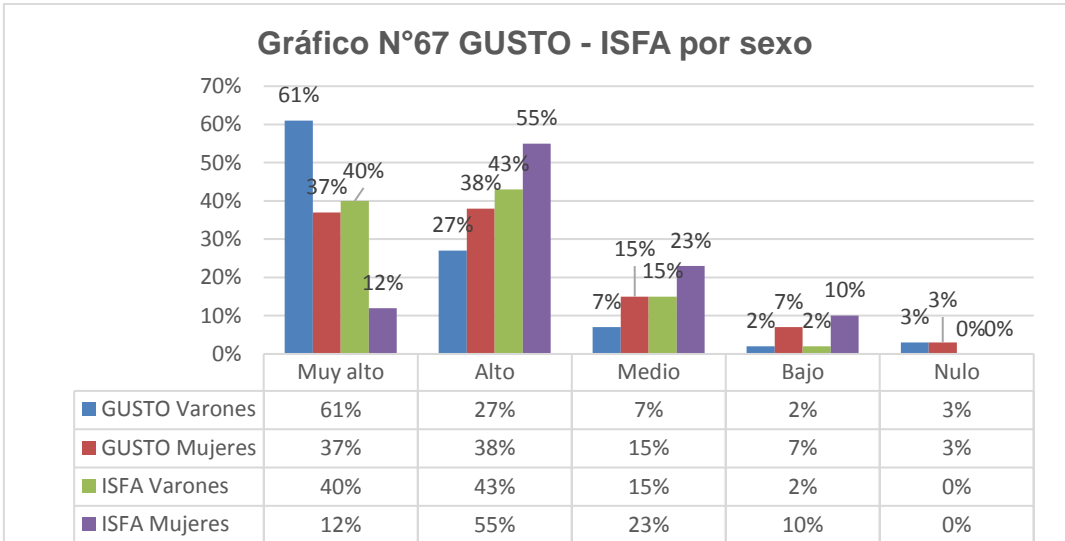
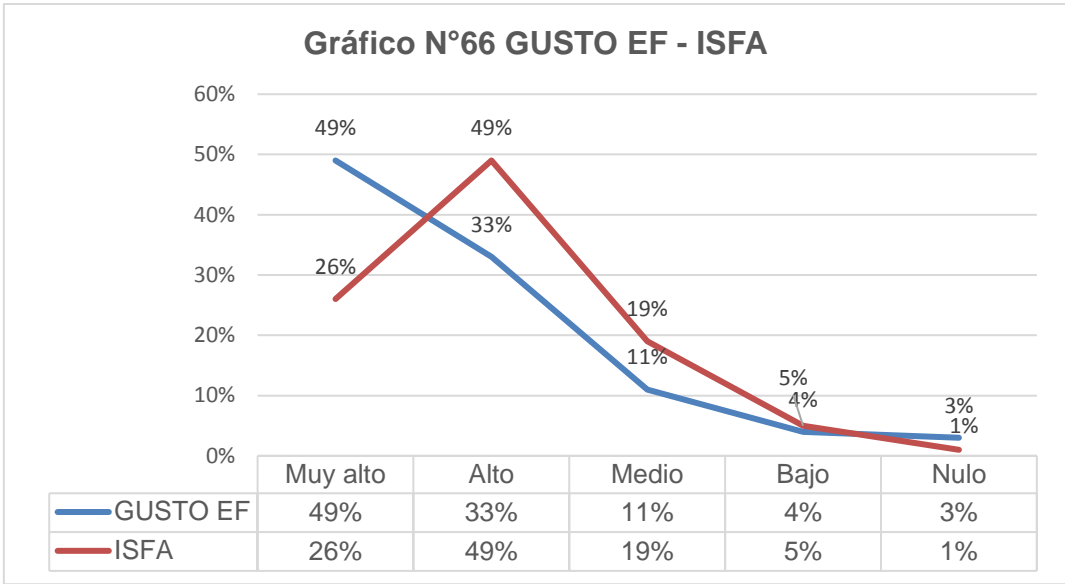




3.2.5 Correlación entre Gusto por la Educación Física y la Intención de ser Físicamente Activ@. (G.E.F. – I.S.F.A.)

En la comparación de estas dos variables podemos ver que un 49% de I@s alumn@s poseen un nivel muy alto de Gusto por la Educación Física (G.E.F.) y un 49% un nivel alto de I.S.F.A. Sumando los valores muy alto y alto de las dos variables obtenemos que un 82% tienen un nivel muy alto-alto de G.E.F. Siendo éste mayor al de la I.S.F.A. que es de un 75%. Podemos ver estos valores en el siguiente gráfico N°66. Si analizamos estas variables de acuerdo a la división por sexo podemos decir que al sumar valores muy alto y alto, los varones obtienen un porcentaje del 88% en el G.E.F. y un 83% en la I.S.F.A. En las mujeres el porcentaje es del 75% para el G.E.F. y del 67% para la I.S.F.A. Observable en el gráfico N°67.

Si comparamos ambas variables de acuerdo al curso, nos encontramos con que en 1°, 2° y 3° año el porcentaje por el G.E.F. es del 92% y 96%, siendo un 13% y un 21% mayor que la I.S.F.A. del 79% y 75%. En 4° año observamos una clara disminución del G.E.F. y es mayor la I.S.F.A. En 5° año se emparejan los porcentajes casi igualando valores correspondiendo un 80% al G.E.F. y un 79% I.S.F.A. Observable en el gráfico N°68.



3.2.6. Correlación entre las variables Motivación intrínseca – Orientación Motivacional a la tarea e Intención de ser físicamente activ@. (M.I. – O.M.T. – I.S.F.A.)

Continuando con las correlaciones quisimos investigar cómo se comportan estas tres variables al estudiarlas al unísono. Con sorpresa observamos que, sumando los valores muy alto y alto, el 75% de los alumnos posee un alto y muy alto nivel de I.S.F.A.; a su vez un 90% de estos alumnos poseen un nivel muy alto y alto de O.M.T., sumado a que un 71% posee un nivel muy alto y alto de M.I. Observable en el gráfico N°69.

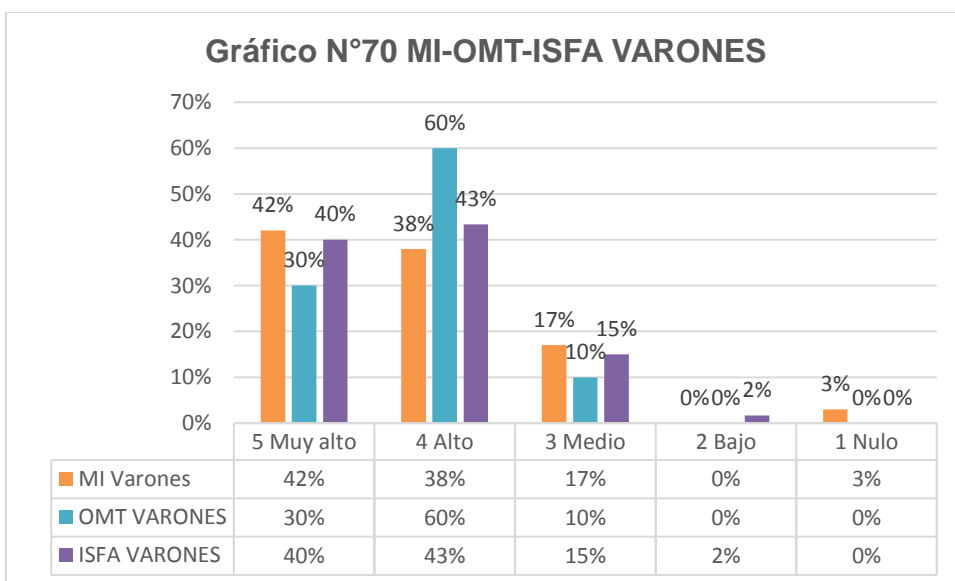
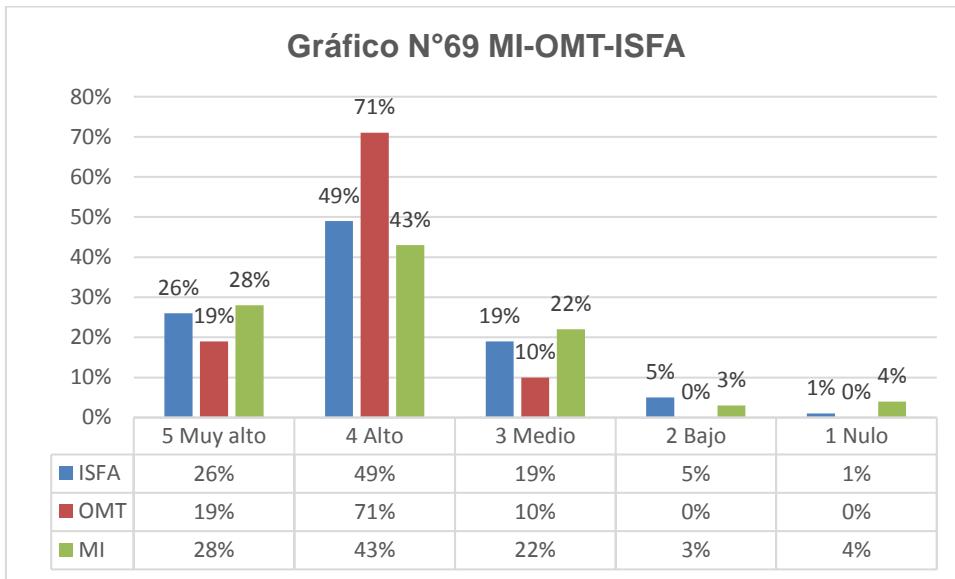
Si analizamos las cuotas de acuerdo al sexo, podemos ver que en los varones los porcentajes son muy parejos. Un 80% tienen un nivel muy alto y alto de M.I., un 90% posee un nivel muy alto y alto de O.M.T. y un 83% posee un nivel muy alto y alto de I.S.F.A. Teniendo en cuenta estos resultados podemos aseverar con la debida evidencia que en alumnos con un nivel muy alto de O.M.T. y un alto nivel de M.I. tienen un alto nivel de I.S.F.A. Estos resultados los podemos observar en el gráfico N°70.

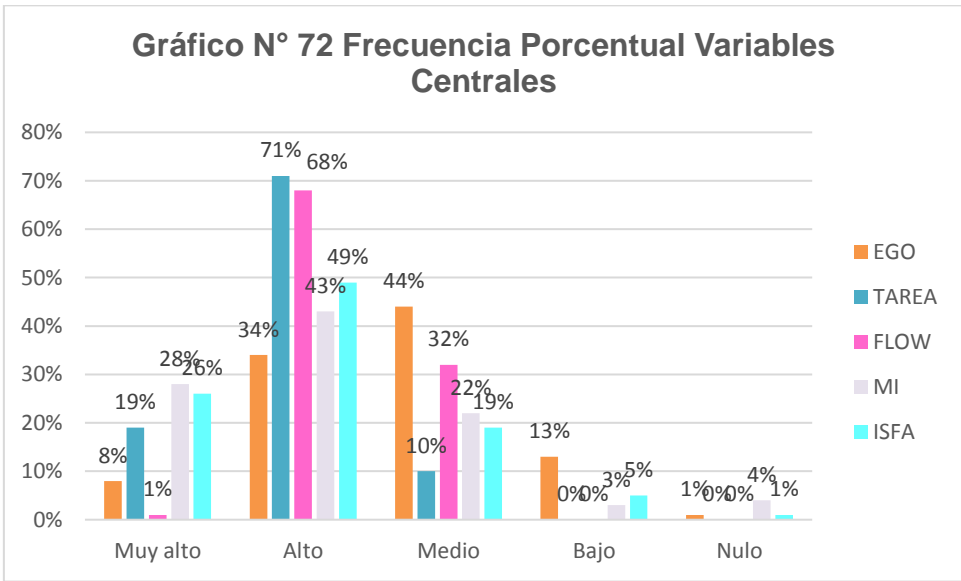
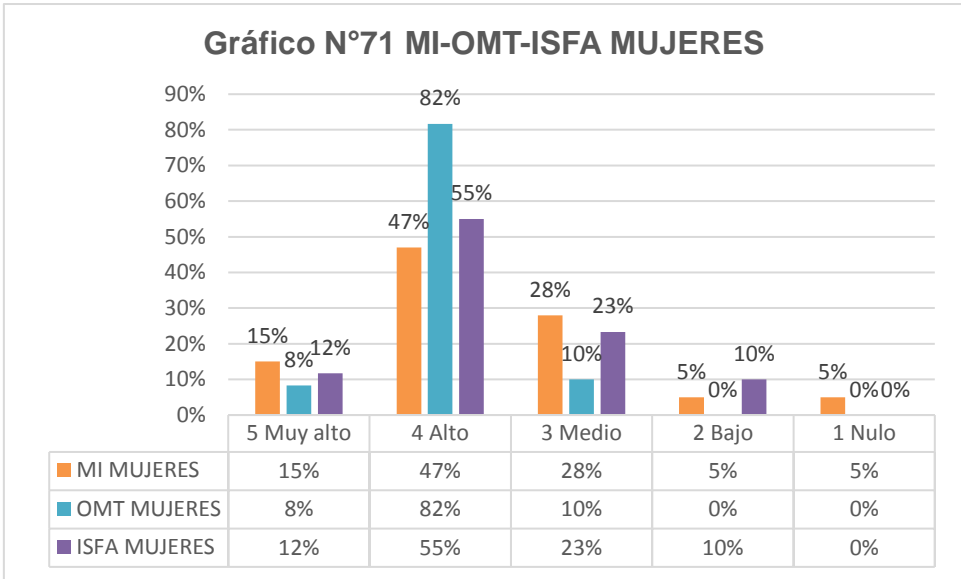
En cambio, como podemos ver en el gráfico N°71, en las mujeres al sumar los mayores valores, podemos decir que un 90% de las mujeres de 1° a 5° año poseen un nivel muy alto y alto de O.M.T., pero a diferencia de los varones los porcentajes de M.I. y de I.S.F.A. no superan el 67%. Con un porcentaje tan alto de O.M.T. el I.S.F.A. debería ser mayor.

Ahora, si analizamos las cinco variables centrales (O.M.E.; O.M.T.; M.I.; FLOW & I.S.F.A.), veremos que un 90% posee un alto y muy alto nivel de O.M.T., un 71% un nivel muy alto y alto de M.I. y un 75% un nivel muy alto y alto de I.S.F.A. Con esta evidencia podemos decir que, para este caso, el nivel de I.S.F.A. está directamente relacionado con el nivel de M.I. que poseen, o sea que un alumno que esté debidamente O.M.T. y posee un nivel alto de M.I., va a tener un mayor nivel de I.S.F.A.; estos porcentajes los podemos observar en el gráfico N°72.

Almagro, Conde (2012), Almagro, Sáenz López, González-Cutre, y Moreno-Murcia (2011) y a Reinboth y Duda (2006), entre otros; han demostrado en sus trabajos de investigación que un clima que implica a la tarea producirá un

aumento en la motivación intrínseca que favorecerá directamente a la intención de ser físicamente activ@. (...). Para Almagro, Conde (2011, p. 4) la orientación motivacional a la tarea, la competencia, la relación con los demás y la motivación intrínseca predicen de forma positiva y estadísticamente significativa la intención de ser físicamente activ@.





3.3. Conclusiones y sugerencias

Presentamos en este apartado las conclusiones principales de nuestro trabajo de investigación.

En relación al análisis de las variables principales, podemos decir que l@s alumn@s poseen un mayor porcentaje de orientación a la tarea, sumando los valores más altos en la muestra total dio un 90% (tanto en varones como en mujeres), en cambio la orientación motivacional al ego el valor más alto lo obtuvo

en el valor medio con un 45%. De acuerdo a estos resultados podemos decir que en nuestro@s alumn@s prevalece la orientación motivacional a la tarea por encima de la orientación motivacional al ego.

En relación al estado de Flow registramos un 69% para los niveles más altos (alto y muy alto), y un 31% para el nivel medio. La dimensión que obtuvo mayor promedio fue “equilibrio entre habilidad y reto”.

La motivación intrínseca presentó un porcentaje del 71% en sus valores más altos, con una marcada diferencia entre varones y mujeres con un 80% y un 62% respectivamente. Los porcentajes más elevados los encontramos en 1º, 2º y 5º años.

La intención de ser físicamente activ@ mostró un porcentaje del 75% en la suma de sus valores alto y muy alto, con una marcada diferencia entre varones y mujeres, igual que en la variable anterior.

Las correlaciones entre la orientación a la tarea, el nivel de experimentación del estado de flow, la motivación intrínseca y la intención de ser físicamente activ@ demostraron comportamientos positivos. Las tres variables obtuvieron en los valores medio, alto y muy alto, porcentajes (97%, 100% y 91%) similares a la intención de practicar actividad físico-deportiva (97%). No existiendo la misma relación con la orientación motivacional al ego.

Los resultados concuerdan con los obtenidos en investigaciones anteriores: autores como Almagro, Sáenz López, González-Cutre y Moreno-Murcia (2011) y Reinboth y Duda (2006; citados por Almagro, Conde 2012); comprobaron que una orientación motivacional a la tarea producirá un aumento en la motivación intrínseca, la cual favorecerá directamente a la intención de ser físicamente activ@.

Para Almagro y Conde (2011) la orientación a la tarea, la relación con los demás y la motivación intrínseca afirman estadísticamente la intención de ser físicamente activ@, concordando con lo expuesto en el marco teórico entre la motivación intrínseca y el nivel de experimentación del flow. Teniendo en cuenta a Jackson (1996, citado por Moreno Murcia et al. 2006) la mejor manera de estar motivado es alcanzar el estado de flujo en las prácticas deportivas, lo que permitirá obtener grandes niveles de disfrute. Esta experiencia será la que origine la motivación para involucrarse con la realización de una actividad física.

De esta manera, posicionándonos en el rol de profesores de educación física deberíamos orientar nuestras clases hacia la tarea, fomentando el flow y la motivación intrínseca del/la estudiante para que cada un@ de ell@s internalice y concientice la importancia de mantenerse físicamente activ@. Además planificar las clases teniendo en cuenta estas tres variables de motivación, facilitarían en l@s estudiantes mayor adherencia a la práctica física –deportiva por placer y disfrute personal.

En la relación entre el gusto por la Educación Física y la intención de ser físicamente activ@, concluimos que existe entre ambas una relación positiva, al sumar los valores alto y muy alto de cada una obtuvimos porcentajes entre el 75% y el 82%. Podemos decir que l@s estudiantes que poseen niveles altos en el gusto por la Educación Física tendrían un mayor nivel de intención de ser físicamente activ@s. En nuestro estudio podemos ver una disminución importante del gusto por la Educación Física en cuarto año en varones y mujeres. En general es marcada la diferencia entre los varones y mujeres,. Podemos ver que los varones alcanzaron un 88%, sumando los valores altos y muy altos, del gusto por la Educación Física y un 83% en la intención de ser físicamente activ@s, mientras que las mujeres alcanzaron un 73% y un 67% respectivamente.

Luego realizamos una comparación seleccionando algunas variables y dimensiones entre l@s estudiantes ingresantes de primer año y los que se encontraban en el quinto año del nivel medio. En términos generales, se observó que l@s estudiantes inician su primer año escolar secundario con una motivación en porcentajes altos. Al finalizar en quinto año gran parte de las variables y dimensiones disminuyen en su nivel. Lo destacable fue que a pesar del decrecimiento mencionado anteriormente, los varones manifestaron su intención de practicar con frecuencia ejercicio físico y de formar parte de un club deportivo al terminar el colegio; las mujeres expresaron la intención de cuidar su forma física y mantenerse físicamente activas. Sugerimos tener en cuenta estos datos comparativos en cuanto a reflexionar y buscar estrategias para que l@s estudiantes culminen su último año escolar motivad@s intrínsecamente a su punto máximo, de esta manera, promoveríamos sus intenciones de continuar con alguna actividad física o deportiva. Por lo tanto y respondiendo a nuestro problema, l@s estudiantes que se inclinaron a una orientación motivacional a la

tarea, experimentaron un estado de flow y un nivel de motivación intrínseca alto; tendrían una relación positiva con su adherencia a mantenerse físicamente activ@s.

Concluyendo, sugerimos anexar a este trabajo observaciones de clases para visualizar los comportamientos de l@s estudiantes en terreno. En base a los resultados obtenidos existiría un nivel alto de intenciones por parte de l@s estudiantes de ser físicamente activ@s, creemos que necesitaríamos un instrumento más de recolección de datos, como las observaciones para validar con otro procedimiento los datos de campo.

Para continuar con una nueva investigación, proponemos avanzar en el estudio de l@s estudiantes egresad@s, realizando un seguimiento que demuestre si después de terminar el colegio secundario realizan algún deporte o actividad física que los mantenga físicamente activ@s.

Para finalizar, proponemos algunas preguntas para ser tenidas en cuenta, para futuras investigaciones derivadas de los datos obtenidos en nuestro trabajo:

- ¿Qué factores influyen en la disminución del gusto por la educación física a medida que avanzan en la escuela secundaria?
- ¿Qué relación existe entre una institución con orientación a la educación física y la intención de mantenerse físicamente activ@s?
- ¿Qué factores determinan la diferencia del nivel de intención de ser físicamente activ@ entre varones y mujeres de la misma edad?

3.4. Discusión

A continuación se presentan las dificultades encontradas durante el proceso de investigación para que en futuras investigaciones, a fin de tenerlas en cuenta en futuras investigaciones.

Nuestra investigación forma parte de un proyecto macro que, de manera simultánea, se desarrolla en los países de Argentina, España y Colombia. Para tener coherencia tuvimos que adaptarnos con los criterios a nivel internacional.

Con respecto a la realización del pilotaje podemos decir que el hecho de administrar el cuestionario a un cierto número de alumn@s, previo a la muestra

total, permitió tener una óptica de lo que podría llegar a ser la muestra total y de los inconvenientes que podrían surgir durante la administración de los cuestionarios. Las dificultades que tuvimos durante el pilotaje fueron solucionadas conjuntamente con la profesora de la cátedra y nuestr@s compañer@s. Uno de los problemas tuvo que ver con la comprensión de algunos términos por parte de l@s estudiantes, para lo cual se elaboró un glosario (ver Anexo 2: Glosario).

Se tuvieron en cuenta ciertas medidas en cuanto a la notificación del proyecto a los padres, el sorteo de alumn@s voluntarios para la participación del mismo, la información del proyecto a docentes, alumn@s y equipo directivo, como así también el lugar de realización de la muestra. La previsión de estos aspectos, facilitó la tarea durante el desarrollo de la toma en la muestra total.

En relación al instrumento de recolección de datos, hemos detectado algunos errores, los cuales han sido resueltos luego del pilotaje. Por ejemplo: en el cuestionario estandarizado figura la variable género, nosotr@s decidimos denominarla sexo. La variable género, es subjetiva, tienen que ver con las vivencias internas de cada individuo, como se siente la persona y esto puede corresponder o no al sexo asignado al momento del nacimiento. Proponemos que esta variable se modifique con el concepto correcto.

En cuanto al ítem: “hago los gestos correctos sin pensar de forma automática” creemos que hace falta una coma “hago los gestos correctos sin pensar, de forma automática” para que se comprenda la intención del indicador.

La muestra total se realizó en el mes de Noviembre, los alumnos se encontraban afectado con evaluaciones trimestrales y otros eventos relacionados con la finalización del ciclo lectivo, por lo que sugerimos; para realizar la recolección de datos; tener en cuenta el calendario escolar y seleccionar el período donde se encuentren menos actividades programadas.

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

Observación n°0 137 Página 4 / 4

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

Anexo 2: Glosario

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

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

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

- Tiempo libre:

Definición:

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

Definición coloquial:

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

Ejemplo:

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

Ítem: "En una semana, ¿cuántas veces 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 resulta completamente agotadora.

Ítem:

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

- Moderado:

Definición:

Que guarda un medio entre dos extremos

Definición coloquial:

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

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

Ítem:

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

- A menudo:

Definición:

Muchas veces, frecuentemente y con continuación.

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

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

-NUNCA / RARAMENTE (1 DÍA SOBRE 7),

-A VECES (2 DÍAS SOBRE 7)

-A MENUDO (3 O MÁS DÍAS SOBRE 7)

Ejemplo:

Realizo actividad física 4 veces en la semana, A MENUDO

Ítem:

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

- Indiferente:

Definición:

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

Definición coloquial:

Estado del ánimo en el que da lo mismo cualquier respuesta, que le da igual o le es indistinto. En referencia al cuestionario, es que no le importa estar de acuerdo

o en desacuerdo, simplemente no le interesa, (marcarlo como “intermedio” entre un valor y otro no ayudaría a la valoración real en función del “indiferente”)

Ítem:

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

- “Salir a correr”

Definición:

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

Definición coloquial:

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

Ejemplo:

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

Ítem:

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

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

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

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

- Valioso:

Definición:

Que vale mucho o tiene mucha estimación o poder

Definición coloquial:

Que se siente importante, que vale.

Ejemplo:

Que te sentís importante, que vales como los demás compañeros. Que sos importante tanto como tus compañeros. EN EL CASO DEL 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 esperás, en tiempo y/o forma; entonces sentís que fracasas. Que intentaste algo varias veces y no lograste el resultado esperado.

Ítem:

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

- Cualidades:

Definición:

Elemento o carácter distintivo de la naturaleza de alguien o algo. Que distingue y define a las personas.

Características que te diferencian de los otros. En la clase una nueva cualidad, puede ser algo nuevo que se aprende

Definición coloquial.

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

Ejemplo:

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

Ítem:

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

- Gestos correctos:

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

juego. En otras actividades como la danza, gimnasia o acrobacia, refieren a patrones específicos para cumplimentar con los reglamentos pertinentes de cada actividad.

Definición coloquial:

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

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

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

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

Ejemplos:

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

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

Ítem:

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

- Control:

Definición:

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

Definición coloquial:

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

Ejemplo:

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

Ítem:

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

- El tiempo parece alterarse:

Definición: (alterarse)

Alteración: cambiar, cambiarse

Definición coloquial:

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

Ejemplo:

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

Ítem:

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

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

- Demandas de la situación

Definición:

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

Def. Coloquial:

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

Ejemplo:

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

Ítem:

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

- Ejecutar:

Definición:

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

Definición coloquial:

Realizar una acción, habilidad o técnica determinada

Ejemplo:

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

Cuando realizo lo que propone el/la profesor/a sin pensar.

Ítem:

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

- Automáticamente:

Definición:

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

Definición coloquial:

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

Ejemplo:

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

Ítem:

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

- Metas:

Definición:

Fin a que se dirigen las acciones o deseos de alguien

Definición coloquial:

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

Ejemplo:

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

Ítem:

“Mis metas están claramente definidas”. Página 3

- Espontánea:

Definición:

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

Definición coloquial:

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

Ejemplo:

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

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

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

Ítem:

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

- Reconfortante:

Definición:

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

Definición coloquial:

Actividad en la que sentimos que recuperamos la energía. Cuando realizamos un ejercicio y recuperamos el estado de bienestar al realizarlo.

Actividad que me otorga en cierta manera placer al realizarla porque me permite volver al estado de bienestar deseado.

Ejemplo:

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

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

Ítem:

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

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

Definición:

Normal:

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

Definición coloquial:

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

Ejemplo:

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

Ítem:

“el paso del tiempo parece ser diferente al normal” (página 3).

Es para destacar que en general los ítems que incluyen la percepción del tiempo y que los/as alumnos/as las leyeron como “repetidas” son de CONTROL.

- Control:

Definición:

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

Definición coloquial:

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

Ejemplo:

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

Ítem:

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

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

- Eficazmente:

Definición:

EFICAZ: Que produce el efecto esperado o que va bien para una determinada cosa.

Es la capacidad de poder alcanzar un objetivo o propósito que se ha propuesto, de poder lograr el efecto esperado sobre algo determinado.

Definición coloquial:

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

Conseguir un resultado determinado.

Ejemplo:

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

Cuando pateás la pelota, lograrás 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, hándbol, vóley, etc.) con horarios de entrenamientos específicos, generalmente por categorías divididas en edades, con una actividad sistemática muchas veces orientada hacia la participación de un torneo / competencia.

Ejemplo:

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

Ítem: _____

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

- Progresión:

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

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

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

Ejemplo:

Sentir que se avanzó o evolucionó de manera que se consiguió los objetivos propuestos. Siento que mejore mi saque en vóley y logro pasar todas las pelotas por encima de la red.

Ítem:

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

Anexo 3: “Carta de presentación”



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 l@s 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 est@s jóvenes a la práctica de actividad física siendo conscientes de que un mayor nivel de práctica de actividad física conllevará indudables beneficios sobre la salud de las poblaciones a las que nos dirigimos.

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

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

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

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

Firmo en conformidad:

Anexo 4: “Manual de procedimiento de pilotaje”



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 participen tod@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:

- 1 hay que marcar la casilla hombre o mujer según corresponda
- 2 hay que poner el número de los años que tiene cada uno (Edad)

- 3 el tipo de colegio (importante que el administrador lo indique, por si algunos estudiantes dudan en esto)
- 4 el año que está cursando actualmente
- 5 especificar si cursa bachillerato con orientación en educación física o no
- 6 hay que rodear el número que más se aproxime a la calificación obtenida en el año anterior en educación física
- 7 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. Responde a las siguientes cuestiones marcando lo que más se aproxime a lo que pensás.

No hay límite de tiempo para responder. Cada uno lo hará a su ritmo.

¿Alguien tiene alguna duda?” Si no hay dudas, l@s alumn@s comenzarán a responder.

Copio a continuación las dudas, preguntas, comentarios manifestados por l@s estudiantes mientras se completaba el cuestionario de modo autoadministrado (es una síntesis de lo que les envié en el documento anterior sobre la información sobre el pilotaje):

- Explicar nuevamente la forma de ir avanzando en las afirmaciones para cada expresión resaltada en “negrita”. Algunos preguntaron acerca de la relación de las afirmaciones con cada uno de los cuatro apartados, más precisamente si la afirmación correspondía al último apartado remarcado en “negrita”, o si la tenían que relacionar también con el apartado anterior. (Las afirmaciones remiten a la oración en negrita que se encuentra inmediatamente arriba. No refieren a las afirmaciones en negrita de los apartados anteriores)
- Donde deben marcar o como señalar la respuesta correcta (Se debe reiterar lo que está explicado en el margen superior derecho de la primer hoja)
- En las tres primeras preguntas las respuestas son del 0 al 7 ¿por qué? (Porque esos número remiten a la cantidad de días por semana. La escala actual –de 1 a 5- es una escala de satisfacción o acuerdo con las afirmaciones que se van leyendo)
- Que pasaba si dejaban una afirmación sin contestar o marcar, lo cual yo respondí cual es la que te cuesta contestar y que la idea es respondan todas las afirmaciones. (Los

cuestionarios incompletos hay que descartarlos luego de su entrega. Por eso es importante chequear que todos los ítems estén respondidos. Si falta alguno, se le pide al estudiante que lo complete. Si no comprende alguna palabra, se le explica brevemente y con precisión)

- ¿Quién hizo el cuestionario? Porque les llamaba la atención las siguientes afirmaciones: “Cuando soy el/la mejor”; “Cuando gano a los demás”. Preguntaron si eran a propósito las afirmaciones como: “Mi atención está completamente enfocada en lo que estoy haciendo”; “Estoy segur@ de lo que quiero hacer”; “Siento que puedo controlar lo que estoy haciendo”; “Se lo que quiero conseguir” y “Estoy totalmente concentrad@ en lo que estoy haciendo”. Según ell@s esas respuestas eran capciosas o a propósito para ver sus respuestas y si responden en todas lo mismo.

(Se les puede contar que es un cuestionario de validez internacional y que a veces se preguntan cuestiones similares de diferente forma para ver luego cómo salen los datos estadísticos. También se les puede decir que son preguntas parecidas, pero que tienen pequeños matices o diferencias semánticas y que es importante que se concentren en esas diferencias para responder)

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

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.

Anexo 5: “Planilla Excel de datos”

1	Sexo	Edad	TipoCentro	Año	Bachillerato	Calificación	Gusto	Ejercicio ext	Ejercicio mo	Ejercicio sua	Frecuencia a
2	0	14	0	1	0	10	5	5	2	3	2
3	0	14	0	1	0	7	4	3	0	0	1
4	0	15	0	1	0	8	5	5	2	5	2
5	0	15	0	1	0	7	4	3	2	1	1
6	0	14	0	1	0	10	5	3	1	2	1
7	0	13	0	1	0	9	5	3	2	2	1
8	0	14	0	1	0	10	4	7	2	7	2
9	0	14	0	1	0	10	5	6	1	6	2
10	0	16	0	1	0	7	4	3	0	0	2
11	0	15	0	1	0	6	5	2	1	1	1
12	0	14	0	1	0	10	5	7	0	7	2
13	0	15	0	1	0	9	5	3	0	5	2
14	1	13	0	1	0	7	5	3	5	4	2
15	1	14	0	1	0	7	5	0	2	2	0
16	1	13	0	1	0	10	5	5	2	1	2
17	1	13	0	1	0	9	5	6	7	7	2
18	1	13	0	1	0	10	5	7	0	7	2
19	1	14	0	1	0	9	4	3	5	0	2
20	1	16	0	1	0	8	4	0	7	3	1
21	1	13	0	1	0	10	5	2	1	0	1
22	1	13	0	1	0	7	2	2	1	2	1
23	1	13	0	1	0	9	4	1	0	0	0
24	1	13	0	1	0	7	3	0	0	0	0
25	1	14	0	1	0	8	4	0	2	2	0

26	0	16	0	2	0	9	5	5	2	1	2
27	0	16	0	2	0	8	5	3	4	7	2
28	0	14	0	2	0	8	5	4	0	3	2
29	0	16	0	2	0	10	5	5	0	4	2
30	0	15	0	2	0	8	5	4	2	4	2
31	0	16	0	2	0	7	5	5	4	4	2
32	0	15	0	2	0	6	4	0	2	4	0
33	0	16	0	2	0	6	5	6	0	6	2
34	0	14	0	2	0	9	5	3	2	6	2
35	0	15	0	2	0	6	5	5	2	4	2
36	0	15	0	2	0	6	5	5	2	4	2
37	0	15	0	2	0	8	5	2	0	4	1
38	1	15	0	2	0	5	5	1	3	0	0
39	1	16	0	2	0	8	4	2	5	7	0
40	1	14	0	2	0	8	4	0	3	2	0
41	1	15	0	2	0	8	3	0	0	0	0
42	1	17	0	2	0	6	4	3	2	1	2
43	1	14	0	2	0	6	4	1	2	1	0
44	1	14	0	2	0	8	4	3	1	3	2
45	1	15	0	2	0	9	4	3	0	0	2
46	1	16	0	2	0	7	4	0	0	1	0
47	1	18	0	2	0	8	5	3	0	2	2
48	1	14	0	2	0	10	4	0	2	7	0
49	1	14	0	2	0	9	5	0	4	0	0
50	0	15	0	3	0	9	4	1	3	4	0

51	0	16	0	3	0	10	3	3	0	2	1
52	0	16	0	3	0	9	5	5	1	0	2
53	0	15	0	3	0	10	5	4	2	3	2
54	0	15	0	3	0	10	5	5	3	4	2
55	0	15	0	3	0	10	5	7	2	2	2
56	0	17	0	3	0	9	5	5	3	2	2
57	0	15	0	3	0	9	4	2	1	2	1
58	0	16	0	3	0	8	5	7	0	4	2
59	0	15	0	3	0	8	4	6	5	7	2
60	0	15	0	3	0	8	5	3	2	4	2
61	0	16	0	3	0	10	5	5	0	1	2
62	1	16	0	3	0	6	4	1	0	2	0
63	1	15	0	3	0	6	4	0	1	2	0
64	1	15	0	3	0	8	2	0	0	5	0
65	1	15	0	3	0	9	5	2	1	1	1
66	1	15	0	3	0	8	4	0	5	3	1
67	1	15	0	3	0	8	5	3	2	0	2
68	1	16	0	3	0	10	5	0	1	1	0
69	1	15	0	3	0	8	5	4	0	2	2
70	1	15	0	3	0	10	4	0	1	1	0
71	1	16	0	3	0	9	5	7	0	5	2
72	1	15	0	3	0	9	5	3	4	3	2
73	1	15	0	3	0	10	5	5	2	3	2
74	0	16	0	4	0	8	4	3	0	4	1
75	0	17	0	4	0	9	4	4	2	0	2
76	0	16	0	4	0	8	3	1	5	0	0
77	0	16	0	4	0	6	4	3	5	0	2
78	0	16	0	4	0	8	4	3	6	0	1
79	0	17	0	4	0	8	4	5	4	7	2
80	0	17	0	4	0	8	5	3	0	0	2
81	0	18	0	4	0	9	3	4	6	2	2
82	0	16	0	4	0	8	3	4	1	2	2
83	0	16	0	4	0	6	1	2	1	1	1
84	0	17	0	4	0	6	5	3	2	1	2
85	0	18	0	4	0	6	4	3	2	3	2
86	1	17	0	4	0	7	4	5	0	1	2
87	1	16	0	4	0	9	3	0	0	0	0
88	1	16	0	4	0	6	3	0	0	0	0
89	1	16	0	4	0	9	5	0	0	2	0
90	1	17	0	4	0	7	1	0	5	0	0
91	1	16	0	4	0	7	1	0	0	0	0
92	1	17	0	4	0	7	3	0	0	7	0
93	1	17	0	4	0	9	5	7	0	0	2
94	1	16	0	4	0	8	4	0	7	0	0
95	1	16	0	4	0	8	3	0	3	2	0
96	1	19	0	4	0	7	2	0	0	0	0
97	1	16	0	4	0	7	3	0	0	3	0
98	0	17	0	5	0	8	5	7	4	6	2
99	0	17	0	5	0	10	5	3	5	7	2
100	0	17	0	5	0	9	5	7	5	6	2
101	0	18	0	5	0	9	5	7	6	5	2
102	0	19	0	5	0	10	5	4	7	5	2
103	0	18	0	5	0	8	5	7	7	7	2
104	0	18	0	5	0	7	4	2	0	0	1
105	0	17	0	5	0	7	5	7	3	0	2
106	0	17	0	5	0	7	5	7	3	3	2
107	0	18	0	5	0	7	4	1	0	0	0
108	0	19	0	5	0	7	1	0	0	0	0
109	0	17	0	5	0	6	2	0	0	3	0
110	1	18	0	5	0	8	4	5	0	6	1
111	1	19	0	5	0	7	2	0	2	2	1
112	1	17	0	5	0	8	5	0	4	7	1
113	1	18	0	5	0	8	5	0	2	7	1
114	1	18	0	5	0	7	4	3	2	0	2
115	1	18	0	5	0	8	4	0	5	0	1
116	1	19	0	5	0	7	5	0	4	3	1
117	1	18	0	5	0	7	5	0	5	1	0
118	1	17	0	5	0	7	4	3	3	5	1
119	1	18	0	5	0	7	3	2	3	3	1
120	1	17	0	5	0	6	3	4	0	3	2
121	1	19	0	5	0	7	4	4	2	0	2

76	0	16	4	5	2	5	4	4	5	4	4	5	4	4	4	4	5	5	4	4	4	4	3	5	4	4	5	4	4	4	5	4	5	5	4	4	4	4	4	4
77	0	16	4	2	3	5	4	3	3	1	4	5	2	2	5	5	5	4	1	3	3	2	2	4	5	5	5	1	3	5	4	3	4	2	5	5	5	3	5	
78	0	16	4	5	4	5	3	3	5	3	5	3	4	4	4	4	5	4	3	4	5	3	3	5	5	3	4	5	4	3	4	4	3	5	3	1	4	4		
79	0	17	4	5	3	4	3	3	4	3	5	4	4	3	4	4	5	3	3	5	3	4	4	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4		
80	0	17	4	5	5	5	4	4	4	5	4	4	4	4	4	5	5	4	4	4	4	4	5	4	5	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4		
81	0	18	4	5	3	5	5	5	5	3	5	3	3	4	5	5	3	5	3	5	3	3	4	4	5	5	4	4	4	5	4	5	3	4	4	4	4	5		
82	0	16	4	4	3	5	5	4	5	3	4	3	4	3	5	5	3	5	5	4	3	3	4	4	5	4	3	3	4	4	3	4	5	3	5	4	3	2	4	
83	0	16	4	3	5	3	1	2	1	3	5	4	3	4	2	1	2	4	3	5	3	3	4	5	2	2	4	2	5	3	3	5	4	3	2	4	3	3	5	
84	0	17	4	3	5	4	5	3	5	3	5	5	4	4	2	4	4	4	3	5	4	4	4	5	5	3	3	3	5	5	4	5	3	4	3	5	3	5	4	
85	0	18	4	4	2	5	4	5	4	5	4	3	4	4	4	2	3	4	3	4	4	4	2	4	4	3	3	4	4	3	2	2	4	3	3	3	3	4	4	
86	1	17	4	4	4	4	3	5	4	3	5	4	3	4	4	4	4	4	2	4	4	2	3	4	4	4	4	2	4	4	2	3	2	2	4	3	2	4	4	
87	1	16	4	4	2	5	4	3	2	5	3	3	2	4	5	4	2	2	5	2	3	5	3	5	4	3	4	5	2	5	3	3	4	4	2	4	5	3	4	
88	1	16	4	4	2	4	4	4	4	3	2	4	4	2	4	4	4	4	3	2	2	2	4	4	2	2	3	2	2	4	4	2	2	2	2	3	3	2	4	
89	1	16	4	4	5	3	4	2	5	1	3	5	5	5	1	3	5	3	1	5	3	5	5	3	5	3	3	1	5	3	4	2	5	3	1	5	1	3	4	
90	1	17	4	5	4	5	4	5	3	5	4	3	3	4	5	3	5	4	5	4	3	4	5	5	4	5	3	5	4	2	4	3	5	4	5	3	5	4	2	
91	1	16	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	3	
92	1	17	4	4	5	3	2	4	3	5	4	4	2	3	2	4	3	3	4	4	4	4	3	3	2	4	4	5	5	4	3	4	2	3	5	5	5	3	4	
93	1	17	4	2	3	5	3	4	3	5	5	4	5	3	5	5	2	4	1	4	4	5	4	5	4	5	4	2	5	5	4	5	4	5	4	5	5	5	5	
94	1	16	4	4	3	4	4	3	5	3	2	5	4	4	5	5	4	5	2	3	2	5	3	4	5	3	4	5	3	4	4	3	4	5	2	3	4	5	3	4
95	1	16	4	4	3	4	4	4	2	5	5	4	2	3	4	2	4	4	3	2	4	4	4	5	1	2	3	2	3	4	4	4	2	4	3	5	4	5	4	
96	1	19	4	5	4	5	3	4	3	3	5	4	4	4	5	4	3	4	3	5	4	4	4	5	4	2	2	5	5	5	5	4	4	3	4	4	3	5	5	
97	1	16	4	4	3	4	4	3	4	5	3	4	3	3	4	4	3	5	4	3	4	4	5	4	3	4	5	4	4	4	5	3	4	4	3	4	3	5	3	4
98	0	17	5	4	4	5	4	4	5	5	4	5	5	5	5	5	4	5	4	4	4	5	5	5	4	4	5	5	4	4	5	3	5	4	4	5	4	5	5	4
99	0	17	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5	1	5	3	3	4	4	5	5	3	2	5	4	3	4	4	5	5	4	3	4	3	3	4	4	4	
100	0	17	5	4	4	4	3	4	5	5	4	4	5	5	4	5	4	5	5	4	5	5	4	5	5	4	3	3	5	5	4	5	5	4	4	5	4	5	5	4
101	0	18	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	3	5	5	5	4	3	4	3	5	5	5	5	5	
102	0	19	5	5	5	5	4	3	4	5	5	5	5	5	4	5	5	5	4	5	5	4	5	3	4	3	2	5	5	4	5	5	5	4	3	2	5	5	5	4
103	0	18	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
104	0	18	5	4	3	5	5	4	4	5	2	5	4	4	5	5	4	4	5	5	2	4	4	4	2	4	2	5	4	4	4	2	2	2	4	3	5	4	4	
105	0	17	5	4	4	5	5	4	4	5	3	4	4	3	5	5	4	4	2	3	4	4	4	5	5	4	4	2	3	4	4	4	5	4	4	5	2	3	4	4
106	0	17	5	5	4	5	4	4	3	3	2	3	5	3	3	5	5	3	3	3	3	5	4	5	4	5	5	4	4	3	3	2	5	4	4	4	3	4	3	4
107	0	18	5	4	4	5	4	4	3	4	3	4	4	4	5	4	2	4	3	4	4	2	4	4	5	4	2	3	4	4	1	4	5	2	4	4	3	2	5	4
108	0	19	5	3	1	2	3	2	3	3	5	1	3	2	3	2	4	4	3	5	2	3	4	3	2	2	2	2	3	5	2	1	4	3	2	2	4	3	5	2
109	0	17	5	2	2	3	4	4	4	4	2	2	2	1	4	2	4	3	4	2	3	2	3	4	3	4	2	4	2	4	2	4	2	4	2	4	3	4	2	3
110	1	18	5	5	1	5	4	3	4	5	2	4	4	2	5	4	2	4	5	4	5	4	4	5	2	2	1	5	5	4	4	4	1	2	4	5	4	3	4	
111	1	19	5	3	4	4	3	3	3	5	2	2	2	2	5	3	5	4	4	5	3	3	4	4	4	4	4	3	2	1	3	3	3	4	3	4	4	4	2	3
112	1	17	5	4	4	2	4	4	2	3	5	5	5	2	2	4	2	4	3	4	5	5	4	4	5	4	4	3	2	4	4	4	5	4	4	4	3	4	3	4
113	1	18	5	3	3	4	4	3	4	3	5	5	5	4	4	3	2	5	5	5	4	4	5	5	5	1	4	5	5	5	4	3	5	3	1	5	5	5	5	
114	1	18	5	4	3	3	2	4	4	3	3	4	4	2	5	3	2	3	3	5	3	2	1	3	4	3	2	3	4	3	3	4	5	3	3	3	3	3	2	3
115	1	18	5	3	4	3	3	4	3	4	4	4	3	3	4	3	3	3	2	4	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	4	4	2	3	3	4	4	4	
116	1	19	5	4	4	5	2	4	4	5	5	5	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	5	5	5	5	2	4	5	5	5	3	4	4	4	5	5	5	
117	1	18	5	5	4	5	5	5	4	5	3	5	4	4	5	3	5	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	1	4	5	4	5	4	5	5	5	5	5	5	4
118	1	17	5	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	3	4	3	3	4	4	5	4	3	4	4	4	3	4	4	3	4	4	5	3	3	4	4	3	3	4	3
119	1	18	5	4	2	3	3	4	4	4	5	4	4	4	4	3	4	3	4	2	2	3	3	3	4	3	3	3	2	2	4	3	3	5	3	4	3	4	3	
120	1	17	5	4	4	5	4	3	4	5	4	3	4	5	4	5	2	4	4	4	5	4	5	5	4	4	3	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	3	4	5
121	1	19	5	4	5	5	5	5	5	5	4	5	3	4	5	5	4	1	5	3	3	5	4	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	5	5	5	1	5

1	Sexo	Edad	Año	MI1	MI2	MI3	MI4	IP1	IP2	IP3	IP4	IP5	Ego1	Tare1	Ego2	Tare2	Ego3	Tare3	Ego4	Tare4	Ego5	Tare5	Ego6	Tare6	Ego7	Tare7	Ego8	Tare8	Tarea8
2	0	14	1	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	4	4	4	3	5	5	5	5
3	0	14	1	5	3	2	3	3	4	2	1	3	1	2	3	4	5	3	3	3	4	1	3	3	4	5	2	4	4
4	0	15	1	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	4	4	4	4	4
5	0	15	1	4	5	4	5	3	4	5	5	4	4	5	4	4	4	4	5	5	5	5	5	4	5	5	4	5	5
6	0	14	1	5	5	5	4	5	5	4	5	3	5	5	5	4	4	5	4	5	4	5	4	5	5	5	5	5	5
7	0	13	1	5	5	4	4	4	5	2	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5
8	0	14	1	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
9	0	14	1	5	4	5	5	4	5	5	4	4	4	5	4	3	4	5	4	4	5	5	4	4	5	5	4	5	4
10	0	16	1	4	4	4	4	5	4	3	5	5	2	4	3	5	3	5	2	5	2	5	4	4	3	4	3	5	5
11	0	15	1	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4
12	0	14	1	5	4	5	5	5	4	5	5	5	1	5	3	5	1	5	1	5	1	5	1	5	1	5	1	5	1
13	0	15	1	5	4	5	4	5	5	5	5	5	4	5	4	5	2	4	2	4	2	4	2	4	1	4	2	1	4
14	1	13	1	3	3	4	3	4	4	3	5	2	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	4
15	1	14	1	5	4	5	5	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	3	5	3	5	3	3	5	4	3	4	4
16	1	13	1	5	5	3	4	3	5	3	3	4	4	4	5	5	4	4	4	5	4	5	5	4	4	5	5	4	4
17	1	13	1	5	5	4	4	5	5	5	5	5	3	5	3	4	3	5	3	4	4	5	4	5	3	5	3	5	5
18	1	13	1	5	5	4	4	5	4	5	5	5	4	4	4	2	5	3	5	4	4	5	3	5	4	5	4	3	4
19	1	14	1	4	3	4	3	4	3	2	4	4	3	4	5	4	3	4	1	5	2	4	3	3	3	4	1	5	5
20	1	16	1	4	5	4	4	5	4	5	5	4	3	4	3	5	2	3	3	5	4	4	3	3	5	5	5	5	4
21	1	13	1	5	4	3	4	4	5	3	3	4	4	4	5	4	3	5	4	5	4	5	4	3	5	4	5	5	5
22	1	13	1	2	2	3	3	5	3	2	3	3	1	2	4	3	2	3	1	2	2	3	1	2	2	3	4	2	3
23	1	13	1	4	4	4	4	4	5	4	3	4	3	4	4	5	3	4	5	5	4	5	5	4	4	5	4	5	4
24	1	13	1	3	3	3	3	3	2	1	2	1	4	4	5	3	5	4	2	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4
25	1	14	1	4	3	3	4	5	3	1	4	1	4	5	5	4	3	4	2	5	4	4	5	5	4	4	4	4	5
26	0	16	2	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	1	4	1	5	1	5	5	5	1	5	5	5	5
27	0	16	2	5	4	4	3	1	5	5	4	5	3	4	1	5	5	5	1	5	5	5	5	5	5	5	1	5	5
28	0	14	2	5	5	5	5	4	5	4	5	5	2	5	4	4	5	4	2	5	4	5	3	2	5	4	2	5	5
29	0	16	2	5	5	5	5	5	5	5	5	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5
30	0	15	2	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
31	0	16	2	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
32	0	15	2	4	4	4	4	4	4	3	4	3	2	4	2	4	2	4	2	4	2	4	2	3	4	4	3	4	3
33	0	16	2	4	5	5	5	4	5	5	4	5	2	4	2	4	2	4	2	4	2	5	2	4	2	4	2	4	2
34	0	14	2	4	3	4	3	3	5	4	5	5	3	5	5	5	4	3	3	5	5	5	5	4	4	5	5	5	
35	0	15	2	4	5	4	5	4	5	5	4	4	4	4	5	4	4	5	2	5	4	5	3	4	3	4	2	5	5
36	0	15	2	4	4	4	5	4	5	5	4	4	4	4	5	4	4	5	2	5	4	5	3	4	3	4	2	5	5
37	0	15	2	4	5	4	5	3	4	2	4	1	4	3	2	4	2	4	1	2	2	4	2	4	3	5	2	4	4
38	1	15	2	5	5	4	5	3	3	4	5	4	5	4	5	3	5	3	5	4	5	5	3	3	5	3	5	3	5
39	1	16	2	3	3	3	4	5	5	5	5	5	3	3	3	3	5	5	1	5	3	5	5	5	1	5	5	5	5
40	1	14	2	4	3	3	4	5	3	1	4	1	5	4	5	4	5	5	5	5	4	4	5	5	4	4	5	5	5
41	1	15	2	2	2	2	2	4	2	1	4	1	4	4	3	3	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4
42	1	17	2	3	4	5	4	5	5	5	5	5	3	5	4	4	5	5	3	5	5	5	3	5	3	5	5	5	5
43	1	14	2	4	4	3	5	4	4	5	5	4	3	4	3	4	4	4	3	4	2	3	4	2	3	2	3	2	4
44	1	14	2	4	4	5	4	4	5	4	5	4	4	4	4	5	2	5	4	5	2	4	2	4	2	4	2	4	4
45	1	15	2	1	3	4	4	4	5	5	5	5	3	4	3	4	3	4	2	4	3	4	4	4	3	4	3	4	4
46	1	16	2	3	2	3	3	3	2	1	1	1	3	2	2	1	3	4	2	4	2	4	2	3	4	2	3	2	4
47	1	18	2	4	4	3	3	4	5	5	4	4	3	4	5	4	3	3	4	5	4	2	4	5	3	4	4	4	3
48	1	14	2	4	4	4	4	5	2	2	4	3	2	4	4	4	3	5	3	5	3	3	4	4	3	4	3	5	5
49	1	14	2	4	4	2	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	2	4	4	2	4	2	4	3	5
50	0	15	3	4	4	2	5	4	2	1	5	2	1	4	2	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	2	4	1	5

51	0	16	3	5	5	5	5	3	5	1	4	4	1	4	1	5	5	5	1	5	3	5	5	4	1	5	1	5		
52	0	16	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	5	3	5	3	5	3	5	3	5	3	5	3	5	3	5		
53	0	15	3	5	4	4	4	3	4	3	5	3	5	3	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5		
54	0	15	3	5	4	3	4	5	5	4	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5		
55	0	15	3	5	4	3	5	5	5	5	4	5	4	4	3	4	5	5	5	4	5	5	5	5	4	5	5	5		
56	0	17	3	5	4	4	5	4	5	5	5	4	5	4	4	1	2	5	2	4	2	4	4	5	1	4	3	5		
57	0	15	3	5	5	4	5	5	5	5	4	5	4	5	4	3	2	4	3	5	4	5	4	3	4	5	2	5		
58	0	16	3	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5		
59	0	15	3	3	3	3	3	5	3	2	4	3	3	5	3	5	3	4	3	4	3	5	5	5	5	4	3	5		
60	0	15	3	5	3	3	3	5	5	5	5	5	3	3	3	5	3	3	3	3	3	5	3	3	3	3	3	3		
61	0	16	3	1	3	3	5	3	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	4	4	3	2	3	3	3		
62	1	16	3	1	1	1	1	2	2	4	4	3	5	5	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4		
63	1	15	3	4	4	3	3	3	5	5	3	2	3	3	3	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	1	3	
64	1	15	3	4	4	4	4	5	4	1	4	1	5	4	5	4	5	5	5	5	5	5	4	5	5	4	4	5	5	
65	1	15	3	5	4	5	5	4	5	3	4	4	4	4	4	5	3	4	3	4	4	4	3	4	4	3	5	4	4	
66	1	15	3	4	4	3	4	5	4	4	5	4	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	
67	1	15	3	5	4	5	4	5	4	5	5	4	4	4	5	2	5	1	5	1	5	5	5	2	5	2	5	1	5	
68	1	16	3	5	5	5	5	5	5	5	4	1	4	5	3	5	3	5	1	5	1	5	3	4	1	5	1	5		
69	1	15	3	5	4	3	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	3	5	3	4	4	4	3	3	
70	1	15	3	5	4	3	4	4	4	2	5	2	4	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	
71	1	16	3	5	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	4	4	5	5	4	4	4	5	5	5	4	4	4	5		
72	1	15	3	5	5	5	5	4	5	5	5	5	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	5	3	4	4	5
73	1	15	3	5	5	4	4	4	5	4	5	4	4	1	1	4	2	4	2	5	1	5	4	4	2	5	3	5		
74	0	16	4	4	3	4	3	4	4	3	4	3	3	4	3	4	3	4	2	4	2	4	3	4	3	4	3	5		
75	0	17	4	4	5	5	5	5	4	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	4	5	5	5	5	4	5	4	5	4	5
76	0	16	4	4	4	4	4	5	4	3	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	3	4	5	
77	0	16	4	4	4	3	3	5	5	5	5	5	2	3	3	5	1	4	1	5	1	5	1	4	1	4	1	5		
78	0	16	4	4	3	3	4	5	1	4	5	4	3	3	4	4	3	5	4	5	3	3	5	5	3	4	5	5		
79	0	17	4	4	3	2	3	4	5	4	5	5	4	4	4	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	4	5	
80	0	17	4	4	4	4	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	4	5	4	5	4	3	5	5	5	5	5	5	5	
81	0	18	4	1	1	1	1	4	4	4	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	5	5	5	5	5	5	
82	0	16	4	4	4	4	3	4	5	5	5	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	5	
83	0	16	4	1	3	4	4	4	1	2	4	3	3	2	3	2	3	4	3	4	3	2	3	1	3	3	3	4	5	
84	0	17	4	5	5	4	5	5	5	5	5	2	4	3	4	2	3	1	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3	5	
85	0	18	4	3	4	4	5	4	2	2	4	4	3	4	3	4	2	4	4	4	2	4	3	4	3	4	4	4	5	
86	1	17	4	4	5	4	4	5	4	4	4	5	4	5	5	4	3	5	4	5	3	5	5	4	3	4	4	5		
87	1	16	4	2	4	2	5	4	4	5	5	1	5	5	1	3	2	5	3	4	2	5	5	4	3	5	2	5		
88	1	16	4	1	1	4	1	2	2	4	4	2	2	1	4	4	4	2	4	2	4	2	4	4	4	4	4	4	4	
89	1	16	4	5	5	3	3	5	3	5	5	1	5	1	3	5	1	5	1	5	3	3	3	5	1	5	3	5		
90	1	17	4	1	1	1	2	3	1	1	3	1	3	3	1	3	1	3	1	3	1	3	1	3	3	3	1	3	5	
91	1	16	4	1	1	1	1	4	1	1	4	1	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	4	3	4	
92	1	17	4	4	3	4	3	3	5	2	3	1	3	4	5	4	4	4	3	3	5	2	4	5	3	2	3	4	5	
93	1	17	4	5	5	5	5	5	3	3	5	5	3	5	5	3	5	3	5	3	5	5	5	5	5	5	5	5	5	
94	1	16	4	4	3	5	2	5	4	2	1	1	3	4	2	2	3	4	2	5	3	3	5	2	5	3	4	3	5	
95	1	16	4	3	4	5	3	4	3	1	3	1	4	4	5	3	2	4	4	5	5	4	5	3	2	4	3	4	5	
96	1	19	4	5	4	3	3	4	4	1	1	3	5	4	5	4	3	5	1	3	1	4	3	5	1	4	1	5		
97	1	16	4	4	5	4	4	5	3	4	5	3	4	5	3	4	5	4	5	4	5	5	4	3	5	3	5	3	5	
98	0	17	5	5	5	4	5	5	5	4	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	4	5	5	
99	0	17	5	5	5	4	4	4	5	5	5	5	3	5	4	5	4	5	4	5	3	5	3	4	5	5	3	5	4	5
100	0	17	5	4	5	3	4	4	5	3	5	5	3	4	4	5	3	4	5	4	3	4	4	4	4	3	5	4	5	
101	0	18	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	3	5	5	3	5	5	3	5	5	5	5	5	3	5	3	5	5	
102	0	19	5	5	5	5	4	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	
103	0	18	5	3	3	5	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	3	5	1	5	1	5	5	5	5	5	4	5	5	
104	0	18	5	5	3	3	4	2	4	1	3	3	1	1	1	2	1	3	1	2	4	3	4	3	3	4	1	3	5	
105	0	17	5	4	5	4	5	5	5	5	5	5	3	5	3	5	3	5	3	5	3	5	3	5	4	5	3	5	5	
106	0	17	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	5	
107	0	18	5	5	5	5	5	5	3	5	5	1	4	1	5	1	5	1	5	1	5	1	5	2	5	1	5	1	5	
108	0	19	5	1	1	1	1	3	2	2	3	1	1	1	2	3	1	4	1	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	
109	0	17	5	1	4	4	3	4	1	2	4	2	4	4	4	4	2	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	
110	1	18	5	4	4	4	4	3	3	5	5	3	5	4	5	2	5	2	5	3	4	4	4	5	4	3	3	5		
111	1	19	5	2	2	2	3	3	4	3	3	3	3	4	3	4	2	4	2	4	3	3	3	3	2	4	2	4	5	
112	1	17	5	5	4	4	4	3	4	5	5	4	3	4	4	4	3	4	3	5	3	5	4	4	3	4	4	4	5	
113	1	18	5	4	4	3	4	4	4	4	5	2	4	5	4	5	5	5	5	4	4	4	5	3	3	3	3	4	5	
114	1	18	5	4	5	5	5	5	5	4	5	3	4	5	5	3	4	1	4	2	3	2	5	1	5	1	4	5		
115	1	18	5	3	4	3	3	3	4	4	4	2	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	4	3	4	3	4	5	
116	1	19	5	4	4	4	4	5	5	4	3	4	2	4	4	4	4	4	2	4	3	4	4	4	4	1	4	1	5	
117	1	18	5	5	5	4	5	5	5	4	5	3	5	4	3	5	4													

Anexo 6: Manual de procedimiento para completar 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

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

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

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

4° El resto de variables, para poder trabajar con ellas, están codificadas de la siguiente manera (introduciremos en el archivo Excel el 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 Excel.
- Deben quedar completos todos los ítems por cuestionario. Si a algún cuestionario le falta algún ítem o está confuso porque el/la estudiante borró, tachó, marcó doble, etc. y no se puede comprender claramente la opción elegida; se deberá descartar ese cuestionario.
- 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.

5. Bibliografía

- Almagro Torres, B. (2012). *Factores motivacionales relacionados con la adherencia a la práctica deportiva competitiva en adolescentes*. Tesis Doctoral, Universidad de Huelva. España.
- Almagro, B. y Conde, C. (2012). Factores motivacionales como predictores de la intención de ser físicamente activos en jóvenes jugadores de baloncesto. *Cuaderno de psicología del deporte*, 12, 1-4. Universidad de Murcia. España. Recuperado de (<http://revistas.um.es/cpd>).
- Balaguer, I., Castillo, I. y Duda, J. (2007). Propiedades psicométricas de la escala de Motivación Deportiva en deportistas Españoles. *Revista Mexicana de psicología*, 24, 197-207.
- Camacho, C., Arias, D., Castiblanco, A. y Riveros, M. (2011). Revisión teórica conceptual del flow: medición y áreas de aplicación. *Cuadernos Hispanoamericanos de psicología*, 11 (1), 48-63.
- Cecchini, J., González, C., López, J. y Brustad, R. (2005). Relación del clima motivacional percibido con la orientación de meta, la motivación intrínseca y las opiniones y conductas de fair play. *Revista Mexicana de psicología*, 22 (2), 469-479.
- Cervelló, E. y Santos-Rosa, F. (2000). Motivación en las clases de educación física: un estudio de las perspectivas de las metas de logro en el contexto educativo. *Revista de psicología del deporte*, 9 (1-2), 51-70. ISSN: 1132-239x. Universidad de las islas Baleares. Universidad autónoma de Barcelona.
- Coterón, J. y 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 de investigación acreditado por la Universidad de Flores. Secretaría de investigación y desarrollo. Inédito.
- Da Silva, M. y Bratch, V. (2012). Las prácticas y profesores innovadores en la educación física escolar. *Revista Kinesis*, 30, 75-78.
- Duda, J. (1995). *Motivación en los escenarios deportivos: Un planteamiento de perspectiva de meta*.
- Fraile Aranda, A. (1999). La didáctica de la educación física desde una visión crítica. *Revista electrónica interuniversitaria de formación del profesorado*, 2 (1), recuperados de (<http://www.uva.es/aufop/publica/revelfop/99-v2n1.htm>).
- García Calvo, T. (2004). *La motivación y su importancia en el entrenamiento con jóvenes deportistas. Memoria docencia e investigación*. Trabajo de investigación. Facultad de Ciencias del deporte, Universidad de Extremadura, Cáceres, España.
- García Calvo, T. (2006). *Motivación y comportamiento adaptativos en jóvenes deportistas*. Tesis doctoral. Universidad de Extremadura, Cáceres, España.
- Gómez, V. (2014). Apuntes de uso interno de la Cátedra Metodología de la Investigación de la carrera Licenciatura en actividad física y deporte, Universidad de Flores. Módulos 1 y 2. Inéditos.
- Hernández Sampieri, Fernández Collado y Batista Lucio (2006). *Metodología de la investigación*. Mac Graw-Hill interamericana de México.
- Kirk D. (2007). Monografía Con la escuela en el cuerpo, cuerpos escolarizados: La construcción de identidades inter/nacionales en la sociedad post-disciplinaria. *Ágora para la Educación Física y el Deporte* N°4-5. Pp.39-56.
- Kirk D. (2010). Los Futuros de la Educación Física: La importancia de la cultura física y de la idea de la idea de educación física. *In & EF Innovación en Educación Física*, 1-13. Recuperado de http://www.innovaef.cat/es_ Número 1. Semestre 2.
- Méndez Giménez, A., Fernández Rio, J., Cecchini Estrada, J. y González González, C. (2013). Perfiles motivacionales y sus consecuencias en

- educación física. Un estudio complementario de metas de logro 2x2 y autodeterminación. *Revista de Psicología del Deporte*, 22 (1), 29-38.
- Moreno Murcia, J. y Martínez Camacho, A. (2006). Importancia de la teoría de la autodeterminación en las prácticas físico deportiva. Fundamentos e implicaciones prácticas. *Cuaderno de psicología del deporte* 6, 39-54.
- Moreno Murcia, J., Cervelló Gimeno, E. y González Cutre Coll, D. (2006). Motivación autodeterminada y flujo disposicional en el deporte. *Anales de psicología*, 22 (2), 310-317.
- Moreno Murcia, J., Marzo, J. y Martínez Galindo, C. (2011). Validación de la escala de satisfacción de las necesidades psicológicas básicas y del cuestionario de la regulación conductual en el deporte al contexto español. *Revista internacional de ciencias del deporte*, 7 (26), 355-369.
- Moreno Murcia, J., Joseph, P., y Huéscar, E., (2014). *Como aumentar la motivación intrínseca en las clases de educación física*. Universidad de Huerva.
- Moreno, J., Moreno, R. y Cervelló, E. (2007). *El auto concepto físico como predictor de la intención de ser físicamente activo*. Tesis de maestría. México, Universidad veracruzana.
- Padua, J. (1994). *Técnicas de Investigación aplicadas a las ciencias sociales*. Fondo de cultura económica. México.
- Pedraz, M. (2013). Crítica de la educación física y Educación Física Crítica. Estado (critico) de la cuestión. *Revista movimiento, Porto Alegre*, 19 (1), 309-329.
- Peiró Velert, C. y Sanchis Gimeno, J. (2004). Las propiedades Psicométricas de la versión inicial del cuestionario de orientación a la tarea y al ego (TEOSQ). Adaptado a la educación física en su traducción al castellano. *Revista de psicología del deporte*, 13 (1), 25-39.
- Samaja, J. (1994). *Epistemología y Metodología. Elementos para una teoría de investigación científica*. Argentina: Buenos Aires: EUDEBA.

Sicilia Camacho, A. y Fernández Balboa, J. (2005). *La otra cara de la educación física desde una perspectiva crítica*. INDE publicaciones. Barcelona, España.