

---

FACULTAD DE ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE

Carrera: Licenciatura en Actividad Física y Deporte

Materia: Trabajo de Investigación

Año: 2017

Título:

Relación entre la Motivación Intrínseca y la Intención de ser físicamente activos en el futuro, de los/as alumnos/as de escuelas medias de Argentina

Estudiante: Hardy, Florencia Marlene

Legajo: 16839

Correo electrónico: f.94@live.com.ar

Tutora: Mag. Valeria Gómez

**Agradecimientos:**

A mi mamá Mirta y a mi papá Fernando, a mis hermanas Agustina y Valeria y a mi sobrino Tiziano, que son los que más fuerzas me dan para seguir adelante y cumplir mis objetivos. A mis amigos y amigas que estuvieron y que están siempre apoyándome en cada paso que doy. A la Universidad de Flores que se convirtió en mi segunda casa. Muchas gracias por acompañarme.

## Índice

Resumen.....	5
<b>1. Primera Parte: Delimitación teórica del objeto de estudio.....</b>	<b>6</b>
1.1. Área temática, rama y especialidad.....	6
1.2. Tema y subtema.....	6
1.3. Introducción.....	6
1.4. Problema.....	7
1.5. Marco teórico.....	8
1.5.1. Introducción.....	8
1.5.2. Capítulo 1: Orientación motivacional.....	10
1.5.2.1. Orientación motivacional al ego.....	11
1.5.2.2. Orientación motivacional a la tarea.....	12
1.5.2.3. Clima motivacional.....	15
1.5.3. Capítulo 2: Motivación Intrínseca.....	16
1.5.4. Capítulo 3: Experimentación de Flow.....	20
1.5.5. Capítulo 4: Intención de ser físicamente activo.....	24
1.6. Relevancia cognitiva.....	27
1.7. Hipótesis.....	29
1.8. Objetivos.....	29
1.8.1. Objetivo General.....	29
1.8.2. Objetivos Específicos.....	30
<b>2. Segunda Parte: Material y Método.....</b>	<b>31</b>
2.1. Tipo de diseño .....	31
2.2. Instrumento de producción de datos.....	32
2.3. Plan de actividades en contexto.....	34
2.4. Universo y muestra .....	35
2.5. Plan de tratamiento y análisis de los datos.....	36
2.5.1. Secuencia de actividades.....	36
2.5.1.1. Procesamiento de la información.....	36
2.5.1.2. Construcción de índices sumatorios de variables complejas.....	36
2.5.1.2.1. Motivación Intrínseca.....	37
2.5.1.2.2. Intención de ser físicamente activo.....	38
2.5.1.3. Análisis estadístico de cada variable.....	39
2.5.1.4. Ilustración de los resultados con gráficos descriptivos.....	40
2.5.1.5. Análisis de relación de variables.....	40
<b>3. Tercera Parte: Análisis y Conclusiones.....</b>	<b>41</b>

<b>3.1. Exposición de resultados .....</b>	<b>41</b>
<b>3.1.1. Variable motivación intrínseca.....</b>	<b>41</b>
<b>3.1.2. Variable intención futura de ser físicamente activo.....</b>	<b>49</b>
<b>3.2. Análisis e interpretación de los datos.....</b>	<b>53</b>
<b>3.2.1. Relación entre la motivación intrínseca y la intención de ser físicamente activo de los/as estudiantes de Educación Física de Nivel Secundario del sistema educativo formal argentino.....</b>	<b>54</b>
<b>3.2.2. Relación de motivación intrínseca de mujeres y varones con las dimensiones de intención de ser físicamente activo que se vinculan con la realización de deportes.....</b>	<b>55</b>
<b>3.2.3. Relación de motivación intrínseca de mujeres y varones con las dimensiones de intención de ser físicamente activo/a que se vinculan con la actividad física para la salud.....</b>	<b>57</b>
<b>3.2.4. Descripción del comportamiento de los niveles de motivación intrínseca en mujeres y en varones a medida que se avanza de año de cursada en el colegio secundario.....</b>	<b>58</b>
<b>3.2.5. Descripción del comportamiento de los niveles de intención de ser físicamente activo en mujeres y en varones en el último año de cursada en el colegio secundario.....</b>	<b>60</b>
<b>3.3. Conclusiones y sugerencias.....</b>	<b>61</b>
<b>3.4. Discusión: Reflexiones sobre el proceso de investigación realizado.....</b>	<b>66</b>
<b>4. Anexos.....</b>	<b>68</b>
<b>Anexo 1: Carta de presentación.....</b>	<b>68</b>
<b>Anexo 2: Cuestionario utilizado.....</b>	<b>69</b>
<b>Anexo 3: Procedimiento de administración de cuestionarios en la muestra total...69</b>	
<b>Anexo 4: Procedimiento de realización de pilotaje.....71</b>	
<b>Anexo 5: Procedimiento para completar la planilla Excel.....74</b>	
<b>Anexo 6: Tabla de datos.....74</b>	
<b>5. Bibliografía.....</b>	<b>75</b>

## **Resumen**

Este trabajo de investigación establece relaciones entre las variables motivación intrínseca e intención futura para realizar actividad física-deportiva en estudiantes de la escuela secundaria de Argentina.

El tipo de diseño fue descriptivo-correlacional, ya que se centró en medir cada una de las variables y luego se midió la relación entre ellas. Para la recolección de los datos se utilizó un cuestionario (Q1-A Motivación en Educación Física).

La muestra se encuadra dentro de las muestras finalísticas, con participación de manera voluntaria de 6845 alumnos/as, de diferentes localidades de la Argentina, de los cuales 3203 fueron varones y 3282 mujeres, y los cursos fueron desde 1ero a 6to año.

Concluimos que existe una relación positiva entre los niveles alto y muy alto de la motivación intrínseca de los estudiantes de escuelas secundarias con la intención de ser físicamente activos en el futuro.

**Palabras claves:** Educación Física – Estudiantes de Nivel Secundario - Motivación Intrínseca – Intención de ser físicamente activos en el futuro.

## **1. Primera parte: Delimitación teórica del objeto de estudio**

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

Área temática: Educación Física / Psicología

Rama: Educación Física de Nivel Medio / Psicología cognitiva-educacional

### **1.2. Tema y subtema**

Tema: La motivación en las clases de Educación Física

### **1.3. Introducción**

Concluyendo con la carrera de la Licenciatura en Actividad Física y Deporte en la Universidad de Flores, consideramos necesario cerrar el ciclo de formación, realizando un trabajo de investigación final, con un tema de gran controversia, que cobró una importante relevancia y preocupación dentro del área de la Educación Física de la actualidad, a nivel internacional. Este proceso de investigación es llevado a cabo con un equipo de investigadores de la Facultad de Actividad Física y Deporte, el cual desarrolló un proyecto aprobado por la Secretaría Científica de la Universidad de Flores, en el marco de un convenio con la Universidad Politécnica de Madrid.

En las escuelas del Nivel Medio, se percibe una desmotivación notoria en los/as adolescentes, ya que a través de sus críticas negativas sobre las clases de Educación Física y también a sus constantes inasistencias, revelan una desconexión y una falta de compromiso total sobre este espacio educativo.

Creemos necesario el poder adecuar el sentido de la Educación Física, a las necesidades de los/as alumnos/as y a su contexto específico, ya que los/as mismos/as se encuentran en una etapa en la cual están formando su identidad, y con las clases tradicionales, comúnmente vistas, basadas en el control, el orden y el disciplinamiento corporal, donde sólo se reproducen modelos y en el que constantemente aparecen amenazas, sanciones y castigos ejemplarizantes por parte de los/as docentes hacia los/as alumnos/as, es imposible pensar que los/as estudiantes podrían formarse como personas activas, autónomas, creativas y generadoras de sus propios aprendizajes. Con una pedagogía tradicional, donde se mantienen teorías conductistas y reproductivas de la cultura dominante, no se concibe la posibilidad de que los/as alumnos/as sean los propios creadores de juegos, ni que el mismo sea dado de forma voluntaria, ya que

desde esta perspectiva se intenta encasillar, estereotipar y especializar la motricidad de los seres humanos, imponiendo actividades que no surgen del deseo de los/as alumnos/as, y que a su vez intentan mantener “controlado” al grupo, imposibilitando su capacidad de reflexionar y de pensar, produciendo así personas pasivas.

En base a esto, creemos que la desmotivación hacia las prácticas de Educación Física de los/as estudiantes, no es una debilidad suya, sino que la misma es una clara responsabilidad inconclusa del sistema educativo y de los/as profesores/as.

Teniendo en cuenta lo explícito anteriormente, nuestro propósito es promover una reflexión crítica de los/as docentes de Educación Física y Licenciados/as en Actividad Física y Deporte, sobre cómo el posicionamiento filosófico - pedagógico, puede llegar a afectar en la motivación de los/as estudiantes sobre las clases de Educación Física, y por consiguiente, sobre su práctica futura de actividad física para garantizarse una vida saludable.

También, a través del trabajo de investigación, pretendemos brindar elementos de juicio, para que la institución del Nivel Secundario, gestione cambios en las planificaciones, procurando que las mismas sean elaboradas a partir de las necesidades de los/as estudiantes, respetando las individualidades y promoviendo la creatividad, la emancipación y la inclusión.

Por último también, procuraremos ofrecer un aporte que produzca una mirada reflexiva en las instituciones de formación docente de Educación Física, ya que creemos que los profesorado, son uno de los agentes más importantes para hacer reflexionar, criticar, pensar y cuestionar a los/as futuros/as profesores/as, sobre las clases de Educación Física, en su mayoría tradicionales, presentes en la actualidad, y sobre las clases de Educación Física que llevarán a cabo en un futuro.

#### **1.4. Problema**

¿Cuál es la relación entre el nivel de motivación intrínseca, el nivel de orientación motivacional al ego, el nivel de orientación motivacional a la tarea y el nivel de flow con la intención de ser físicamente activo en estudiantes de educación física de Nivel Medio del sistema educativo formal argentino?

Con el problema planteado en el anterior párrafo, se trabajó en la investigación a nivel macro, pero en este trabajo de investigación particular, se trabajó en base a un problema conexo más específico:

¿Cuál es la relación entre el nivel de motivación intrínseca y el nivel de intención de ser físicamente activo, en estudiantes de Educación Física de Nivel Medio del sistema educativo formal argentino de los años 2014, 2015 y 2016, de localidades de Buenos Aires, Santa Fe, Entre Ríos, Misiones, Corrientes, Formosa, Córdoba, Chaco, Santa Cruz, Chubut, La Pampa, San Luis y Tierra del Fuego?

## **1.5. Marco Teórico**

### **1.5.1. Introducción**

Para abordar el marco teórico, comenzaremos por presentar la trama teórico -conceptual que se encontrará desarrollada a continuación. Dado que el tema central que nos ocupa es el de los aspectos disposicionales de la persona, respecto a la motivación en las clases de Educación Física en el Nivel Secundario y la intención de ser físicamente activos/as; el marco teórico del trabajo de investigación se conformó en cuatro capítulos en los que se desplegaron los siguientes tópicos conceptuales.

En el primer capítulo, titulado como orientación motivacional, se desarrolló la perspectiva de las metas de logro, la cual expone la existencia de dos diferentes tipos de concepciones acerca de lo que significa ser hábil dentro de los contextos de logro. Estas concepciones son: orientación a la tarea y orientación al ego. En el capítulo se desplegaron ambas concepciones, tomando los escritos de diversos autores, los cuales, de modo general, han definido a la motivación orientada al ego como la comparación de la competencia personal, con el resto de las personas con las que se está llevando a cabo una tarea o actividad determinada, sintiéndose exitoso cuando se demuestra superioridad en una habilidad sobre los demás; y a la motivación orientada a la tarea como la búsqueda de la mejora de la ejecución de las tareas que se llevan a cabo, juzgando al éxito, en este caso particular, en función del progreso y el mejoramiento personal. Por otro lado, en el primer capítulo también se abordó en un sub apartado, al clima motivacional, ya que es un factor disposicional, que guarda relación con los

diferentes ambientes creados por los/as adultos/as en base al entorno de logro. En relación a lo anterior, existen dos formas diferentes de programar las clases de Educación Física: desde un clima motivacional orientado a la tarea, o desde un clima motivacional orientado al ego.

A continuación, en el segundo capítulo, denominado motivación intrínseca, encontrará desarrollada a la teoría de la autodeterminación, la cual explica en qué medida las personas se involucran o no libremente cuando llevan a cabo distintas actividades, y además, la misma es un continuo compuesto por tres distintas variables, presentadas en tres niveles de la autodeterminación: desmotivación, motivación extrínseca y motivación intrínseca. En el capítulo se intentará sustentar, la posible relación existente entre la motivación intrínseca con la orientación motivacional a la tarea, ya que cuando una persona se implica en la tarea a realizar y la experimenta como un fin en sí misma, centrándose en el aprendizaje y en la mejora personal, promueve una motivación intrínseca, la cual se caracteriza por el interés que tiene una persona por realizar una actividad, que surge del simple placer que ésta produce, sin una búsqueda de recompensas externas.

El tercer capítulo desarrollado, es el de experimentación de Flow, el mismo es caracterizado como un estado en el que las personas se encuentran completamente absortas en una actividad para su propio placer y disfrute, durante la cual el tiempo vuela y las acciones, pensamientos y movimientos se suceden unas a otras sin una pausa. Nos resulta relevante abordar a la experimentación de flow, ya que creemos que podría guardar relación con la motivación intrínseca caracterizada anteriormente, y por consiguiente, se podría relacionar también con la motivación orientada hacia la tarea.

El cuarto y último capítulo del marco teórico, se denomina “intención de ser físicamente activo”, y en el mismo, dado el problema de investigación, se intentará establecer una relación en base a los escritos e investigaciones de diferentes autores, con las variables orientación motivacional, motivación intrínseca y experimentación de flow, desarrolladas en los capítulos anteriores.

### 1.5.2. Capítulo 1: Orientación Motivacional

En el ámbito de la Educación Física hay una relevante preocupación, acerca de cómo lograr que los/as estudiantes valoren a la actividad física, a la motricidad, a la expresión corporal, al juego, y demás cuestiones, llevándolos a cabo como su estilo de vida (Peiró Velert y Sanchis Gimeno, 2004).

En las clases de Educación Física, no son comunes los factores que favorecen al desarrollo de la motivación de los/as estudiantes del Nivel Medio hacia la práctica de las mismas. Para comenzar a abordar la temática motivación, resulta de gran relevancia tener en cuenta los diferentes conceptos teóricos que aportan información en referencia a la teoría de las *metas de logro*, es decir, qué esperan obtener los/as estudiantes en base a la realización de una actividad, cuál es el valor que la persona le atribuye a la actividad, y cómo definen el éxito y el fracaso en una situación de clase determinada (Peiró Velert y Sanchis Gimeno, 2004).

Peiró Velert y Sanchis Gimeno (2004), afirman que las metas adoptadas por los/as estudiantes, serán una influencia en su manera de interpretar al contexto educativo de la Educación Física.

Ames, Nicholls y Roberts (como se citó en Cervelló y Santos Rosa, 2000) respecto al concepto de las metas de logro, postulan que en los entornos de logro, ya sea dentro de las clases de Educación Física como también en los deportes, los/as participantes se encuentran motivados por la consecución de éxito, y el mismo consiste en poder demostrar competencia o habilidad.

Nicholls (como se citó en Cervelló y Santos Rosa, 2000), manifiesta que la perspectiva de las metas de logro expone la existencia de dos diferentes tipos de concepciones acerca de lo que significa ser hábil dentro de los contextos de logro. Estas concepciones son: orientación a la tarea y orientación al ego.

Cada persona tiende a adquirir en diferentes momentos una de las dos concepciones acerca del significado *habilidad*, o también puede darse una combinación de ambas concepciones en una misma persona (Cervelló y Santos Rosa, 2000).

A continuación, en una primera instancia, desarrollaremos a través de diversos autores la variable orientación motivacional al ego.

### **1.5.2.1. Orientación Motivacional al ego**

Para comprender el significado de las dos concepciones nombradas anteriormente, orientación a la tarea y orientación al ego, comenzaremos por definir, a través de diferentes autores, lo que se entiende por orientación motivacional al ego.

Cervelló y Santos Rosa (2000), afirman que la orientación al ego consiste en comparar la competencia personal, con el resto de las personas con las que se está llevando a cabo una tarea o actividad determinada, sintiéndose exitoso cuando se demuestra superioridad en una habilidad sobre los demás. “El éxito o el fracaso dependen de la valoración subjetiva que resulte de comparar la habilidad propia con la de otros relevantes” (García Calvo, 2004, p. 6). En base a esto último, se podría decir que como su criterio de éxito depende de la acción de los demás, no será suficiente la mejora o el progreso en una tarea determinada, para producir sentimientos de competencia personal (Peiró Velert y Sanchis Gimeno, 2004).

Cervelló y Santos Rosa (2000), Cervelló, Escartí y Balagué (1999), afirman la existencia de dos diferentes tipos de concepciones de capacidad: la implicación a la tarea y la implicación al Ego; con la implicación al ego, la persona juzga su capacidad para realizar una tarea comparándose con los demás participantes.

Más específicamente, se puede decir entonces, que la orientación de meta al ego implica definir el éxito como el significado de hacer las cosas mejor que el resto de los/as compañeros/as, ubicando a los/as mismos/as como punto de referencia, demostrando o ganando, puntuando más que el resto de los/as compañeros/as en las distintas actividades llevadas a cabo, o también realizando una ejecución considera buena (Peiró Velert y Sanchis Gimeno, 2004).

La orientación motivacional al ego se relaciona con la creencia de que el éxito en la clase de Educación Física se alcanza cuando se tiene una mayor capacidad que los demás y también a través del uso de técnicas engañosas, para conseguir un mayor estatus social respecto a los demás compañeros y para obtener mayores resultados de habilidad que el resto (Cervelló, Escartí y Balagué, 1999). Peiró Velert y Sanchis Gimeno (2004), manifiestan que los/as estudiantes orientados al ego están extrínsecamente motivados (en subsiguientes apartados se explicará el tema), ya que el aprendizaje es concebido por ellos/as como un medio a través del cual se logra obtener un reconocimiento público de su superioridad.

Cecchini, González, López Prado y Brustad (2005), sostienen que los/as estudiantes en las clases de Educación Física orientados al ego, pueden llegar a incumplir normas, ya que dependen de la superación del resto de sus compañeros. Los/as alumnos/as orientados al ego, tienden a considerar que las clases de Educación Física son un medio para conseguir cosas tales como la aprobación social o un estatus dentro del grupo (Cervelló, Escartí y Balagué, 1999).

Los/as estudiantes que presenten una orientación al ego dentro de las clases de Educación Física corren el riesgo de mostrar conductas de inadaptación, como por ejemplo, una mayor resistencia a esforzarse ante actividades que requieren un alto nivel de exigencia y/o también, una tendencia a evitar actividades que consideran como un reto (Peiró Velert y Sanchis Gimeno, 2004).

En este sentido, podría afirmarse que aquellas personas orientadas al ego, dentro de las clases de Educación Física, cuya existencia de patrones son desadaptativos (Duda, 1995), son los/as más vulnerables, ya que presagian emociones negativas, tales como el fracaso y la vergüenza (Peiró Velert y Sanchis Gimeno, 2004).

Papaioannou y Kouli (como se citó en Peiró Velert y Sanchis Gimeno, 2004) afirman que los alumnos/as que tienen emociones negativas tales como el fracaso o la vergüenza, debido a que su percepción de capacidad es baja frente a propuestas consideradas como un reto, o que requieren de un mayor nivel de exigencia, tratarán de evitar este tipo de actividades constantemente, o su esfuerzo será mínimo, o bien dejarán de asistir a las clases de Educación Física.

#### **1.5.2.2. Orientación Motivacional a la tarea**

Retomando lo expuesto por Nicholls (como se citó en Cervelló y Santos Rosa, 2000), la perspectiva de las metas de logro expone la existencia de dos diferentes concepciones, acerca de lo que significa ser hábil dentro de los contextos de logro: la orientación al ego y la orientación a la tarea.

Teniendo en cuenta lo desarrollado en el apartado anterior sobre orientación motivacional al ego, estableceremos ahora los conceptos manifestados por diferentes autores, acerca de la orientación motivacional a la tarea.

Cervelló y Santos Rosa (2000) sobre la orientación hacia la tarea afirman que la misma se basa en la búsqueda de la mejora de la ejecución de las tareas que se llevan a cabo, juzgando al éxito, en este caso particular, en función del progreso y el mejoramiento personal. Cervelló, Escartí y Balagué (1999), manifiestan que en la implicación a la tarea, las personas juzgan su nivel de habilidad, teniendo en cuenta el propio dominio que se tiene sobre la tarea o actividad que se está realizando.

Si una persona está implicada a la tarea, se pueden predecir patrones relacionados con el logro, como la elección de pruebas de desafío moderado, mayor esfuerzo, interés intrínseco por la actividad (es decir, un interés por realizar una actividad que surge del simple placer que ésta produce, sin una búsqueda de recompensas externas), mayor persistencia y una ejecución propia que siempre trata de mejorarse (Duda, 1995).

En base a esto último, se puede pensar que un estudiante de Educación Física con una orientación a la tarea tiene patrones adaptativos, ya que cree que el éxito se consigue a través del esfuerzo, la formación, el progreso y el desarrollo personal (Cervelló, Escartí y Balagué. 1999). Los alumnos/as de Educación Física con una orientación hacia la tarea no creen que el éxito se consiga a través del uso engañoso de las normas, o de tener una mayor capacidad que el resto de los/as compañeros/as, sino que por el contrario, creen que el éxito se consigue a través del esfuerzo, donde la satisfacción se da con los resultados que informan acerca del progreso personal, teniendo de esta manera una mayor diversión sobre la práctica que se está llevando a cabo (Cervelló, Escartí y Balagué, 1999). Entonces, un/una estudiante de la clase de Educación Física orientado/a a la tarea, probablemente quiera jugar respetando las reglas, experimentando de esta forma una competición justa, ya que en este caso, se juzga el propio nivel de competencia (Cecchini, González, López Prado y Brustad, 2005).

En base a los conceptos expuestos anteriormente, tanto de la orientación hacia el ego como hacia la tarea, se podría afirmar que la orientación a la tarea es la manera más adecuada de llevar a cabo las diversas propuestas que se ofrezcan en la clase de Educación Física, ya que con la orientación al ego, hay patrones desadaptativos y constantes dudas sobre la propia competencia (Duda.1995).

Cervelló, Escartí y Balagué (1999), manifiestan que los/as alumnos/as que perciben en sus clases un clima motivacional (desarrollado en el siguiente apartado) orientado a la tarea, tienden a considerar a la Educación Física como una actividad con un fin en sí misma, suelen divertirse más en las clases y además optan por la realización de tareas desafiantes, logrando de esta manera aprendizajes significativos.

Las tareas que se proponen en las clases de Educación Física deberían resultar significativas para los/as estudiantes, y además tendrían que favorecer un clima motivacional sobre las tareas que se estén realizando. También se deberían promover en cada clase para que los alumnos y las alumnas puedan participar regular y frecuentemente de las mismas, ya que de lo contrario la Educación Física quedaría reducida a meras tareas académicas, llevadas a cabo sin una transferencia a la vida real (Peiró Velert y Sanchis Gimeno. 2004).

Méndez Giménez, Fernández Río, Cecchini Estrada y González González de Mesa (2013), exponen que la Educación Física escolar debería ser un medio importante en el cual se generen en los/as estudiantes actitudes favorables para la práctica de actividad física por fuera del ámbito educativo, alcanzando de esta manera estilos de vida activos y saludables, y además, afirman que este espacio escolar educativo, debería brindar diferentes formas de deportes y actividades físicas, donde se anime a los/as alumnos/as a participar de las mismas. Teniendo en cuenta lo anteriormente expuesto por Méndez Giménez, Fernández Río, Cecchini Estrada y González González de Mesa (2013), resulta pertinente y fundamental citar a otros autores, para aclarar el sentido que debería tener la Educación Física, como así también las propuestas que debería brindar. Pedrás (2007) expone que la experiencia corporal en las clases de Educación Física, se encuentra siempre en consonancia con los postulados éticos, morales e ideológicos de la clase dominante (burguesía próspera, culta, deportiva y saludable). Kirk (2010), en base a lo expuesto por Pedrás (2007), afirma que el papel de la Educación Física debe ser el de una transformación social y cultural, y no únicamente de transmisión y de reproducción por medio de los deportes y/o actividades físicas.

Por otro lado, Lagardera y Masciano (2014) aseguran que en las clases de Educación Física, no es solo el cuerpo lo que se está educando, sino que es la persona en su totalidad el objeto central de la educación, y a su vez, es importante también comprender y atender la singularidad que cada ser humano manifiesta de manera específica y original.

Teniendo en cuenta lo manifestado previamente, se podría decir que no sólo se debe tener en cuenta la transmisión de técnicas para la realización de deportes, o la repetición de ejercicios para mejorar el aspecto físico a través de distintas actividades físicas, ya que si bien no está mal tener en cuenta estas cuestiones en las clases de Educación Física, también se debe considerar que no es lo único que se debe tener en cuenta, ya que no es solo el cuerpo lo que se está educando, sino que lo que se está educando es a la persona

en su totalidad. Entonces, no sólo debe atenderse a cuestiones físicas para el armado y desarrollo de las clases, sino que también deben tenerse en cuenta aspectos psicológicos, sociales, culturales, éticos, y demás, contemplando de esta manera a los/as estudiantes de Educación Física desde una visión holística.

### **1.5.2.3. Clima motivacional**

La probabilidad de estar orientado hacia una u otra concepción de capacidad, depende tanto de factores personales como situacionales (Cervelló, Escartí y Balagué, 1999). Estos factores situacionales se constituyen en base al *clima motivacional* (Ames, como se citó en Flores, Salguero y Márquez, 2008).

El clima motivacional guarda relación con los diferentes ambientes creados por los/as adultos/as en base al entorno de logro. Puede entenderse como “el conjunto de señales sociales y contextuales a través de las cuales están relacionados los agentes sociales, que son quienes definen las claves de éxito o fracaso” (Cervelló, Jiménez, Del Villar, Ramos y Santos Rosa, como se citó en Flores, Salguero y Márquez, 2008, p. 206).

En base a la teoría de las metas de logro, existen dos formas diferentes de programar las clases de Educación Física: desde un clima motivacional orientado a la tarea, o desde un clima motivacional orientado al ego. En una clase con un clima orientado a la tarea, las propuestas de el/la profesor/a, están enfocadas en que sus estudiantes generen aprendizajes más significativos, obteniendo de forma justa, las mismas oportunidades; y por el contrario, en una clase con un clima orientado al ego, los/as profesores/as se muestran más preocupados en el excesivo control sobre el grupo y sobre la dinámica de la clase, y además suelen dar recompensas a los/as estudiantes dotados frente a los menos hábiles (Cervelló y Santos Rosa, como se citó en Flores, Salguero y Márquez, 2008). “El clima orientado al ego se origina cuando ganar es el criterio de éxito percibido, y el clima orientado a la tarea cuando el criterio de éxito empleado es mejorar, progresar” (García Calvo, 2004, p. 10). Dependiendo del clima motivacional percibido en las clases de Educación Física y a su vez también de las propias metas de logro, se adoptarán conductas que podrán ser adaptativas o desadaptativas (García Calvo, 2004).

Teniendo en cuenta lo anteriormente desarrollado acerca de la programación de las clases, podríamos decir que el papel que juega el/la profesor/a de Educación Física cobra una gran relevancia sobre la motivación de los/as estudiantes, ya que sus expectativas sobre el comportamiento de los/as alumnos/as puede tener una gran influencia en los procesos de enseñanza y de aprendizaje dados en las diferentes propuestas llevadas a cabo en cada clase (Flores, Salguero y Márquez, 2008).

Concluyendo con este capítulo, daremos paso al siguiente apartado de motivación intrínseca, teniendo en cuenta que la misma guarda una relación directa con la orientación motivacional hacia la tarea, ya que cuando una persona se implica en la tarea a realizar y la experimenta como un fin en sí misma, centrándose en el aprendizaje y en la mejora personal, promueve una motivación intrínseca.

### **1.5.3. Capítulo 2: Motivación Intrínseca**

Para comenzar con el desarrollo de la motivación intrínseca, creemos necesario comenzar a explicar brevemente la teoría de la autodeterminación (Deci y Ryan, como se citó en Calvo, 2004) de la cual parte este concepto teórico.

Según Deci y Ryan (como se citó en Calvo, 2004), la autodeterminación, determina en qué medida las personas se involucran o no libremente en la realización de sus actividades, teniendo en cuenta una serie de mecanismos psicológicos reguladores de la conducta, y buscando en la medida de lo posible una mayor orientación hacia la motivación autodeterminada. Dichos autores, además, manifiestan que la autodeterminación es un continuo compuesto por tres distintas variables, presentadas en tres niveles-grados de la autodeterminación: Desmotivación, motivación extrínseca y motivación intrínseca.

Deci y Ryan (como se citó en Calvo, 2004) exponen al primer grado, el cual representaría la mayor autodeterminación, y se denomina motivación intrínseca.

Se dice que los individuos están motivados intrínsecamente cuando se implican a una actividad en ausencia de premios que provengan del exterior, y además la motivación intrínseca, está directamente relacionada con la diversión y el compromiso sobre las

diferentes propuestas que se ofrezcan en las clases de Educación Física (Cecchini, González, López Prado y Brustad, 2005).

Deci y Ryan (como se citó en Calvo, 2004) exponen que la motivación intrínseca, está formada por tres dimensiones: la motivación por aprender habilidades nuevas, la motivación por practicar habilidades ya aprendidas y la motivación por experimentar sensaciones estimulantes y placenteras. Promover en las clases de Educación Física experiencias de sensaciones placenteras y experiencias en donde se practiquen habilidades nuevas o ya aprendidas, aumentaría las posibilidades de perfiles motivados intrínsecamente.

Moreno (2006), expone que la motivación intrínseca se encuentra relacionada con la necesidad de explorar el entorno y con la curiosidad y el placer que se experimenta al realizar una actividad, sin recibir recompensas externas. Dicho autor afirma que el desarrollo de la actividad en sí, es lo que constituye una gratificación, promoviendo de este modo sensaciones de recompensa y de gratificación. Un aspecto importante acerca de la conducta intrínsecamente motivada, es que el interés que surge por la actividad, como así también las sensaciones de competencia y autorrealización, subsisten aún después de haberse alcanzado la meta (Moreno, 2006).

El segundo nivel de la autodeterminación, está formado por la motivación extrínseca, y el mismo representa un menor grado de la autodeterminación, y se encuentra presente en las personas cuando las tareas o actividades que se llevan a cabo no tienen un fin en sí mismas (Deci y Ryan, 1985, como se citó en Calvo, 2004).

Deci y Ryan (como se citó en Calvo, 2004) afirman que la motivación extrínseca se conforma por cuatro distintas dimensiones que se organizan de mayor a menor autodeterminación:

- La regulación integrada: representa las diferentes actividades que se llevan a cabo por diversos motivos. Estos motivos son extrínsecos a la actividad e intrínsecos al participante, ya que se da una mejora en la autodeterminación del sujeto que participa en la actividad, y a su vez, estos motivos tienen la capacidad de cubrir las necesidades de autonomía, competencia y relación.
- La regulación identificada: posee las mismas características que la anterior dimensión, pero en este caso, no se realizan actividades por diferentes motivos, sino que por el contrario, se realizan por un solo motivo. Esta dimensión contribuye también a una alta autodeterminación.

- La regulación “introjected” (introyectada): en esta dimensión, los motivos por los cuales se participa de diversas actividades, se dan principalmente a partir de las presiones internas o sentimientos de culpa y el reconocimiento social.
- La regulación extrínseca: los principales motivos para llevar a cabo una práctica, se vinculan con la utilización de recompensas o de castigos externos. Camacho et. al. (2011) afirma que los factores externos, en la motivación extrínseca, influyen en la búsqueda de mejorar las habilidades y los retos a conseguir, experimentar emociones agradables y premios afectivos. Moreno (2006), expone que la regulación extrínseca, es la forma menos autodeterminada de motivación extrínseca, y por consiguiente, es la de mayor contraste con la motivación intrínseca; siguiendo esta línea, podríamos inferir que además, es la forma más cercana al nivel de desmotivación, ya que las conductas se realizan solo para satisfacer una demanda externa o por la experiencia de premios o recompensas, o para evitar castigos, y no por el simple placer que surge de realizar cierto tipo actividad. Moreno (2006), afirma que muchos/as estudiantes dentro de las clases de Educación Física suelen sentirse de este modo, ya que se suele presionar a los/as mismos/as diciéndoles lo que deben hacer o lo que no deben hacer. Por ejemplo: “mis amigos me presionan para que haga ejercicio”, “mi docente me dijo que debía mejorar este mes mi rendimiento físico para poder jugar mejor a los deportes o a las actividades propuestas en las clases”, etc.

El tercer nivel de la autodeterminación, es el de la desmotivación, y el mismo se manifiesta con la falta de motivación intrínseca y de motivación extrínseca (Deci y Ryan, como se citó en Calvo, 2004)

Cecchini, Gonzales, Carmona, Arruza, Escartí y Balagué y Duda, Chi, Newton, Walling y Catley (como se citó en Cechinni, González Prado y Brustad, 2005) afirman que la motivación orientada a la tarea se encuentra directamente relacionada con la motivación intrínseca, mientras que la motivación orientada al ego, se ha asociado inversamente con el interés intrínseco, ya que, el individuo que se implica en la tarea a realizar y la experimenta como un fin en sí misma, centrándose en el aprendizaje y en la mejora personal promueve una motivación intrínseca. Por otro lado, un individuo implicado en el ego, tiene como principal preocupación obtener juicios favorables respecto a su habilidad, y en este caso, los premios intrínsecos asociados con el aprendizaje y el dominio son secundarios.

Por otro lado, Deci y Ryan (como se citó en Moreno, 2006), afirman la existencia de tres necesidades psicológicas básicas, las cuales son: autonomía, competencia y relación.

La competencia, refiere a que el individuo se sienta eficaz en las interacciones continuadas con el ambiente social, y también a la experimentación de oportunidades para ejercer sus capacidades. La competencia es una necesidad psicológica básica, ya que la misma es la que lleva a las personas a buscar desafíos óptimos para sus capacidades, e intentar mantener y mejorar esas habilidades. La competencia es tener un sentido de confianza y efectividad, y no tiene que ver con una habilidad lograda.

Por otra parte, la relación, tiene que ver con los sentimientos de conexión que tienen las personas con los otros, y de ser aceptado por los otros. Este tipo de necesidad, está relacionada con las preocupaciones que tienen las personas sobre el bienestar, la seguridad y la unidad de los miembros de una comunidad, y no con el logro de resultados o con un estado formal.

La autonomía, por otro lado, refiere a la propia conducta de uno mismo. Esta necesidad, involucra interés e integración de los valores. Cuando los individuos son autónomos, son capaces de experimentar su conducta como una expresión del ego.

Dichos autores exponen que estas necesidades son un aspecto natural de los seres humanos, y que se aplican a todas las personas, sin tener en cuenta el género, grupo o cultura. Moreno (2004), manifiesta que si estas necesidades son satisfechas por las personas de manera continua, de este modo podrán funcionar eficazmente y desarrollarse de una manera saludable en sus vidas, y por el contrario, si estas necesidades básicas no son satisfechas, las personas mostrarán en este caso, enfermedades o funcionamientos no óptimos.

Dichas necesidades psicológicas básicas, se constituyen en la teoría de la Autodeterminación, como mediadores que influirán en los tres principales tipos de motivación, que a su vez también influirán a la personalidad, a los aspectos afectivos, y demás cuestiones.

Por otra parte, Deci y Ryan (como se citó en Méndez Giménez, Fernández Río y Cecchini Estrada, 2013), manifiestan que las necesidades psicológicas básicas desempeñan un papel de mediación, entre el clima motivacional (desarrollado en el primer capítulo) y la motivación de los/as estudiantes. Es decir, el clima motivacional es el que incrementará un nivel alto de motivación en los/as alumnos/as en las clases de

Educación Física, solo si se satisfacen sus necesidades psicológicas básicas (Méndez Giménez, et al., 2013).

Concluyendo con este capítulo, daremos paso al siguiente, denominado “experimentación del flow”, teniendo en cuenta que, según Camacho (2011) las personas logran estar motivadas intrínsecamente por su capacidad de autonomía, competencia y relación con el entorno; y en estas condiciones, hay una gran probabilidad de realizar acciones en las que se experimente al Flow, el cual desarrollaremos en detalle a continuación.

#### **1.5.4. Capítulo 3: Experimentación de Flow**

Recordando al objeto de estudio, en este capítulo se abordará al estado de Flow, teniendo en cuenta que este tipo de experimentación, podría guardar una relación con la motivación intrínseca y la motivación orientada hacia la tarea.

Para desarrollar el concepto de Flow, retomaremos el concepto de motivación, definido por Escartí y Cervelló (como se citó en Camacho, Arias, Castiblanco y Riveros, 2011) como “el conjunto de factores personales y sociales que favorecen el inicio de un comportamiento, la persistencia en él o la intención de abandonarlo” (p. 50).

Csikszentmihalyi (como se citó en Camacho et. al., 2011, p. 50) definió al término Flow o Fluir como “un estado en el que la persona se encuentra completamente absorta en una actividad para su propio placer y disfrute, durante la cual el tiempo vuela y las acciones, pensamientos y movimientos se suceden unas a otras sin pausa”.

El concepto de Flow está constituido por diversos aspectos, tales como la participación, la conciencia, las intenciones, la atención y la personalidad, y los mismos hacen referencia a la experiencia óptima, entendida como el autocontrol que las personas tienen sobre sus propias acciones, generando autoconfianza en las propias capacidades, acompañado de alegría y regocijo (Camacho et. al., 2011).

En base a la historia, a los indicadores y los modelos de flow, Csikszentmihalyi, Masimini y Carli (Camacho et. al., 2011), definen las principales características fenomenológicas de la situación de Flow, que tienen un efecto de correlación en el desarrollo de los niveles de profundidad de la experiencia óptima; las mismas son:

- 1- Una situación de reto o desafío
- 2- Una focalización de la atención en la acción
- 3- Unas metas claras
- 4- Un balance entre las oportunidades de acción (desafío) y la capacidad de actuar (habilidad)
- 5- Exclusión de los contenidos irrelevantes de la conciencia
- 6- Una retroalimentación sobre la acción
- 7- Unos sentimientos de control
- 8- Una despreocupación sobre uno mismo
- 9- Distorsión en el sentido del tiempo
- 10- Un sentimiento de que la actividad es intrínsecamente gratificante.

Por otro lado, García Calvo (2004), de acuerdo con los conceptos teóricos de Csikszentmihalyi, expone 9 dimensiones, para describir al estado de flow:

- 1- Equilibrio entre habilidad y reto: es decir, el desafío que nos supone llevar a cabo una tarea y la habilidad que poseemos o que percibimos para poder realizar dicha tarea.
- 2- Combinación/unión de la acción y el pensamiento: refiere a una fusión entre el cuerpo y la mente (acción a conciencia), la cual nos lleva a efectuar la actividad de una forma más fluida. De esta manera, se evita la pérdida de tiempo que se produce, cuando en primer lugar se piensa lo que se va a realizar, y cuando posteriormente lo llevamos a cabo.
- 3- Claridad de objetivos: las metas que percibimos deben ser claras, ya que si un/una estudiante tiene claro cuáles son sus metas dentro de las clases de Educación Física, como así también las fórmulas para llevarlas a cabo, su estado psicológico será más favorable que en el caso contrario.
- 4- Feedback (instancia de retroalimentación o respuesta en el proceso de comunicación) claro y sin ambigüedades: esta característica se encuentra relacionada con la característica anterior, y significa que, si tenemos claros los objetivos y de qué manera conseguirlos, es probable que también sepamos, mientras realizamos una tarea determinada, si el acto motor que estamos llevando a cabo es el correcto o no para lograr los objetivos propuestos. Si se quiere lograr un estado de óptima ejecución, el feedback kinestésico es el más importante, ya que proviene de nuestros propios movimientos.

- 5- Concentración sobre la tarea que se está realizando: para poder conseguir un estado psicológico óptimo o estado de flow en la ejecución, se precisa de una atención centrada en la tarea que se está llevando a cabo, para que de este modo no aparezcan pensamientos negativos o ajenos a la propia actividad que irrumpen con el estado de flow.
- 6- Sentimiento de control: para lograr conseguir un estado psicológico óptimo, tiene una gran relevancia el sentir que controlamos y dominamos la tarea que se está llevando a cabo. Para lograr al sentimiento de control, se debe tener un equilibrio entre la habilidad y el reto, como así también los objetivos claros y un feedback inequívoco, ya que ayudará a que nuestro control sobre la tarea mejore.
- 7- Pérdida de cohibición o de autoconciencia: es decir, la capacidad de poder mantenerse alejado de las diversas preocupaciones y/o temores sobre la propia habilidad. Para que pueda darse esta característica, es necesario que haya unión entre la acción y el pensamiento, y también concentración sobre la tarea, para que de esta forma se produzca la pérdida de cohibición, y aproximarnos de este modo a un estado de flow.
- 8- Transformación en la percepción del tiempo: no está muy claro cómo ni por qué se produce esto, aunque se baraja la posibilidad de que se deba a la gran concentración sobre la tarea que se está realizando, y a la pérdida de cohibición, lo que generan que la percepción del tiempo se vea alterada en función de los propios intereses, propiciando una mejor actitud psicológica y por consiguiente un mejor rendimiento.
- 9- Experiencia autotélica: esta característica se encuentra relacionada con la satisfacción intrínseca de la tarea. Es decir, la tarea o la experiencia es un objetivo por sí misma. Esto puede relacionarse con la teoría de la autodeterminación de Deci y Ryan (como se citó en Calvo, 2004), la cual postula que con una motivación intrínseca la tarea es más fácil de realizar, debido a que se siente una satisfacción por el simple hecho de realizarla y sin necesidad de recompensas externas.

En base a lo expuesto anteriormente, podríamos inferir que las características fenomenológicas describen paso a paso cómo una persona llega a experimentar un estado de flow; y por otro lado, las dimensiones fundamentales explican las diferentes

características que una persona tiene cuando ya se encuentra experimentando al estado de flow.

Por otro lado, otros autores como Salanova, Martínez, Cifre y Schaufeli (Camacho et. al., 2011), teniendo en cuenta a las características fenomenológicas mencionadas previamente, consideran que el proceso para que se produzca el estado de flow está conformado por tres dimensiones o estados:

- 1- Percepciones de metas y retos claros, de feedback percibiendo capacidades y habilidades ajustadas para la acción.
- 2- La experiencia, caracterizada por la fusión entre conocimientos y acción, concentración y alto sentido de control.
- 3- Los efectos que consisten en pérdida de la conciencia de sí mismo y distorsión temporal.

En base a estas 3 dimensiones expuestas previamente, Rodríguez, Aguilar y Salanova (como se citó en Camacho et. al., 2011), operacionalizan al flow en 3 diferentes factores:

- 1- Competencia percibida: entendiéndola a la misma como la percepción de contar con el conjunto de habilidades, conocimientos y competencias necesarias para desarrollar cualquier tipo de actividad.
- 2- La absorción: es decir, un estado de concentración intensa que experimenta el individuo, focalizando a esta concentración, hacia una actividad específica que se esté llevando a cabo en ese momento determinado.
- 3- Motivación intrínseca: haciendo referencia al valor y al placer que produce una actividad por sí misma.

Csikszentmihalyi (Moreno Murcia, Cervelló Gimeno y González-Cutre Coll, 2006), considera que existen diferencias individuales respecto a la capacidad de experimentar el estado de flujo, ya que hay personas más propensas, con una personalidad que, debido tanto a condiciones innatas como al aprendizaje, es considerada como “disposicionalmente” dotada para la experimentación de Flow en las diferentes actividades propuestas en las clases de Educación Física.

La mejor forma para estar intrínsecamente motivado durante las clases de Educación Física, se da alcanzando el estado de Flow; y quien consiga alcanzar este estado durante

la práctica de actividad física, posiblemente obtendrá grandes niveles de disfrute, diversión y logro (Moreno Murcia, Cervelló Gimeno y González-Cutre Coll , 2006). Con lo cual, en base a esto último, podríamos afirmar que experimentar al flow en la realización de las diferentes actividades propuestas en cada clase de Educación Física, promueve una motivación intrínseca, la cual generaría en los/as estudiantes la posibilidad de vivenciar de manera placentera las propuestas de los/as docentes, pudiendo disfrutar de este modo a este espacio educativo.

Teniendo en cuenta los diferentes conceptos expuestos sobre el estado de flow, concluimos con este capítulo, remarcando lo valioso e importante que es que este estado se encuentre presente en los/las estudiantes de las clases de Educación Física, ya que el mismo se relaciona directamente con el placer y el disfrute que se tiene sobre las actividades que se están llevando a cabo, y de esta manera, daremos paso al siguiente capítulo denominado intención de ser físicamente activo, para comenzar a percibir la posibilidad de una relación existente entre la motivación intrínseca, la experimentación de flow, y la orientación motivacional hacia la tarea con la intención de prácticas futuras por fuera del ámbito educativo.

#### **1.5.5. Capítulo 4: Intención de ser físicamente activo**

En este capítulo, se intentará establecer a través de diferentes autores, distintas relaciones entre las variables desarrolladas en los capítulos previos, con la intención de ser físicamente activos en los/as estudiantes de las clases de Educación Física.

Para comenzar el abordaje de este capítulo, creemos necesario remarcar que en los últimos años, se viene observando un preocupante descenso de la actividad física en la población juvenil, a nivel internacional, situándose ésta por debajo de los mínimos recomendados para prevenir futuras enfermedades, producto de una vida sedentaria (Troiano et. al., Verloigne et. al., como se citó en Brito Parra, 2015); con lo cual, es importante pensar que la Educación Física escolar, resulta relevante para que los/las adolescentes, comiencen a adquirir hábitos de práctica de actividad física (González-Cutre, Moreno, Zomeño, Marín, Cervelló y Ruiz; como se citó en Brito Parra, 2015).

Las variables que se han considerado importantes para la intención de práctica de actividad física son: la competencia, la satisfacción/diversión o el aburrimiento, y las mismas se encuentran íntimamente relacionadas con la motivación (Baena Extremera, Granero Gallegos, Elizondo, Arazuri, San Emeterio y Molina, 2016).

Diversos autores, tales como Black, Deci, Schwatz, Scheinman, Ryan, Lim, Wang, entre otros (como se citó en Baena Extremera y Granero Gallegos, 2015) concluyeron que para poder mejorar la motivación intrínseca del alumnado, se deben buscar climas de aprendizaje que apoyen a la autonomía, ya que de esta forma los/as estudiantes tienen mayor posibilidad de interactuar con el resto de sus compañeros/as, aumentando de este modo las relaciones sociales y mejorando la motivación intrínseca. Y además, por otro lado, se debe tener en cuenta que los climas en los que los estudiantes perciben un control de su comportamiento disminuye su sentido de voluntad, y de este modo disminuye la motivación intrínseca (Baena Extremera y Granero Gallegos, 2015). Valle, Cabanach, Rodríguez Núñez y González-Pienda (como se citó en Baena Extremera y Granero Gallegos, 2015) afirman que otro aspecto importante a considerar, además de la autonomía, es la meta social, ya que en esta etapa cobra una gran importancia la relación con el grupo, y además, comienzan a incrementarse las preocupaciones sociales. Teniendo en cuenta lo expuesto por los autores nombrados anteriormente, se podría inferir que de este modo sería posible lograr que aquellos contenidos tratados en las clases de Educación Física puedan tener continuidad por parte de los/as adolescentes por fuera de éste ámbito educativo, promoviendo de esta manera en los/as estudiantes una intención de práctica futura.

Martín-Albo, Núñez, Navarro y Grijalvo (como se citó en Baena Extremera y Granero Gallegos, 2015) manifiestan que la relación con los compañeros o los iguales en la Educación Física influye en el bienestar psicológico de los/as estudiantes, ya que de esta manera, los/as mismos/as se comprometen en las prácticas por el afecto que proporciona el grupo. Los autores mencionados anteriormente, afirman que la percepción de relación con los demás se identifica con el sentimiento de conexión con los/as otros/as y de ser aceptado/a por otros/as, de este modo, su necesidad se relaciona con el bienestar, la seguridad y la unidad entre los miembros de una misma comunidad. De este modo, Peres, Cid, Marinho, Leitao y Vlachopoulos (como se citó en Baena Extremera y Granero Gallegos, 2015), afirman que la satisfacción de las necesidades, entre las que se encuentra la relación con los demás, puede llevar a una mejora en relación al aumento de práctica de actividad física.

Moreno (como se citó en Brito Parra, 2015) manifiesta que desde la perspectiva de la teoría de las metas de logro, existen investigaciones que manifiestan una relación existente y de forma directa entre una implicación a la tarea y la intención de práctica futura, y además, Almagro y García Calvo (como se citó en Brito Parra, 2015), exponen que también existe una relación indirecta con la motivación intrínseca, como el principal mediador.

Desde la perspectiva de la teoría de la autodeterminación, la motivación intrínseca es la variable que mayor relación tiene con la intención futura a ejercitarse, y la misma actúa también como un mediador de la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas, sobre la intención de práctica futura (Almagro, como se citó en Brito Parra, 2015).

Desde el concepto de flow, existe evidencia de que el flow disposicional puede incidir en la adopción de conductas adaptativas (González-Cutre, como se citó en Brito Parra, 2015), en la predicción del compromiso con la práctica física (Kimić, como se citó en Brito Parra, 2015) y de la persistencia (Cervelló, Moreno, Alonso e Iglesias, como se citó en Brito Parra, 2015). Pero no han podido encontrarse investigaciones que relacionen directamente al flow con la intención de ser físicamente activo (Brito Parra, 2015), pero de todos modos, si la intención de ser físicamente activo/a se encuentra relacionada con la motivación, y como se describió en capítulos anteriores, el flow guarda relación con la motivación intrínseca, podríamos inferir una relación indirecta entre el flow y la intención de ser físicamente activo/a.

En un estudio realizado por Arribas Galárraga y Arruza Gabilondo (como se citó en Martínez Baena, Chillón, Matillas, López, Castillo, Zapatera, Rodríguez, Casajús, Granda, Romero Cerezo, Tercedor, Delgado Fernández, 2012), sobre el abandono de los/as adolescentes de prácticas de actividad física-deportiva, se destacaron como las principales causas, el aburrimiento y el desarme del equipo de pertenencia. En un estudio más reciente, llevado a cabo por Macarro, Romero y Torres (como se citó en Martínez Baena et. al., 2015), se evidenció que un porcentaje elevado de los/as adolescentes, indicaba haber abandonado las actividades extraescolares siendo este porcentaje mayor en las mujeres; el motivo para ese abandono, resultó ser la falta de tiempo, por la preferencia en la realización de otras actividades de tiempo libre, como la pereza o desgana.

“El cuerpo humano ha evolucionado para ser físicamente activo. En otras palabras, nuestro cuerpo necesita la actividad física para mantenerse sano” (Merino y González, 2006, p. 7). Teniendo en cuenta esto último, se podría inferir que la Educación Física

cumple un rol fundamental en la vida de los/as estudiantes siendo este un espacio, en el que los/as docentes de Educación Física deben comenzar a cuestionar sus prácticas, poniendo énfasis en la necesidad de los/as estudiantes, e intentando que los mismos comiencen a adquirir hábitos de prácticas de actividad física por fuera del ámbito escolar, ya que de este modo hay una mayor probabilidad de que puedan garantizarse una vida activa y saludable.

De este modo, concluyendo con el marco teórico y teniendo en cuenta lo desarrollado en cada capítulo del mismo, daremos paso al siguiente apartado, en el cual se desarrolló la relevancia cognitiva de este trabajo de investigación.

### **1.6. Relevancia cognitiva**

Este trabajo de investigación es importante para la comunidad científica de la Educación Física y de la psicología aplicada a la Educación Física, ya que en el mismo se pretende estudiar la relación existente entre diferentes variables, las cuales previamente fueron creadas y estudiadas por diversos autores, quienes se enfocaron en el estudio individual de cada una de ellas, o relacionándolas con otras variables diferentes a las de nuestro trabajo de investigación (los aportes de dichos autores forman parte del desarrollo de nuestro marco teórico). A continuación, expondremos algunas de las investigaciones, las cuales fueron seleccionadas de acuerdo a las variables que intervinieron en nuestro estudio:

Moreno y Martínez (2006), realizaron una investigación acerca de la importancia de la Teoría de la Autodeterminación en la práctica físico-deportiva. En nuestro trabajo de investigación, también tomamos a la motivación intrínseca (la cual parte de la teoría de la autodeterminación). Moreno y Martínez (2006), en base a su estudio, manifiestan que el estado actual de la Teoría de la Autodeterminación, y su aplicación a las actividades físicas y deportivas, son un constructo coherente, lógico y válido, que además se encuentra avalado desde un punto de vista científico.

Moreno y Martínez (2006) afirman además, que en el ámbito de la Educación Física son necesarios estudios que permitan desarrollar programas de mejora de la motivación intrínseca y de la conducta autodeterminada, para que de este modo los/as estudiantes puedan tener hábitos de práctica de actividad física una vez que finaliza la etapa escolar

obligatoria, atenuando de esta manera el fenómeno del abandono de la práctica de actividades físicas. En base a esto último, podríamos afirmar que es necesario un trabajo de investigación que implique a las diferentes variables nombradas anteriormente, pero que además, esté abocado al campo de la Educación Física. Por esto es que nuestro estudio cobra relevancia cognitiva, ya que está centrado a estudiar las variables motivación intrínseca e intención de ser físicamente activos en el futuro, en alumnos/as de secundaria que asisten a las clases de Educación Física.

En lo que refiere a la variable intención de ser físicamente activo/a, Brito Parra (2015), realizó una investigación acerca de la motivación y la intención de ser físicamente activo, en adolescentes ecuatorianos y españoles. Dentro de este estudio se utilizaron otras de las variables que nosotros seleccionamos para nuestra investigación, ya que el propósito del mismo fue analizar el papel predictivo de las orientaciones motivacionales, la motivación intrínseca, el flow disposicional y el gusto por la Educación Física sobre la intención de ser físicamente activo, en una muestra de 1571 adolescentes escolarizados, con una edad aproximada de 13 años.

El autor concluyó que los hallazgos obtenidos revelan que el flow disposicional, la motivación intrínseca y el gusto por la Educación Física, se destacan como principales predictores de la intención de ser físicamente activo.

Si bien el flow no ha sido considerado en estudios relacionados con la intención de práctica futura, de todos modos sí ha mostrado un papel relevante en las prácticas presentes. Además el autor expone que es frecuente encontrar una clara relación entre el flow y la orientación a la tarea, y más aún con la motivación intrínseca.

En nuestro estudio, tomamos a la motivación intrínseca y a la intención de ser físicamente activos en el futuro, ya que, al igual que Brito Parra (2015), y teniendo en cuenta lo desarrollado en nuestro marco teórico, creemos que hay una fuerte relación entre ambas variables, con lo cual nos resultó importante estudiar esta relación abocándonos a las clases de Educación Física que los/as estudiantes de escuelas medias encuestados cursan de forma obligatoria.

Concluyendo con este apartado, podríamos decir que nuestro trabajo de investigación tiene la intención de aportar conocimientos respecto a la relación que tiene la motivación intrínseca de los/as estudiantes de escuelas medias del sistema educativo argentino, con la intención de ser físicamente activos en el futuro, y como se mencionó con anterioridad, no existen trabajos de investigación en los cuales solamente se estudie

la posible relación entre estas variables seleccionadas para nuestro estudio, ya que hay correlaciones entre ellas junto con otras variables, y muchas de estas investigaciones, están centradas en el deporte y no en la Educación Física. Por eso la importancia de realizar este trabajo de investigación.

### **1.7. Hipótesis**

- Los niveles alto y muy alto de intención de ser físicamente activos en el futuro en los/as estudiantes de Educación Física que cursan en el Nivel Medio del sistema educativo formal argentino, se relacionan positivamente con los niveles alto y muy alto de motivación intrínseca.
- Los niveles de motivación intrínseca en mujeres y en varones son cada vez más bajos a medida que se avanza de año de cursada en el colegio secundario.
- Los niveles de intención de ser físicamente activos en mujeres son más bajos que en varones.
- Los niveles alto y muy alto de motivación intrínseca de varones se relacionan positivamente con los niveles alto y muy alto de las dimensiones de intención de ser físicamente activo que se vinculan con la realización de deportes.
- Los niveles alto y muy alto de motivación intrínseca de mujeres y varones se relacionan negativamente con los niveles alto y muy alto de las dimensiones de intención de ser físicamente activo que se vinculan con la actividad física para la salud.

### **1.8. Objetivos**

#### **1.8.1. Objetivo General**

- Establecer relación entre la motivación intrínseca y la intención de ser físicamente activo de los/as estudiantes de Educación Física de Nivel Secundario del sistema educativo formal argentino.

### **1.8.2. Objetivos Específicos**

- Describir el comportamiento de los niveles de la motivación intrínseca en mujeres y en varones a medida que se avanza de año de cursada en el colegio secundario.
- Describir el comportamiento de los niveles de la intención de ser físicamente activos en mujeres y en varones en el último año de cursada en el colegio secundario.
- Identificar la relación de motivación intrínseca de mujeres y varones, con las dimensiones de intención de ser físicamente activo que se vinculan con la realización de deportes.
- Identificar la relación de motivación intrínseca de mujeres y varones, con las dimensiones de intención de ser físicamente activo que se vinculan con la actividad física para la salud.

## **2. Segunda parte: Material y Método**

### **2.1. Tipo de diseño**

Según el problema de investigación y los objetivos planteados, se podría decir que esta investigación es descriptiva correlacional. Teniendo en cuenta la teoría de Hernández Sampieri, Fernández Collado y Batista Lucio (1991), las investigaciones descriptivas tienen un apoyo empírico moderado, es decir, estudios descriptivos que han detectado y definido ciertas variables, sobre las cuales se puede fundamentar el estudio. El propósito del diseño de investigación descriptivo es, valga la redundancia, describir situaciones u eventos, como por ejemplo, decir cómo es y cómo se manifiesta determinado fenómeno (Hernández Sampieri, Fernández Collado y Batista Lucio, 1991). Además, desde el punto de vista científico, describir es medir, y esto supone analizar el comportamiento de las variables de forma independiente, es decir, se selecciona una serie de cuestiones, y cada una de ellas es medida y descrita de manera independiente (Hernández Sampieri, Fernández Collado y Batista Lucio, 1991). En nuestro trabajo, se estudia y describe al comportamiento de distintas variables de manera independiente.

Por otro lado, Hernández Sampieri, Fernández Collado y Batista Lucio (1991), afirman que una investigación correlacional mide dos o más variables, sobre las cuales se pretende ver si están o no relacionadas en los mismos sujetos, y luego, se analiza la correlación. En nuestro trabajo de investigación, intentamos medir las relaciones existentes entre las variables de motivación intrínseca con la intención de ser físicamente activo, y luego se intentó establecer una correlación entre estas variables. También se intentó llevar a cabo una relación entre la motivación intrínseca de mujeres y varones, con las dimensiones de intención de ser físicamente activo que se vinculan con la realización de deportes y con la realización de actividad física para la salud, con lo cual se puede afirmar que este tipo de investigación es correlacional.

Según la búsqueda de conocimientos, esta investigación es aplicada (práctica). Esta investigación persigue fines directos y la aplicación es inmediata (Gómez y Perelló, 2006), ya que se busca generar conocimientos para ser aplicados luego en las prácticas profesionales. Este tipo de investigación está ligada con la finalidad de la ciencia aplicada. Su principal objetivo se basa en resolver problemas prácticos. Los resultados de la investigación podrían generar un impacto directo sobre las decisiones que podrían

llegar a tomarse respecto al plan de estudio de los Profesorados Universitarios en Educación Física y en Facultades de Actividad Física y Deporte, y también, teniendo en cuenta los propósitos de esta investigación, este trabajo podría brindar elementos de juicio a las instituciones de Nivel Secundario, para que las mismas puedan gestionar cambios en sus planificaciones.

Según el contexto del dato, se trata de una investigación de campo (en terreno), ya que según Gómez y Perelló (2006), este tipo de investigación se lleva a cabo en el marco de una situación real determinada, y los datos son obtenidos por indagación y recolección. Con lo cual, teniendo en cuenta lo expuesto anteriormente, se podría inferir que esta investigación es de campo porque se utilizaron cuestionarios para poder recolectar datos, y además fue llevado a cabo en el marco de una situación real determinada (escuelas medias de la Argentina).

Según el tiempo, se trata de una investigación sincrónica. La investigación sincrónica realiza un corte sagital al problema y lo investiga en ese preciso momento (Gómez y Perelló, 2006). En base a esto último, se puede afirmar que nuestra investigación es sincrónica, ya que se pretende conocer los motivos por los cuales se evidencia una deserción de los/as estudiantes de Nivel Medio en las clases de Educación Física en el momento actual, para aportar de este modo herramientas que ayuden a mejorar las clases de Educación Física, atendiendo a las necesidades de los/as estudiantes.

## **2.2. Instrumento de producción de datos**

El instrumento de producción de datos utilizado para la investigación, ha sido un cuestionario de autoadministración (ver modelo de cuestionario en anexo 2). Lo hemos seleccionado ya que el mismo es un instrumento utilizado fundamentalmente en el campo de la investigación social (Ynoub, 2014), y además es una herramienta confiable, viable y de práctica administración para los/as estudiantes de escuela media.

Los cuestionarios completados por estudiantes de escuelas medias que utilizamos para este trabajo de investigación, fueron administrados por otros/as estudiantes de la Licenciatura en Actividad Física y Deportes de la Universidad de Flores, obteniendo de este modo datos de toda la Argentina.

Si bien el cuestionario fue de autoadministración, en la primera parte, los estudiantes debieron completar cierta información requerida (como ser: edad, año de cursada, si el

colegio es privado o público, etc.), y esto lo realizaron con la ayuda de los/as estudiantes de la Licenciatura en Actividad Física y Deportes.

Cada parte del cuestionario se encuentra organizada claramente, de manera concreta y explicativa. En una primera instancia, se le brinda información a los/as estudiantes respecto a la importancia de su contribución. A continuación, se pretende que los/as estudiantes identifiquen la cantidad y calidad de prácticas físicas que realizan, qué sienten en las clases de Educación Física y la causalidad de su participación, y para el final se dejan datos más íntimos, como ser la valoración personal respecto a la Educación Física.

En relación con el tamaño, podemos considerar que es de tamaño medio, lo que colabora con que no sea abandonado en la realización del mismo.

El tipo de preguntas que se realizan son predominantemente cerradas con múltiples respuestas, ya que establecen las cinco posibles jerarquías de valoración. Las respuestas se responden con una escala tipo Likert, cuya puntuación oscila entre:

1= totalmente en desacuerdo

2= en desacuerdo

3= indiferente

4= de acuerdo

5= totalmente de acuerdo

Este cuestionario está conformado por varios cuestionarios validados previamente para medir las orientaciones motivacionales de los/as estudiantes, el estado de Flow, la motivación intrínseca y la intención de práctica de actividad física en el futuro. A continuación se detallará cada uno de ellos.

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

Luego, en el cuestionario, se intenta medir el estado de Flow, basado en la Escala de Disposición al flow. *Dispositional Flow Scale* (DFS, por su sigla en inglés) de Jackson y Eklund (como se citó en Calvo, 2004), apoyada en la escala FSS, se refiere a la

propensión o facilidad que tienen 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 preguntas donde se evalúan las nueve dimensiones del Flow.

En tercer lugar, se encuentra la medición de la variable Motivación intrínseca para la cual se emplearon sólo cuatro ítems de la Escala de Motivación Deportiva en versión española (Balaguer, Castillo y Duda, 2007) que en su versión original está compuesta por 28 ítems que miden la desmotivación, la motivación externa (regulación externa, introyectada e identificada), y la motivación intrínseca (hacia el conocimiento, la estimulación y la ejecución).

Y por último, el cuestionario mide la Intencionalidad de ser físicamente activo de los/as estudiantes, mediante la Medida de la Intencionalidad para ser Físicamente Activos, conformado por cinco ítems para poder medir dicha variable en los/as alumnos/as tras su paso por las instituciones educativas.

Las partes del cuestionario que se utilizaron para este estudio, fueron las abocadas a la variable motivación intrínseca, compuesta por 4 ítems precedidos por la frase “participo en esta clase de Educación Física porque...”, y la variable intención futura de ser físicamente activo, compuesta por cinco ítems precedidos por la frase “respecto a tu intención de practicar alguna actividad físico-deportiva...”.

### 2.3. Plan de actividades en contexto

Actividad	Fecha
Entrevista con directivos para solicitar autorización de realización de encuestas a los/as estudiantes de secundaria del colegio San Ramón Nonato.	10 de mayo de 2016
Comunicación con directivos para acordar fecha de pilotaje.	23 de mayo de 2016
Realización de la prueba piloto a 10 estudiantes de la escuela (un varón y una mujer de 1°, 2°, 3°, 4° y 5° año).	14 de junio de 2016

## 2.4. Universo y muestra

Ynoub (2014) afirma que la muestra es un subconjunto del universo, o una parte del todo, o que a partir de los diferentes datos de una muestra se pueden generalizar los datos al universo. La autora, además, afirma que el punto más importante que debemos tener en cuenta, es el de la representatividad, es decir, lo que se pretende es que la muestra sea significativa, dando cuenta de aquello regular o característico del objeto o tema de estudio.

En base a lo manifestado anteriormente, podríamos decir que en nuestra investigación, el universo que deseamos estudiar comprende a los/as estudiantes que cursan el Nivel Medio del sistema educativo formal argentino.

Por otra parte, la muestra que representa al universo de nuestro estudio, son estudiantes de Nivel Medio de las clases de Educación Física de toda la Argentina.

En cuanto a la representatividad, esta investigación es un proyecto macro, con lo cual se comprenden diversas instituciones que conforman de este modo la muestra en las escuelas secundarias de la Argentina de un modo representativo.

Teniendo en cuenta lo desarrollado por Ynoub (2014), la selección de la muestra fue no probabilística o finalística, ya que la elección de los casos se basó en un criterio previamente adoptado (estudiantes de Educación Física de escuelas medias del sistema educativo formal argentino de hasta 18 años, comprendiendo 78 instituciones en 44 ciudades y 13 provincias argentinas que son: Buenos Aires, Santa Fe, Entre Ríos, Misiones, Corrientes, Formosa, Córdoba, Chaco, Santa Cruz, Chubut, La Pampa, San Luis, Tierra del Fuego).

Pero por otro lado, la selección de los/as estudiantes de las escuelas elegidas, a los/as que se les administró el cuestionario, fue probabilística al azar, de manera estratificada (Ynoub, 2014). En las muestras estratificadas se combinan criterios formales, es decir, basados en la teoría de probabilidades, con criterios sustantivos, los cuales están basados en nuestros conocimientos sobre los hechos (Ynoub, 2014). Un estrato es una porción de casos seleccionados respecto a algún atributo específico (es decir, el valor o los valores que esos casos asumen en esa variable) (Ynoub, 2014). En nuestro estudio, los/as estudiantes de las escuelas medias seleccionadas contaban con ciertas características que fueron esenciales para poder desarrollar nuestro trabajo de investigación: cursar en una escuela media de la Argentina y asistir de manera obligatoria a las clases de Educación Física. Con lo cual, la selección de los/as

estudiantes de escuelas medias fue al azar, porque todos/as contaban con los atributos específicos para realizar esta investigación. Si la selección es probabilística al azar, significa que los sorteamos. Y fue estratificada, porque en un principio se abocó al estudio a una porción de casos seleccionados en base a atributos específicos.

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

El tratamiento y análisis de datos se ha centrado principalmente en el sentido de las variables. Según Ynoub (2014), de este modo, se analiza a la matriz de los datos de manera vertical.

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

Para cada variable y para sus dimensiones y subdimensiones, se han obtenido los promedios, las frecuencias porcentuales de aparición de cada valor, y la moda (que es el valor –de la variable o de la dimensión- que aparece más frecuentemente en un grupo de números).

Además, se analizó toda la muestra en general y por cuotas, (sexo y curso).

### **2.5.1 Secuencia de actividades**

#### **2.5.1.1 Procesamiento de la información**

El procesamiento de la información fue llevado a cabo en una planilla de cálculos Excel que la profesora nos entregó con los datos recolectados por cada alumno/a que formó parte del equipo de investigación en años anteriores. En la misma se agruparon las unidades de análisis en filas, y los diferentes ítems de los cuestionarios que serían las variables, dimensiones y subdimensiones, en columnas.

#### **2.5.1.2. Construcción de índices sumatorios de variables complejas**

Para poder realizar lo manifestado anteriormente, en una primera instancia se han construido índices sumatorios para todas las variables, con el fin de transformar los valores expresados en palabras de opinión, en valores numéricos, los cuales nos permitieron hacer los tratamientos estadísticos. Primero se equipararon las respuestas

con números en escala ordinal, luego se le asignaron puntajes a cada valor de las subdimensiones, dimensiones y variables. Se pensaron los puntajes de modo que la suma de los mismos a nivel de subdimensiones y dimensiones, permitan inferir el valor correspondiente a cada variable para cada unidad de análisis tratada.

La escala de niveles para cada variable se conforma por los valores: nulo, bajo, medio, alto y muy alto.

A cada uno de estos valores se les otorgó un puntaje a partir de la construcción de índice. A continuación, se presentan los índices de las variables utilizados para nuestro estudio en base al problema conexo.

#### 2.5.1.2.1 Motivación Intrínseca

En un primer momento se realizó la suma de los valores de las respuestas en el cuestionario de todas las dimensiones de esta variable para cada U.A. (que comprenden un puntaje del 1 al 5) y, en relación a los diferentes resultados se encuadraron los diferentes niveles de motivación intrínseca. El valor de la variable nulo es el puntaje 4 (el mínimo), ya que la suma de los puntajes del valor totalmente en desacuerdo de las dimensiones es 4. El valor de la variable bajo le corresponde a los puntajes comprendidos entre 5 y 9, el medio entre 10 y 14, el alto entre 15 y 19 y al muy alto le corresponde el puntaje 20.

Variable	Valores	Puntaje	Sub-Dimensiones	Valores	Puntaje
Nivel de motivación intrínseca	Muy alto	20	-Nivel de acuerdo manifestado respecto al sentir a la E.F. divertida.	Totalmente en desacuerdo	1
	Alto		-Nivel de acuerdo manifestado respecto al disfrutar aprendiendo nuevas habilidades.	En desacuerdo	2

		15 - 19	-Nivel de acuerdo manifestado respecto al sentir a la E.F. estimulante.	Indiferente	3
				De acuerdo	4
	Medio	10 - 14	-Nivel de acuerdo manifestado respecto al sentir satisfacción al aprender nuevas habilidades/técnicas	Totalmente de acuerdo	5
	Bajo	5 - 9			
	Nulo	4			

#### 2.5.1.2.2 Intención futura de ser físicamente activo:

De igual modo, en un principio se realizó la suma de los valores de las respuestas en el cuestionario referidas a todas las dimensiones de esta variable para cada U.A. (que comprenden el puntaje del 1 al 5) y, en base a los resultados, se encuadraron diferentes niveles de intención futura de práctica de actividad física. El valor de la variable nulo es el puntaje 5 (el mínimo), ya que la suma de los puntajes del valor totalmente en desacuerdo de las dimensiones es 5. El valor de la variable bajo le corresponde a los puntajes comprendidos entre 6 y 11, el medio entre 12 y 17, el alto entre 18 y 23 y al muy alto le corresponde el puntaje entre 24 y 25.

Variable	Valores	Puntaje	Sub-Dimensiones	Valores	Puntaje
Nivel de Intención práctica futura	Muy alto	24 - 25	-Nivel de acuerdo manifestado respecto al interés del desarrollo de su forma física. -Nivel de acuerdo manifestado respecto al gusto por practicar deporte. -Nivel de acuerdo manifestado por querer formar parte de un club deportivo, luego de finalizar el colegio. -Nivel de acuerdo manifestado respecto a querer mantenerse físicamente activo/a luego de finalizar el colegio. - Nivel de acuerdo manifestado respecto a la práctica habitual de deporte en su tiempo libre	Totalmente en desacuerdo	1
	Alto	18 - 23		En desacuerdo	2
				Indiferente	3
				De acuerdo	4
	Medio	12 - 17			Totalmente de acuerdo
	Bajo	6 - 11			
Nulo	5				

### 2.5.1.3 Análisis estadístico de cada variable

Las variables fueron analizadas de modo general en toda la muestra y también en las cuotas definidas en la misma. Se llevaron a cabo tablas de frecuencia porcentual (para la cuota) y además se obtuvieron las medidas estadísticas de moda y media.

Las medidas trabajadas fueron:

- Frecuencia porcentual en general y para la cuota sexo.
- Moda en general, para toda la muestra y según las cuotas sexo y curso.
- Promedio de toda la muestra y según las cuotas sexo y curso.

#### **2.5.1.4 Ilustración de los resultados con gráficos descriptivos**

Se realizaron gráficos de barras para representar la moda y la media de cada variable en la cuota, y para representar las frecuencias porcentuales del comportamiento de cada variable, se realizaron gráficos de torta.

#### **2.5.1.5 Análisis de relación de variables**

En nuestro estudio analizamos las relaciones generales de toda la muestra entre las siguientes variables complejas coherentemente con lo propuesto en nuestros objetivos:

- Nivel de motivación intrínseca con la intención de ser físicamente activo en el futuro en los/as estudiantes de Educación Física del Nivel Medio del sistema educativo formal argentino.
- Relación de motivación intrínseca de mujeres y varones, con las dimensiones de intención de ser físicamente activo que se vinculan con la realización de deportes.
- Relación de motivación intrínseca de mujeres y varones, con las dimensiones de intención de ser físicamente activo que se vinculan con la actividad física para la salud.

### 3. Tercera Parte: Análisis y Conclusiones

#### 3.1. Exposición de los resultados

Para el abordaje de este apartado, en una primera instancia, expondremos el comportamiento de las dos variables seleccionadas para nuestro problema conexo: nivel de motivación intrínseca y nivel de intención futura de actividad físico-deportiva. A continuación presentaremos la frecuencia porcentual, la moda de la muestra total y el promedio general de cada una de ellas. También mostraremos la moda según cuotas de sexo y curso. Se presentará al comportamiento de las variables como así también de sus dimensiones, y finalmente se realizarán las correlaciones entre ellas teniendo en cuenta los objetivos planteados.

##### 3.1.1 Variable motivación intrínseca

En el análisis de la variable motivación intrínseca, se pudo evidenciar de modo general, que un 3% de los/as estudiantes posee un nivel de motivación intrínseca (MI) nulo, un 6% posee un nivel de MI bajo, un 27% posee un nivel de MI medio, un 49% posee un nivel de MI alto, y el 15% restante de los estudiantes posee un nivel de MI muy alto.

Por otro lado, la moda de la muestra total fue 4, y el promedio 15,28.

A continuación se pueden evidenciar dichos resultados con una tabla y un gráfico de tortas:

Promedio	Moda	Valores	Frecuencia absoluta	Frecuencia porcentual
15,2834	4 - ALTO	NULO	157	3%
		BAJO	405	6%
		MEDIO	1767	27%
		ALTO	3165	49%
		MUY ALTO	991	15%
		TOTAL	6485	100%

Por otro lado, analizamos la frecuencia porcentual según el sexo.

El 2% de los varones, posee una motivación intrínseca nula, el 5% de los varones tienen una motivación intrínseca baja, el 24% tienen un nivel medio de motivación intrínseca, el 52% tiene un nivel de motivación intrínseca alto y el 17% de los varones restantes tiene un nivel muy alto de motivación intrínseca.

Los datos se pueden ver representados en el siguiente gráfico:

El 3% de las mujeres posee una motivación intrínseca nula, el 8% de las mujeres tiene una motivación intrínseca baja, el 30% tiene un nivel medio de motivación intrínseca, el 46 % tiene un nivel de motivación intrínseca alto y el 13% restante de las mujeres tiene un nivel muy alto de motivación intrínseca.

Los datos se pueden ver representados en el siguiente gráfico:

A continuación, se presentará una tabla en la cual se evidenciarán los resultados expuestos anteriormente sobre la frecuencia porcentual de la motivación intrínseca de los varones y de las mujeres:

<b>Valor</b>	<b>Varones</b>	<b>Frecuencia porcentual</b>	<b>Mujeres</b>	<b>Frecuencia porcentual</b>
NULO	58	2 %	99	3 %
BAJO	160	5 %	246	8 %
MEDIO	786	24 %	980	30 %
ALTO	1647	52 %	1518	46 %
MUY ALTO	552	17 %	439	13 %
<b>Total</b>	<b>3203</b>	<b>100%</b>	<b>3282</b>	<b>100%</b>

El 2% de los estudiantes varones de primer año, tienen un nivel nulo de motivación intrínseca, el 3% de los estudiantes de primer año tienen un nivel de motivación intrínseca bajo, el 20% de ellos tiene un nivel de motivación intrínseca medio, el 54% de los estudiantes de primer año tiene un nivel alto, y el 21% restante tiene un nivel de motivación intrínseca muy alto.

Ninguno de los estudiantes de segundo año posee un nivel de motivación intrínseca nulo, mientras que el 3% de ellos tiene un nivel bajo de motivación intrínseca, el 25% de los estudiantes de segundo año tiene un nivel medio de motivación intrínseca, el 55% tiene un nivel alto, y el 17% restante de los alumnos de segundo año tiene un nivel muy alto de motivación intrínseca.

El 2% de los estudiantes varones de tercer año tiene un nivel nulo de motivación intrínseca, el 5% tiene un nivel bajo de motivación intrínseca, el 27% de los estudiantes de tercer año tiene un nivel medio de motivación intrínseca, el 51% tiene un nivel alto, y el 15% restante de los estudiantes varones de tercer año tiene un nivel muy alto de motivación intrínseca.

El 2% de los estudiantes varones de cuarto año, tienen un nivel de motivación intrínseca nulo, por otro lado, el 8% de los estudiantes de cuarto año tienen un nivel de motivación intrínseca bajo, el 30% tiene un nivel de motivación intrínseca medio, el 44% tiene un nivel alto, y el 16% restante de los varones de cuarto año tiene un nivel de motivación intrínseca muy alto.

El 3% de los alumnos de quinto año tiene un nivel nulo de motivación intrínseca, el 7% tiene un nivel bajo, el 22% tiene un nivel medio, el 53% tiene un nivel de motivación intrínseca alto, y el 15% restante de los varones de quinto año tiene un nivel de motivación intrínseca muy alto.

El 2% de los estudiantes varones de sexto año, tiene un nivel de motivación intrínseca nulo, el 4% tiene un nivel bajo, el 23% tiene un nivel medio, el 51% tiene un nivel alto, y el 20% restante de los varones de sexto año tiene un nivel de motivación intrínseca muy alto.

A continuación, se presentarán los resultados de la frecuencia porcentual de los varones por cada año de estudio en un gráfico y una tabla.

**Frecuencia porcentual MI varones por año de estudio:**

<b>VALOR VARIABLE</b>	<b>1ER AÑO</b>	<b>2DO AÑO</b>	<b>3ER AÑO</b>	<b>4TO AÑO</b>	<b>5TO AÑO</b>	<b>6TO AÑO</b>
NULO-1	2,00%	0,00%	2,00%	2,00%	3,00%	2,00%
BAJO-2	3,00%	3,00%	5,00%	8,00%	7,00%	4,00%
MEDIO-3	20,00%	25,00%	27,00%	30,00%	22,00%	23,00%
ALTO-4	54,00%	55,00%	51,00%	44,00%	53,00%	51,00%
MUY ALTO-5	21,00%	17,00%	15,00%	16,00%	15,00%	20,00%
<b>TOTALES</b>	<b>100,00%</b>	<b>100,00%</b>	<b>100,00%</b>	<b>100,00%</b>	<b>100,00%</b>	<b>100,00%</b>

El 2% de las mujeres de primer año tiene un nivel de motivación intrínseca nulo, mientras que el 5% tiene un nivel de motivación intrínseca bajo, un 24% tiene un nivel de motivación intrínseca medio, un 49% tiene un nivel de motivación intrínseca alto y el 20% restante de las mujeres de primer año tiene un nivel muy alto de motivación intrínseca.

El 2% de las estudiantes de segundo año, posee un nivel de motivación intrínseca nulo, el 7% tiene un nivel bajo, el 27% tiene un nivel de motivación intrínseca medio, el 51% tiene un nivel alto, y el 13% restante de las mujeres tiene un nivel de motivación intrínseca muy alto.

El 3% de las mujeres de tercer año tiene un nivel de motivación intrínseca nulo, el 9% tiene un nivel bajo, el 34% tiene un nivel de motivación intrínseca media, el 44% tiene un nivel alto, y el 10% restante de las mujeres de tercer año tiene un nivel de motivación intrínseca muy alto.

El 4% de las estudiantes de cuarto año tiene un nivel de motivación intrínseca nulo, el 10% tiene un nivel de motivación intrínseca bajo, el 34% tiene un nivel de motivación intrínseca medio, el 40% tiene un nivel de motivación intrínseca alto, y el 12% restante de las alumnas de cuarto año tiene un nivel de motivación intrínseca muy alto.

El 4% de las estudiantes de quinto año, tiene un nivel de motivación intrínseca nulo, mientras que el 7% tiene un nivel de motivación intrínseca bajo, el 30% tiene un Nivel Medio, el 46% tiene un nivel alto, y el 13% restante de las alumnas de quinto año posee un nivel de motivación intrínseca muy alto.

El 4% de las alumnas de sexto año tienen un nivel de motivación intrínseca nulo, mientras que el 7% tiene un nivel de motivación intrínseca bajo, el 29% un nivel de

motivación intrínseca medio, el 47% tiene un nivel alto y el 13% restante de las estudiantes de sexto año tiene un nivel de motivación intrínseca muy alto.

A continuación se presentarán los resultados expuestos anteriormente en un gráfico y una tabla:

**Frecuencia porcentual MI mujeres por año de estudio:**

VALOR VARIABLE	1ER AÑO	2DO AÑO	3ER AÑO	4TO AÑO	5TO AÑO	6TO AÑO
NULO-1	2,00%	2,00%	3,00%	4,00%	4,00%	4,00%
BAJO-2	5,00%	7,00%	9,00%	10,00%	7,00%	7,00%
MEDIO-3	24,00%	27,00%	34,00%	34,00%	30,00%	29,00%
ALTO-4	49,00%	51,00%	44,00%	40,00%	46,00%	47,00%
MUY ALTO-5	20,00%	13,00%	10,00%	12,00%	13,00%	13,00%
<b>TOTALES</b>	<b>100,00%</b>	<b>100,00%</b>	<b>100,00%</b>	<b>100,00%</b>	<b>100,00%</b>	<b>100,00%</b>

En cuanto al promedio, para los varones de 1er año el mismo fue de 16,31, para los varones de 2do año el promedio fue de 16,09, en 3er año fue de 15,43, en 4to año el promedio de los varones fue de 14,93, en 5to año fue de 15,39 y en 6to año el promedio de los varones fue de 15,96.

Los datos mencionados se pueden observar en la siguiente tabla y gráfico:

Varones	Promedio	Nivel
1ro	16,31993007	ALTO
2do	16,07478261	ALTO
3ro	15,4341637	ALTO
4to	14,930006993	ALTO
5to	15,39191564	ALTO
6to	15,9600567	ALTO

El promedio para las mujeres de 1er año es de 15,77, las alumnas de 2do año tuvieron un promedio de 15,26, en 3er año el promedio fue de 14,54, en 4to año de 14,27, en 5to año de 14,85, y en 6to año el promedio de las mujeres fue de 14,63.

Los datos mencionados se pueden observar en la siguiente tabla y gráfico:

<b>Mujeres</b>	<b>Promedio</b>	<b>Nivel</b>
1er año	15,77565217	ALTO
2do año	15,26677852	ALTO
3er año	14,5438117	ALTO
4to año	14,27508651	ALTO
5to año	14,85098743	ALTO
6to año	14,63788301	ALTO

La moda en 1er año, 2do año, 3er año, 4to año, 5to año y 6to año, tanto para los varones como para las mujeres fue de 4, es decir, la misma se encuentra en un nivel ALTO de motivación intrínseca.

Los valores se pueden ver representados en la siguiente tabla y gráfico:

<b>Moda MI</b>	<b>Varones</b>	<b>Mujeres</b>
1ro	4	4
2do	4	4
3ro	4	4
4to	4	4
5to	4	4
6to	4	4

Se analizó además la moda por curso y sexo, para cada dimensión de la variable motivación intrínseca. Las dimensiones son las siguientes: *“participo porque la Educación Física es divertida”* (MI1); *“participo porque disfruto aprendiendo nuevas habilidades”* (MI2); *“participo porque la Educación Física es estimulante”* (MI3); *“participo por la satisfacción que tengo mientras aprendo nuevas habilidades/técnicas”* (MI4).

La moda en los varones de 1er, 2do y 4to año en las cuatro dimensiones fue de 5 (muy alto). La moda en 3er año en la dimensión 1 (MI1) fue de 5 (alto), la dimensión 2 (MI2) fue de 4 (alto), la dimensión 3 (MI3) fue de 4, y la dimensión 4 fue de 5 (alto).

Para los alumnos de 5to y 6to año, la moda en la dimensión 1 (MI1), 2 (MI2) y 4 (MI4) fue de 5, y la moda en la dimensión 3 (MI3) fue de 4.

A continuación se pueden observar dichos resultados a través de una tabla y un gráfico de barras:

<b>Moda varones</b>				
Año	MI1	MI2	MI3	MI4
1ro	5	5	5	5
2do	5	5	5	5
3ro	5	4	4	5
4to	5	5	5	5
5to	5	5	4	5
6to	5	5	4	5

El análisis mostró que la moda en las mujeres de 1er y 3er año fue de 5 en las cuatro dimensiones (MI1, MI2, MI3, y MI4); en 2do año fue de 5 en MI1, MI2 y MI4 y de 4 en MI3; en 4to año la moda fue de 4 en MI1 y MI3 y de 5 en MI2 y MI4; en 5to la moda en las dimensiones MI1, MI2 y MI3 fue de 4 y la MI4 fue de 5 y por último 6to año la moda fue de 4 en las cuatro dimensiones.

A continuación se presentan los resultados expuestos en una tabla y un gráfico de barras:

<b>Moda mujeres</b>				
Año	MI1	MI2	MI3	MI4
1ro	5	5	5	5
2do	5	5	4	5
3ro	5	5	5	5
4to	4	5	4	5
5to	4	4	4	5
6to	4	4	4	4

En cuanto al promedio general para MI1 el mismo fue de 3,76, para la MI2 el promedio fue de 3,87, para MI3 fue de 3,75 y para MI4 el promedio fue de 3,88.

Los datos pueden observarse a continuación en el siguiente gráfico de barras y en la tabla:

	MI1	MI2	MI3	MI4
Promedio general por cada dimensión	3,76	3,87	3,75	3,88

En cuanto al nivel general de la frecuencia porcentual para cada dimensión de la motivación intrínseca, el 9,11% de la dimensión 1 (MI1) tiene un nivel nulo, el 8,10% un nivel bajo, el 16,48% un nivel medio, el 30,07% un nivel alto, y el 36,24% restante tiene un nivel muy alto de MI1.

En cuanto a la dimensión 2 (MI2) el 5,57% tiene un nivel nulo de MI2, el 7,39% tiene un nivel bajo, el 18,15% tiene un nivel medio, el 31,61% tiene un nivel alto, y el 37,29% restante tiene un nivel muy alto de MI2.

En la dimensión 3 (MI3) el 5,41% tiene un nivel nulo de MI3, el 8,13% tiene un nivel bajo, el 22,13% tiene un nivel medio, el 33,72% tiene un nivel alto, y el 30,61% restante tiene un nivel de MI3 muy alto.

En la dimensión 4 (MI4), el 5,41% de los/as estudiantes tiene un nivel nulo de MI4, el 7,49% tiene un nivel bajo, el 18,23% tiene un nivel medio, el 30,95% tiene un nivel alto, y el 37,92% tiene un nivel muy alto de MI4.

A continuación pueden evidenciarse los resultados expuestos anteriormente en la siguiente tabla y gráfico de barras:

Frecuencia porcentual general	Nulo	Bajo	Medio	Alto	Muy alto
MI1	9,11%	8,10%	16,48%	30,07%	36,24%
MI2	5,57%	7,39%	18,15%	31,61%	37,29%
MI3	5,41%	8,13%	22,13%	33,72%	30,61%
MI4	5,41%	7,49%	18,23%	30,95%	37,92%

### 3.1.2 Variable intención futura de ser físicamente activo

El análisis general de esta variable mostró que el 0% de los/as alumnos/as encuestados/as no tienen intención futura de ser físicamente activos, el 5% tiene un nivel bajo de intención, el 21% un nivel medio, el 49% un nivel alto de intención y el 25% un nivel muy alto. El promedio de la muestra total de los 6485 estudiantes fue de casi 19,84% y la moda de 4.

Los datos expuestos anteriormente pueden verse representados en la tabla y gráfico:

Promedio	Moda	Valores	Frecuencia porcentual
19,8462606	4 - ALTO	NULO	0%
		BAJO	5%
		MEDIO	21%
		ALTO	49%
		MUY ALTO	25%
		Total	100%

El 0% de los varones tienen intención futura de ser físicamente activos, el 4% de los varones tienen un nivel bajo, el 17% de los varones tienen un nivel medio, el 50% de los varones tienen un nivel alto, y el 30% restante de los varones tiene un nivel muy alto de intención futura de ser físicamente activos.

Los resultados se pueden observar en la siguiente tabla y gráfico:

Valor	Frecuencia porcentual: Varones
NULO	0%
BAJO	4%
MEDIO	17%
ALTO	50%
MUY ALTO	30%
Total	100%

El 0% de las mujeres tienen intención futura de ser físicamente activas, el 1% de las mujeres tienen un nivel bajo, el 25% de las mujeres tienen un nivel medio, el 49% de las mujeres tienen un nivel alto, y el 20% restante de las mujeres tiene un nivel muy alto. Los resultados se pueden observar en la siguiente tabla y gráfico:

Valor	Frecuencia porcentual: mujeres
Nulo	0%
Bajo	1%
Medio	25%
Alto	49%
Muy alto	20%
Total	100%

El promedio de 1er año fue de 20,85 para los varones, en 2do año fue de 20,49 para los varones, en 3er año fue de 20,44 para los varones, en 4to año fue de 20,38 para los varones, en 5to año fue de 20,55 para los varones y por último en 6to año el promedio fue de 20,45 para varones. Los resultados se pueden observar en la tabla y gráfico siguientes:

Varones	Promedios	Nivel
1er año	20,85	ALTO
2do año	20,49	ALTO
3er año	20,44	ALTO
4to año	20,38	ALTO
5to año	20,55	ALTO
6to año	20,45	ALTO

El promedio de 1er año fue de 19,50 para las mujeres, en 2do año fue de 19,53 para las mujeres, en 3er año fue de 18,61, en 4to año fue de 19,25, en 5to año fue de 19,20 para las mujeres y por último en 6to año el promedio fue de 18,81 para mujeres.

Los resultados se pueden observar en la tabla y gráfico siguientes:

Mujeres	Promedios	Nivel
1er año	19,50	ALTO
2do año	19,53	ALTO
3er año	18,61	ALTO
4to año	19,25	ALTO
5to año	19,20	ALTO
6to año	18,81	ALTO

La moda de la variable intención de ser físicamente activo, dio como resultado en 1er, 2do, 3ro, 4to, 5to y 6to año, tanto para los varones como para las mujeres 4, es decir el resultado dio un nivel ALTO. Los datos se pueden ver representados en la siguiente tabla y gráfico:

Moda		
Año	Varones	Mujeres
1ro	4	4
2do	4	4
3ro	4	4
4to	4	4
5to	4	4
6to	4	4

Por otro lado, también se analizó la moda por sexo y curso, de cada dimensión de la variable denominada nivel de intención de ser físicamente activo en el futuro.

Las dimensiones son las siguientes: *“me interesa el desarrollo de mi forma física”* (IP1); *“al margen de las clases de educación física me gusta practicar deporte”* (IP2);

“después de terminar el colegio quisiera formar parte de un club deportivo” (IP3);  
 “después de terminar el colegio me gustaría mantenerme físicamente activo/a” (IP4);  
 “habitualmente practico deporte en mi tiempo libre” (IP5).

Se comprobó que la moda en los varones de 1er, 2do, 3ro, 4to, 5to y 6to año es 5 para todas las dimensiones. A continuación tabla y gráfico que representa los resultados.

<b>Moda varones</b>					
Año	IP1	IP2	IP3	IP4	IP5
1ro	5	5	5	5	5
2do	5	5	5	5	5
3ro	5	5	5	5	5
4to	5	5	5	5	5
5to	5	5	5	5	5
6to	5	5	5	5	5

Por otro lado, se mostró que la moda en las mujeres de 1ero, 3ero y 5to año en las cinco dimensiones fue de 5 (muy alto), y en 2do año fue 5 para todas las dimensiones, menos IP4 que resultó ser 4; en 4to año todas las dimensiones resultaron de 5, excepto IP3 que resultó ser 3 (nivel medio), y por último, en 6to año la primera dimensión analizada IP1 resultó ser 5, IP2, IP4 e IP5 fue 4 (alto) y IP3 fue 3 (media).

<b>Moda mujeres</b>					
Año	IP1	IP2	IP3	IP4	IP5
1ro	5	5	5	5	5
2do	5	5	5	5	4
3ro	5	5	5	5	5
4to	5	5	3	5	5
5to	5	5	5	5	5
6to	5	4	3	4	4

### 3.2. Análisis e interpretación de los datos

El análisis de relación entre variables se realizó de manera coherente respecto a lo propuesto en los objetivos de nuestro trabajo de investigación. Describimos el comportamiento de las variables complejas y sus dimensiones, también en relación a las cuotas género y año de cursada. Las relaciones establecidas entre las variables en este trabajo fueron las siguientes:

- Relación entre la motivación intrínseca y la intención de ser físicamente activos de los/as estudiantes de Educación Física de Nivel Secundario del sistema educativo formal argentino.
- Relación de motivación intrínseca de mujeres y varones, con las dimensiones de intención de ser físicamente activo/a que se vinculan con la realización de deportes.
- Relación de motivación intrínseca de mujeres y varones, con las dimensiones de intención de ser físicamente activo/a que se vinculan con la actividad física para la salud.

Por otro lado, se llevó a cabo también un estudio por separado, de cada variable de nuestro trabajo de investigación:

- Descripción del comportamiento de los niveles de la motivación intrínseca en mujeres y en varones a medida que se avanza de año de cursada en el colegio secundario.
- Descripción del comportamiento de los niveles de la intención de ser físicamente activos en mujeres y en varones en el último año de cursada en el colegio secundario.

### **3.2.1 Relación entre la motivación intrínseca y la intención de ser físicamente activos de los/as estudiantes de Educación Física de Nivel Secundario del sistema educativo formal argentino**

Respecto a la motivación intrínseca, la moda general de esta variable, dio como resultado 4 (alto), y por otro lado, la moda general de la variable intención de ser físicamente activo, dio también como resultado 4 (alto), con lo cual, en base a estos resultados, se podría inferir que existe una relación positiva entre ambas variables. Por otro lado, teniendo en cuenta la frecuencia porcentual de los niveles alto y muy alto de ambas variables (los cuales representarían al mayor porcentaje de los/as estudiantes: el 64% de estudiantes para MI, y el 74% de estudiantes para IMFA), en la variable motivación intrínseca, un 49% de los/as estudiantes tiene un nivel alto de motivación intrínseca, y un 15% de los/as estudiantes tiene un nivel muy alto de motivación intrínseca. En cuanto a la intención futura de ser físicamente activos, al igual que en la variable MI, un 49% de los/as estudiantes tiene un nivel alto de intención futura de ser físicamente activos, y por otro lado, un 25% tiene un nivel muy alto. Teniendo en cuenta estos resultados, podríamos inferir también que la relación entre ambas variables es positiva, ya que el nivel alto para ambas variables representa el mismo resultado (49%), y el nivel muy alto, tiene una diferencia solo del 10%, ya que MI sacó 15%, y IMFA sacó un 25%. En base a esto, podemos afirmar lo manifiesto por Almagro (como se citó en Brito Parra, 2015), acerca de que la motivación intrínseca es una variable que tiene una fuerte relación con la intención futura a ser físicamente activo. Se podría inferir que algunas de las variables que se han considerado importantes para la intención de práctica de actividad física, como la competencia, la satisfacción y la diversión, las cuales se relacionan íntimamente con la motivación intrínseca, se encuentran presentes en las clases de Educación Física de los/as estudiantes encuestados, ya que los/as mismos/as presentan un nivel muy alto tanto de motivación intrínseca como de su intención de ser físicamente activo en el futuro (Baena Extremera, Granero Gallegos, Elizondo, Arazuri, San Emeterio y Molina, 2016).

A continuación se pueden observar los resultados expuestos de ambas variables en una tabla y un gráfico de barras:

Valor de moda	IMFA	MI	Valor Frecuencia porcentual	IMFA	MI
Alto	4	4	Nulo	0%	3%
			Bajo	5%	6%
			Medio	21%	27%
			Alto	49%	49%
			Muy Alto	25%	15%

### 3.2.2 Relación de motivación intrínseca de mujeres y varones, con las dimensiones de intención de ser físicamente activo que se vinculan con la realización de deportes

La moda de la motivación intrínseca tanto para las mujeres como para los varones, en cada año de estudio, es de 4 (alto), y la moda de las dimensiones de IMFA que se vinculan con la realización de deportes (IMFA2, IMFA3, IMFA5), sacando una moda general de cada año para cada dimensión, es 5 (muy alto) para todas las dimensiones por igual, tanto para los varones como para las mujeres. Pero teniendo en cuenta la moda de cada año para cada dimensión, IMFA2, IMFA3 e IMFA5 dio 5 (muy alto) en todos los años para todos los varones. Para las mujeres, la moda de IMFA2 dio en todos los años 5 (muy alto) menos en las alumnas de 6to año, que sacaron una moda de 4 (alto), la moda de IMFA 3 para las mujeres fue de 5 (muy alto) en 1ero, 2do, 3er y 5to año, y en 4to y 6to año fue de 3 (media), y por último, la moda en IMFA5 para las mujeres fue de 5 (muy alto) para 1ro, 3ero, 4to y 5to año, y fue de 4 (alta) para 2do y 6to año. En base a esto último podríamos decir que, si bien los valores no son los mismos, de todos modos, los resultados generales de la moda para cada dimensión, se ubican dentro de los dos valores más altos en cuanto a los niveles prescriptos, con lo cual, podríamos inferir que la motivación intrínseca de los/as estudiantes tiene una relación positiva respecto a la intención futura de practicar actividades deportivas. Teniendo en cuenta al estudio

realizado por Arribas Galárraga y Arruza Gabilondo (como se citó en Martínez Baena, Chillón, Matillas, López, Castillo, Zapatera, Rodríguez, Casajús, Granda, Romero Cerezo, Tercedor, Delgado Fernández, 2012), sobre el abandono de los/as adolescentes de prácticas deportivas, en donde se destacó como las principales causas del abandono el aburrimiento y al desarme del equipo de pertenencia, podríamos inferir que, en base a los resultados expuestos en donde los/as estudiantes demuestran tener un nivel alto de motivación intrínseca y de tener un nivel alto en las dimensiones de ser físicamente activos vinculadas al deporte, no sienten aburrimiento y tampoco se produjo un desarme de su equipo de pertenencia en sus clases de Educación Física. De este modo, podríamos afirmar que la relación existente entre los/as estudiantes encuestados/as, llevó a que los/as estudiantes tengan una motivación intrínseca alta y por consiguiente, su intención de ser físicamente activos también lo es (Peres, Cid, Marinho, Leitao y Vlachopoulos, como se citó en Baena Extremera y Granero Gallegos, 2015). A continuación podemos evidenciar los datos en una tabla y un gráfico de barras:

Años de estudio	Moda MI mujeres	Moda MI varones	Moda IMFA2 mujeres	Moda IMFA2 varones	Moda IMFA3 mujeres	Moda IMFA3 varones	Moda IMFA5 mujeres	Moda IMFA5 varones
1ro	4	4	5	5	5	5	5	5
2do	4	4	5	5	5	5	4	5
3ro	4	4	5	5	5	5	5	5
4to	4	4	5	5	3	5	5	5
5to	4	4	5	5	5	5	5	5
6to	4	4	4	5	3	5	4	5

### **3.2.3 Relación de motivación intrínseca de mujeres y varones, con las dimensiones de intención de ser físicamente activo/a que se vinculan con la actividad física para la salud**

La moda de la motivación intrínseca tanto para las mujeres como para los varones de cada año de estudio, es de 4 (alto), y la moda general de IMFA de cada año y de cada dimensión vinculada a la actividad física para la salud (IMFA1 e IMFA4) es de 5 (muy alta), tanto para los varones como para las mujeres. Pero teniendo en cuenta la moda de cada dimensión de IMFA relacionada con la actividad física para la salud para cada año de estudio, la moda en los varones fue 5 (muy alta) para cada año de estudio para las dimensiones IMFA1 e IMFA4. Para las mujeres, la moda de IMFA1 fue de 5 (muy alta) para todos los años de estudio, e IMFA4 fue de 5 (muy alta) para 1ero, 2do, 3ro, 4to y 5to, y para 6to año la moda fue de 4 (alta). En base a los resultados expuestos, y de igual modo que en las relaciones establecidas en el apartado previo, podríamos inferir que si bien los valores no coinciden en un mismo nivel, de todos modos los resultados se ubican en los niveles más altos, teniendo en cuenta a los niveles de valores preestablecidos. Con lo cual, podríamos inferir que podría llegar a existir una relación positiva en cuanto a la motivación intrínseca de los/as estudiantes y su intención de realizar en un futuro prácticas físicas vinculadas a la salud. Lo que sí podemos afirmar, es la coincidencia de resultados, en la moda de la MI de las mujeres, respecto a la moda de las mujeres de 6to año para la dimensión IMFA4 (4, nivel alto), lo que significaría que este conjunto de estudiantes mujeres tienen una motivación intrínseca respecto al interés por realizar prácticas físicas para la salud luego de terminar la escuela. Teniendo en cuenta lo expuesto en el apartado del marco teórico de la variable intención de ser físicamente activos, sobre que en los últimos años se viene observando un preocupante descenso de la actividad física en la población juvenil, situándose ésta por debajo de los mínimos recomendados para prevenir futuras enfermedades, producto de una vida sedentaria (Troiano et al., Verloigne et al., como se citó en Brito Parra, 2015), y que, en base a esto es importante pensar que la Educación Física escolar resulta relevante para que los/las adolescentes comiencen a adquirir hábitos de práctica de actividad física (González-Cutre, Moreno, Zomeño, Marín, Cervelló y Ruiz; como se citó en Brito Parra, 2015), podemos afirmar que al menos los/as alumnos/as que realizaron las

encuestas para esta investigación, pudieron adquirir en sus clases de Educación Física diversos hábitos de realización de actividades físicas para la salud, y por consiguiente tienen una intención alta de seguir realizando actividad física luego de su paso por la escuela. Con lo cual podríamos inferir que estos/as estudiantes no tendrán una vida sedentaria, y por lo tanto, los índices de enfermedades producidos por la falta de actividad física, se verían reducidos en esta población específica.

A continuación se pueden observar los datos expuestos anteriormente en una tabla y un gráfico de barras:

Años de estudio	Moda MI mujeres	Moda MI varones	Moda IMFA1 mujeres	Moda IMFA1 varones	Moda IMFA4 mujeres	Moda IMFA4 varones
1ro	4	4	5	5	5	5
2do	4	4	5	5	5	5
3ro	4	4	5	5	5	5
4to	4	4	5	5	5	5
5to	4	4	5	5	5	5
6to	4	4	5	5	4	5

### **3.2.4 Descripción del comportamiento de los niveles de motivación intrínseca en mujeres y en varones a medida que se avanza de año de cursada en el colegio secundario**

La moda de la MI, tanto para las mujeres como para los varones de 1ro, 2do, 3ro, 4to, 5to y 6to año, fue de 4, lo que significa que la moda está en un nivel alto de motivación intrínseca para ambos sexos en cada año de estudio. Por otro lado, el promedio de MI de las mujeres de 1ro fue de 15,77 (alto), para las mujeres de 2do fue de 15,26 (alto), para las mujeres de 3ro fue de 14,54 (alto), para las mujeres de 4to año fue de 14,27 (alto), para las mujeres de 5to año fue de 14,85 (alto), y por último, para las mujeres de 6to año el promedio fue de 14,63 (alto). El promedio para los varones de 1er año fue de 16,31

(alto), para los varones de 2do año fue de 16,07 (alto), para los varones de 3er año fue de 15,43 (alto), para los varones de 4to año fue de 14,93 (alto), para los varones de 5to año fue de 15,39 (alto), y por último para los varones de 6to año el promedio fue de 15,96 (alto). En base a los resultados expuestos, podríamos inferir que los niveles de motivación intrínseca se mantienen ALTOS tanto en los varones como en las mujeres y en cada año de estudio. De todos modos, no podemos dejar de mencionar que los porcentajes para las mujeres son más bajos que los porcentajes de los varones, en todos los años de estudio. Teniendo en cuenta estos resultados, podríamos inferir que los/as alumnos/as están motivados intrínsecamente ya que se implican a una actividad en ausencia de premios que provengan del exterior (Deci y Ryan, como se citó en Calvo, 2004), y además, podemos inferir que la diversión y el compromiso son factores que están presentes en sus clases de Educación Física, y los mismos podrían ser otro motivo para que los/as estudiantes tengan un nivel de motivación intrínseca alto (Cecchini, González, López Prado y Brustad, 2005). Podríamos decir también que en las clases de Educación Física de los/as estudiantes encuestados/as se promueven experiencias de sensaciones placenteras y experiencias en donde se practiquen habilidades nuevas o ya aprendidas, y por lo tanto las posibilidades de perfiles motivados intrínsecamente son altas (Deci y Ryan, como se citó en Calvo, 2004). Por otro lado, podríamos inferir que los/as estudiantes encuestados/as tienen la necesidad de explorar el entorno, y además experimentan el placer de realizar actividades, sin recibir recompensas externas, con lo cual, estos podrían ser algunos de los motivos por los cuales su motivación intrínseca se encuentra en un nivel alto (Moreno 2016).

A continuación se pueden observar los resultados en la siguiente tabla y gráfico de barras:

Años de estudio	Moda mujeres	MI	Moda varones	MI	Promedio mujeres	MI	Promedio varones	MI
1ro	4		4		15,77		16,31	
2do	4		4		15,26		16,07	
3ro	4		4		14,54		15,43	
4to	4		4		14,27		14,93	
5to	4		4		14,85		15,39	

6to	4	4	14,63	15,96
-----	---	---	-------	-------

### **3.2.5 Descripción del comportamiento de los niveles de intención de ser físicamente activo en mujeres y en varones en el último año de cursada en el colegio secundario**

La moda de la intención de ser físicamente activo tanto para las mujeres como para los varones de 6to año, fue de 4, lo que significa que tanto los varones como las mujeres de 6to año tienen una intención alta de ser físicamente activos. En cuanto al promedio, para las mujeres de 6to año, el mismo fue de 18,81, lo que significa que tienen un nivel alto, y los varones de 6to año, sacaron un promedio de 20,45, el cual también se encuentra ubicado dentro de un nivel alto de tener una intención futura de ser físicamente activo. Si bien todos los resultados de las mujeres y de los varones coincidieron en un nivel alto de intención de ser físicamente activos en el futuro, de todos modos y al igual que en el anterior apartado, no podemos dejar de mencionar la diferencia que se obtuvo en los promedios para ambos sexos, ya que las mujeres de 6to año tienen un menor promedio que los varones de 6to año. Black, Deci, Schwatz, Scheinman, Ryan, Lim, Wang, entre otros (como se citó en Baena Extremera y Granero Gallegos, 2015) concluyeron que para poder mejorar la motivación intrínseca del alumnado, y por consiguiente, generar una intención en los/as alumnos/as de ser físicamente activos en el futuro, se deben buscar climas de aprendizaje que apoyen a la autonomía, ya que de esta forma, los/as estudiantes tienen mayor posibilidad de interactuar con el resto de sus compañeros/as, aumentando de este modo las relaciones sociales y mejorando la motivación intrínseca; y además, dichos autores, también afirman que otro aspecto importante a considerar es la meta social, ya que en esta etapa cobra una gran importancia la relación con el grupo, y comienzan a incrementarse las preocupaciones sociales. En base a esto, podemos inferir que en las clases de Educación Física de los/as estudiantes encuestados, se intentan buscar climas de aprendizaje que apoyen la autonomía, como así también las metas sociales, lo que ayudó a que los estudiantes pudieran tener un nivel alto de intención para ser físicamente activos en el futuro en su último año de escuela.

A continuación se pueden observar los resultados expuestos anteriormente en una tabla y un gráfico de barras:

Año de estudio	Moda IMFA mujeres	Moda IMFA Varones	Promedio IMFA mujeres	Promedio IMFA varones
6to año	4	4	18,81	20,45

### 3.3. Conclusiones y sugerencias

En el presente apartado, expondremos una síntesis de los resultados obtenidos en nuestro estudio de acuerdo a los objetivos planteados, para luego presentar las conclusiones a las que hemos llegado. Luego, se llevarán a cabo algunas reflexiones teóricas respecto a las conclusiones a las que arribamos, a partir de las cuales daremos algunas sugerencias para futuras investigaciones. Por último, se discutirá la validez de las hipótesis en tanto respuestas al problema de nuestra investigación.

Comenzaremos con el primer objetivo general de relacionar a la variable motivación intrínseca con la variable intención futura de ser físicamente activo:

La moda de la motivación intrínseca fue de 4, lo cual refleja un resultado alto, al igual que la variable intención de ser físicamente activo, la cual también obtuvo una moda de 4 (alta). Además, teniendo en cuenta los niveles alto y muy alto de MI e IMFA (los cuales representan al mayor porcentaje de los/as estudiantes para cada variable), para MI el 49% de los/as estudiantes tiene un nivel alto de motivación intrínseca, y el 15% tiene un nivel muy alto de motivación intrínseca. Para IMFA, del mismo modo que para MI, el 49% de los/as estudiantes tiene un nivel alto de intención futura de ser físicamente activos, y el 25% de los/as estudiantes tiene un nivel muy alto de intención de ser físicamente activos. Con lo cual, en base a estos resultados, concluimos que la relación entre MI e IMFA es positiva, pudiendo de este modo afirmar entonces, que ambas variables tienen una relación fuerte, ya que si los/as estudiantes están motivados intrínsecamente en sus clases de Educación Física, su intención de ser físicamente activos en el futuro aumentará (Almagro, como se citó en Brito Parra, 2015).

En base a estas afirmaciones, lo que nos preguntamos es si realmente en un futuro, los/as estudiantes encuestados para esta investigación, serán físicamente activos. Con lo

cual, nuestro estudio puede abrir paso a otra investigación, en donde la pregunta de investigación podría ser, por ejemplo: “¿Cuál es el nivel que los/as estudiantes recibidos de las escuelas medias tienen respecto a la realización de actividad física y deporte?”.

Respecto a nuestras hipótesis, podríamos afirmar entonces que nuestra primera hipótesis, en la que se afirma que los niveles alto y muy alto de intención de ser físicamente activos en los/as estudiantes de educación física que cursan en el Nivel Medio del sistema educativo formal argentino, se relacionan positivamente con los niveles alto y muy alto de motivación intrínseca, tiene un apoyo empírico.

En cuanto al objetivo de relacionar la MI de los varones y las mujeres con las dimensiones de IMFA que se vinculan con la realización de deportes (IMFA2, IMFA3 e IMFA5), la moda de MI para los varones y las mujeres de cada año de estudio fue de 4 (alta), y la moda general de cada año de todas las dimensiones de IMFA relacionadas con la realización de deportes, fue de 5 (muy alta). En base a esto, inferimos que si bien los resultados no coinciden en un mismo nivel, de todos modos creemos que los valores obtenidos de la moda de MI y de las dimensiones IMFA2, IMFA3 e IMFA5, se encuentran en los dos niveles preestablecidos más altos (alto y muy alto), con lo cual concluimos que habría una relación positiva entre la MI de los/as estudiantes de escuelas medias con las dimensiones vinculadas a la realización de deportes de la variable IMFA. En base a las conclusiones arribadas, podríamos inferir que cuando los/as estudiantes practican deportes en sus clases de Educación Física, se promueven experiencias de sensaciones placenteras y experiencias en donde se practican habilidades nuevas, lo que ayudó a que los/as perfiles de los/as estudiantes estén motivados intrínsecamente y que por consiguiente, su intención de practicar deportes en el futuro se encuentre en un nivel alto, (Deci y Ryan, como se citó en Calvo, 2004). Respecto a las hipótesis planteadas, podríamos decir que nuestra hipótesis acerca de que los niveles alto y muy alto de motivación intrínseca de varones se relacionan positivamente con los niveles alto y muy alto de las dimensiones de intención de ser físicamente activo/a que se vinculan con la realización de deportes, tiene un apoyo empírico.

En base al objetivo propuesto de relacionar a la MI de varones y mujeres con las dimensiones de IMFA vinculadas con la realización de actividad física para la salud (IMFA1 e IMFA4), la moda general de MI, tanto para las mujeres como para los

varones, fue de 4 (alta), y la moda general de cada año de estudio tanto de los varones como de las mujeres de las dimensiones IMFA1 e IMFA4 de IMFA, dio como resultado 5 (muy alto). En base a estos resultados, y del mismo modo que con el anterior objetivo desarrollado, inferimos que si bien los resultados no coinciden en un mismo nivel, de todos modos creemos que ambos resultados forman parte de los valores preestablecidos más altos (alto y muy alto), con lo cual, como conclusión, pensamos que podría llegar a existir una relación positiva entre la MI de los/as estudiantes y las dimensiones de IMFA relacionadas con la realización de actividades físicas para la salud (IMFA1 e IMFA4). En base a la conclusión a la que arribamos, podríamos decir que en las clases de Educación Física de los/as estudiantes encuestados, pudieron adquirir hábitos de práctica de actividad física para la salud (González-Cutre, Moreno, Zomeño, Marín, Cervelló y Ruiz; como se citó en Brito Parra, 2015), y además, podríamos inferir también que estas prácticas de actividad física fueron llevadas a cabo por los/as alumnos/as de una forma divertida y con un compromiso, lo que ayudó a que los/as estudiantes tengan una motivación intrínseca alta (Cecchini, González, López Prado y Brustad, 2005).

Respecto a la hipótesis planteada, acerca de que los niveles alto y muy alto de motivación intrínseca de mujeres y varones se relacionan negativamente con los niveles alto y muy alto de las dimensiones de intención de ser físicamente activo que se vinculan con la actividad física para la salud, podríamos decir, en base a las conclusiones a las que llegamos, que esta hipótesis no tiene un apoyo empírico, ya que como vimos anteriormente, la relación entre los niveles alto y muy alto de motivación intrínseca de mujeres y varones, se relacionan positivamente con los niveles alto y muy alto de las dimensiones de intención de ser físicamente activo que se vinculan con la realización de actividad física para la salud.

Si bien la motivación intrínseca se relaciona de manera positiva con las dimensiones de la intención de ser físicamente activo en el futuro que se vinculan tanto con la realización de deportes como con la realización de actividad física para salud, tanto para los varones como para las mujeres, de todos modos, no sabremos con exactitud, si en un futuro, las prácticas que más llevarán a cabo son las deportivas o las de actividad física para la salud. Además, en relación al sexo, tampoco sabremos las actividades que serán llevadas a cabo en mayor medida por los hombres, y en mayor medida por las mujeres. Con lo cual, esta investigación podría abrir paso a otro estudio, en el cual se investigue

cuáles son las prácticas que llevarán a cabo los estudiantes recibidos de la secundaria, para investigar si se inclinan más por las actividades físicas para la salud o por las actividades deportivas. Y, por otro lado, sería interesante investigar las actividades que suelen llevar a cabo en mayor medida las mujeres y las actividades que suelen llevar a cabo en mayor medida los hombres, en un futuro, luego de su paso por la escuela secundaria.

En cuanto al objetivo de describir al comportamiento de los niveles de MI de los varones y de las mujeres a medida que se avanza de año de estudio, la moda de MI tanto para las mujeres como para los varones de 1ro, 2do, 3ro, 4to, 5to y 6to año, fue de 4 (alta). Por otro lado, tomando a los promedios de cada año de estudio de las mujeres y de los varones, todos coincidieron en un nivel alto. En base a los resultados expuestos, concluimos que los niveles de MI tanto de los varones como de las mujeres para cada año de estudio, se mantienen en un nivel alto. Pero de todos modos, notamos una diferencia entre los promedios de las mujeres y de los varones que, si bien para ambos sexos los resultados coincidieron en un nivel alto, de todos modos los promedios para todas las mujeres de cada año de estudio son más bajos que los promedios de todos los varones de cada año de estudio.

En base a las conclusiones a las que arribamos, podemos afirmar que los/as estudiantes, en sus clases de Educación Física de cada año escolar, pudieron experimentar placer al realizar las diferentes actividades propuestas, sin recibir recompensas externas, y de este modo, su motivación intrínseca se mantuvo alta en varones y en mujeres, en cada año de cursada (Moreno, 2006).

Respecto a la hipótesis expuesta, acerca de que los niveles de motivación intrínseca en mujeres y en varones son cada vez más bajos a medida que se avanza de año de cursada en el colegio secundario, podemos decir, en relación a las conclusiones a las que llegamos, que la hipótesis no tiene un apoyo empírico, ya que la motivación intrínseca de los/as estudiantes, tanto de los varones como de las mujeres, se mantiene alta en todos los años de estudio (1ero, 2do, 3ero, 4to, 5to y 6to año).

En relación al objetivo propuesto de describir al comportamiento de los niveles de IMFA en mujeres y en varones en el último año de estudio (6to año), la moda de los varones y de las mujeres de 6to año, fue de 4 (alto) y en cuanto a los promedios de los varones y de las mujeres, ambos coincidieron en un nivel alto de intención futura de ser

físicamente activo. En base a estos resultados, concluimos que los/as estudiantes en su último año de cursada, tienen un nivel alto de intención futura de ser físicamente activos. De todos modos, y al igual que en el desarrollo del anterior objetivo, notamos una diferencia entre los promedios de IMFA de las mujeres y de los varones, ya que si bien ambos coinciden en un nivel alto, de todos modos el promedio de las mujeres de 6to año resultó ser más bajo que el promedio de los varones de 6to año.

Respecto a la conclusión a la que arribamos, podemos afirmar que las variables de competencia, de satisfacción y de diversión, que se han considerado importantes para que los/as estudiantes tengan una intención de ser físicamente activos en el futuro, han estado presentes en las clases de Educación Física de los/as estudiantes del último año de cursada, ya que tanto los varones como las mujeres de 6to año, presentan una intención alta de ser físicamente activos en el futuro (Baena Extremera, Granero Gallegos, Elizondo, Arazuri, San Emeterio y Molina, 2016).

Respecto a la hipótesis expuesta, sobre que los niveles de intención de ser físicamente activos en mujeres son más bajos que en varones, podríamos decir, en relación a la conclusión a la que arribamos, que la hipótesis no es válida empíricamente, ya que ambos sexos presentan una intención alta de ser físicamente activos en el futuro. Pero como mencionamos anteriormente, debemos tener en cuenta que si bien los porcentajes de las mujeres y de los varones coincidieron en un nivel alto, de todos modos los porcentajes de las mujeres fueron más bajos que los de los varones.

Creemos que la información conseguida acerca de la diferencia de porcentajes de la MI y de la diferencia de porcentajes de la IMFA entre los varones y las mujeres podría abrir paso a otro estudio en el que se investigue el porqué de estas desigualdades.

Teniendo en cuenta los resultados obtenidos, creemos que es necesario atender a la MI de los estudiantes, ya que por consiguiente, esta MI podría generar más posibilidades de que los/as alumnos/as tengan una intención de práctica de actividad física en el futuro (Black, Deci, Schwatz, Scheinman, Ryan, Lim, Wang, como se citó en Baena Extremera y Granero Gallegos, 2015), y además, generando climas en los cuales los/as alumnos estén motivados intrínsecamente, es más probable que se obtengan clases de Educación Física en las que los/as estudiantes disfruten de las distintas experiencias, realizando las actividades propuestas por el simple placer que éstas les produzcan (Méndez Giménez, Fernández Río y Cecchini Estrada, 2013).

De este modo, y como se mencionó previamente en la introducción, esperamos que los/as docentes de Educación Física y Licenciados en Actividad Física y Deporte reflexionen sobre cómo el posicionamiento filosófico - pedagógico puede llegar a afectar en la motivación de los/as estudiantes sobre las clases de Educación Física, y por consiguiente, sobre su práctica futura de actividad física para garantizarse una vida saludable. También esperamos haberles brindado elementos de juicio a las instituciones del Nivel Secundario, para comenzar a gestionar cambios en las planificaciones, procurando que las mismas sean elaboradas a partir de las necesidades de los/as estudiantes, respetando las individualidades y promoviendo la creatividad, la emancipación y la inclusión. Y por último también, esperamos que este aporte produzca una mirada reflexiva en las instituciones de formación docente de Educación Física, ya que creemos que los profesorados, son uno de los agentes más importantes para hacer reflexionar, criticar, pensar y cuestionar a los/as futuros/as profesores/as, sobre las clases de Educación Física.

### **3.4. Discusión: Reflexiones sobre el proceso de investigación realizado**

En este apartado explicaremos las diferentes dificultades que se presentaron en el proceso de realización del trabajo de investigación, indicando alternativas a tener en cuenta para futuras investigaciones.

Al ser este trabajo parte de una investigación macro, sufrimos modificaciones desde España, luego de haber realizado el pilotaje. Se cambió al instrumento de recolección de datos, con lo cual el pilotaje se realizó con un cuestionario y luego el mismo fue reformado. Para solucionar esta situación se decidió entre el grupo de estudio y nuestra docente trabajar con los datos recopilados por un grupo de investigadores de los años 2013, 2014 y 2015, de diferentes localidades de la Argentina, ya que habían utilizado al mismo instrumento de recolección de datos que nosotros utilizamos para la realización de la prueba piloto. Por otro lado nosotros, a modo de colaboración para futuros trabajos, realizamos las encuestas con los nuevos instrumentos enviados desde España. La base de datos con la que trabajamos cuenta con 6485 unidades de análisis y es por ello que también se nos dio la opción de estudiar y relacionar dos de las variables

planteadas al inicio de este trabajo. Para la coherencia del mismo, agregamos un problema conexo, con el que luego se realizó al objetivo general y los objetivos específicos, como también las hipótesis. Nuestro problema conexo se avocó a la relación y al estudio de las variables motivación intrínseca e intención futura de ser físicamente activo. Creemos que si bien en un primer momento la alternativa de estudiar y relacionar sólo dos variables fue confusa, de todos modos al finalizar el trabajo nos pareció una buena alternativa ya que, al utilizar datos de todo el país, la investigación hubiera sido mucho más compleja para ser realizada utilizando todas las variables. Con lo cual, si esto llegara a pasar de este mismo modo en futuras investigaciones, esta podría seguir resultando una buena alternativa para continuar con la realización del trabajo con la menor cantidad de dificultades posibles. En cuanto al instrumento de producción de datos, sugerimos que el ítem de la variable IMFA “Al margen de las clases de Educación Física, me gusta realizar deportes”, haga referencia también a la actividad física, ya que la variable menciona a la intención futura de practicar tanto deportes como actividades físicas. Por otro lado, otra sugerencia es que, al inicio en donde aparece la palabra “género” para marcar “hombre” o “mujer”, se modifique por “sexo”, ya que según Dio Bleichmar (1991) el género tiene que ver con una cuestión subjetiva y el mismo se va construyendo a través del tiempo. En base a esto, son muchos más los géneros que se pueden encontrar además del femenino y el masculino. En la construcción de la identidad de género se ponen en juego factores psicológicos, emocionales, sociales, culturales, etc. Por otro lado, el sexo tiene que ver únicamente con una cuestión biológica, y por esto es que sugerimos que se cambie la palabra “género” por “sexo” (Dio Bleichmar, 1991).

#### **4. Anexos:**

##### **Anexo 1: Carta de presentación**

Paraná, 5 de mayo de 2016

A quien corresponda,

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

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

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

Mi mail de contacto, por si desease realizar cualquier consulta es: [vgomez@uflo.edu.ar](mailto:vgomez@uflo.edu.ar)

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

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

Firmo en conformidad:

## **Anexo 2: Cuestionario utilizado Q1-A - Motivación en Educación Física**

### **Anexo 3: Procedimiento de administración de cuestionarios en la muestra total**

A tener en cuenta:

Para garantizar la calidad de la investigación es imprescindible que los cuestionarios se administren siguiendo las mismas pautas en todos los centros y países. Por ello, es imprescindible configurar un grupo de administradores que reciban la formación adecuada para garantizar la validez de los datos recogidos.

A continuación se muestra el resumen del proceso.

Formación del equipo administrador de cuestionarios

Se reunirá al equipo de administradores y se realizará el siguiente procedimiento:

Leerlo detenidamente juntos y solventar cualquier duda que pueda surgir al respecto.

Leer detenidamente el siguiente apartado “Procedimiento de administración” y hacer un simulacro como si estuviesen pasando los cuestionarios en un grupo. Cada administrador se dirigirá a sus compañeros como si fuesen los alumnos.

Una vez terminada la ronda, todos tendremos claro el protocolo a seguir.

Es importante que tras esta formación los administradores se sientan totalmente preparados para dar la información adecuada antes de pasar el cuestionario, solventar cualquier duda que pueda surgir entre el alumnado y actuar correctamente tras la recolecta de los cuestionarios.

### **Procedimiento de administración**

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 con antelación de que todos los niños disponen de bolígrafo o lapicero para completar el cuestionario.

La persona que administre el cuestionario no debe ser el profesor de la asignatura. Es importante que sean personas a las que se ha formado específicamente y que no conozcan, o conozcan muy poco, los estudiantes.

A tener en cuenta:

Para garantizar la calidad de la investigación es imprescindible que los cuestionarios se administren siguiendo las mismas pautas en todos los centros y países. Por ello, es imprescindible configurar un grupo de administradores que reciban la formación adecuada para garantizar la validez de los datos recogidos. A continuación se muestra el resumen del proceso.

La entrega

El administrador explicará a los alumnos el objetivo del cuestionario con el discurso aproximado: “Hola chicos: Con el cuestionario que vais a rellenar pretendemos conocer qué pensáis de la clase de Educación Física y del papel que juega la actividad física en vuestra 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 tenéis que escribir vuestro nombre. Os pedimos por favor que os concentréis en lo que se pregunta y seáis lo más sinceros posible. Si tenéis alguna duda o no comprendéis algo no dudéis en preguntar”

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

- Hay que marcar la casilla “hombre” o “mujer” según corresponda - poner el número de los años que tiene cada uno - el tipo de centro (importante que el administrador lo indique, por si algunos estudiantes dudan en esto) - el curso y clase
- Hay que rodear el número que más se aproxime a la calificación obtenida el curso anterior en Educación Física (en caso de no recordar, que pongan la que creen que tuvieron)
- Indicar si se practica actividad física ajena a la EF: que sea regular (continua) y al menos dos veces por semana
- A la última pregunta solo responden los que practican actividad ajena

Por último, el administrador dará instrucciones para rellenar el resto del cuestionario, leyendo en voz alta el texto sobre cómo marcar las respuestas, e indicando que marquen aquellas que más se aproximen a lo que piensan. Si no hay dudas, los alumnos comenzarán a responder, no existiendo límite de tiempo.

Al finalizar

Cuando los alumnos vayan finalizando, el administrador recogerá los cuestionarios asegurándose de que están correctamente completadas todas las hojas y preguntas y solicitando a los alumnos que completen apartados olvidados en caso de ser necesario.

Finalmente se agradecerá la participación a los alumnos.

Hay que tener agrupados los cuestionarios por grupos. En caso de que algún alumno haya dejado en blanco los apartados de tipo de centro curso o grupo, el administrador lo completará adecuadamente en base al resto de cuestionarios. Así mismo, será responsabilidad del administrador asegurarse de que cada cuestionario está identificado con el nombre del centro en el que se han recabado los datos.

## **Anexo 4: Procedimiento de realización del pilotaje**

### **Procedimiento de realización del pilotaje**

#### **CONDICIONES PREVIAS**

- Imprimir 15 cuestionarios en simple faz, es decir en cuatro hojas. Abrochar las cuatro hojas
- Llevar los 15 cuestionarios junto con 15 biromes el día de la realización del pilotaje (se llevan algunos cuestionarios y bolígrafos de más por si es necesario reemplazar alguno durante la prueba piloto)
- El cuestionario se administrará a 10 estudiantes (2 de primer año, 2 de segundo año, 2 de tercer año, 2 de cuarto año, 2 de quinto año). En las instituciones que hay sexto año, se sumarán 2 adolescentes más al grupo para prueba piloto (sumando 12 estudiantes en total)
- En lo posible la mitad de los estudiantes deberían ser mujeres y la mitad varones (una mujer y un varón de cada curso)
- La selección de los estudiantes sería “casual” (Padua, 1994) de “sujeto voluntario” (Hernández Sampieri, Batista y Fernández Collado, 1991). Es decir alumnos que casualmente asistan el día que se realizará el pilotaje y que acepten voluntariamente participar del evento.

## PRESENTACIÓN INICIAL

Una vez que haya ingresado al aula, patio, SUM, o cualquier otro lugar del colegio; saludará y se presentará ante los 10 estudiantes que participarán de esta prueba piloto de la administración del cuestionario. El modo será el siguiente:

“Hola, mi nombre es XXXXX, soy estudiante de la Universidad de Flores, allí estoy realizando la Licenciatura en Actividad Física y Deporte. En este momento estoy elaborando el trabajo de investigación de final de carrera. Junto con mis compañeros y compañeras de curso estamos desarrollando una investigación en Argentina sobre la motivación por las clases de Educación Física que tienen los alumnos y las alumnas de colegios secundarios. Cada uno toma el mismo cuestionario a estudiantes de la ciudad en que vive,

El cuestionario será anónimo porque sus opiniones nos interesan con fines estadísticos para entender lo que piensan y sienten los adolescentes como ustedes respecto a algunas de sus vivencias en las clases de Educación Física.

Les estoy muy agradecido/a de que hayan aceptado participar hoy completando los cuestionarios que les voy a entregar”.

## LA ENTREGA DEL CUESTIONARIO

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

El/la administrador/a explicará a los estudiantes el objetivo del cuestionario con el discurso:

*“Como les decía recién, con el cuestionario que van a completar pretendemos conocer qué piensan de la clase de Educación Física y del papel que juega la actividad física en su vida cotidiana.*

*La información será utilizada para un proyecto que pretende mejorar las clases de Educación Física No hay respuestas correctas o incorrectas, y el cuestionario será totalmente anónimo, no tienen que escribir tu nombre.*

*Les pido por favor que se concentren en lo que se pregunta y que sean lo más sinceros posible. Si tienen alguna duda o no comprenden algo, no duden en preguntar.*

*La primera parte del cuestionario la iremos completando con mi guía, el resto lo harán solos”.*

## COMIENZO DE ADMINISTRACIÓN DEL CUESTIONARIO

El/la administrador/a enciende el cronómetro y comienza a leer los ítems de la primera parte del cuestionario uno a uno, cotejando con la mirada general al grupo que todos vayan completando su cuestionario.

### Recuerden que:

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

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

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

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

*No hay límite de tiempo para responder. Cada uno lo hará a su ritmo. Cuando finalizan me acercan el cuestionario completo.*

*¿Alguien tiene alguna duda?”*

Si no hay dudas, los alumnos comenzarán a responder.

#### **AL FINALIZAR**

- Con la entrega del primer cuestionario, el administrador registrará el tiempo que marca el cronómetro. (No se debe apagar el cronómetro)
- Cuando los alumnos vayan finalizando, el/la administrador/a recogerá cada cuestionario asegurándose de que están correctamente completadas todas las hojas y solicitando a los alumnos que completen apartados olvidados en caso de ser necesario
- Con la entrega del último cuestionario, se registra el tiempo cronometrado y se apagará el cronómetro
- Finalmente se agradecerá la participación a los estudiantes
- Una vez que los estudiantes se retiraron del lugar, el administrador deberá completar con el mayor detalle y precisión posible, los siguientes items:
  - Tiempo usado para completar el cuestionario por el primer estudiante que entregó el cuestionario finalizado:
  - Tiempo usado para completar el cuestionario por el último estudiante que entregó el cuestionario finalizado:
  - Dudas, preguntas, comentarios manifestados por los estudiantes luego de hacer la presentación y saludo inicial:
  - Dudas, preguntas, comentarios manifestados por los estudiantes mientras se iba completando la primera parte del cuestionario con la guía del administrador (leyendo en voz alta):
  - Dudas, preguntas, comentarios manifestados por los estudiantes mientras se completaba el cuestionario de modo autoadministrado por los estudiantes:
  - Dudas, preguntas, comentarios manifestados por los estudiantes al momento de hacer la entrega del cuestionario completo:
  - Explicitar problemas, contratiempos o dificultades al realizar la prueba piloto:
  - Explicitar cómo se sintieron al realizar la prueba piloto:

**ESTOS DATOS ME LOS TENDRÁN QUE ENVIAR AL DÍA SIGUIENTE DE REALIZAR LA PRUEBA PILOTO. DEBEN PRESENTARLOS EN UN DOCUMENTO DE WORD (NO EN EL CUERPO DEL MAIL).**

## Anexo 5: Procedimiento para completar la planilla Excel

---

### 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.

##### 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 ó 5) que el sujeto señaló en el cuestionario.

4° El resto de variables, para poder trabajar con ellas, están codificadas de la siguiente manera (introduciremos en el archivo Excel el número 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

Bachillerato con orientación en Educación Física

0 = No

1 = Si

##### 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.

## Anexo 6: Tabla de datos

Por la magnitud de datos que se utilizaron para esta investigación, este anexo se adjuntó al trabajo de manera digital.

## 5. Bibliografía

- Baena Extremera, A. y Granero Gallegos, A. (2015). Educación Física e intención de práctica física en tiempo libre. *Revista electrónica de investigación educativa*, 17 (3), 132-144.
- Baena Extremera, A., Granero Gallegos, A., Elizondo, A., Arazuri, E., San Emeterio, M. y Molina, M. (2016). *Factores psicológicos relacionados con las clases de Educación Física como predictores de la intención de la práctica de actividad física en el tiempo libre en estudiantes*. *Ciencia & Saúde Coletiva*, 21 (4): 1105-1112.
- Balaguer I., Castillo I., Duda, I. (2008). Apoyo a la autonomía, satisfacción de las necesidades, motivación y bienestar en deportistas de competición: un análisis de la teoría de la autodeterminación. *Revista de Psicología del deporte*, Vol. 17, número 1, 2008, pp. 123-139. Universitat de les Illes Balears: Palma de Mallorca.
- Brito Parra, J. (2015). *Motivación e intención de ser físicamente activo en adolescentes ecuatorianos y españoles*. Trabajo de Máster Ciencias de la Actividad Física y el Deporte. Universidad Politécnica de Madrid.
- Camacho, C., Arias, D. M., Castiblanco, A. y Riveros, M. (2011). *Revisión teórica conceptual del flow: medición y áreas de aplicación*. Universidad El Bosque. Cuadernos hispanoamericanos de Psicología.
- Cecchini J. A, González, C., López Prado, J. y Brustad, R. J. (2005). Relación del clima motivacional percibido con la orientación de meta, la motivación intrínseca y las opiniones y conductas de Fair Play. *Revista Mexicana de Psicología*, 22(2) 469-479.
- Cervelló, E., Escartí, A. y Balagué, G. (1999). Relaciones entre la Orientación de meta disposicional y la satisfacción con los resultados deportivos, las creencias sobre las causas de éxito en Deporte y la Diversión con la Práctica Deportiva. *Revista de Psicología del Deporte 1999*. Vol. 8, núm. 1, pp. 7-19 ISSN: 1132-239x, Federación Española de Asociaciones de Psicología del Deporte. Universitat de les Illes Balears.
- Cervelló E. y Santos-Rosa, F. (2000). Motivación en las Clases de Educación Física: Un estudio de la perspectiva de las metas de logro en el contexto educativo. *Revista de Psicología del Deporte*. Vol. 9, núm. 1-2, pp. 51-70. ISSN: 1132-239x. Universitat de les Illes Balears. Universitat Autònoma de Barcelona.

- Dio Bleichmar, E. (1991). *“El feminismo espontáneo de la histeria. Estudio de trastornos narcisistas de la feminidad”*. Distribuciones Fontamara.
- Duda, J. J. (1995). *Motivación en los escenarios deportivos: Un planteamiento de perspectivas de meta. En G. Roberts (Ed.). Motivación en el deporte y el ejercicio* (pp. 85 – 122). Desclée de Brouwer.
- Flores, Salguero y Márquez (2008). Relación de género, curso y tipo de colegio con el clima motivacional percibido en la Educación Física escolar en estudiantes colombianos. *Revista de Educación 347, Septiembre-Diciembre, pp. 203- 227*. Universidad de León Departamento de Educación Física y Deportiva: León.
- García Calvo, T. (2004). *La motivación y su importancia en el entrenamiento con jóvenes deportistas*. Memoria de Docencia e Investigación. Cáceres: Facultad de Ciencias del Deporte, Universidad de Extremadura.
- García Calvo, T. (2004). *La motivación y su importancia en el entrenamiento con jóvenes deportistas*. CV ciencias del deporte. Programa de motricidad humana. Dpto didáctica de la expresión musical, plástica y Corporal.
- Gómez, V. y Perelló, G. (2006). *Tipos de diseño*. Material de uso interno de la cátedra. Facultad de Actividad Física y Deporte, UFLO. Inédito
- Hernández Sampieri, Fernández Collado y Batista Lucio. (1991). *Metodología de la Investigación*. Mc Graw Hill.
- 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. <http://www.innovaef.cat/es>. Número 1. Semestre 2. Obtenido de <http://www.innovaef.cat/es>. Número 1. Semestre 2.
- Lagardera, F., y Masciano, A. (2014). *Un rayo de luz en el lado oscuro de la educación física. La pedagogía de las conductas motrices en el gimnasio Olimpia de Chivilcoy*. *riccafd*, 31 (1), 34-35.
- Martínez Baena, A., Chillón, P., Matillas, M., López, I., Castillo, R., Zapatera, B., Delgado Fernández, M. (2012). *Motivos de abandono y no práctica físico-deportiva en adolescentes españoles: estudio Avena*. Cuaderno de Psicología del Deporte, Vol. 12, nº 1 (junio), 45-54. Servicio de Publicaciones de la Universidad de Murcia.
- Méndez Giménez, A., Fernández Río, J., Cecchini Estrada, J. (2013). *Climas motivacionales, necesidades, motivación y resultados en Educación Física*. ICE. Universidad de Oviedo.

- Méndez Giménez, A., Fernández Río, J., Cecchini Estrada J., y González González de Mesa (2013). Perfiles motivacionales y sus consecuencias en Educación Física. Un estudio complementario de metas de Logro 2x2 y autodeterminación. *Revista de Psicología del Deporte. Vol. 22, núm 1, pp 29-38. ISSN: 1132-239X.* Universitat de les Illes Balears. Universitat Autònoma de Barcelona.
- Moreno, J. A., Cervelló Gimeno, E., González-Cutre Coll, D. (2006). *Motivación autodeterminada y flujo disposicional en el deporte.* Universidad de Murcia, Universidad Miguel Hernández de Elche y Universidad de Almería.
- Merino, B. y González, E. (2006). *Actividad Física y Salud en la infancia y la Adolescencia. Guía para todas las personas que participan en su educación. Salud Pública. Promoción de la Salud y Epidemiología.* Ministerio de Sanidad y Consumo. Ministerio de Educación y Ciencia. Imprime: Grafo, S.A. Depósito Legal: BI-3.384-06. NIPO: 351-06-042-1.
- Moreno, J. A. y Martínez, A. (2006). *Importancia de la teoría de la autodeterminación en la práctica físico – deportiva: fundamentos e implicaciones prácticas.* Facultad de Ciencias del Deporte. Universidad de Murcia.
- Peiró Velert y Sanchis Gimeno (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. Vol. 13, núm. 1, pp. 25-39 ISSN: 1132-239X* Universitat de les Illes Balears. Universitat Autònoma de Barcelona.
- Vicente Pedráz, M. (2007). *El cuerpo sin escuela: proyecto de supresión de la educación física escolar y qué hacer con su detritus.* Ágora para la Educación Física y el Deporte N° 4-5, 57-90.
- Ynoub, R. (2014). *Cuestión de método. Aportes para una metodología crítica.* Cengage Learning.